



MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Jennifer Aracely Hernández García.

Nombre del tema: Modelos fenomenológicos y terapia familiar.

Parcial: 2do.

Nombre de la Materia: Modelos de intervención en psicoterapia.

Nombre del profesor: María del Carmen Briones Martínez.

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 7mo

MODELOS FENOMENOLÓGICOS Y TERAPIA FAMILIAR.

Economía de fichas.

Una

Economía de fichas es un procedimiento que se utiliza para realizar los principios del manejo de contingencias con el fin de alterar una amplia variedad de conductas en una persona o grupo de personas.

Se

Emplea en las instituciones, la economía de fichas por lo general consiste de cuatro componentes. El primero consiste en que se deben especificar las conductas meta. Esto significa que el personal, y, a menudo, los clientes señalan las conductas que ellos esperan que se incrementen o mejoren por medio del programa.

El

Segundo establece que debe haber algún medio de intercambio o "ficha" que los participantes adquieran si y solo si llevan a cabo las conductas meta. Entre los niños son populares las estrellas doradas y los cupones de colores.

El

Tercero dispone que deben existir los reforzadores de apoyo: los bienes o servicios por los cuales se deben intercambiar las fichas. La comida, privilegios recreativos, "vacaciones" del hospital y condiciones de vida más especiales son apoyos comunes.

Como

Ultimo, todos los participantes deben establecer las reglas de intercambio. Las reglas incluyen el número de fichas que se pueden obtener al cumplir alguna conducta meta así como el número de fichas requeridas para adquirir algún reforzador de apoyo.

Modelamiento.

Un

Mecanismo muy importante de la teoría del aprendizaje social es el modelamiento o el aprendizaje mediante observación.

En

Muchos casos, el aprendizaje a través del modelamiento es mucho más eficiente y efectivo que el aprendizaje por medio del reforzamiento directo.

En

Procedimientos del modelamiento. Se ha utilizado el modelamiento para tratar muchos diferentes tipos de problemas clínicos incluyendo el aislamiento social entre los adultos y los niños, las conductas obsesivo-compulsivas, la falta de autoafirmación, la conducta antisocial y el autismo infantil temprano.

En

Su forma más sencilla, un uso del modelamiento para la eliminación de una evitación fóbica implicaría que un cliente observe una presentación en vivo o simbólica en la que un modelo o más llevan a cabo la conducta que evita el cliente pero sin temor alguno.

Modelos fenomenológicos.

El

Método centrado en el cliente. Es posible que una persona se entienda a sí misma, prescribirle los pasos que la guiarán hacia adelante, capacitarla en el conocimiento acerca de un modo de vida más satisfactorio. Pero tales métodos son, según mi experiencia, fútiles e inconsecuentes.

Todo

Esto está relacionado con la teoría del self de Rogers. El argumento básicamente es que a la gente se le impide su crecimiento por la influencia de evaluaciones y juicios que otros le imponen.

La

Estimación positiva incondicional. La actitud terapéutica más básica y generalizada del sistema de Rogers es la estimación positiva incondicional. Incluye tres mensajes principales: que el terapeuta.

1. Se preocupe por el cliente como persona.
2. Lo acepte
3. Confíe en la capacidad de cambiar y crecer del cliente.

Esto podría parecer una actitud sencilla y fácilmente adoptada, pero en la práctica no se logra sin alguna dificultad.

Empatía.

La

Empatía requiere que el terapeuta esté totalmente entregado al esfuerzo por percibir los sentimientos del cliente, pero no requiere que el terapeuta viva la experiencia de esos sentimientos.

Esto

Es un punto importante porque si el terapeuta realmente sintiera el temor o la ira del cliente, la sesión de terapia se convertiría sólo en un lugar para que dos personas ¡se atemoricen o se enojen juntas!.

También

Es importante reconocer que la empatía no se logra simpatizando con el cliente. Un comentario como: "Realmente lamento que se sienta tan deprimido" refleja bondad y simpatía pero no empatía.

MODELOS FENOMENOLÓGICOS Y TERAPIA FAMILIAR.

