



ALUMNO: ENOC VILLANEY CRUZ MENDEZ

DOCENTE: LUIS ANGEL FLORES HERRERA

TRABAJO: ENSAYO

MATERIA: TECNICAS DE LA ENTREVISTA

GRADO: CUARTO CUATRIMESTRE

GRUPO: "A"

COMITAN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A 05 DE DICIEMBRE DE 2023

Importancia de la labor terapéutica en la actualidad

Introducción.

Como es bien sabido, son varias las funciones que realiza un psicoterapeuta durante un proceso de terapia: creación de una relación sana y segura, mejora continua de los canales de comunicación con el cliente, descubrimiento de los patrones de comportamiento, provisión de la cantidad y calidad necesaria de retroalimentación...

Lo cierto es que la elaboración de todas estas funciones se realiza de forma conjunta con el cliente y no suele ser necesario el hacerlo de forma oculta: lo ideal es que todo se haga de forma consciente y, dentro de lo posible, agradable.

Construir una relación sana y productiva requiere tiempo y mucha atención, ya que siempre suele estar sujeta a ajustes y cambios, en función de los progresos y mejoras que se realicen en el proceso.

Podríamos decir que todo proceso terapéutico realizado de manera seria y profesional, es un "traje a medida" que se adapta al cliente a la perfección, permitiendo optimizar el aprovechamiento de todos los recursos disponibles.

Una de las frases que más se escucha, sobre todo durante los primeros días del proceso terapéutico es: "no sé lo que me pasa". Cuando el paciente acude a consulta, suele tener una serie de pensamientos, sensaciones y sentimientos que no acaba de comprender.

Y aquí es donde comienza la labor de formador del psicoterapeuta. Además de todas las funciones que hemos citado y muchas más, este profesional ha de ser capaz de crear un relato solvente y realista, efectivo y práctico, sobre la situación de su cliente. Y ha de ser capaz de transmitírselo.

Por eso, un buen psicoterapeuta ha de tener experiencia, una gran capacidad de escucha real, una habilidad notable para descubrir patrones y una gran cantidad de conocimientos previos. Por no hablar de una enorme capacidad de responder a situaciones imprevistas, que siempre se irán presentando (no olvidemos que la psicoterapia está dirigida a la vida, que es un proceso siempre cambiante).

El proceso terapéutico.

El Proceso Terapéutico comienza cuando una persona se presenta delante del terapeuta en busca de ayuda por un problema concreto que le ocasiona un trastorno o malestar. A partir de este primer contacto con el cliente comienza la relación terapéutica y la terapia sí procede. En esta primera entrevista, el terapeuta deberá tener la suficiente habilidad para:

1. Obtener la mayor cantidad de información relevante para evaluar, diagnosticar y utilizar.
2. En el más breve tiempo.
3. Crear y mantener una buena relación de trabajo con el paciente (Morrison, 1995).

Como resultado, de estos tres componentes, obtener los datos básicos y el *rapport* son cruciales. Una vez acabada la primera entrevista, deberíamos haber obtenido: a) información básica del cliente, y (b) establecido las bases para una buena relación de trabajo.

Frank (Frank, 1991) comparó varias psicoterapias, llegando a la conclusión que casi todos los enfoques ponen de manifiesto la importancia que tiene la relación terapeuta-cliente.

Cuanto mejor sea la relación:

- Más abierto estará el cliente.
- Se mostrará más inclinado a explorar sus sentimientos con el terapeuta.
- Prestará atención y actuará según la opinión manifestada por el terapeuta.

En resumen, en el Proceso Terapéutico el cliente será más susceptible al cambio. Con una buena relación se establece una base o punto de partida para que las diversas técnicas a aplicar surtan efecto, pero es necesario además que el cliente cumpla las tareas encomendadas para el éxito de la terapia en el Proceso Terapéutico.

Durante todo el Proceso Terapéutico, el terapeuta ha de tener la habilidad necesaria para que el cliente esté motivado, reconozca sus pequeños o grandes avances, ponga en práctica las diversas técnicas que se le hayan podido enseñar o las distintas habilidades que haya adquirido y no abandone la terapia antes de tener totalmente solucionado el problema que motivó la consulta.

¿Cómo se consigue un buen vínculo terapéutico?

El vínculo de confianza y empatía se construye a través de la relación terapéutica, entendida como los acuerdos sobre las sesiones, objetivos, tareas, metas, etc. que establecen los dos protagonistas de la terapia.

Existen varios factores que influyen en la consolidación de una buena alianza terapéutica. Por ejemplo, **Carl Rogers**, figura impulsora de la Psicología humanista, destaca tres elementos básicos para la creación de un vínculo terapéutico que dependen directamente del terapeuta:

- **Empatía:** La capacidad para ver el mundo a través de los ojos del paciente, para comprender la experiencia de la otra persona y hacerla nuestra para ayudarlo.
- **Aceptación incondicional:** Para crear un clima de seguridad que permita al paciente expresarse con libertad, sin temor a ser juzgado ni al rechazo.
- **Autenticidad o congruencia:** La disposición del profesional a relacionarse con transparencia con su paciente, abandonando cualquier fachada profesional impostada.

