



Nombre de alumno: Jorge Luis Cruz
García

Nombre del profesor: Luis Ángel
Galindo Arguello

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico

Materia: Modelos de intervención en
Psicoterapia

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 7° cuatrimestre

Grupo: Sábados

MODELOS Y TECNICAS DE INTERVENCION PSICOTERAPEUTICA

PSICOANALISIS

PSICOANALISIS CLASICO

CARACTERISTICAS

- ENFASIS EN EL YO
- ENFASIS EN LAS EXPERIENCIAS PSICOSOCIALES
- ENFANSIS EN FACTORES INTERPERSONALES
- ENFASIS EN LA NATURALEZA DE LA ORGANIZACION DE LA PERSONALIDAD EN LUGAR DE EN LOS CONFLICTOS DINAMICOS ESPECIFICOS

PSICODINAMICO

CARACTERISTICAS

- IMPERATIVOS PRACTICOS, TRATAMIENTOS MENOS REGRESIVOS E INTENSOS
- TRATAMIENTOS DE MENOR DURACION
- EL TERAPEUTA ES MAS ACTIVO Y DIRECTO
- MAYOR CONCENTRACION EN LOS ASPECTOS ACTUALES Y EN LA RESOLUCION DE PROBLEMAS ESPECIFICOS
- SE ENFATIZA LA SOLUCION DE FOCOS PROBLEMATICOS EN LUGAR DE LA REESTRUCTURACION GLOBAL DE LA PERSONALIDAD
- ADEMAS DE LA INTERPRETACION, SE UTILIZAN INTERVENCIONES EDUCATIVAS Y DE APOYO

TECNICAS

- ASOCIACION LIBRE:**EL PSICOANÁLISIS EMPLEA UNA SERIE DE TÉCNICAS PARA AYUDAR AL PACIENTE A SACAR A FLOTE CONFLICTOS QUE HA REPRIMIDO. EL TERAPEUTA ASOCIA LO QUE EL PACIENTE HA VERBALIZADO.
- RESISTENCIA:**SURGEN BLOQUEOS QUE PRÁCTICAMENTE SE LEVANTAN IMPLACABLES FRENTE A LOS PENSAMIENTOS QUE SUPUESTAMENTE FLUYEN CON LIBERTAD.
- ANÁLISIS DE SUEÑOS:**TÉCNICA ANALÍTICA CLÁSICA DONDE EL TERAPEUTA GUÍA AL PACIENTE PARA QUE RECUERDE SUS SUEÑOS A FIN DE LUEGO ANALIZARLOS.
- TRANSFERENCIA:**LA FORMA EN COMO LOS PACIENTES SE COMPORTAN DE UNA MANERA DEMASIADO EMOCIONAL Y POCO REALISTA HACIA SU TERAPEUTA.
- CONTRATRANSFERENCIA:**SON LOS SENTIMIENTOS DEL ANALISTA HACIA EL PACIENTE.
- ABSTINENCIA:**NO DEBE ELOGIAR AL PACIENTE, SINO PREGUNTARLE ACERCA DE SU PERCEPCIÓN, BUSCAR EL PORQUÉ DE ESAS NECESIDADES.
- SUGESTIÓN:**CONSISTE EN LA CAPACIDAD TERAPEÚTICA DE CONVENCER AL PACIENTE A TRAVÉS DE ELEMENTOS AFECTIVOS.
- PERSUASIÓN:**RESIDE EN TRANSMITIR A UN PACIENTE LA CONVICCIÓN DE ALGO QUE EL TERAPEUTA HA ENTENDIDO SOBRE EL, MEDIANTE LA UTILIZACIÓN DE MECANISMOS PREDOMINANTEMENTE INTELECTUALES.
- ABREACCIÓN O CATARSIS:**LA CATARSIS IMPLICA DESCARGA EMOCIONAL Y CORRESPONDE AL RECUERDO MÁS O MENOS EXPLOSIVO DE UNA SITUACIÓN, ACOMPAÑADO DE SUS COMPONENTES AFECTIVOS.
- CLARIFICACIÓN:**ES LA TRADUCCIÓN (SIN METABOLIZACIÓN) DE LOS CONTENIDOS DEL PACIENTE INTEGRANDO ELEMENTOS CONSCIENTES Y PRECONSCIENTES, SIN APELAR A LO INCONSCIENTE NI AL MANEJO DE LA TRANSFERENCIA.