Congruencia.

De

Acuerdo con Rogers, cuando el terapeuta es genuino o congruente, establece una relación humana real. Contrastando fuertemente con el punto de vista freudiano, Rogers arguye: "No ayuda el actuar con calma y bondad, cuando de hecho estoy enojado y en una posición crítica."

La

Congruencia representa un requisito más bien extraordinario y que con frecuencia le resulta difícil cumplir al terapeuta.

La

Naturaleza del cambio en la terapia centrada en el cliente. Dijimos al principio que la terapia centrada en el cliente se condensaba en una proposición "si entonces": sí el terapeuta creara las condiciones correctas, entonces el cliente cambiaría y progresaría.

El

Incremento de conciencia. (Awareness) Se cree que la experiencia de la terapia es para poner a los clientes en contacto más cercano con la naturaleza verdadera de sus propios sentimientos.

El

Incremento de la autoaceptación A través del tiempo, el cliente se vuelve menos autocrítico y más auto aceptante.

La

Comodidad interpersonal incrementada Conforme avanza la terapia, las relaciones humanas se tornan más llevaderas para el cliente.

El

Incremento de la flexibilidad cognoscitiva Como ha observado Kelly y otros, las personas tienden a tener problemas cuando observan al mundo con rigidez, en términos de blanco y negro.

Terapia Gestalt.

Los

Terapeutas de la Gestalt están orientados hacia unas cuantas metas básicas en el curso del tratamiento. Sobre todo, al igual que otros clínicos orientados fenomenológicamente, los terapeutas gestálticos buscan restablecer el proceso interrumpido del crecimiento del cliente.

Esto

Se logra ayudando a los clientes

1. Estar conscientes de los sentimientos, deseos e impulsos que han desconocido o negado como propios pero que son sin duda parte de ellos mismos
2. Reconocer los sentimientos, ideas y valores que ellos creen que son genuinamente parte de sí mismos, pero que en realidad los han tomado prestados y los han adoptado de otras personas.

El

método de la terapia Gestalt. Como lo señala Kempler, "el terapeuta es como un compositor de música que se enfrenta a un instrumentista connotado. El compositor espera que entre los dos juntos se originen nuevas y bellas músicas. Concentración en el aquí y en el ahora."

El manejo de la resistencia.

Perls utilizaba una técnica que le servía en otros aspectos de la terapia también. Esta técnica es el juego de papeles o el tomar un papel. Así, pues, al cliente que muestra resistencia o que habla de la resistencia se le pide que "se convierta" en esa resistencia para ganar una conciencia clara y experimental de lo que la resistencia hace por él.

Frustrar al cliente. Perls creía que la mayor parte de los clientes vienen a la terapia esperando sentirse mejor sin tener que cambiar realmente o que dejar sus papeles y juegos inadaptados.

Como

Como le parecía que el permitir que sus clientes siguieran utilizando su estilo acostumbrado en la terapia sería una pérdida de tiempo para todo el mundo, Perls se dirigía inmediatamente a frustrar los esfuerzos de los clientes para relacionarse con él como lo harían normalmente con otras personas.

Uso de signos no verbales.

El

Comportamiento no verbal es una fuente muy importante de materia prima en la terapia Gestalt.

Si

El terapeuta va a frustrar al cliente en sus intentos de jugar jueguitos durante el tratamiento, debe estar muy atento a lo que el cliente dice y a lo que hace. El canal no verbal se contempla como una carrera especialmente útil de mensajes obvios pero sutiles, que a menudo contradicen las palabras del cliente.

MODELOS FENOMENOLÓGICOS Y TERAPIA FAMILIAR.

El uso de los sueños.

En

La terapia Gestalt, los sueños se consideran no solamente como el cumplimiento de deseos sino como mensajes de la persona hacia sí misma.

Después

Después de contar un sueño se le pide al cliente que lea el mensaje que le transmite al representar el papel de algunos o de todas las características y personajes del sueño.

Terapia familiar: Técnicas de intervención familiar de Virginia Satir.

