



Mi Universidad

Cuadro sinóptico.

Nombre del Alumno: Lesly Merari Utrilla López.

Nombre del tema: Modelos y técnicas de intervención psicoterapéutica

Nombre de la Materia: Modelos de intervención en Psicoterapia.

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello.

Nombre de la Licenciatura: Psicología.

Cuatrimestre: séptimo.

**MODELOS Y TÉCNICAS
DE INTERVENCIÓN
PSICOTERAPÉUTICA**

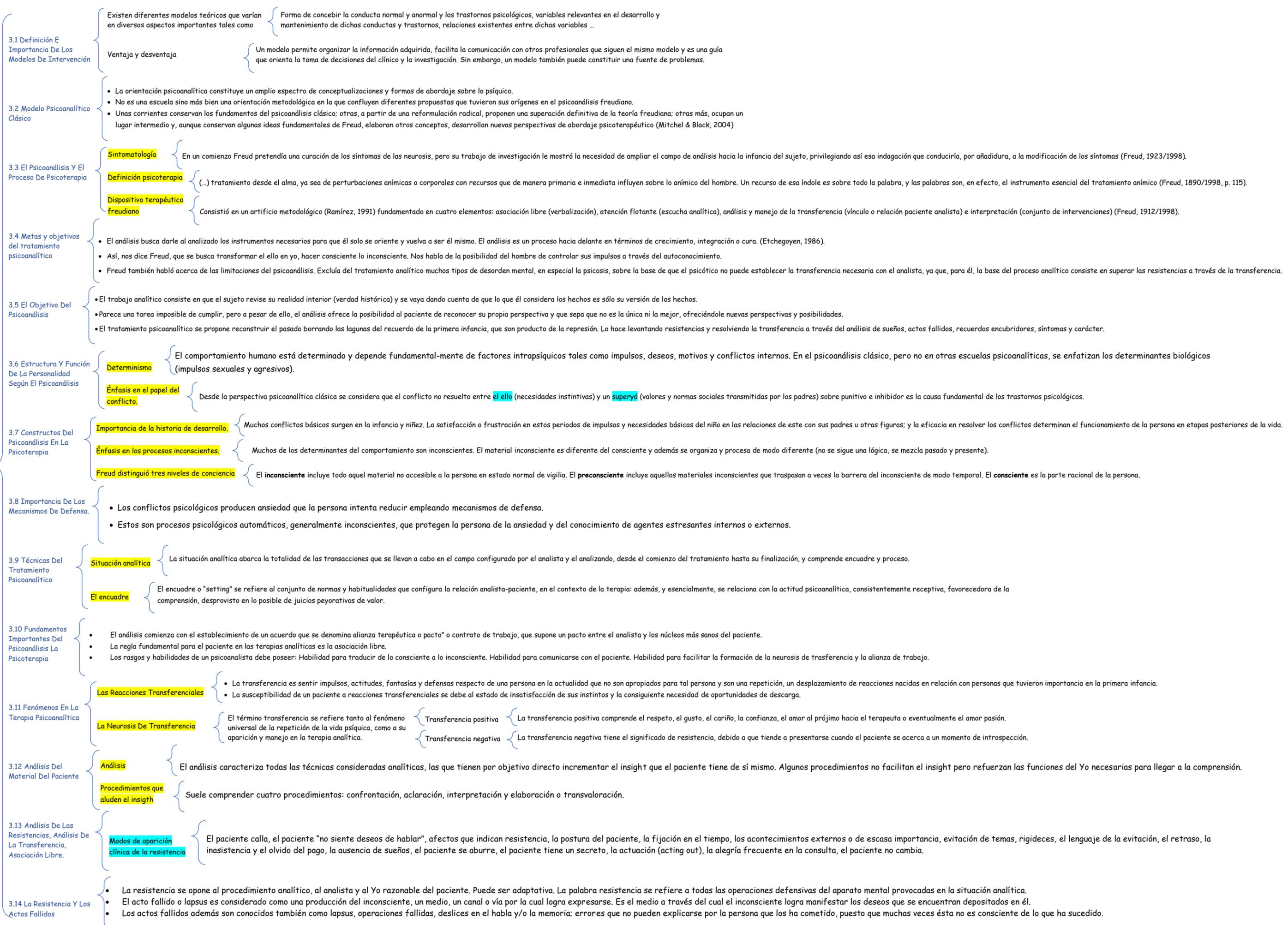
UNIDAD 3

- 3.1 Definición E Importancia De Los Modelos De Intervención
- 3.2 Modelo Psicoanalítico Clásico
- 3.3 El Psicoanálisis Y El Proceso De Psicoterapia
- 3.4 Metas y objetivos del tratamiento psicoanalítico
- 3.5 El Objetivo Del Psicoanálisis
- 3.6 Estructura Y Función De La Personalidad Según El Psicoanálisis
- 3.7 Constructos Del Psicoanálisis En La Psicoterapia
- 3.8 Importancia De Los Mecanismos De Defensa.
- 3.9 Técnicas Del Tratamiento Psicoanalítico
- 3.10 Fundamentos Importantes Del Psicoanálisis La Psicoterapia
- 3.11 Fenómenos En La Terapia Psicoanalítica
- 3.12 Análisis Del Material Del Paciente
- 3.13 Análisis De Las Resistencias, Análisis De La Transferencia, Asociación Libre.
- 3.14 La Resistencia Y Los Actos Fallidos

UNIDAD 4

- 4.1 Modelos Fenomenológicos
- 4.2 Terapia Centrada En El Cliente De Carl Rogers
- 4.3 Terapia Gestalt
- 4.4 Terapia familiar
- 4.5 Los Holones En La Psicoterapia
- 4.6 El Desarrollo Y El Cambio
- 4.7 Técnicas De Intervención Familiar (Virginia Satir)
- 4.8 Motivos De Conflictos En La Familia
- 4.9 La Terapia Familiar Sistémica
- 4.10 Los Principios De La Comunicación

Modelos y técnicas de intervención psicoterapéutica



Modelos y técnicas de intervención psicoterapéutica

4.1 Modelos Fenomenológicos

- Características básicas de los modelos fenomenológicos**
 - Autonomía personal y responsabilidad social, autorrealización, orientación hacia metas y búsqueda de sentido, concepción global de la persona, punto de vista fenomenológico, énfasis en el aquí y ahora, el terapeuta no adopta el papel de experto, e da más importancia a las actitudes del terapeuta que a las técnicas concretas.