En cuanto a las actitudes y habilidades del psicoterapeuta, otros autores ponen el acento en:

- Escucha activa.
- Confianza en el paciente.
- Comunicación asertiva.
- Adaptar su lenguaje al estilo comunicativo del paciente.
- Terapeuta y paciente deben llegar a un acuerdo, con el objetivo de lograr el crecimiento y la mejora del bienestar del paciente, en un contexto en el que los roles deben estar perfectamente definidos.
- El terapeuta debe ser el encargado de acompañar al paciente para que este consiga los cambios que necesita para alcanzar ese bienestar.
- El paciente debe desarrollar confianza y motivación para alcanzar ese bienestar.

Requerimientos éticos en el proceso psicológico.

La psicología es una profesión en auge. Sin embargo, para ejercer de psicólogos no es suficiente con estudiar la carrera de psicología. Y es que trabajamos con personas, las cuales se van a ver afectadas en mayor o menor medida por nuestra actuación.

A continuación puedes ver un decálogo del psicólogo de los principales requisitos éticos y profesionales a valorar.

1. Guiarse por los principios de beneficencia, no maleficencia y justicia

La tarea del psicólogo, independientemente de su campo de actuación, pasa por buscar el máximo beneficio para sus pacientes o clientes. Tenemos la obligación de actuar en búsqueda del bienestar de los demás, ayudándoles en la medida en que seamos capaces, y siendo este el principal motor de nuestra actividad profesional.

2. Recuerda: somos personas que tratamos con personas

Es importante que quien acuda a nosotros se sienta atendido, comprendido y no criticado, y si bien es fundamental actuar objetivamente no debemos minusvalorar el posible sufrimiento de la persona ni lo que para ella es importante.

3. No juzgues nunca a tu paciente

El cliente o paciente que llega a consulta va a abrirnos una puerta hacia su vida desde la cual vamos a poder visualizar partes más o menos profundas de su existencia, sus miedos y vivencias. El paciente confía parte de su vida, sus pensamientos y creencias. Estas deben ser siempre respetadas, a pesar de que en algunos casos puedan confrontar frontalmente las propias.

4. Respeta la confidencialidad de tus pacientes o clientes

La información que nos proporcionan los pacientes ha de ser, salvo decreto judicial o en caso de peligro grave para la vida del sujeto o de otros, totalmente confidencial. Se nos confían informaciones que en muchos casos no son compartidas con nadie más con el propósito de que ayudemos a mejorar el estado del sujeto.

5. Respeta la autonomía del paciente o cliente

Nunca debe tratar de imponerse la propia opinión sobre un sujeto. A pesar de que pensemos que determinadas actuaciones, técnicas o intervenciones puedan ser las más

eficaces no deben intentar forzarse. El sujeto que acude a consulta tiene su propio sistema de valores, su propia agenda y en definitiva su propia vida, y no tenemos derecho a hacerles hacer algo que no quieran.

6. Reconoce tus límites: no lo sabemos todo

No somos omnipotentes: es necesario ser honesto y reconocer los propios límites, reconocer nuestros errores e incluso nuestra falta de competencia para resolver casos concretos. Si algo nos sobrepasa podemos derivar a otro profesional que puede ayudar de mejor manera al individuo que acude a nosotros, puesto que nuestro objetivo debe ser en todo momento ayudarle y no reforzar nuestro ego.

7. Actúa con objetividad

Nuestros valores, gustos, creencias o incluso problemas personales no deben influir en ningún momento ni deben sesgar nuestro trabajo. Debemos permanecer objetivos y conocer cuál es nuestro papel como profesionales. Ayudamos a la persona para que sea capaz de tomar decisiones respecto a su vida, poniéndonos en su lugar y teniendo en cuenta su punto de vista.

8. Recuerda para qué trabajas. Lo importante es el usuario.

Hay que tener en cuenta que las personas que acuden a consulta están buscando algún tipo de ayuda profesional. Lo que debe primar siempre es, como ya hemos dicho anteriormente, su bienestar. Hemos de trabajar con este objetivo.

9. Seamos competentes: es necesario formarse y actualizarse continuamente

Al igual que ocurre con la educación y la medicina, es necesario que los psicólogos estén al tanto de los diversos avances, estudios y técnicas generadas. Ello es imprescindible a la hora de ofrecer el mejor servicio posible a los clientes, permitiendo utilizar las técnicas más eficaces y ajustar las metodologías empleadas a las necesidades y circunstancias de cada sujeto a tratar.

10. Respeta y quiere tu profesión

Como psicólogo, estás representando a un sector profesional que trabaja duramente con el fin de ayudar a sus semejantes a mejorar diferentes ámbitos de sus vidas. Tu trabajo va a tener grandes repercusiones en la vida de aquellos que trates. Respeta tu papel y ten en cuenta su importancia.

Valores personales/profesionales para el buen desarrollo de un diagnóstico.

