



- Nombre de alumno: Alondra Faviel Fuentes Hernández
- Nombre del profesor: Luis Ángel
- Nombre del trabajo: Ensayo
- Materia: Modelos de intervención psicoterapéutica
- Grado: 7
- Grupo: A



MODELOS Y TECNICAS DE INTERVENCION PSICOTERAPEUTICAS

Una historia y los modelos que todo psicólogo debe conocer

En el presente ensayo hablare acerca del tema “Modelos y Técnicas de Intervención Psicoterapéuticas” de la cual dicha información está basada en nuestra bibliografía escolar y complementada con información obtenida en bibliografías de distintas secciones.

En dicho ensayo hablare acerca de la psicoterapia, así como también haremos un breve enfoque en su definición, lo cual nos será de mucha utilidad puesto que de esta manera tendremos una perspectiva mucho más clara de lo que es la psicoterapia y lo que fue tiempo atrás.

También es importante recalcar la importancia de los antecedentes pues es ahí donde obtendremos la información necesaria y sabremos desde sus inicios como fue vista y practicada la psicoterapia hasta hoy día. Como sabemos la intervención psicológica consiste en la aplicación de principios y técnicas psicológicos por parte de un profesional acreditado con el fin de ayudar a otras personas a comprender sus problemas, a reducir o superar estos, a prevenir la ocurrencia de los mismos y/o a mejorar las capacidades personales o relaciones de las personas aun en ausencia de problemas. (intervención en psicología)

La intervención a mi forma de ver termina siendo una disciplina dentro de la Psicología que trata de comprender, superar y llevar un seguimiento de sus pacientes por lo que lo esencial es el bienestar. Sin embargo, la intervención requiere de preparación ya que este su función inicial es tratar con fobias, reducir el estrés, mejorar habilidades sociales y mejorar las competencias interpersonales.

Y bueno, después de una breve introducción y tocando este tema de manera muy superficial pasamos al desarrollo donde plasmare mas a fondo los inicios, definiciones, antecedentes y los distintos modelos que existen hoy en día en la psicoterapia.

Para empezar a hablar del tema, primero nos enfocaremos en la definición de psicoterapia, la cual a lo largo del tiempo múltiples personajes la han definido a su criterio, algunos de estos personajes son Bernstein y Nietzel quienes aseguran que la terapia psicológica es un fragmento de la psicología clínica y de la salud. La manera en que ellos nos dan a conocer su definición consta de 5 puntos los cuales resultan claves para poder entender de manera clara y concisa a la psicoterapia. Dichos puntos son fundamentales pues uno a uno nos desglosan de manera adecuada el pensar de los personajes quienes fueron los que la definieron así. En palabras resumidas la psicoterapia es un conjunto de procedimientos sistematizados los cuales tienen como finalidad solucionar problemas, la función de esto es compartida pues tanto al experto en psicología le ayuda a plantearse la situación y saber conducirla, como al paciente le da el orden para este poderse dar a entender con el experto en el área. (alianza cliente –terapeuta)

Por ende, un profesional en el área de la psicología debe entender y tener claro el concepto de la palabra problema, pues una vez clara su definición será mucho más fácil abordar a los distintos pacientes que a lo largo de su vida profesional atenderá. Algunos de nuestros autores consideran que el problema está dé junto con dificultades, pues estos autores consideran que tanto problema como dificultades son el resultado de secuencias interaccionales dentro de un mundo interpersonal. Mientras que otros autores tales como Watzlwick y colaboradores decidieron separar problemas y dificultades dándole a cada concepto una definición propia. Todo lo suscitado anteriormente esta con el fin de tener un concepto un poco más claro a cerca de lo que es una psicoterapia y hasta donde es capaz de llegar, siempre dependiendo de cada persona, pues cada uno es un mundo diferente y cada quien decide si compartir su dolencia o continuar con ella.

Así como es importante tener claro un concepto para la psicoterapia, también es de suma importancia tener conocimiento de sus antecedentes, pues es aquí donde nosotros podremos saber el cómo se originó y evoluciono hasta nuestra actualidad. Como sabemos el hombre a lo largo del tiempo se ha visto obligado a vivir con el mismo, así como con el resto, lo cual a lo largo del tiempo ha generado problemas los cuales hoy en día pueden clasificarse tanto en conductas anormales como en desviadas socialmente.

Para entender más sobre los antecedentes de la psicoterapia nos enfocamos en cinco momentos los cuales fueron cruciales para su desarrollo, iniciando con las sociedades

primitivas, aquí las explicaciones suelen ser de tipo animista, esta además decir que en la antigüedad no se tenía nada de conocimiento sobre la psicología y la psicoterapia, es por eso que todo era relacionado con lo paranormal dando a entender que toda afección psicológica era más bien una posición demoniaca y que la única terapéutica conocida y empleada era más bien un ritual el cual era realizado por un hechicero esto en presencia de toda la tribu, con el único objetivo del retorno del alma del paciente y la expulsión del espíritu. A esto se le conoció con el paso del tiempo como exorcismo.

