



- **NOMBRE DEL ALUMNO:**
GINA ALEJANDRA CONTRERAS GARCIA

- **TEMA:**
ACTIVIDAD 2

- **NOMBRE DE LA MATERIA:**
**MODELOS DE INTERVENCION EN
PSICOTERAPIA**

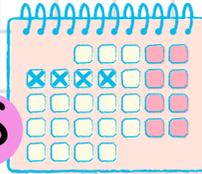
- **NOMBRE DEL DOCENTE:**
LIC. MARIA DEL CARMEN BRIONES

- **NOMBRE DE LA LICENCIATURA:**
PSICOLOGIA SEPTIMO CUATRIMESTRE

MODELOS FENOMENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR



ECONOMIA DE FICHAS



Sistema de contingencias para cambiar conductas en individuos o grupos

COMPONENTES

APLICACIONES

- **Conductas meta:** Conductas que se desean incrementar (interacción social, habilidades de autoayuda).
- **Fichas:** Moneda especial ganada por realizar conductas deseadas.
- **Refuerzos de apoyo:** Bienes o servicios que se pueden obtener con fichas (comida, privilegios, condiciones especiales).
- **Reglas de intercambio:** Número de fichas ganadas por cada conducta y requeridas para obtener un refuerzo.

- **Instituciones psiquiátricas** (Ayllon y Azrin, 1965).
- **Uso en educación, control de la conducta antisocial, y programas comunitarios.**



MODELAMIENTO

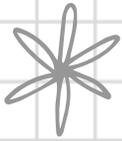
Aprendizaje por observación de conductas de otros.
Basada en la Teoría de Bandura (1969)
– El aprendizaje se da por observar consecuencias de conductas ajenas.

TIPOS DE MODELAMIENTO

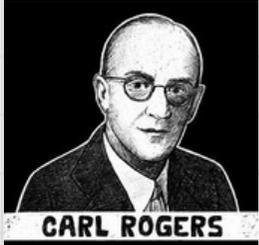
APLICACIONES

- **Modelamiento en vivo:** Observación directa de conductas.
- **Modelamiento simbólico:** Uso de medios como videos.
- **Modelamiento participativo:** El cliente realiza la conducta bajo supervisión.
- **Modelamiento encubierto:** Visualización de situaciones y conductas sin exposición real.

- **Tratar fobias,**
- **Aislamiento social,**
- **Conductas obsesivo-compulsivas.**



MODELOS FENOMENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR



METODO CENTRADO EN EL CLIENTE

ENFOQUE DE LA TERAPIA

- **Proceso y no técnicas:** Según Carl Rogers, la terapia no se basa en técnicas específicas, sino en crear un ambiente adecuado que permita al cliente desarrollar su potencial.
- **Cambio espontáneo:** El proceso terapéutico ocurre cuando se crean las condiciones correctas, no por la aplicación de métodos específicos.
- **Teoría del self:** El crecimiento personal se ve obstaculizado cuando las personas son influenciadas por evaluaciones externas que crean condiciones de valor.

EL PAPEL DEL TERAPEUTA

- El terapeuta no debe imponer su propio juicio ni solución, sino crear una atmósfera de aceptación y confianza.
- Se trata de una relación interpersonal en la que el terapeuta facilita el crecimiento personal del cliente.
- La relación terapéutica debe ser genuina y no fabricada, ya que el cliente puede percibir la falsedad.

TRES ACTITUDES DEL TERAPEUTA

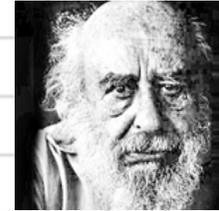
- **Estimación positiva incondicional:** aceptar al cliente tal como es, sin imponer juicios ni condiciones de valor.
- **Empatía:** esforzarse por comprender el punto de vista del cliente y percibir sus sentimientos y percepciones.
- **Congruencia:** ser auténtico y transparente en su relación con el cliente, evitando comportamientos falsos o manipulativos.

IMPORTANCIA DE LA RELACION TERAPEUTICA

- La relación terapéutica ideal crea un espacio donde el cliente puede redescubrir su capacidad para crecer y cambiar de manera auténtica.
- Este enfoque busca reiniciar el proceso de crecimiento del cliente al proporcionarle una experiencia de aceptación, comprensión y autenticidad.



MODELOS FENOMENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR



TERAPIA GESTALT DE FRITZ PERLS

METAS DE LA TERAPIA GESTALT

- El objetivo principal es ayudar a los clientes a reconocer y asumir los aspectos de su personalidad que han negado o adoptado de otros.
- Reconocer los sentimientos, deseos e impulsos negados (aspectos rechazados).
- Identificar y desechar ideas y valores tomados de otros que no son genuinamente propios.