Virginia Satir y su modelo —Proceso de Validación Humanal. Dicho modelo, está diseñado para trabajar con sistemas individuales y familiares, centrándose en la salud de los individuos y en sus recursos.

Este

Modelo presenta cuatro suposiciones, que son: 1. Arraigada fe en que las personas están capacitadas para crecer y cambiar, y en su capacidad de transformación. Todos los seres humanos tienen recursos. 3. La familia es concebida como un sistema. 4. La persona y las concepciones del terapeuta son los elementos más importantes a su disposición, durante el proceso de intervención.

Reglas que rigen la vida familiar.

Las

Las reglas son fuerzas vitales, dinámicas y muy influyentes en la vida familiar. Es importante analizarlas en el seno familiar, discutir las y realizar los cambios pertinentes que va requiriendo cada familia.

Con

La sociedad: La manera cómo los miembros de la familia se relacionan con otras personas e instituciones ajenas a la familia, es denominada por la autora enlace con la sociedad. En las familias conflictivas este enlace es temeroso, desconfiado, aplicante o de culpabilización a otros fuera de la familia.

Habilidades terapéuticas humanas.

La

Congruencia: una persona congruente se encuentra en contacto con sus emociones sin importarles cuáles sean, no las juzga, no las critica, sólo las considera como un termómetro de su estado interno.

La

Objetividad: saber cuándo la pierde y en consecuencia también, cuándo pierde el control y el equilibrio.

La

Capacidad para controlar sus manifestaciones internas, postura corporal.

Apoyo

En sus canales sensoriales, capacidad para ver, oír, oler, observar, es decir, que el terapeuta cuente con sentidos muy desarrollados.

Capacidad

De modelaje, el proceso de modelaje más importante del terapeuta es el de correr el riesgo de manifestar sus sentimientos sin saber qué significan y qué respuesta recibirá de la familia.

Técnicas.

La

Ventaja de utilizar técnicas y ejercicios, es que las actividades experimentales maximizan al aprendizaje de los participantes y su capacidad para utilizar este aprendizaje en el proceso de cambio.

Para

Que las técnicas tengan significación deben ser hechas en la medida de la situación, de lo contrario, no se pueden utilizar.

La terapia transaccional es una forma de psicoterapia que se enfoca en mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales a través del análisis de las transacciones que se producen en la interacción entre individuos. Este enfoque terapéutico fue desarrollado por el psiquiatra Eric Berne en la década de 1960 y ha sido ampliamente utilizado en el campo de la psicología.

La terapia transaccional se basa en la idea de que las personas tienen tres partes de la personalidad: el Padre, el Adulto y el Niño. Estas partes son responsables de diferentes aspectos de la conducta y la comunicación. Durante una sesión de terapia, el terapeuta ayuda al paciente a identificar y comprender las transacciones que se producen entre estas partes de la personalidad, con el objetivo de mejorar la comunicación y la relación consigo mismo y con los demás.

Uno de los principales beneficios de la terapia transaccional es que proporciona a los individuos las herramientas necesarias para identificar y cambiar patrones de comportamiento poco saludables. A través del análisis de las transacciones y de la comunicación, los pacientes pueden tomar conciencia de sus pensamientos y sentimientos, así como de los motivos subyacentes de su conducta. Esto les permite tomar decisiones más conscientes y positivas en sus relaciones interpersonales.

Además, la terapia transaccional también puede ser útil para mejorar la autoestima y la autoconfianza. Al entender mejor las dinámicas internas de su personalidad y sus patrones de conducta, los individuos pueden desarrollar una mayor comprensión de sí mismos y de sus necesidades emocionales. Esto les proporciona una base sólida para construir relaciones más saludables y satisfactorias.

En conclusión, la terapia transaccional es una herramienta valiosa para mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales. Al ayudar a los individuos a identificar y cambiar patrones de comportamiento poco saludables, esta forma de psicoterapia puede traer beneficios significativos para la salud mental y emocional de las personas. Es importante destacar que la terapia transaccional requiere de la colaboración activa del paciente, así como de un terapeuta capacitado en este enfoque terapéutico para lograr resultados positivos a largo plazo.