HUMANISMO

CARACTERISTICAS

- CONFIANZA EN KA CAPACIDAD DE LA PERSONA PARA DIRIGIR SU PROPIA VIDA
- LAUTORREALIZACION NO SIGNIFICA EGOISMO
- LA DEPENDENCIA DE LAS NORMA S Y VALORES SOCIALES, ENTORPECE EL CRECIMIENTO PERSONAL
- FACILITAR LA AUTORREALIZACIÓNDEL CLIENTE
- ENFATIZAR LO AFECTIVO MÁS QUE LO INTELECTUAL
- ACENTUAR LA IMPORTANCIA DELPRESENTE
- CONSIDERAR LA RELACIÓN TERAPEÚTICA COMO UNA EXPERIENCIA DE CRECIMIENTO.

TECNICAS

- ENTREVISTAS:**NO TIENE PRETENSIONES DE DIAGNÓSTICO, SINO DE AYUDA PERSONALIZADA AL SUJETO CON PROBLEMAS.
- PIRÁMIDE DE LAS NECESIDADES DE MASLOW:**NUESTRAS ACCIONES ESTÁN MOTIVADAS PARA CUBRIR CIERTAS NECESIDADES.
- TÉCNICAS DE PSICOTERAPIA BREVE:**LLAMADAS DE EMERGENCIA O A CORTO PLAZO; ENTRE ELAS TENEMOS: A LA ORIENTACIÓN, CONSEJERÍA Y SE USAN EN CASOS DE ESTRÉS, INDECISIÓN, DEPRESIÓN Y ANSIEDAD, EN SITUACIONES PREQUIRURGICAS Y CONFLICTOS INTERPERSONALES, ENTRE OTROS.
- TÉCNICA DE PSICOTERAPIA PROFUNDA:**SON ÚTILES ESPECIALMENTE EN CASOS DE NEUROSI. FOBIAS, HISTERIAS Y OTROS TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD, ASI COMO EN LAS PSICOSIS EXCLUYENDO SUS ESTADIOS AGUDOS.
- REGRESIÓN TERAPEÚTICA:**ES UNA TÉCNICA MUY ÚTIL PARA CONSEGUIR LA MEJORIA O ELIMINACIÓN DE TRASTORNOS PSICOLÓGICOS, PERO HAY QUE TENER EN CUENTA QUE SIEMPRE DEBE HACERSE POR UN TERAPEUTA EXPERIMENTADO
- LA INTENCIÓN PARADÓJICA:**EN LA QUE SE INVITA AL PACIENTE A INTENSIFICAR SU SINTOMA, CON LO QUE SE CAMBIA EL SENTIDO DE SU APARICIÓN.
- LA DE REFLEXIÓN:**O ENTRENAMIENTO PARA NO PRESTAR UNA ATENCIÓN INADECUADA AL SINTOMA.
- EL CUESTIONAMIENTO:**POR MEDIO DE PREGUNTAS DE LAS INTERPRETACIONES DEL PACIENTE.
- LA BIBLIOTERAPIA:**O SUGERENCIA DE LECTURAS RELEVANTES AL MOMENTO EXISTENCIAL O LA PROBLEMÁTICA DEL PACIENTE
- LA PSICOTERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE:**SE UTILIZA LA ESCUCHA ACTIVA, DANDO RESPUESTAS QUE SE DENOMINAN REFLEJO.

