



---

# SUPER NOTA: MODELOS Y TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA

---

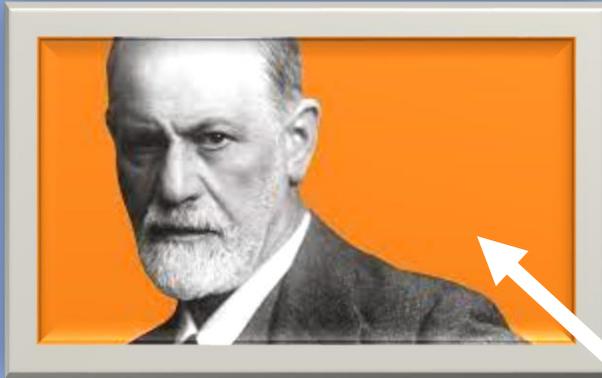
SANDRA GUADALUPE FLORES SANTIAGO



3 DE OCTUBRE DE 2021

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

***PROF. MARÍA ELENA YAÑEZ GARCÍA***



# SUPER NOTA: MODELOS Y TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA

## PSICODINÁMICO CLÁSICO

-FREUD

-La conducta humana y su desarrollo se determina principalmente mediante los hechos, impulsos, deseos, motivos y conflictos que se encuentran dentro de la mente (es decir intrapsíquicos).

## MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL

-SE CONSIDERA QUE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE PARTICULARES A LO LARGO DEL DESARROLLO ESTÁN EN LA BASE DE ESQUEMAS COGNITIVOS O CREENCIAS QUE AUMENTAN LA VULNERABILIDAD A LAS ALTERACIONES PSICOLÓGICAS

## TÉCNICAS DE TRATAMIENTO PSICOANALÍTICO:

-ASOCIACIÓN LIBRE

-parte de la búsqueda de una manera para recuperar los hechos olvidados que no fuera por medio de la hipnosis.

-UTILIZAR LOS SUEÑOS

## ALGUNAS TÉCNICAS DE TRATAMIENTO COGNITIVO CONDUCTUAL:

-Desensibilización sistemática

-FLOODING

-Técnicas de extinción

-Reestructuración cognitiva RC

## TECNICAS DE TERAPIA PSICOANALÍTICA

La técnica básica del Psicoanálisis es la Asociación libre, permite el descubrimiento del material inconsciente, consiste en que el paciente diga con toda la libertad lo que se le ocurra, especialmente de los sueños.

Al surgimiento de sentimientos enterrados del inconsciente se le llama Catarsis.

El tratamiento psicoanalítico produce introspección, entendimiento de los motivos verdaderos, conflictos inconscientes.

Un fenómeno fundamental en el tratamiento psicoanalítico es la Transferencia, durante el curso del tratamiento el paciente desarrolla una relación con el terapeuta con base en las proyecciones inconscientes de sentimientos y afectos que generalmente están reprimidos.



Técnicas Conductuales / Cognitivas	
Áreas de Aplicación	
TÉCNICAS	ÁREAS DE APLICACIÓN
Relajación progresiva, entrenamiento autógeno, técnicas de respiración	Ansiedad, estrés, insomnio, depresión, adicciones, agresividad, tics, tartamudez, anorexia, trastornos cardiovasculares y gastrointestinales, asma, dolor, diabetes, cáncer, obesidad
Desensibilización sistemática, imaginación	Ansiedad y fobias, anorexia, disfunciones sexuales, cefaleas, insomnio, alcoholismo, asma
Exposición: inundación, terapia implosiva	Ansiedad: fobias, ataques de pánico, trastorno obsesivo-compulsivo
Técnicas operantes	Desarrollar y mantener conductas deseables, reducir y eliminar conductas indeseables, organización de contingencias
Modelado: aprendizaje observacional (vicario)	Aprendizaje de nuevas conductas: educación en salud y sexual, pacientes institucionalizados, niños con retraso mental y autismo; habilidades sociales en adicciones y delincuencia
Condicionamiento encubierto	Agorafobia, alcoholismo, tabaquismo, trastornos de la identidad sexual, cáncer, impotencia, alcoholismo, ludopatía
Técnicas aversivas	Alcoholismo, problemas de la orientación sexual, tabaquismo, comportamientos autolesivos
Técnicas de Biofeedback	Rehabilitación neuromuscular, trastornos cardiovasculares y disfunciones circulatorias, ansiedad, disfunciones sexuales
Entrenamiento en habilidades sociales	Problemas de interacción social, tartamudez, fobia social, depresión, esquizofrenia, disfunciones sexuales, tabaquismo, alcoholismo, obesidad, anorexia, cefaleas, asma, diabetes, etc.
Técnicas de autocontrol	Problemas de alimentación, ludopatía, tabaquismo, hipertensión, diabetes, otras adicciones
Reestructuración cognitiva: Terapia cognitiva de Beck / Terapia Racional Emotiva de Ellis	Depresión, ansiedad, trastornos de personalidad, problemas de pareja y familiares, conducta suicida, disfunciones sexuales, impulsividad, agresividad, toxicomanías
Resolución de problemas	Hipertensión, delincuencia, problemas de pareja y familiares, esquizofrenia, obesidad