



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Vianaury Nazareth Montecinos Sansores.

Nombre del tema: Introducción y generalidades de la psicoterapia

Parcial: Unidad I y II

Nombre de la Materia: Modelos de intervención en psicoterapia

Nombre del profesor: Liliana Villegas López

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 7mo cuatrimestre.

Introducción y generalidades de la psicoterapia

La terapia psicológica consiste en una relación interpersonal entre dos participantes, que son terapeuta y el sujeto, el primero tiene entramiento y experiencia especial, el segundo participante es un cliente que experimenta un problema.

Es el conjunto de procedimientos psicológicos sistematizados que tiene el objetivo el cambio de pensamientos, sentimientos y conductas. Proporciona cambios congruentes con los objetivos que desea alcanzar el cliente. Proporciona orden al caos facilitando la comprensión de ideas y acciones que habían sido confusas, conduce a cierto alivio al capacitar a la persona para afrontar ansiedades y tensiones que habían sido evitadas.

La sistematización de los procedimientos psicoterapéuticos ha sido tradicionalmente hecha en función de la escuela o corriente psicológica de sus practicantes.

El origen de la psicoterapia viene de diferentes tipos de saberes desarrollados en la cultura occidental y procedente de la magia, la medicina, la filosofía y la religión; en las sociedades primitivas las explicaciones son de tipo animista, que se refiere a atribuir a hechos físicos, es decir, a las entidades inanimadas, cualidades biológicas como la vida.

Por otro lado, estaba las concepciones religiosas que sirvieron para un pensamiento más racional que aparece en el mundo después de Grecia y el mundo antiguo. Siendo Grecia donde surge el origen de la psicoterapia actual, ya que se da la transición de el animismo a la racionalidad.

En la sociedad griega también estaba la existencia de escuelas filosóficas donde se cultivaban formas estilos de vida con su propio entrenamiento psicológico, y siendo una de las cunas principales de la medicina occidental.

La intervención psicológica puede llevarse a cabo a distintos niveles, los cuales son:

- Intervención en pareja o familia: cuando el problema es de dos o más miembros y no sólo del supuesto paciente.
- Intervención en grupo: se puede entre personas que presenten problemas similares o quieran alcanzar un objetivo en común.
- Intervención en la comunidad: se trata de modificar el medio en el que viven las personas con la finalidad de ayudar a muchas personas a prevenir o resolver problemas o adquirir nuevas capacidades.

En medio de estos tratamientos el terapeuta tiene una gran responsabilidad pues en el ejercicio clínico de la psicología la ética es de suma importancia ya que se tiene de por medio respetar el secreto profesional o el grado de responsabilidad de un afectado mental, y más actualmente a temas referidos al abuso sexual. Los psicólogos se comprometen a respetar y adherir a los principios establecidos en la Declaración Universal de los Derechos Humanos.

El proceso psicoterapéutico para tener un desarrollo óptimo lleva o implica una serie de pasos y estos varían en función del modelo o escuela que maneje el psicólogo, definido por el tipo de problema que aqueja al paciente, pero de igual forma se debe diferenciar quién será el paciente y de qué forma la conducta se ve involucrada en el problema.

La terapia psicológica está dirigida principalmente a dos grupos de pacientes:

- Pacientes con un trastorno psicológico: el objetivo principal de la terapia será en primer lugar, el control de los síntomas que se presenten y el aprendizaje de estrategias y habilidades que prevengan la reaparición de los síntomas.
- Crecimiento Personal: no es necesario tener un problema psicológico como tal, sino que se pueden tener ciertas dificultades de adaptación a nuevas situaciones vitales o mejorar las habilidades de las personas, asesoramiento en procesos de toma de decisiones.

Es importante definir quien presenta el problema, pues al no ser experto en la materia puede ir en su lugar un familiar que logra perseguir los síntomas que pueden ser visibles o de igual forma puede ser presentado por medio de un patrón entre familiares, amigos o medio en el que se desenvuelve.

Con las personas de edad avanzada es necesario modificar el orden habitual del procedimiento; es decir, es necesario evaluar antes de tomar la decisión de intervenir en contra de la aceptación voluntaria.

La forma de presentarse el problema varía ya que en ocasiones el usuario logra tener una buena explicación siendo claro con su problema de relación interpersonal, en otras ocasiones pueden existir rasgos de la personalidad como lo son la timidez, lo que se puede convertir en una barrera para la comunicación de los síntomas o sensaciones que el usuario está experimentando.

Cuando se expone el problema se debe detectar la causa o causas del mismo, y las circunstancias en las cuales se desarrolla o persiste el problema. Es lógico que el psicólogo trate de comprender la naturaleza del problema, ya que por medio de estas se logrará detectar el inicio y origen, y con ello mismo la forma en que se desarrolla y se puede ir relacionando con otros acontecimientos en la vida del usuario.

El fin o cierre en un proceso psicoterapéutico y aquí hay un problema que ha sido abordado por varios autores pues se erige como un período cargado de connotaciones clínicas y emocionales que no solo afectan al paciente sino también al terapeuta.

Recuperado de: Libro Modelos de intervención en psicoterapia, Unidad I y II.