Después de las sociedades primitivas pasamos al segundo momento el cual tiene lugar en Grecia y el mundo antiguo, como ya sabemos el origen de la psicoterapia actual surgió en Grecia pues dichos orígenes están derivados de la filosofía y la rama médica. Debido a los grandes personajes tales como Aristóteles o Platón es que la psicoterapia tuvo un moldeamiento psicológico con técnicas de autocontrol obtenidas a través del pensar filosófico y razonamiento. El siguiente momento tuvo lugar en la edad media y renacimiento y es aquí donde la iglesia formo parte de los antecedentes de la psicoterapia, pues aquí la iglesia consideraba los trastornos mentales como algo producido por una deidad maligna, en este caso haciendo referencia a lo sobrenatural o como otros prefieren decirle, al diablo. La iglesia sostenía la postura de que toda enfermedad psicológica era más bien un castigo por haber pecado y su único tratamiento era la captura de "herejes y/o brujas" para quemarlos ante la población y de esta manera liberarse del pecado que los sometía.

Durante los siglos XVI al XVIII que es uno más de los momentos que forman parte de los antecedentes, surgieron múltiples personajes los cuales tenían una visión distinta, pues estos no veían los trastornos mentales con visión demoniaca, si no con un enfoque con un toque muy humanista. De los muchos personajes que sobre salen en esta época están Sydenham (1624-1689) quien fue de los primeros en describir las neurosis y de afirmar que la histeria no estaba ligada a las mujeres exclusivamente. Por otro lado, Páraselos (1493-1541) quien rechazo la idea deontológica y enfatizó que las enfermedades mentales eran de naturaleza no divina. Es gracias a personajes como ellos que a finales de esta temporada se logró deducir que los problemas mentales derivaban de conflictos morales.

Por ultimo tenemos el tiempo transcurrido entre el Siglo XVIII y comienzo del XIX donde destacan dos personajes muy importantes. Uno de ellos era Gal quien estaba muy convencido de que algunas funciones corporales y emocionales estaban implicadas en lo que se conoce como trastorno psicológico. (UDS; 18) Por otro lado, Mesmer se vio más interesado por el tema, así que indago para que al final tuviese una explicación mucho más

precisa la cual con el paso del tiempo fue un empuje clave para lo que hoy en día se conoce como psicoterapia.

Ahora entrando más a fondo respecto al tema central, es primordial tener conocimiento del primer paso que debe dar un profesional de la psicología, esto con el objetivo de tener claro lo que queremos hacer, que método o manera de intervenir ocuparemos y la meta a la cual queremos llegar.

Para esto es necesario saber que existen niveles de intervención, métodos o técnicas los cuales nos serán de gran utilidad pues con ayuda de estas herramientas nosotros como profesionales de la psicología seremos capaces de abordar por completo a nuestro paciente y sabremos el cómo intervenir aprovechando los distintos tipos métodos. Dentro de los tipos niveles de intervención tenemos; de manera individual, en parejas, familias, grupos y en comunidades, siendo el nivel individual uno de los más utilizados en la actualidad. Dicho nivel consiste en trabajar únicamente con el paciente haciendo de esto una terapia exclusiva y de esta manera nuestro paciente sienta esa seguridad y confianza que necesita desarrollar en sí mismo para poder expresar su sentir o de igual manera representar su sentir de forma física (gestos, expresiones, postura). Asimismo, los niveles de intervención nos van señalando la forma en que deberemos adecuar la terapia ya sea la terapia de Gestalt, o Rogers dando así un enfoque con un sistema humanista, de acercamiento, y centrado en la persona como ser único y valioso y en casos específicos la familiar sistemática.

Ahora para continuar nos vamos a otro método que es en el que aparte del paciente este presente la pareja o familia, el objetivo aquí es más que nada que los implicados en el problema logren darse cuenta de sus aportaciones negativas y/o positivas que están contribuyendo al problema. Otro trastorno mencionado en una de las bibliografías utilizadas para desarrollar este ensayo. (UNIVERSIDAD, 2020)