- Enfoques fenomenológicos**
 - Positivo
 - Concepción filosófica positiva del hombre, aunque puede ser poco realista. No se centran en la patología, sino en la autorrealización y en lo que el cliente puede llegar a ser.
 - Negativo
 - Los tratamientos fenomenológicos, especialmente los basados en la relación, son vagos y poco realistas. Se centran en la experiencia consciente como determinante de la conducta humana y relegan otros muchos factores.

4.2 Terapia Centrada En El Cliente De Carl Rogers

Características de la psicoterapia centrada en el cliente de Rogers

- Confianza en la capacidad de la persona para dirigir su propia vida
- Enfatizar lo afectivo más que lo intelectual.
- El sistema de evaluación de las experiencias depende por una parte de sentimientos directos u orgánicos. Pero, por otra parte, depende también de los juicios de los otros.
- El crecimiento de una persona depende de esta tendencia innata a la autorrealización y de un sistema de evaluación de las experiencias como positivas o negativas según sean congruentes o no con la tendencia anterior.
- Acentuar la importancia del presente.

4.3 Terapia Gestalt

- Autores**
 - Representada por autores como Fritz Perls, Laura Perls, Goodman, Simkin, Weisz y Hefferline.-
- Características**
 - Cada persona tiene una tendencia natural a completar su existencia (a autorrealizarse), a satisfacer sus necesidades y deseos legítimos.
 - Cada persona es responsable de su conducta.
 - Se enfatiza el aquí y ahora. Se busca que el cliente no se refugie en el pasado.
 - Se persigue que el cliente tome conciencia de sus necesidades, emociones y demandas del medio (tanto positivas como negativas), más allá de las intelectualizaciones e interpretaciones.
- Principios de la Gestalt**
 - Valoración de la actualidad
 - Valoración de la conciencia y aceptación de la experiencia, trascendiendo los discursos intelectuales y las interpretaciones.
 - Valoración de la responsabilidad o integridad. Cada uno es responsable de su conducta.

