

# UUDS

## Mi Universidad

Nombre: Kellmi Disaili Hernández  
García

Profesor: Luis Ángel Herrera  
Flores

Materia: Intervención  
psicoterapia

SEPTIMO cuatrimestre

Psicología general

Primer parcial



# PSICOTERAPIA

1

En la psicoterapia, los psicólogos aplican procedimientos científicamente válidos para la creación de hábitos más sanos y efectivos. La psicoterapia cuenta con varios métodos como el cognitivo-conductual, el interpersonal y otros tipos de terapia conversacional que ayudan a resolver los problemas.

## IMPORTANCIA DE LA PSICOTERAPIA

nos ayuda a reducir el sufrimiento mental, aliviando la depresión, la ansiedad, las adicciones, los trastornos alimenticios, los problemas para dormir y mucho más, lo que a su vez mejora nuestra calidad de vida y nos permite estar más felices, sanos y auténticos.



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

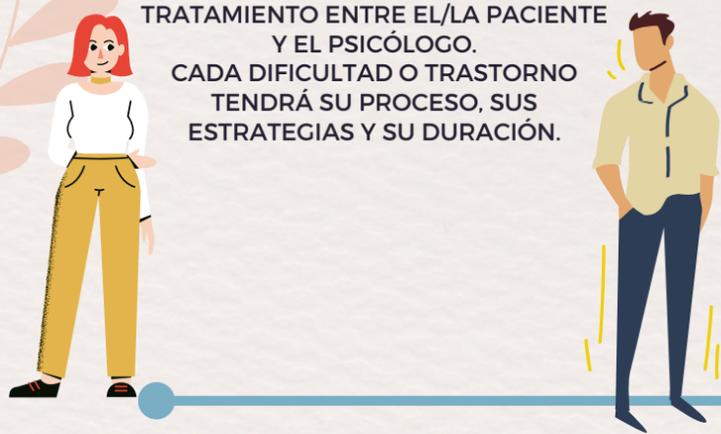
Fases:

- Evaluación y orientación. En esta fase inicial se establece el primer contacto y el terapeuta recopila la información acerca del paciente y su situación
- La explicación de las hipótesis diagnósticas. Esta fase tiene una duración breve. Se centra en la toma de decisiones en base a la información que se ha obtenido durante la primera fase.
- Tratamiento. En esta fase tiene lugar el progreso y la mejora del paciente y es la parte fundamental de todo el proceso. 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.
- Finalización de la terapia. Una vez se han alcanzado los objetivos de la fase anterior, llega el momento de concluir con la terapia. Este cierre debe ser gradual para que el paciente se adapte.

# NIVELES DE INTERVENCIÓN

## TERAPIA INDIVIDUAL

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 FAMILIA



PUEDEN VENIR TODOS LOS IMPLICADOS A LA VEZ, LOS PADRES, O UN PADRE/MADRE Y UN HIJO/HIJA. SE TRABAJA CON ESTRATEGIAS Y TÉCNICAS PARA MEJORAR LA RELACIÓN ENTRE LOS MIEMBROS.



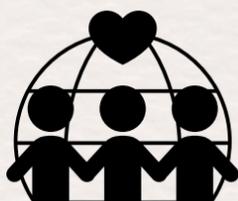
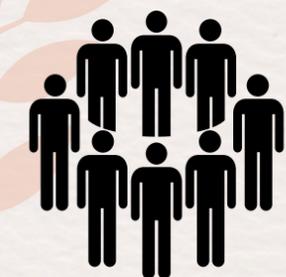
DISTINGUE DE LA TERAPIA CONYUGAL EN QUE POR LO GENERAL COMIENZA POR CENTRARSE SOBRE LOS PROBLEMAS DE UNO DE LOS INTEGRANTES DE LA FAMILIA EN LUGAR DE TRATAR TODO EL SISTEMA FAMILIAR. LOS TERAPEUTAS A MENUDO SE REFIEREN AL "CLIENTE IDENTIFICADO" COMO LA PERSONA DE LA FAMILIA QUE HA SIDO SEÑALADA COMO QUE TIENE EL PROBLEMA.



## PSICOLOGÍA COMUNITARIA

SE RELACIONAN CON EL NIVEL DE LA COMUNIDAD O PORCIÓN MÁS PEQUEÑA DE LA COMUNIDAD

MIENTRAS QUE LA SALUD MENTAL COMUNITARIA SE DIRIGE HACIA EL LOGRO DE LA



## TERAPIA DE PAREJA



- 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. ES LA QUE HABITUALMENTE MÁS UTILIZAMOS.
- ☒ 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. ESTA TERAPIA TAMBIÉN SE MUESTRA MUY EFICAZ PORQUE LA PERSONA QUE VIENE APRENDE UNA SERIE DE ESTRATEGIAS A LA VEZ QUE SE TRABAJA LA COMPATIBILIDAD DE LA RELACIÓN Y LA ACLARACIÓN DE DUDAS.
- ☒ 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.



## TERAPIA DE GRUPO



ES ALGO MÁS QUE LAS TERAPIAS SIMULTÁNEAS DE VARIOS INDIVIDUOS. SE PRACTICA EN UNA VARIEDAD EXTENSA DE ESTILOS Y TÉCNICAS. DE HECHO, CADA MODELO PRINCIPAL DE LA PSICOLOGÍA CLÍNICA TIENE TRATAMIENTOS DE GRUPO BASADOS EN SUS PRINCIPIOS. EXISTEN GRUPOS ANALÍTICOS, GRUPOS CENTRADOS EN EL CLIENTE, GRUPOS DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL, GRUPOS DE ENCUENTRO, GRUPOS GESTALT Y GRUPOS DEL APRENDIZAJE SOCIAL. LOS GRUPOS TAMBIÉN SON UNA FORMA POPULAR DE INTERVENCIÓN DENTRO DE MUCHAS ORGANIZACIONES NO PROFESIONALES DE AUTOAYUDA.

# protocolo ético en psicoterapia

- Negociar y establecer límites en terapia y el mundo externo
- contrato terapéutico, el consentimiento informado y el manejo de la confidencialidad
- construcción de postulados valoricos

Fundamentar la confianza que debe de existir entre el px y su terapeuta

Método de confidencialidad

Recibir obsequios  
conocimiento del área  
ser natural

El lenguaje y la comunicación

Variables de clase  
variables culturales