Ahora basándonos en información obtenida de otra fuente tenemos otros modelos o técnicas de intervención tales como, el modelo médico u orgánico en el cual hace mención de que la conducta anormal se considera el resultado de alteraciones biológicas heredadas o adquiridas, estructurales o funcionales, y que además afectan al sistema nervioso. En este caso se considera que la etiología básica es de tipo orgánico, por lo que asumen que el tratamiento a seguir sería de tipo médico, ya sea con fármacos, psicocirugía o terapia electroconvulsiva. Otro modelo mencionado es el "Comunitario" el cual tiene relación con uno de los

modelos mencionados en nuestra bibliografía principal, pero se logra complementar de manera mas adecuada con la información obtenida de nuestra bibliografía de complemento donde nos menciona que dicho modelo contiene principios básicos, los cuales dicen que la conducta humana depende de la interacción de la persona con su medio, incluyendo en este ultimo factores de tipo ambientales, interpersonales y sociales, lo que hace a este modelo atractivo y muy completo pues logramos abarcar desde lo personal hasta las relaciones de tipo social que el paciente tenga en su entorno. Otro modelo el cual yo considero importante mencionar en mi ensayo es el modelo fenomenológico, que con anterioridad se abordó, pero sin tener como tal un nombre especifico, pero sin más este concepto aborda todo aquello humanista (terapia de Rogers, psicodrama, Berne etc.) es decir que toca temas y aborda la terapia siguiendo la línea de autorrealización, crecimiento, dirigido a metas, al self aunque este modelo muchas veces termina trayendo más puntos en contra ya que se fijan en realidades subjetivas. (revista intercontinental de psicología; 2012;13)

Continuando este ensayo, considero de suma importancia que como profesionales de la psicología en formación es muy importante tener claro el concepto de psicoterapia y para que nos servirá a nosotros como profesionales de la psicología, también es importante tener conocimiento respecto a los antecedentes de la psicología y así saber el cómo era tratada en la edad primitiva y como esta fue evolucionando a lo largo del tiempo.

Cabe recalcar que en la antigua Grecia es gracias a los brillantes personajes que tuvieron lugar en esa época, es que la psicoterapia logro evolucionar y dar un giro de ciento ochenta grados de cómo era vista y tratada en la antigüedad a cómo es que se logró ver de otra manera y, sobre todo, analizarla y tratar con otros métodos, los cuales hasta la fecha se tiene conocimiento de que fueron y siguen siendo muy importantes y representativos.

También considero que es muy importante el tener conocimiento no solo de la psicología, sino también de sus herramientas adyacentes tal es el caso en esta ocasión de los modelos y técnicas de intervención de la psicoterapia. Pues con ayuda de estas herramientas nosotros como profesionales de la psicología sabremos cómo abordar a cada uno de los pacientes con los que tengamos terapia. Estos modelos o técnicas nos son de gran utilidad pues gracias a ellas nosotros sabremos y seremos capaces de plantearnos que es lo que queremos nosotros como psicólogos y que es lo que nuestro paciente quiere, así como también seremos capaces de identificar el o los problemas que traiga consigo nuestro paciente y saber el cómo abordarlos (terapia de Gestalt, psicoanalítica, nivel de intervención) , darles seguimiento y terminar con ellos sin que se vea afectado el paciente, pues ellos ven en nosotros una esperanza y nosotros vemos a un ente que aprenderá y afrontara los problemas que día a día le provocan dificultades, ya sea para con él o ellos mismos como para con otras personas.

Para concluir dicho ensayo cabe recalcar que los distintos tipos de modelos y/o técnicas para intervenir en la psicoterapia pueden estar plasmados de muchas maneras y enfocados en un individuo o en múltiples, sin embargo, esto no cambia nada pues todos estos modelos están con el único objetivo de apoyar durante la psicoterapia de manera que uno como profesional de la psicología sea capaz de plantearse el porqué de su visita del paciente, a donde queremos llegar nosotros y a dónde quiere llegar nuestro paciente, así como también le facilite la comunicación y/o expresión del problema del paciente. (Valera) Como sabemos cada paciente es un mundo distinto lleno de misterios, así como también cada profesional de la psicología es un ser muy individual en su manera de

desarrollar su trabajo, pues cada uno tiene su modo de actuar y de asumir cada problema que agobia al paciente. (López, 2008).

Bibliografía

- López, A. B. (21 de OCTUBRE de 2008). *LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA: CARACTERÍSTICAS Y MODELOS*. Obtenido de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/4963/1/IPCS%20caracter%C3%ADsticas%20y%20modelos.pdf>
- Universidad del sureste. (2020). *MODELOS DE INTERVENCIÓN EN PSICOTERAPIA*. Comitán De Dominuez Chiapas: UDS.
- Valera, A. B. (s.f.). *Los fundamentos de la intervención psicosocial*. Madrid: Prentice Hall.
- Pérez sánchez, Parra (2014). *Introducción a la psicoterapia. MODELO HUMISTA, TERAPIA DE GRUPO*.
- http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=619-los-fundamentos-de-la-intervencion-psicosocial&category_slug=modelos-de-trabajo&Itemid=100225
- https://www.popularargentina.org/_files/200000165-ed6e2ed6e5/10.INTERVENCION%20PSICOSOCIAL.pdf?ph=5e27979172