FENOMENOLOGICO

CARACTERISTICAS

- CADA PERSONA TIENE UNA TENDENCIA NATURAL A COMPLETAR SU EXISTENCIA (A AUTORREALIZARSE)
- 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 TOMA CONCIENCIA DE SUS NECESIDADES, EMOCIONES Y DEMANDAS DEL MEDIO (TANTO POSITIVAS COMO NEGATIVAS), MÁS ALLÁ DE LAS INTELECTUALIZACIONES E INTERPRETACIONES.
- LA CONCIENCIA DE LA PERSONA PUEDE RESULTAR DISTORSIONADA O INCOMPLETA AL TRATAR DEEVITAREL CONFLICTO ENTRE LAS PROPIAS NECESIDADES Y LAS EXIGENCIAS DEL MEDIO

TECNICAS

- ACTUACIÓN E IDENTIFICACIÓN:** EL SUJETO DEBE ACTUAR SUS SENTIMIENTOS Y EMOCIONES, LLEVARLAS A LA PRÁCTICA PARA IDENTIFICARSE CON ELAS, E INTEGRARLAS A SU PERSONALIDAD.
- MAXIMIZAR LA EXPRESIÓN:**SE LE DA AL SUJETO UN CONTEXTO NO ESTRUCTURADO PARA QUE SE CONFRONTE CONSIGO MISMO Y SE HAGA RESPONSABLE DE LO QUE ES. SE PUEDEN TRABAJAR CON INDUCCIONES IMAGINARIAS DE SITUACIONES DESCONOCIDAS O RARAS, PARA QUE AFLOREN TEMORES, SITUACIONES INCONCLUSAS.
- SILLA VACÍA:**TRANSFORMA LA SESIÓN DE TERAPIA EN UNA SITUACIÓN FICTICIA. NOS PERMITE CONECTARNOS EMOCIONALMENTE CON NUESTRA PROPIA EXPERIENCIA PARA INTEGRARLA EN NUESTRA VIDA, CONSISTE EN UN JUEGO DE ROLES, DONDE EL SUJETO TRABAJA IMAGINARIAMENTE SUS PROBLEMAS CON OTROS. TAMBIEN SE PUEDEN USAR LAS INDUCCIONES IMAGINARIAS PARA RECONSTRUIR SITUACIONES, Y REVIVIRLAS DE MANERA SANA, EXPERIMENTANDO TODO LO QUE SE EVITÓ LA PRIMERA VEZ.
- EXPRESAR LO NO EXPRESADO:**MAXIMIZANDO LA EXPRESIÓN, DANDO UN CONTEXTO NO ESTRUCTURADO AL SUJETO, PARA QUE SE ENFRENTA A SI MISMO Y ASUMA LA RESPONSABILIDAD. PERMITE TRABAJAR CON INDUCCIONES IMAGINARIAS DE SITUACIONES DESCONOCIDAS, PARA QUE AFLOREN LOS TEMORES Y SITUACIONES INACABADAS.
- PSICODRAMA:**INTEGRA EL CUERPO, LAS EMOCIONES Y EL PENSAMIENTO, DONDE CAMBIO DE ROLES QUE PERMITE A LA PERSONA REPRESENTAR POR MEDIO DE LA ACCIÓN ALGÚN EPISODIO REAL, IMAGINARIO O GUARDADO EN LA MEMORIA Y PONERSE EN EL LUGAR DE OTRO.
- DRAMATIZACIÓN:**PERMITE PODER VESTIRNOS DE DISTINTAS FORMAS, EXPERIMENTARLAS Y ALIMENTAR AQUELLAS QUE PUEDEN AYUDARME A GESTIONAR LO FÁCIL Y LO DIFÍCIL DE LA VIDA, APRENDEMOS CON LA DRAMATIZACIÓN A RELACIONARNOS DE DISTINTA MANERA CON NOSOTROS MISMOS Y CON LOS DEMÁS.
- ASIMILACIÓN DE PROYECCIONES:**INTENTA QUE EL SUJETO RECONOZCA LAS PROYECCIONES QUE EMITE COMO PROPIAS. SE LE PUEDE PEDIR QUE VIVA LO PROYECTADO COMO SUYO.
- EXPLORACIÓN DE LA CREATIVIDAD:**UTILIZANDO EL DIBUJO AL REAPROPIARME DE LO QUE PONGO EN EL MUNDO EXTERIOR Y QUE TIENE QUE VER CON MIS PROPIOS CONTENIDOS INTERIORS. Y LAS FANTASÍAS (NO DIRIGIDAS, SEMIDIRIGIDAS Y DIRIGIDAS) PARA EXPLORAR Y DESCUBRIR ASPECTOS PERSONALES.
- LA AMPLIFICACIÓN O EXAGERACIÓN:**DE MOVIMIENTOS O RASGOS YA QUE SIRVE PARA QUE EL INDIVIDUO SE ESCUCHE MEJOR DESDE ASPECTOS QUE SON CASI IMPERCEPTIBLES.
- POLARIDADES:**LO IMPORTANTE ES EXPLORARLAS, PARA PONERNOS EN CONTACTO CON ELAS E IR INTEGRANDO EN LA MEDIDA DE LO POSIBLE LAS PARTES QUE SON APARENTEMENTE CONTRADICTORIAS. LOS PUESTOS NO SON MÁS QUE ASPECTOS DE LA REALIDAD QUE NECESITAN SER INTEGRADOS.

