

# **MODELOS DE INTERVENCIÓN**

LA TRADUCCIÓN LITERAL DE PSICOTERAPIA SERÍA "TRATAMIENTO DE LA PSIQUE". A PESAR DE QUE EN VERDAD ÉSTA NO ES UNA DEFINICIÓN SUFICIENTE DE LA ACTIVIDAD

LA PSICOTERAPIA GOZA DE UNA REPUTACIÓN ESPECIAL ENTRE EL PÚBLICO. SE PERCIBE COMO UN TRATAMIENTO ALGO MISTERIOSO QUE ES LO SUFICIENTEMENTE PODEROSO COMO PARA CORREGIR LA CONDUCTA MÁS ABERRANTE.

LA PSICOTERAPIA, VISTA PARCIALMENTE COMO UN ARTE Y UNA CIENCIA, SE BENEFICIA DE LA MÍSTICA QUE RODEA A AMBOS CAMPOS

## Definición de psicoterapia.

LA RELACIÓN PSICOTERAPÉUTICA ES UNA ALIANZA DE APOYO 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.

LA PSICOTERAPIA 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.

EL PODER QUE MUCHOS ADJUDICAN A LA PSICOTERAPIA SE HA MAGNIFICADO POR EL HECHO DE QUE POR LO GENERAL LOS CLIENTES ACUDEN A LA PSICOTERAPIA DESPUÉS DE QUE SE HAN DEBATIDO POR UN TIEMPO CONSIDERABLE SI EN VERDAD "NECESITAN" TRATAMIENTO.

LOS CLIENTES QUE INICIAN UNA PSICOTERAPIA A MENUDO LO HACEN CREYENDO QUE ESTÁN A PUNTO DE OCUPARSE EN UNA EXPERIENCIA ÚNICA, PODEROSA Y CASI IRRESISTIBLE QUE CONDUCTIRÁ UN EXPERTO QUE TIENE SUFICIENTES HABILIDADES Y ENTRENAMIENTO COMO PARA HACER MILAGROS

EL PROCESO TERAPÉUTICO ES BÁSICO ENTRE EL PROFESIONAL DE LA PSICOLOGÍA Y EL PACIENTE E INCLUYE DESDE LA PRIMERA CONSULTA HASTA LA FINALIZACIÓN PROGRESIVA DEL TRATAMIENTO.

EL PROCESO TERAPÉUTICO CONSISTE EN EL TRATAMIENTO A TRAVÉS DE LAS SESIONES QUE SE LLEVAN A CABO ENTRE EL PROFESIONAL Y EL PACIENTE CON LA FINALIDAD DE QUE ESTE RECIBA AYUDA POR PARTE DE UN TERAPEUTA Y EMPIECE A TOMAR CONCIENCIA DE AQUELLO QUE HACE, SIENTE Y PIENSA

### *Evaluación y orientación*

EN ESTA FASE INICIAL SE ESTABLECE EL PRIMER CONTACTO Y EL TERAPEUTA RECOPILA LA INFORMACIÓN ACERCA DEL PACIENTE Y SU SITUACIÓN. DURANTE ESTA PRIMERA TOMA DE CONTACTO EL PROFESIONAL Y EL PACIENTE TRABAJAN LA CONFIANZA PARA QUE ESTE ÚLTIMO PUEDA ABRIRSE Y EXPONER LAS CIRCUNSTANCIAS QUE LE HAN LLEVADO A PEDIR AYUDA.

