

# UDS

**Nombre del alumno: Kevin Alberto Aguilar Gálvez.**

**Nombre del docente: Luis Ángel Flores Herrera.**

**Materia: Psicología clínica.**

**Grado: 5°A**

# UDS



## **Tecnicas de tratamiento.**

En este ensayo se hablara sobre las tecnicas terapeuticas, asi como la importancia de los modelos de intervencion y los participantes en el proceso terapeutico, para comenzar indagaremos en las técnicas terapéuticas, las cuales son tratamientos psicológicos, emocionales, de conducta y de personalidad que requieren una comunicación directa entre el paciente y el terapeuta, utilizando siempre técnicas con base teórica. Estas técnicas ayudan a una persona a superar los obstáculos personales que le impiden alcanzar la calidad de vida o el bienestar que cree que es lo suficientemente bueno para ella. El tratamiento psicológico puede implicar una variedad de enfoques y técnicas. Algunos métodos convencionales, como las terapias de orientación cognitivo conductual y otros más enfocados en la resolución de conflictos, de manera individualizada y precisa.

Las terapias conductuales son una forma de terapia basada en los principios del conductismo. El conductismo es una escuela de pensamiento que se centra en la idea de que aprendemos de nuestro entorno. El objetivo de la terapia conductual es fomentar las conductas deseables y eliminar las conductas no deseadas o desadaptativas. Este tipo de de tratamiento utiliza teorías del condicionamiento clásico y condicionamiento operante.

El condicionamiento operante y el condicionamiento clásico son los pilares de esta terapia conductual. Formar asociaciones entre estímulos es un componente del condicionamiento clásico. El condicionamiento operante se centra en cómo se puede utilizar el refuerzo y el castigo para aumentar o disminuir la frecuencia de un comportamiento.

El concepto de "Condicionamiento Operante" fue utilizado por Skinner para desarrollar dicho modelo. Una forma de cambiar el comportamiento es mediante el condicionamiento clásico, y hay muchas técnicas diferentes que se enfocan en este propósito. Originalmente conocido como modificación de conducta, los principales métodos.

La terapia de comportamiento aplicada y la terapia de juego se utilizan para enseñar a los niños diversas formas de reaccionar de manera más positiva a las situaciones. Una parte importante de esta terapia es recompensar el comportamiento positivo y castigar el comportamiento negativo; los padres deben ayudar a los niños a reforzar esto en su vida diaria. Los niños pueden necesitar tiempo para confiar en su terapeuta; esto es normal. Si creen que pueden expresarse sin problemas, eventualmente se sentirán más cálidos.

Las terapias cognitivas, por otro lado, son un tipo de intervención psicológica (es decir, la interacción terapeuta-paciente para tratar problemas emocionales, comportamentales o emocionales) que se basa en ayudar a la persona a adoptar esquemas mentales más útiles y que le permitan adaptarse mejor a su vida diaria.

La intervención psicológica es el uso de principios y técnicas psicológicas por parte de un profesional calificado para ayudar a otras personas a comprender sus problemas, reducirlos o superarlos, evitar que ocurran o mejorar sus habilidades personales o relaciones, incluso si no hay problemas. Ejemplos: ayudar a una persona a superar sus obsesiones, ayudar a una familia en conflicto a comunicarse mejor, ayudar a unos niños en un ambiente desfavorecido a prevenir el desarrollo de conductas agresivas incipientes, ayudar a adolescentes normales a mejorar sus habilidades de relaciones heterosexuales. En general, la intervención psicológica se puede utilizar en una amplia gama de contextos, incluida la salud y la atención médica, la educación, el campo laboral, los programas comunitarios y los deportes.

La intervención psicológica formal no solo se realiza por psicólogos clínicos, sino también por psiquiatras, trabajadores sociales, consejeros religiosos, consejeros matrimoniales y enfermeras psiquiátricas, según los países. Además, no son solo los profesionales brindan asistencia psicológica, pero también pueden participar paraprofesionales (voluntarios, expacientes, padres, maestros) bajo la supervisión de un profesional. El modelo psicodinámico se basa en que plantean las siguientes hipótesis:

1. El determinismo sostiene que los factores intrapsíquicos, que se reflejan en los impulsos, deseos, motivos y conflictos internos, determinan el comportamiento humano. En el psicoanálisis tradicional, se basan en factores biológicos, incluyendo agresiones e impulsos sexuales.
2. Enfatizar el papel del conflicto: Según Bados (2008, p.13), este aspecto es fundamental en los trastornos neuróticos. "Los impulsos internos buscan manifestarse y lograr gratificación en contra de las prohibiciones y límites socioculturales", dice el autor.
3. El determinismo múltiple: Según Bados (ob. cit.), la "ocurrencia de una acción o pensamiento depende de la influencia de múltiples factores diferentes que operan simultáneamente, aunque pueden variar en el grado que contribuyen a explicar el fenómeno analizado".

El enfoque fenomenológico: La terapia gestáltica, el análisis transaccional, el psicodrama, la bioenergética y la terapia existencial son ejemplos de terapia centrada en el cliente. Las siguientes son las características fundamentales del modelo humanista experiencial de Bados (ob. cit.): Autonomía y responsabilidad social. Realizar uno mismo. Orientación hacia objetivos y búsqueda de significado. visión general de la persona. perspectiva fenomenológica. Énfasis en el presente. El terapeuta no se comporta como un experto. Las perspectivas del terapeuta son más importantes que las técnicas. Cuando el paciente se comunica con el médico, comienza el proceso terapéutico. Las siguientes son las fases clave de este:

1. Evaluación y dirección. En esta etapa inicial, se establece el primer contacto y el terapeuta investiga la situación del paciente. El profesional y el paciente trabajan para crear confianza durante la primera toma de contacto para que el paciente pueda hablar y explicar las cosas que lo llevaron a pedir ayuda. Explicar las hipótesis diagnósticas. Esta etapa es breve. Se enfoca en la toma de decisiones basándose en los datos recopilados en la primera fase.
2. Terapia. El progreso y la mejora del paciente ocurren en esta fase, que es fundamental para todo el proceso. El profesional aplica sus habilidades técnicas y establece objetivos de terapia para que el paciente desarrolle comportamientos adaptativos y nuevas formas de relacionarse que sean más funcionales.
3. Finalización del tratamiento. Se debe finalizar la terapia una vez que se han logrado los objetivos de la fase anterior. Para que el paciente se adapte, este cierre debe ser gradual. Se recomienda que se planifique de la misma manera que las fases anteriores. Los avances de cada persona determinarán el tiempo necesario para la terapia.

Para concluir, el terapeuta debe observar en el paciente su mejoría, su satisfacción con los objetivos establecidos y si ha desarrollado las habilidades necesarias para manejar su situación. Finalmente, para que el proceso terapéutico sea exitoso, además de las herramientas utilizadas, es necesario que el terapeuta y el paciente establezcan una relación positiva, un ambiente de confianza y sinceridad. Esto será fundamental para que el paciente pueda comunicarse libremente y avanzar hacia la autonomía.

## Bibliografias.

[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272013000100008](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272013000100008)

<https://www.terapify.com/blog/fases-del-proceso-terapeutico-2/>

<https://fispiral.com.es/profesionales/programas-asistenciales/modelos-terapeuticos/>