GESTAL

CARACTERISTICAS

- LA MAYOR PARTE DE LA CONDUCTA HUMANA ES APRENDIDA Y ESTÁ, POR ENDE, SUJETA AL CAMBIO.
- CIERTOS CAMBIOS ESPECÍFICOS DEL AMBIENTE DEL INDIVIDUO PUEDEN AYUDAR A MODIFICAR CIERTAS CONDUCTAS... PROVOCAN CAMBIOS PERTINENTES DE LA CONDUCTA DE LA PERSONA MODIFICANDO EL AMBIENTE.
- LOS PRINCIPIOS DEL APRENDIZAJE SOCIAL... COMO EL REFUERZO Y EL MODELADO... DESARROLLAN PROCEDIMIENTOS PARA EL ASESORAMIENTO.
- LA EFICACIA DEL ASESORAMIENTO Y SUS RESULTADOS SE EVALUAN SOBRE LA BASE DE LOS CAMBIOS DE LA CONDUCTA ESPECÍFICA DEL SUJETO, FUERA DE LAS ENTREVISTAS.
- LOS PROCEDIMIENTOS DEL ASESORAMIENTO NO SON ESTÁTICOS, FIJOS, NI PREDETERMINADOS, SINO QUE SON ESPECIFICOS PARA AYUDAR A LA PERSONA A RESOLVER UNA SITUACIÓN DETERMINADA.

TECNICAS

- DESENSIBILIZACIÓN SISTEMÁTICA:**CONSISTE EN LA APLICACIÓN DE UNA JERARQUÍA DE ESTÍMULOS ESTRESANTES A TRAVÉS DE IMÁGENES VISUALES, EVOCACION DE LA SITUACIÓN ANSIOSA CON AYUDA DEL TERAPEUTA, EXPOSICIÓN EN IMAGINACIÓN, EN REALIDAD VIRTUAL, O EN VIVO DEL ESTÍMULO ESTRESANTE.
- MOLDEAMIENTO:**CONSISTE EN REFORZAR LAS CONDUCTAS QUE MÁS SE APROXIMAN A LAS DESEADAS, A LO LARGO DE UN CONTINUO DE APROXIMACION HASTA QUE EL ORIENTADO REALICE.
- ENCADENAMIENTO:**EL ENCADENAMIENTO SE EMPLEA CUANDO LA CONDUCTA QUE SE DESEA LOGRAR SE COMPONE DE UNA SECUENCIA REPETITIVA.
- REFORZAMIENTO NEGATIVO:**ESTÍMULO AVERSIVO SE EMPLEA, PARA AUMENTAR O MANTENER LA CONDUCTA. SE ELIMINA UN ESTÍMULO AVERSIVO PARA LOGRAR UNA CONDUCTA.
- CONTRATO DE CONTINGENCIAS:**EN ESTA TÉCNICA SE ESTABLECE UN CONTRATO ENTRE DOS PARTES PARA CONTROLAR LAS CONSECUENCIAS DE LA CONDUCTA.
- ECONOMÍA DE FICHAS:**CONSISTE EN ESTABLECER LAS CONDUCTAS META QUE SE DESEAN ALCANZAR, LUEGO SE DEBEN SELECCIONAR LOS REFORZADORES DE APOYO Y EVALUAR LA POSIBILIDAD DE OTORGARLOS REALMENTE. EL SIGUIENTE PASO CONSISTE EN EL DISEÑO DE UN MÉTODO PARA ADMINISTRAR LA DISTRIBUCIÓN DE LAS FICHAS.
- REFORZADORES SOCIALES:** SE REFUERZAN MEDIANTE PALABRAS, GESTOS, APLAUSOS PARA QUE LA PERSONA SIGA HACIENDO ESE TIPO DE CONDUCTAS.
- IMPLOSIÓN:**SE EXPONE AL ORIENTADO DE FORMA CONTINUA Y REPETIDA A LOS ESTÍMULOS TEMIDOS Y EVITADOS, CON EL PROPOSITO DE PROVOCAR UNA RESPUESTA EMOCIONAL INTENSA Y FACILITAR DE ESTE MODO EL PROCESO DE EXTINCIÓN.
- INUNDACIÓN:**SE PRESENTAN AL ORIENTADO LOS ESTÍMULOS TEMIDOS DURANTE LARGOS PERIODOS MIENTRAS SE IMPIDE LA RESPUESTA DE EVITACIÓN.
- REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA:**SE CENTRA EN AQUELLOS PENSAMIENTOS Y CREENCIAS, A MENUDO REPETITIVOS Y RECURRENTES, QUE INFLUYEN EN NUESTRAS EMOCIONES Y CONDUCTAS.

