



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Citlali Jazmin Catemaxca Escobedo.

Nombre del tema: Técnicas del tratamiento psicoanalítico.

Parcial: IV.

Nombre de la Materia: Psicología clínica.

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina Roman.

Nombre de la Licenciatura: Psicología.

Cuatrimestre: 5to.

Las técnicas del tratamiento psicoanalítico tienen sus raíces en la teoría psicoanalítica de Sigmund Freud, que se desarrolló durante finales del siglo XIX y principios del siglo XX.

En esta teoría, Freud propuso que los seres humanos tenemos procesos mentales inconscientes que influyen en el comportamiento y bienestar emocional, para ayudar a sus pacientes a comprender y manejar estos procesos, Freud desarrolló una variedad de técnicas terapéuticas.

El psicoanálisis es un enfoque terapéutico que se enfoca en explorar el subconsciente de los pacientes para ayudarles a comprender y resolver problemas emocionales y mentales.

El tratamiento psicoanalítico es una técnica terapéutica que busca explorar el inconsciente de un paciente con el fin de que este pueda entender mejor sus pensamientos y emociones, y así poder cambiar patrones de pensamiento y comportamiento que le impiden vivir una vida plena y satisfactoria.

En el psicoanálisis, el terapeuta trabaja con el paciente para ayudarlo a explorar los aspectos de su vida que le preocupan, ayudándole a descubrir los patrones de pensamiento subyacentes que pueden estar causando sus problemas.

Algunas de las principales técnicas utilizadas en el tratamiento psicoanalítico incluyen: La asociación libre, interpretación, análisis de sueño, resistencia, transferencia, contratransferencia y la abstinencia.

La libre asociación, en esta técnica el paciente se sienta cómodamente y se le pide que hable sobre cualquier pensamiento, emoción o recuerdo que venga a su mente, sin importar cuán insignificante o embarazoso pueda parecer, el analista escucha atentamente y trata de hacer conexiones entre los pensamientos inconexos del paciente, buscando patrones y temas recurrentes, de esta manera, el paciente puede empezar a comprender mejor sus procesos mentales inconscientes y a desarrollar herramientas para abordarlos.

La interpretación, el analista hace suposiciones sobre el significado oculto de los pensamientos y las emociones del paciente y le ayuda a ver los patrones, los procesos inconscientes, en algunos casos, el analista puede incluso hacer interpretaciones más profundas sobre la situación del paciente en su vida con el objetivo de ayudarles a adquirir una comprensión más profunda y una perspectiva diferente.

La interpretación de los sueños, como bien se sabe los sueños pueden ser una ventana al subconsciente y la interpretación de los sueños puede ayudar al paciente a entender mejor sus pensamientos y emociones, además, al interpretar los sueños, el terapeuta puede obtener una mejor comprensión de los patrones de pensamiento y comportamiento del paciente.

La transferencia y contratransferencia ayudan al paciente a explorar sus problemas en una relación terapéutica segura y comprensiva. La transferencia ocurre cuando el paciente proyecta sus sentimientos y emociones hacia el terapeuta, mientras que la contratransferencia se refiere a los sentimientos y emociones del terapeuta hacia el paciente. Al utilizar estas técnicas, se puede ayudar al paciente a entender mejor sus relaciones y patrones de pensamiento.

La abstinencia, el terapeuta se abstiene de proporcionar cualquier tipo de consejo o solución directa a los problemas del paciente, sino que se enfoca en ayudar al paciente a desarrollar su propio entendimiento y soluciones.

El tratamiento psicoanalítico es una técnica terapéutica altamente efectiva que puede ayudar a las personas a entender mejor sus pensamientos y emociones, y así poder cambiar la forma en que ven y experimentan el mundo que los rodea.

Un tratamiento psicoanalítico puede variar según varios factores, como la duración del tratamiento, la situación específica del paciente, los objetivos del paciente y del terapeuta y la eficacia del tratamiento.

Sin embargo, uno de los objetivos principales de un tratamiento psicoanalítico es lograr una mejor comprensión del funcionamiento mental y la dinámica inconsciente del paciente, con el objetivo final de aliviar los síntomas, promover el crecimiento psicológico y mejorar el bienestar del paciente.

La finalización de un tratamiento psicoanalítico puede implicar una disminución gradual de la frecuencia de las sesiones de terapia, a medida que el paciente se vuelve más autónomo y autosuficiente, pero debe ser acordado mutuamente por el terapeuta y el paciente.