## EL PROCESO PSICOTERAPEUTICO EN LA ACTUALIDAD

### *La explicación de las hipótesis diagnósticas*

SE CENTRA EN LA TOMA DE DECISIONES EN BASE A LA INFORMACIÓN QUE SE HA OBTENIDO DURANTE LA PRIMERA FASE. DE ESTE MODO, EL TERAPEUTA LE PRESENTA AL PACIENTE SU DIAGNÓSTICO

### *Finalización de la terapia.*

ESTE CIERRE DEBE SER GRADUAL PARA QUE EL PACIENTE SE ADAPTE. POR ESTA RAZÓN, SE RECOMIENDA QUE ESTÉ PLANIFICADO DE LA MISMA FORMA QUE LAS FASES ANTERIORES. EL TIEMPO NECESARIO PARA LA TERAPIA DEPENDERÁ DE LOS AVANCES DE CADA PERSONA

### *Tratamiento.*

EL PROFESIONAL PONE EN PRÁCTICAS SUS HABILIDADES TÉCNICAS Y MARCA LOS OBJETIVOS DE LA TERAPIA, HACIENDO QUE EL PACIENTE ADQUIERA COMPORTAMIENTOS ADAPTATIVOS Y NUEVAS DE RELACIONARSE QUE SEAN MÁS FUNCIONALES

FINALMENTE, PARA QUE EL PROCESO TERAPÉUTICO SEA EXITOSO ES NECESARIO QUE, ADEMÁS DE LAS HERRAMIENTAS EMPLEADAS DURANTE EL TRATAMIENTO, TERAPEUTA Y PACIENTE CREEN UNA BUENA RELACIÓN, UN CLIMA DE CONFIANZA Y SINCERIDAD



## Terapia individual

CONSISTE EN UN PROCESO DE EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO ENTRE EL/LA PACIENTE Y EL PSICÓLOGO. CADA DIFICULTAD O TRASTORNO TENDRÁ SU PROCESO, SUS ESTRATEGIAS Y SU DURACIÓN.



## Terapia de pareja: hay varias opciones:

LOS DOS MIEMBROS SEPARADOS: ES LA QUE ALTERNA LAS VISITAS ENTRE LOS DOS MIEMBROS DE LA PAREJA, HACIENDO SESIONES INDIVIDUALES Y PUNTUALMENTE SESIONES CON LOS DOS JUNTOS

UN SOLO MIEMBRO: TERAPIA DE PAREJA DONDE SÓLO ACUDE UNO DE LOS MIEMBROS, YA QUE EL OTRO O BIEN NO LO SABE (QUE LA PERSONA ACUDE A CONSULTA), O NO QUIERE COLABORAR



## Terapia de pareja

LOS DOS MIEMBROS JUNTOS: LA PAREJA ACUDE CONJUNTAMENTE A LA MAYORÍA DE LAS SESIONES PERO TAMBIÉN SE HACEN SESIONES INDIVIDUALES PARA EVALUAR EL ESTADO DE CADA MIEMBRO.

## Niveles de intervención (individual, pareja, familia, grupo y comunidad)

### Psicología comunitaria

- LA SALUD MENTAL COMUNITARIA SE DEBERÍA CONSIDERAR COMO UN SUBCONJUNTO DE ACTIVIDADES DENTRO DE LA PSICOLOGÍA COMUNITARIA QUE SE DEDICA PRINCIPALMENTE A LA PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE LA SALUD MENTAL A LAS POBLACIONES QUE A LO LARGO DE LA HISTORIA NO SE HAN ATENDIDO DE UNA MANERA SUFICIENTE POR LOS PROFESIONALES DE LA SALUD MENTAL

### Terapia de grupo

LA TERAPIA DE GRUPO ES ALGO MÁS QUE LAS TERAPIAS SIMULTÁNEAS DE VARIOS INDIVIDUOS. A PESAR DE QUE SE INSPIRÓ INICIALMENTE EN LA NECESIDAD ECONÓMICA DE SOLVENTAR LA ESCASEZ DE PERSONAL PROFESIONAL ALREDEDOR DE LA SEGUNDA GUERRA MUNDIA

### terapia familiar

LOS TERAPEUTAS A MENUDO SE REFIEREN AL "CLIENTE IDENTIFICADO" COMO LA PERSONA DE LA FAMILIA QUE HA SIDO SEÑALADA COMO QUE TIENE EL PROBLEMA.