CONDUCTUALES Y COGNITIVO-CONDUCTUAL

CARACTERISTICAS

- LOS TRASTORNOS SURGEN
 - A) CUANDO ADAPTARSE AL SISTEMA REQUIERE PENSAR, SENTIR Y/O ACTUAR DE UNA MANERA QUE RESULTA PERJUDICIAL PARA UNA PERSONA.
 - B) CUANDO UNA PERSONA INTENTA CAMBIAR SUS FUNCIONES O PAUTAS DE INTERACCIÓN DENTRO DEL SISTEMA SIN TENER PODER O CAPACIDAD SUFICIENTE PARA VENCER O SORTEAR LAS RESISTENCIAS DEL SISTEMA.
- ENFATIZAN EL PAPEL DE LOS SISTEMAS INTERPERSONALES.
- ENTENDER LA CONDUCTA Y LA EXPERIENCIA DE UN MIEMBRO DE UN SISTEMA
- EL MIEMBRO DE LA FAMILIA QUE SEGÚN ESTA ES EL QUE PRESENTA EL PROBLEMA(PACIENTE IDENTIFICADO) ES CONSIDERADO COMO UNA EXPRESIÓN DE LA DISFUNCIÓN DEL SISTEMA
- LA TERAPIA ENFATIZA EL PRESENTE Y SUELE SER BREVE. POR LO GENERAL, NO PASA DE 20 SESIONES REPARTIDAS A LO LARGO DE UN MÁXIMO DE 2 AÑOS.
- SE RECONOCE LA IMPORTANCIA DE LA CORDIALIDAD Y EMPATÍA POR PARTE DEL TERAPEUTA, UNIDAS, POR LO GENERAL, A UN ESTILO DIRECTIVO POR PARTE DE ESTE.

