



Alumna: Kimbeli Marisa Morales Bravo

Profesor: Guadalupe Recinos Vera

Actividad: Ensayo "Modelos y técnicas de intervención psicoterapéutica"

Materia: Modelos de intervención en psicoterapia

Grado: 7mo Cuatrimestre

Área: Psicología

Frontera Comalapa Chiapas a 03 de diciembre de 2022

“La intervención psicoterapéutica, sus modelos y técnicas”

El objetivo de este trabajo, es poder mostrar información acerca de los modelos y técnicas de intervención psicoterapéutica, son temas importantes, pues un modelo permite organizar la información adquirida, facilita la comunicación con otros profesionales que siguen el mismo modelo y es un guía que orienta la toma de decisiones del clínico y la investigación.

Para empezar hablare de la importancia de los modelos de intervención, pues existen diferentes modelos teóricos que varían en diversos aspectos importantes, tales como la forma de concebir la conducta normal y anormal y los trastornos psicológicos, variables relevantes en el desarrollo y mantenimiento de dichas conductas y trastornos, relaciones exigentes entre dichas variables, modos de recoger los datos pertinentes, objetivos a conseguir con la intervención y modo de llevar a cabo esta. Como bien mencione, un modelo permite organizar la información adquirida y facilita la comunicación con otros profesionales, pues tener un modelo como referencia puede ser útil, pero esto debe complementarse con la comprensión de los otros puntos de vista y el aprecio de sus aportaciones.

Ahora bien, el modelo psicoanalítico clásico constituye un amplio espectro de conceptualizaciones y formas de abordaje sobre lo psíquico, no es una escuela sino más bien una orientación metodológica en la que confluyen diferentes propuestas que tuvieron sus origen en el psicoanálisis freudiano. Freud, diferencio claramente tres aspectos en su descripción del psicoanálisis; el método de investigación de procesos anímicos inconsciente, la terapia fundada en esa indignación y el conjunto de conocimientos que derivan de ese camino. El psicoanálisis, desde su origen se ubicó en una posición paradójica con relación a las tendencias que primaban en este momento. Freud lo definió como un método de investigación de procesos anímicos inconscientes, una terapia fundada en esa investigación y un conjunto de conocimiento psicológico ganados por ese camino.

Asimismo, el psicoanálisis y el proceso de la psicoterapia en un comienzo fue o pretendía una curación de los síntomas de la neurosis, pero su trabajo de investigación le mostró la necesidad de ampliar el campo de análisis hacia la infancia del sujeto, privilegiando a

esa indagación que conduciría por añadidura a la modificación de los síntomas. Freud, mencionaba “nosotros los analistas, nos proponemos como meta un análisis del paciente lo más completo y profundo posible lo que de tal suerte cultivamos es cura de almas en el mejor sentido”. Muy tempranamente, Freud definió psicoterapia como tratamiento del alma, en sus palabras; tratamiento desde el alma, ya sea de perturbaciones anímicas o corporales con recursos que de manera primaria e inmediata influyen sobre la anímico del hombre, un recurso de esa índole es sobre toda la palabra, y las palabras son, en efecto, el instrumento esencial de tratamiento anímico. La psicoterapia, se define como un tratamiento del alma con el propósito de moderar el sufrimiento de transmitir una actitud ante la existencia.

Pero, ¿cuales son las metas y objetivos del tratamiento psicoanalítico?, Etchegoyen (1986), menciona; el análisis busca darle al analizado los instrumentos necesarios para que él solo se oriente y vuelva a ser el mismo, el análisis es un proceso hacia adelante en término de crecimiento integración o cura, pero Freud, estableció los cimientos del psicoanálisis y nos dice del mismo como instrumento terapéutico, “dónde está el ello ahí debería estar el yo”. Freud, dice que se busca transformar el ello en yo, a ser consciente lo inconsciente, nos habla de la posibilidad del hombre de controlar sus impulsos a través del autoconocimiento. El nos habla acerca del objetivo del psicoanálisis, y es; fortalecer al yo, ampliar su campo de percepción y engrandecer su organización. Freud explica también que si bien el análisis no puede cambiar al individuo en el sentido constitucional, lo que pone límites, por cierto, a su eficacia, puede hacer del paciente lo que esté habría llegado a ser si las circunstancias de su vida hubieran sido más favorables.

