

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS.

MATERIA: MODELOS DE INTERVENCION EN PSICOTERAPIA.

TITULO DEL TRABAJO: Realizar un ensayo acerca de la Psicoterapia su definición, antecedentes, los niveles de intervención y la relación terapéutica.

CARRERA: PSICOLOGIA GENERAL.

NOMBRE DE LA MAESTRA: CASANDRA DE LA CRUZ SALAZAR ROJAS

NOMBRE DEL ALUMNO: BENITO DE JESUS PEREZ TRUJILLO.

GRUPO: "D" GRADO 7 -º



## **Definición de psicoterapia:**

**“La terapia psicológica (psicoterapia) es una parte de la psicología clínica y de la salud. Bernstein y Nietzel (1980/1988, pág. 320) han definido la terapia psicológica del siguiente modo 1”:**

1. La terapia psicológica consiste en una relación interpersonal entre por lo menos dos participantes, uno de los cuales (el terapeuta) tiene un entrenamiento y experiencia especial en el manejo de los problemas psicológicos.
2. El otro participante es un cliente que experimenta algún problema en su ajuste emocional, conductual o interpersonal y ha pasado a formar parte de la relación (terapéutica) con el fin de resolver su problema.
3. La relación psicoterapéutica es una alianza de ayuda, pero con propósitos bien definidos, en la cual se utilizan varios métodos, en su mayor parte de naturaleza psicológica, con el objeto de provocar los cambios que el cliente desea y el terapeuta aprueba.
4. Estos métodos se basan en alguna teoría formal acerca de los problemas psicológicos en general y de la queja específica del paciente en particular.
5. Independientemente de las inclinaciones teóricas, la mayoría de los terapeutas emplean varias técnicas de intervención: fomentar el insight, reducir el sufrimiento emocional, fomentar la catarsis, proporcionar información nueva, diseñar tareas fuera de la terapia y aumentar la fe de los clientes y sus expectativas de lograr cambios.

**¿QUE ES LA PSICOTERAPIA?** es el conjunto de procedimientos psicológicos sistematizados que tienen como fin la solución de problemas, para las personas que no los han podido resolver por sí mismas.

**¿QUE ES UN PROBLEMA?** una situación generalmente provocada por círculos viciosos (circuitos de retroalimentación), que hace sufrir o trae consecuencias negativas a las personas involucradas en tal situación; por lo tanto, requiere una

solución efectiva, la cuál ha sido buscada pero no encontrada por los integrantes del sistema interpersonal afectado.

### **Antecedentes de la psicoterapia:**

**“Las raíces de la psicoterapia se remontan hacia diferentes tipos de saberes desarrollados en la cultura occidental y procedente de la magia, la medicina, la filosofía y la religión. Todas estas actividades se refirieren al hecho de que la vida humana es inherentemente problemática” 2.**

**a) Sociedades primitivas:** En las sociedades tribales primitivas sus explicaciones son sobre las causas de la anormalidad están conectadas a las metáforas sobrenaturales y místicas. Las explicaciones son de tipo animista.

**b) Grecia y el mundo antiguo:** Es en la antigua Grecia donde se empieza a surgir el origen de la psicoterapia actual, sus orígenes derivados de su tradición filosófica y médica. Se produce una transición desde el animismo hasta la mentalidad racional.

**c) Edad media y renacimiento:** en esta época fue la Iglesia la que jugó un papel muy importante al considerar los trastornos mentales como producto de una voluntad sobrenatural, del diablo, el pecado se constituye en la raíz de todo mal y la confesión en el procedimiento terapéutico para evitarlo.

### **Niveles de intervención**

La intervención psicológica consiste en la aplicación de los principios y las técnicas psicológicos por parte de un profesional acreditado con la finalidad de ayudar a otras personas a comprender sus problemas, a reducir o superar estos, a prevenir la ocurrencia de los mismos y a mejorar las capacidades personales o relaciones de las personas aun en ausencia de problemas.

### **INTERVENCIÓN EN PAREJA O FAMILIA:**

Esta intervención está recomendada cuando el problema es de dos o más miembros, y no sólo del supuesto paciente, y los miembros que están dispuestos a participar en la terapia. En la terapia de pareja y familiar se busca que los miembros implicados: **“a) se den cuenta de su propia contribución al problema y de los cambios positivos que pueden realizar, y b) mejoren sus pautas de comunicación e interacción de cara a la resolución del problema”**<sup>3</sup>.

### **La relación terapéutica: consideraciones éticas de la intervención clínica**

**“La ética profesional en las ciencias de la salud se ha enriquecido enormemente con los aportes provenientes de la bioética, el impacto de ésta en el área de la salud mental ha sido limitado (Barbesi, 2003)”**<sup>4</sup>.

Algo que vimos en clases y que viene en la antología es el código ético psicólogo tiene una finalidad que es proporcionar principios generales que ayuden a tomar decisiones informadas en la mayor parte de las situaciones con las cuales se enfrentan los psicólogos. Su objetivo es la protección y el bienestar del individuo y de los grupos con los cuales trabaja el psicólogo y guiar y proteger a éste en el ejercicio de su profesión.

**“De acuerdo con Cullari (2001), los principios éticos que deben regir la forma en que se conducen los psicoterapeutas en su desempeño profesional son los siguientes”**<sup>5</sup>:

- Autonomía: Respeto al derecho de las personas para tomar sus propias decisiones.
- Buena voluntad: Hacer el bien, evitar el daño, eliminar el daño.
- Justicia: Tratar a las personas en forma justa.
- No malevolencia: no hacer daño.