4.4 Terapia familiar

- Una familia que está desequilibrada con respecto a su propio sistema porque está manteniendo el equilibrio de otros sistemas estará perpetuamente expuesta a los efectos destructivos de cadenas de retroalimentación positiva.
- 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. Tiene que integrarse en un sistema de personas interdependientes.

4.5 Los Holones En La Psicoterapia

- Definición**
 - Arthur Koestler, refiriéndose a esta dificultad conceptual. Creó un término nuevo «para designar aquellas entidades de rostro doble en los niveles intermedios de cualquier jerarquía»: la palabra holón, del griego hoto (todo) con el sufijo on (como en protón o neutrón), partícula o parte.
- Holón individual**
 - El holón individual incluye el concepto de sí mismo en contexto. Contiene los determinantes personales e históricos del individuo. Las familias son sistemas multi-individuales de extrema complejidad, pero son a su vez subsistemas de unidades más vastas: la familia extensa, el vecindario, la sociedad como un todo. La interacción con estos holones más vastos engendra buena parte de los problemas y tareas de la familia, así como de sus sistemas de apoyo.

4.6 El Desarrollo Y El Cambio

- La familia no es una entidad estática. Está en proceso de cambio continuo, lo mismo que sus contextos sociales. Considerar a los seres humanos fuera del cambio y del tiempo responde sólo a una artificial construcción lingüística.
- La familia está de continuo sometida a las demandas de cambio de dentro y de fuera.
- Hay períodos de equilibrio y adaptación, caracterizados por el dominio de las tareas y aptitudes pertinentes. Y hay también períodos de desequilibrio, originados en el individuo o en el contexto.

4.7 Técnicas De Intervención Familiar (Virginia Satir)

El trabajo de Satir se derivó de sus valores y creencias personales, que tenían un carácter espiritual y autotranscendente con similitudes notables a los planteamientos de la corriente psicológica humanista.

- Cinco objetivos generales Modelo de Crecimiento**
 - Aumentar la autoestima
 - Potenciar la toma de decisiones
 - Adoptar responsabilidad personalidad
 - Lograr la autocongruencia
- Principios de la terapia familiar**
 - Cuatro aspectos de la vida familiar**
 - Los sentimientos e ideas que el individuo tiene de sí mismo, a los que llamó autoestima
 - Los métodos que usan las personas ideas a los demás; a esto le llamó comunicación.
 - Las reglas que usan los individuos para normar cómo deben sentirse y actuar; y que después se convierten en lo que denomino reglas que rigen en la vida familiar.
 - La manera de cómo la gente se relaciona con otros individuos e instituciones ajenas a la familia denominado enlace con la sociedad.
 - La autoestima disminuida, que se caracteriza por:**
 - Comunicación indirecta, vaga o poco sincera. Reglas rígidas, inhumanas, fijas e inmutables. El enlace de la familia con la sociedad es temeroso, aplicador e inculporador.

4.8 Motivos De Conflictos En La Familia

- Autoestima**
 - La autoestima es un concepto, una actividad, un sentimiento, una imagen y está representada por la conducta.
 - La autoestima es la capacidad de valor entre el yo y tratarnos con dignidad, amor y realidad.
- Comunicación**
 - 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 comunicación puede ser verbal o no verbal.

4.9 La Terapia Familiar Sistémica

- Autores**
 - Representada por autores como Watzlawick, Minuchin, Haley y Selvini-Palazzoli.
- Características**
 - Enfatizan el papel de los sistemas interpersonales.
 - Los sistemas, tales como las familias y los grupos, tienen varias propiedades.
 - Estructura. Incluye: a) El grado de claridad, difusión o rigidez de los límites entre los miembros del sistema. b) El grado en que existe una jerarquía (quién está a cargo de quién y de qué). c) El grado de diferenciación o medida en que los miembros del sistema tienen identidades separadas sin dejar de mantener el sentido del sistema como un todo.