Asimismo el objetivo del psicoanálisis, Freud dice que el propósito del análisis es lograr una imagen de los años olvidados verdadera y completa, el análisis ofrece la posibilidad al paciente de reconocer su propia perspectiva y que sepa que no es la única ni la mejor, ofreciéndole nuevas perspectivas y posibilidades. El tratamiento psicoanalítico se propone reconstruir el pasado borrando las lagunas del recuerdo de la primera infancia, que son producto de la represión mediante la interpretación. En el análisis se busca que el paciente logre comprender que ya no es más un niño indefenso, sino un adulto perfectamente apto para sobrevivir y que tal vez sus padres no son terroríficos como los

vivió en su muy temprana edad. El análisis busca darle al analizado los instrumentos necesarios para que él solo se oriente y vuelva a ser el mismo. Según Menninger y Holzman, no siempre los objetivos del psicoanálisis se pueden enunciar con tanta simpleza, porque en realidad varían mucho, para ellos se refleja en la vida real del paciente, con pasos orientados hacia el mejoramiento de las relaciones con los demás.

Según el psicoanálisis, existe la estructura en la función de la personalidad. El determinismo, ahí se menciona que el comportamiento humano está determinado y depende fundamentalmente de factores intrapsíquicos tales como impulsos, deseos motivados y conflictos internos. Y el énfasis en el papel del conflicto se considera que este es básico en el desarrollo de los síntomas neuróticos, normalmente se considera que los impulsos internos buscan manifestarse y lograr gratificación en contra de las prohibiciones y límites socioculturales. Desde la perspectiva psicoanalítica clásica, se considera que el conflicto no resuelto entre el ello y un superior sobrepunitivo e inhibitorio, es la causa fundamental de los trastornos psicológicos. Según Freud, el conflicto surge de la disputa entre las necesidades de satisfacer los impulsos básicos y las defensas elaboradas para inhibir la expresión consciente de estos impulsos.

De igual manera, los mecanismos de defensa tienen una gran importancia, pues los conflictos psicológicos producen ansiedad que la persona intenta reducir empleando mecanismo de defensa, estos son procesos psicológicos automáticos generalmente inconscientes que protegen a la persona de la ansiedad y del conocimiento de agentes estresantes internos o externos.

Otro punto importante son las técnicas del tratamiento psicoanalítico, la primera es la situación analítica, y es la que abarca la totalidad de las transacciones que se llevan a cabo en el campo configurado por el analista y el analizado desde el comienzo del tratamiento hasta su finalización, y comprende encuadre y proceso. El encuadre, se refiere al conjunto de normas y habitualidades que configuran la relación analista-paciente, en el contexto de la terapia además y esencialmente se relaciona con la actitud psicoanalítica conscientemente receptiva, favorecedora de la comprensión, desprovisto en lo posible de juicios peyorativos de valor. El encuadre se define también como el continente en el que se desarrolla el proceso psicoanalítico.

Existe una regla fundamental para el paciente en las terapias analíticas, y es la asociación libre. Al analizarlo se le solicita que durante el transcurso de las sesiones explique lo que siente y piensa, sin censurarlo y sin que importe que le parezca absurdo, agresivo, banal o le produzca vergüenza o dolor. En cuanto a los rasgos y habilidades de un psicoanalista que debe poseer, se han descrito las siguientes; habilidad para traducir de lo consciente al inconsciente, habilidad para comunicarse con el paciente, habilidad para facilitar la formación de la neurosis de transferencia y la alianza de trabajo.

Otro punto importante son los fenómenos en la terapia psicoanalítica, están las reacciones transferenciales que es sentir impulsos, actitudes, fantasías y defensas respecto de una persona en la actualidad que no son apropiados para tal persona y son una repetición, un desplazamiento de reacciones nacidas en relación con personas que tuvieron importancia en la primera infancia. También está la neurosis de transferencia, el paciente condensa en la disposición transferencial en el analista, las vivencias se sienten en la aquí ahora y la neurosis habitual del paciente se convierte en "neurosis de transferencia".

Asimismo está el análisis de las resistencias, y pueden ser conscientes, preconscientes o inconscientes, y puede expresarse por miedo de emociones, actitudes, ideas, impulsos, pensamientos, fantasía o acciones, en función de la neurosis del paciente las resistencias tienen una función defensiva. La palabra resistencia se refiere a todas las operaciones defensivas del aparato mental provocadas en la situación analítica.

Ahora bien, la interpretación de los actos fallidos, pues es considerado como una producción del inconsciente, un medio un canal o vía por la cual logra expresarse, es el medio a través del cual el inconsciente logra manifestar los deseos que se encuentran depositados en él. Freud conceptualizó el acto fallido como una manifestación, un decir del inconsciente que entra en conflicto con la intención consciente del sujeto, generándose de ese modo el síntoma es a través de este acto fallido que un deseo inconsciente emerge a la conciencia. Se considera que los actos fallidos son los actos psíquicos los cuales son portadores de sentido y están íntimamente conectados con dos intenciones contrapuestas conscientes y lo inconsciente.

