



**Nombre de alumno: Mario D. Gallardo
Alfaro**

**Nombre del profesor: Luis Ángel
Herrera**

Nombre del trabajo: Mapa conceptual.

Asignatura: Psicología Clínica

Grado: 5° cuatrimestre

Grupo: A



Comitán de Domínguez 13 de febrero 2024.

LA TERAPIA PSICOLOGICA

CORRIENTE DE TERAPIA PSICOLOGICA

Concepto

La psicoterapia o terapia psicológica es un tratamiento, basado en las evidencias científicas y psicológicas y que está fundamentada en la conversación para el cambio basada en una serie de características específicas

Corriente psicologica

Una corriente psicologica es una escuela teorica donde se estudia las dinamicas y funciones psucilgicas

psicoanalisis cognitivo conductual Gestalt Humanista Terapia cognitiva

TRATAMIENTO EN PSICOTERAPIA

Un tratamiento psicológico es una intervención en la que, a través de la terapia, el psicólogo trata de ayudar al paciente tras haber evaluado y diagnosticado el problema de salud mental en cuestión

Importancia

Desarrollo

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.

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. De este modo, el terapeuta le **presenta al paciente su diagnóstico**, qué posibles causas pueden estar detrás de su problemática y cómo puede trabajarlas. En este punto se decide sobre qué aspectos se va a trabajar a lo largo del tratamiento

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**. 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. Para concluir, el terapeuta tiene que observar en el paciente su mejoría y satisfacción con los objetivos marcados y que este ha adquirido las habilidades pertinentes para hacer frente a su situación.

IMPORTANCIA DE LA RELACION TERAPEUTA PACIENTE

Como primer punto es para mejorar nuestra relación con nosotros mismos, muchas veces somos adultos sin conocernos, sin tiempo para nosotros, simplemente viviendo apresuradamente en la monotonía diaria, vivimos enojados, sin un plan de vida o hasta frustrados sin entender los motivos.

Simplemente, acudir al psicólogo nos permitirá un mejor desarrollo como individuos, como los seres complejos que somos, así que sin importar aún los tabús relacionados al “psicólogo” recuerda que primero está tu estabilidad emocional, mental, personal y hasta física y la de las personas que te rodean. Cuando mejoramos con nosotros mismos, mejoramos con todo lo que nos acompaña. No es visita a un “loquero”, es visita a un acompañamiento para mi desarrollo humano, es un tiempo que me dedico para mejorar.

IMPORTANCIA DE LA RELACION PSICOTERAPEUTA - PACIENTE

Una buena relación terapéutica, es donde ambos llegan a un acuerdo para lograr el crecimiento y beneficios del paciente, es donde el terapeuta realiza un acompañamiento y el cliente desarrolla confianza y motivación para llegar a un cambio en lo que necesite, teniendo en cuenta que los roles de ambos estén claros.

BIBLIOGRAFIA

SANCHEZ ESCOBEDO, PSICOLOGÍA CLÍNICA, EL MANUAL MODERNO

BERNSTEIN DOUGLAS, INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA CLÍNICA, MC GRAW HILL

CULLARI SALVATORE, FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA CLÍNICA, PEARSON
EDUCATION