TECNICAS

- DIRECTIVAS:**DEL TERAPEUTA CONSTITUYE UN MENSAJE PARA QUE LA OTRA PERSONA HAGA ALGO.
- CARTA:**SE LE PIDE AL PACIENTE QUE REALICE UNA CARTA DE TAL FORMA QUE CONTENGA FRASES MOTIVADORAS PARA DE ESTA MANERA SUPERAR LAS DIFERENTES ADVERSIDADES A LAS QUE SE PUDIERA ENFRENTAR.
- DIRECTIVAS DIRECTAS:**PIDIENDO QUE SE DEJE DE HACER LO QUE SE HA VENIDO HACIENDO O DICIENDO QUE SE HAGA ALGO DIFERENTE.
- DIRECTIVAS INDIRECTAS:** (AREAS PARADÓJICAS). ESTAS TAREAS SE EMPLEAN CUANDO LAS FAMILIAS, AUNQUE SOLICITAN AYUDA DESESPERADAS, RECHAZAN TODAS AQUELLAS TENTATIVAS DE SOLUCIÓN QUE SE LES OFRECEN. DAN SIEMPRE DOS MENSAJES TRANSMITIDOS A NIVELES DIFERENTES: CAMBIEN Y, DENTRO DEL MENSAJE, NO CAMBIEN, CON ESTOS MENSAJES EL TERAPEUTA PROVOCÁ QUE LA FAMILIA SE RESISTA Y, DE ESE MODO, CAMBIE.
- VISUAL-AUDITIVO-TÁCTIL 4, 3, 2, 1:**SE TIENE QUE REPETIR A SÍ MISMO LA FRASE «AHORA SOY CONSCIENTE DE...», Y DECIR MENTALMENTE CUATRO COSAS QUE PERCIBÍA VISUALMENTE, DESPUÉS TENÍA QUE DECIR CUATRO COSAS PERCIBIDAS AUDITIVAMENTE Y POR ÚLTIMO TENÍA QUE DESCRIBIR CUATRO COSAS PERCIBIDAS CON EL TACTO.
- UTILIZACIÓN:**ES LA PRONTITUD DEL TERAPEUTA PARA RESPONDER ESTRATÉGICAMENTE A TODOS LOS ASPECTOS DEL PACIENTE O DEL AMBIENTE. ES DECIR, SEÑALA QUE EL TERAPEUTA PARTICIPA ACTIVAMENTE EN EL PROCESO DE COCREACIÓN DEL CAMBIO QUE TIENE LUGAR EN EL PACIENTE.
- DÍAS IMPARES, DÍAS PARES:** PRESCRIBIR COMPORTAMIENTOS "VIEJOS" (DISFUNCIONALES) LOS DÍAS IMPARES Y COMPORTAMIENTOS "NUEVOS" LOS DÍAS PARES, DISMINUYE EN ALGO LA RESISTENCIA AL CAMBIO, YA QUE LA GENTE SABE QUE EL NUEVO COMPORTAMIENTO SÓLO DURARÁ UN DÍA Y QUE LUEGO SERÁ SEGUIDO SIEMPRE POR EL COMPORTAMIENTO VIEJO".
- REDEFINICIÓN:**CAMBIAR LA "ETIQUETA" O CONCEPCIÓN DEL PROBLEMA ASOCIADO AL MISMO.
- ESCULTURA:**SE LE PIDE QUE REPRESENTEN A SU FAMILIA. UNA VEZ LO REPRESENTEN, SE PUEDE PREGUNTAR CÓMO SE SIENTEN EN ESA SITUACIÓN. QUE LES GUSTARÍA CAMBIAR, SE PUEDEN HACER COMENTARIOS SOBRE LA DISTANCIAS ENTRE CADA UNO O LA SENSACIÓN QUE DA LA FAMILIA, ETC.
- GENOGRAMA:**ES UNA MANERA DE REPRESENTAR A LA FAMILIA Y LAS RELACIONES ENTRE SUS MIEMBROS.

SISTEMICOS

CONCLUSION

En este cuadro sinóptico se presentan los diferentes modelos para la realización de un proceso terapéutico. Existen diferentes modelos de intervención, técnicas y cada una con características diferentes.

De estos modelos como el psicoanálisis, el conductual, cognitivo-conductual, los fenomenológicos, y sistémicos, es que el profesional de salud tiene la opción de elegir el modelo que más le convenga para la psicoterapia.

Cada uno de estos modelos con sus propias ventajas y desventajas, es ahí donde entra el conocimiento del psicoterapeuta, para saber elegir y proporcionar el adecuado para su paciente.

Cada modelo se ha ido desarrollando con el tiempo, hoy en día se utiliza una mezcla de ellos, en la cual se le llama eclecticismo, que consiste en que los psicoterapeutas van tomando técnicas y herramientas de los diferentes modelos según su necesidad.

Bibliografía

Lopez, A. B. (2008). *LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA: CARACTERÍSTICAS Y MODELOS*. Barcelona: Universidad de Barcelona.

Psicoadultos online. (s.f.). Obtenido de tecnicas de psicoterapia:
<https://sites.google.com/site/psicoadultosonline/tecnicas-del-psicoanalisis>

UDS. (2005). *Modelos de Intervencion en Psicoterapia*. Comitan: UDS.