### Terapia familiar

LA TERAPIA FAMILIAR TAMBIÉN SE DISTINGUE DE LA TERAPIA CONYUGAL EN QUE POR LO GENERAL COMIENZA POR CENTRARSE SOBRE LOS PROBLEMAS DE UNO DE LOS INTEGRANTES DE LA FAMILIA EN LUGAR DE TRATAR TODO EL SISTEMA FAMILIAR.

LA ÉTICA EN LA PSICOTERAPIA ES IMPORTANTE DEBIDO A QUE CUANDO LOS PACIENTES ELIGEN A UN PSICÓLOGO, NO TIENEN TODA LA INFORMACIÓN QUE NECESITAN PARA DETERMINAR SI EL SERVICIO ES APROPIADO, SI EL PSICÓLOGO ESTÁ BIEN CALIFICADO O SI EL SERVICIO PUEDE RESULTAR DANDO RESULTADOS SATISFATORIOS PARA EL PACIENTE, O SOLO BRINDARÁ UN BENEFICIO ECONÓMICO AL TERAPEUTA

LA ÉTICA PROFESIONAL ES DEFINIDA COMO: "LOS ESTÁNDARES DE COMPORTAMIENTO PROFESIONAL CORRECTO", ESTOS ESTÁNDARES SIRVEN PARA GENERAR CONFIANZA Y CERTIDUMBRE NO SOLO PARA LOS CLIENTES, SINO PARA LOS MISMOS PSICÓLOGOS, LOS ESTUDIANTES Y LA SOCIEDAD EN GENERAL.

LOS PSICÓLOGOS TIENEN CONOCIMIENTOS MUCHO MÁS TÉCNICOS CON LOS CUALES HACER JUICIOS LO QUE LOS PONE EN UNA POSICIÓN DE VENTAJA ANTE LOS PACIENTES POR LO QUE LA CONFIANZA QUE SE GENERA PARA QUE EXISTA LA RELACIÓN CLIENTE - TERAPEUTA ES UN FACTOR DE GRAN PESO PARA LA OBTENCIÓN DEL CAMBIO PSICOLÓGICO DESEADO

# Mapa Mental

ES MUY IMPORTANTE QUE EL TERAPEUTA SE MANTENGA AL DÍA YA QUE LA PSICOLOGÍA CLÍNICA CAMBIA RÁPIDAMENTE, NUEVOS TEMAS, TÉCNICAS Y DESCUBRIMIENTOS HACEN QUE POCO A POCO LOS CONOCIMIENTOS ANTERIORES PASEN A CAER EN DESUSO.

LOS OBJETIVOS DE LA TERAPIA PUEDEN VARIAR DEBIDO A FACTORES CULTURALES PROPIOS DEL PSICÓLOGO, EL TRASFONDO CULTURAL VA A INFLUIR EN LAS PERCEPCIONES DEL CONSENTIMIENTO CON INFORMACIÓN, DE LOS LÍMITES Y DE OTROS TEMAS ÉTICOS.

SI BIEN LOS PSICÓLOGOS SON ANTE TODO PERSONAS CON VIRTUDES Y DEFECTOS, ES IMPORTANTE QUE CONOZCAN Y SIGAN CIERTOS PRINCIPIOS ÉTICOS EN SU DESEMPEÑO PROFESIONAL YA QUE DE ELLO DEPENDERÁ SU EFECTIVIDAD Y EL DESARROLLO DE SU CARRERA.

LA TERAPIA SE DEBE DE FUNDAMENTAR EN LA CONFIANZA QUE DEBE DE EXISTIR ENTRE EL PACIENTE Y SU TERAPEUTA, TODA RELACIÓN PROFESIONAL SE PUEDE CONSIDERAR COMO UNA RELACIÓN FIDUCIARIA DEBIDO A QUE IMPLICAN ELEMENTOS DE CONFIANZA Y DE RESPONSABILIDAD COMPARTIDA EN LA TOMA DE DECISIONES