Así mismo, hablare de la terapia centrada en el cliente de Carl Rogers, y una de sus características, es la confianza, en la capacidad de la persona para dirigir su propia vida, también el crecimiento de una persona depende de esta tendencia innata a la autorrealización y de un sistema de evaluación de las experiencias como positiva o negativa según sean congruentes o no con la tendencia anterior. Se considera que en la situación terapéutica en la que el cliente es comprendido y aceptado en vez de criticado, esté es libre para verse a sí mismo sin defensas y para reconocer y admitir gradualmente su mismo real, con sus aspectos tanto negativos como positivos.

La terapia Gestalt, es representada por autores como Fritz Perls, Laura Perls, Goodman, Simkin y Hefferline, y una de sus características son; que cada persona tiene una tendencia natural a complementar su existencia, a satisfacer sus necesidades y deseos legítimos, cada persona es responsable de su conducta y se enfatiza el aquí y él ahora, se busca que el cliente no se refugie en el pasado, se persigue que el cliente tomé conciencia de sus necesidades, emociones y demandas del medio, más allá de las intelectualizaciones e interpretaciones, y la conciencia de la persona puede resultar distorsionada o incompleta al tratar de evitar el conflicto entre las propias necesidades y las exigencias del medio.

De igual manera, otro punto importante es la terapia familiar, pues una familia que está desequilibrada con respecto a su propio sistema porque está manteniendo el equilibrio de otro sistema estará perpetuamente expuesta a los efectos destructivos de cadenas de retroalimentación positiva. Todas las familias periódicamente se desequilibran, tienen que hacerlo al ir alterándose las posiciones de poder entre las generaciones, y todas las familias experimentan las presiones que producen círculos viciosos en las relaciones interpersonales. El terapeuta de familia no puede observar y sondear desde afuera, tienen que integrarse en un sistema de personas interdependientes.

En teoría, la familia y el terapeuta comienzan la terapia con la misma meta, la presencia de la familia es un reconocimiento de que sus miembros desean asistencia y de que invitan al terapeuta, un especialista, a introducirse en su sistema y ayudarlos a modificar una situación que sustenta o produce tensión, malestar o sufrimiento. Pero en la práctica es posible y frecuente que los miembros de la familia y el terapeuta no entiendan de la misma manera la localización del sufrimiento, su causa y el proceso de

la curación. En una familia nutricia es sencillo asimilar el mensaje de que la vida y los sentimientos humanos son más importantes que cualquier cosa, los padres de las familias nutricias saben que sus hijos no son malos deliberadamente.

Algunos motivos de conflictos en la familia, es el autoestima, pues cualquier persona que reciba amor estará abierto al cambio, el factor fundamental implícito en lo que suceda dentro y entre los individuos es el autoestima, la olla personal. Cuando la gente se siente que vale poco espera el engaño, el maltrato y el desprecio de los demás, esto abre la posibilidad de convertirse en víctima, esta gente que se siente así exige una monstruosa muralla psicológica detrás de la cual se ocultan y luego se defienden negando lo que han hecho también. También está la comunicación, pues es como una enorme sombrilla que afecta todo lo que sucede a los seres humanos, la comunicación es el factor determinante de las relaciones que establecerá con los demás y lo que sucede con cada una de ellas en el mundo.

La terapia familiar sistemática, también es un punto muy importante, pues para entender la conducta y la experiencia de un miembro de un sistema hay que considerar la del resto de sus miembros, por tanto para comprender un sistema, hay que considerar sus elementos, las propiedades y comportamientos de estos la interacción entre los mismos y las propiedades de la totalidad.

En conclusión, queda claro que las intervenciones son aquellas acciones que hace el psicoterapeuta hacia el paciente, que el psicoanálisis es el análisis en sentido de estudio del alma o mente y se basa en el análisis de los conflictos sexuales inconscientes que se originan en la niñez, pues también queda claro que fue considerada la asociación Libre como una regla fundamental del psicoanálisis.

Antología UDS

Sandler, J., Dare, C., y Holder, A. (1993). El paciente y el analista. Las bases del proceso psicoanalítico. Buenos Aires: Paidós.

Bleichmar, H. (1997) Avances en psicoterapia psicoanalítica. Hacia una técnica de intervenciones específicas. Barcelona: Paidós.