El proceso terapéutico busca que el cliente se reconcilie con todos los aspectos de su personalidad, incluso aquellos no deseables. Esto les permite ser conscientes de sí mismos, dejando de lado una autoimagen falsa o interna conflictiva.

LA CONCIENCIA Y EL PRESENTE INMEDIATO

- Enfoque en el "aquí y ahora": La terapia Gestalt enfatiza la importancia de estar en contacto con los sentimientos en el presente inmediato. El cliente debe enfrentar sus emociones actuales, en lugar de evadirlas al hablar del pasado o anticipar el futuro.
- Resistencia al escape: En lugar de permitir que el cliente hable sobre el pasado o el futuro de manera abstracta, el terapeuta gestáltico confronta la evasión y mantiene al cliente en el presente para fomentar la toma de conciencia de sus emociones y sentimientos actuales.

TECNICAS ESPECIFICAS

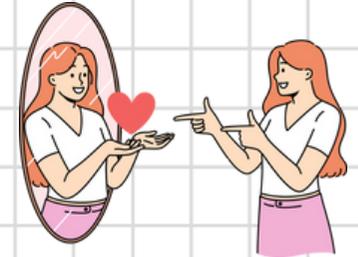
- Experiencia directa: El terapeuta puede pedirle al cliente que actúe en el presente. Por ejemplo, si el cliente habla de una relación del pasado, el terapeuta podría sugerir que se comunique directamente con esa persona, como si estuviera presente, para expresar sus sentimientos inmediatos.



MODELOS FENOMENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR



INTERVENCION FAMILIAR DE VIRGINIA SATIR



SUPOSICIONES FUNDAMENTALES

AREAS CLAVES PARA EL CAMBIO



AUTOESTIMA

COMUNICACION

- Satir creía que las personas tienen capacidad de crecer y cambiar. Los miembros de la familia reflejan una comunicación disfuncional o cómo las reglas familiares restringen el crecimiento personal.
- Postulaba que todos los seres humanos tienen los recursos necesarios para desarrollarse. La terapia no se enfoca solo en tratar los síntomas, sino en ayudar a las personas a acceder a estos recursos internos.

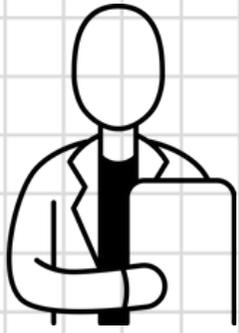
- La familia es vista como un sistema en el que todos los miembros se afectan mutuamente. El terapeuta debe ayudar a la familia a comprender y vivir este concepto de interdependencia, favoreciendo la comunicación y la resolución de conflictos.
- Satir consideraba que el terapeuta es esencial en el proceso terapéutico. Los terapeutas deben poseer una humanidad genuina, ser congruentes y tener un enfoque no crítico, brindando nuevos modelos de relación para la familia.

- Se desarrolla principalmente en la infancia, a través de los mensajes que el niño recibe de sus padres y otros adultos significativos. Un sentido positivo de autoestima permite a las personas enfrentarse a la vida de manera saludable y sin dañar a otros.
- La autoestima puede ser mejorada a cualquier edad con el reconocimiento de las creencias limitantes y la disposición al cambio.

- Satir identificó cinco patrones de comunicación dentro de las familias:
- **Aplacador:** siempre complace a los demás para evitar conflictos, incluso a costa de su propio bienestar.
 - **Culpador:** tiende a criticar y culpar a los demás, buscando establecer su dominio.
 - **Superrazonador:** se protege detrás de un discurso lógico y frío, evitando mostrar emociones.
 - **Irrelevante:** evita enfrentar los problemas, cambiando de tema constantemente.
 - **Niveladora o fluida:** El patrón ideal, donde la persona expresa sus pensamientos y sentimientos de manera abierta, honesta y congruente.



MODELOS FENOMENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR



INTERVENCION FAMILIAR DE VIRGINIA SATIR

HABILIDADES TERAPEUTICAS HUMANAS

- **Congruencia:** El terapeuta debe estar en contacto con sus emociones sin juzgarlas, viéndolas solo como un termómetro de su estado interno.
- **Objetividad:** Es importante que el terapeuta reconozca cuando pierde su objetividad y control, para poder reajustarse.
- **Control de las manifestaciones internas:** Esto incluye controlar el lenguaje corporal y mantener una postura adecuada.
- **Sensibilidad sensorial:** El terapeuta debe tener una percepción aguda de sus sentidos (vista, oído, olfato, etc.) para captar detalles importantes durante las sesiones.
- **Capacidad de modelaje:** Implica el riesgo de mostrar las propias emociones, lo que permite al terapeuta modelar para la familia una apertura emocional.
- **Capacidad de concentración:** El terapeuta debe tener un enfoque claro y ser capaz de tomar decisiones activas cuando sea necesario.
- **Aceptar la ambigüedad:** El terapeuta debe estar cómodo con la incertidumbre y la dinámica del proceso, reconociendo sus limitaciones.