1. Ten claro el tipo de informe que realizas, para qué y sobre qué/quién lo estás haciendo

Aunque puede parecer evidente, el primer paso para realizar un informe correctamente es saber para qué lo estamos llevando a cabo, el tipo de informe y los datos que vamos a reflejar en él.

2. Consentimiento informado

Debe aparecer reflejado en el informe que la persona es consciente que se están recogiendo datos de ella con un propósito determinado, siendo necesaria su firma y/o acuerdo para ello. Dicho consentimiento suele reflejarse en la parte final del informe psicológico.

3. Reúne y estructura la información

Un informe no parte de la nada: es necesario en primer lugar recabar los datos del sujeto o situación a analizar o describir, prestando atención a la mayor cantidad de detalles posible.

4. Primero los datos básicos

En un informe psicológico se tendrán en cuenta en primer lugar los datos demográficos básicos del paciente o cliente, quien solicita el informe y/o el objetivo de éste, una breve descripción de lo que le ocurre y que hace que haya acudido a nosotros, los datos del centro y profesional que está atendiendo o realizando el informe.

5. El proceso de evaluación del caso: pruebas y resultados

Tras los datos más básicos, es necesario entrar en detalle manifestando en primer lugar la información extraída de la evaluación inicial. Deben constar cada una de las pruebas e intervenciones que se lleven a cabo, pudiendo añadir una justificación de por qué se han escogido esas en cuestión.

6. Refleja los objetivos y la propuesta de intervención

Después de la evaluación del caso, debe reflejarse si se ha realizado algún tipo de acción o intervención. Si estamos ante un informe psicológico es necesario que se reflejen los objetivos que se plantean alcanzar con una posible intervención, negociados con el paciente o cliente.

7. Resultados y seguimiento de la intervención

Es muy importante reflejar la evolución del sujeto o situación, así como las pruebas y métodos de evaluación psicológica que se pudieran haber llevado a cabo para valorarla en el caso de aplicarse. Se valorará si el tratamiento ha tenido o no eficacia y si se plantea la necesidad de seguirlo o de modificarlo. También si se da el alta, o si se produce una derivación.

8. Debe ser comprensible y útil para el lector

Debemos emplear un lenguaje claro y conciso, que resulte adecuado y comprensible para el lector objetivo del informe.

9. Sé objetivo

En un informe psicológico deben aparecer datos contrastados, que otra persona pudiera replicar a través de los mismos procedimientos llevados a cabo. Así, se debe partir de lo reflejado por el cliente y las pruebas llevadas a cabo y no transcribir opiniones personales o inferencias.

10. Refleja lo esencial

Hemos de focalizarnos en los aspectos más relevantes, no reflejando información innecesaria sino únicamente los elementos que sean necesarios para evaluar el caso y su evolución.

11. Prepara la devolución del informe

Si bien la redacción del informe puede haber finalizado, es muy importante tener en cuenta no sólo los datos sino cómo van a ser reflejados o expresados. Es posible que el cliente o paciente no llegue a solicitar el informe por escrito, pero siempre debería realizarse como mínimo una devolución oral de éste. Y dicha devolución tiene una gran importancia, puesto que puede producir un efecto directo en el paciente o cliente.

Hay que tener en cuenta que el informe se entrega finalizado, tanto si es porque se ha solucionado el incidente, problema o trastorno en cuestión o bien si se produce una derivación a otro profesional que continúe trabajando con el caso.

CONCLUSION:

Como hemos logrado entender, la labor terapéutica en la actualidad cada vez es más importante referente al auge que en los años anteriores ha comenzado a tener en la sociedad (cada vez son más las personas que asisten o buscan la ayuda de un profesional), y en gran medida eso nos demuestra que la psicoterapia hoy en día está logrando alcanzar la importancia que como psicólogos esperamos ver en aquellas personas que requieren de nuestros servicios y, el poder acompañar a alguien a través de este proceso psicológico debe impulsarnos a brindar la mejor y la más adecuada labor posible.

Del mismo modo, hemos comprendido cuán importante es que durante el proceso terapéutico exista una conexión o vínculo de confianza y empatía entre el terapeuta y el cliente; y para lograr esto, como psicólogos tenemos la obligación de cumplir y aceptar como parte de nuestro profesionalismo el seguir o llevar a cabo varios requisitos éticos durante cualquier proceso psicológico que ofrezcamos a las personas.

Finalmente, podemos concluir diciendo que la realización correcta del acompañamiento y aplicando las pruebas y métodos de evaluación necesarias a un cliente, determinará la manera de cómo será el desarrollo de nuestro diagnóstico (cumpliendo con ciertos pasos).

<https://psicologiaymente.com/clinica/importancia-rol-formador-psicoterapeuta>

<https://institutosalamanca.com/blog/proceso-terapeutico-importancia-tratamiento-psicologico/>

<https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/blog-psicologia/la-importancia-de-la-relacion-terapeutica-y-el-vinculo-con-tu-psicologo-a>

<https://psicologiaymente.com/psicologia/decalogo-psicologo>

<https://psicologiaymente.com/clinica/como-redactar-informe-psicologico>