4.10 Los Principios De La Comunicación

Los miembros de un sistema se comunican entre sí y se han distinguido varios principios básicos de tipo comunicacional

- Es imposible no comunicar.
- En toda comunicación pueden distinguirse aspectos de contenido, generalmente expresados por medios verbales, y aspectos relacionales, los cuales vienen definidos normalmente por el comportamiento no verbal (tono de voz, gestos, etc.)
- La incongruencia entre los dos niveles de comunicación (de contenido y relacional) da lugar a mensajes paradójicos.
- Las relaciones pueden ser simétricas o complementarias.

Patrones negativos de comunicación son:

- culpar y criticar sin ver la propia responsabilidad y/o sin motivación para cambiar las cosas;
- "adivinar" los pensamientos de los otros y actuar en consecuencia sin preguntarles lo que piensan y sienten;
- hacer afirmaciones incompletas (p.ej., "estoy enfadado") sin especificar por qué;
- tomar los eventos modificables como si no lo fueran ("no puedo lograr que mis hijos me respeten");

CONCLUSIÓN:

La psicología es una ciencia importante en nuestros tiempos, en especial, después de la pandemia. Ella puso en acción a millones de especialistas, para estudiar y atender todos aquellos estragos que ocasiono, la psicología y los profesionales de salud mental no fueron la excepción. Ya que, la psicoterapia ha sido una poderosa herramienta después de las pérdidas humanas, el proceso del confinamiento y lo traumático de contraer la enfermedad, sin mencionar los malestares físicos que dejaron.

Pero la psicoterapia, no solo ha sido de ayuda en ese punto, sino que abarca muchos ámbitos, como antes se mencionaba como: el familiar; así como las diversas corrientes con las que un psicoterapeuta puede trabajar.

Los pacientes son los que darán pauta a como proceder con sus problemas o dificultades. Cada una de las personas tiene necesidades específicas, y en cada una de las situaciones del día a día pueden ocurrirnos cosas negativas, las cuales llegan a afectar nuestro estado de animo o nuestra estima, entre otras situaciones. Ya que somos seres sociales, nos relacionamos todos los días con personas ya sea cercana o lejana. En nuestro hogar, nuestros familiares, en el lugar de trabajo o en el lugar escolar, etc. El hecho de relacionarse con otras personas hace que nosotros debamos saber el arte de la comunicación y que aprendamos a tener la disposición de sobrellevar a los demás.

El saber mantener el equilibrio es clave cuando estamos en medio donde nos encontramos sujetos a cambio, cuando un individuo no logra adaptarse, tiene crisis e incluso a colapsar. Es por ello que el saber emplear nuestro autoconocimiento y ser paciente con los demás puede ayudarnos a estar en paz. ¿Por qué a algunas personas les cuesta mas estar en calma? El psicoanálisis nos dice que las personas son un reflejo interno de todo aquello que han vivido en su infancia y a lo largo de su desarrollo. La psicoterapia es la solución a las personas que nos encuentran en condiciones óptimas para su desarrollo o que no se sienten plenas.

Un psicoterapeuta debe tener la habilidad suficiente para identificar el problema de su paciente, para saber como trabajar con el y para lidiar con los problemas que se susciten como lo que se menciona de la resistencia. Hay muchas técnicas y un solo problema puede tratarse de diferentes formas.

Siempre hay que destacar que el ir a terapia psicológica se ha convertido en un proceso cada día más normal, las personas hoy le dan más importancia a su salud mental. Las situaciones laborales y urbanas preocupan cada ves más a los seres humanos. Informarse y prevenir es una responsabilidad como personas.

Referencias consultadas:

- *Modelos de intervención en psicoterapia*. (s.f.). [Universidad del Sureste]
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LPS/1f8329ca318292b1954828989d7d0243-LC-LPS705-MODELOS%20DE%20INTERVENCION%20EN%20PSICOTERAPIA.pdf>

Consultado el 01 de diciembre de 2022

- Martorell, J. (2014). *Psicoterapias*. Editorial Pirámide.
- García, O. (2022). *Mi cuaderno de terapia psicológica*. Independently published.