METODOLOGIA

PRIMERA ETAPA

- Establecer Contacto y Contrato de Trabajo
- **Objetivo:** Crear una relación de confianza y esperanza con la familia.
- **Acciones:** El terapeuta debe generar un ambiente cómodo y seguro. Durante esta fase, se recopila información sobre los problemas de la familia y las dinámicas de comunicación.
- **Métodos:** El terapeuta formula preguntas abiertas como "¿Qué esperas?", "¿Qué te gustaría que pasara?", en lugar de centrarse directamente en los problemas. También se usa la técnica de la escultura, donde los miembros de la familia representan físicamente sus emociones o roles dentro del sistema familiar, lo cual puede ser revelador y terapéutico.
- **Resultado:** Establecer una alianza terapéutica basada en la confianza mutua y la aceptación.

SEGUNDA ETAPA

- Caos
- **Objetivo:** Crear un espacio para el cambio, lo que puede generar confusión y desorden emocional.
- **Acciones:** Los miembros de la familia deben estar dispuestos a salir de su zona de confort, lo que puede implicar compartir sentimientos y comportamientos previamente reprimidos.
- **Desafío:** Esta etapa puede generar sentimientos de desesperanza, confusión o estancamiento. El terapeuta debe tener una gran capacidad para equilibrar empatía y firmeza, mantener la calma y la concentración, y ayudar a los miembros a mantenerse enfocados en el presente.
- **Resultado:** La disposición a cambiar y la apertura emocional hacia nuevos comportamientos.

TERCERA ETAPA

- Nueva integración
- **Objetivo:** Lograr la integración de los cambios que se dieron en la etapa de caos y consolidarlos.
- **Acciones:** Aquí, los miembros de la familia empiezan a ver los cambios y están listos para practicar nuevos comportamientos. El terapeuta facilita este proceso de integración, ayudando a la familia a aplicar los nuevos entendimientos.
- **Resultado:** La familia comienza a experimentar una mejora en sus relaciones y comportamientos, y puede llegar al final de la terapia o a una nueva fase de trabajo.



MODELOS FENOMENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR



INTERVENCION FAMILIAR DE VIRGINIA SATIR

PASOS DEL PROCESO TERAPEUTICO

1. **Desarrollar la confianza:** Es el primer paso esencial para que los miembros de la familia se abran y se sientan cómodos en el proceso terapéutico.
2. **Indagar en los temas conflictivos:** Esta etapa introduce nuevos entendimientos sobre los problemas de la familia.
3. **Aplicar nuevos entendimientos:** La familia empieza a practicar nuevos comportamientos y formas de relacionarse.
4. **Repetir y practicar:** Es crucial que los miembros de la familia continúen practicando y aplicando los cambios en su vida diaria.

TECNICAS

- Escultura.
- Rol playing.
- Drama.
- Resignificando comportamientos y percepciones.
- Acción.
- Asociación, disociación.
- Expresividad.
- Humor.
- Metáfora.
- Amplificando sentimientos y comportamientos positivos e interrumpiendo comunicación destructiva.
- Identificando creencias limitantes y desafiándolas.
- Postulado conversacional.
- Patrones específicos para ayudar al cambio de las personas



REPORTE DE LECTURA DE LA UNIDAD 4

TEMA: TERAPIA TRANSCICCIONAL

• Introducción

La Terapia Transaccional (AT) es un enfoque psicoterapéutico desarrollado por Eric Berne en la década de 1950, que se centra en la comprensión de las interacciones (transacciones) entre las personas y cómo estas están influenciadas por diferentes aspectos de la personalidad humana.

La AT se basa en la idea de que cada individuo posee tres Estados del Ego (Padre, Adulto y Niño), y las dinámicas entre estos Estados son claves para entender el comportamiento, los pensamientos y las emociones.

• Conceptos Básicos de la Terapia Transaccional

Estados del Ego:

• Padre: Representa la influencia de las figuras parentales y las normas sociales internalizadas. Se divide en dos aspectos:

1. Padre Crítico: Autoritario, controlador, orientado a normas.
2. Padre Nutritivo: Protector, cariñoso, que cuida y apoya.

• Adulto: Es la parte lógica, racional y objetiva que procesa información en el "aquí y ahora". El Adulto es capaz de tomar decisiones basadas en la realidad, sin influencias emocionales ni prejuicios.

• Niño: Representa las emociones, impulsos y comportamientos espontáneos que provienen de la infancia. Puede ser:

1. Niño Adaptado: Obediente, sumiso, que responde a las normas.
2. Niño Libre: Espontáneo, creativo, emocional.

A su vez, constituyen la manifestación fenomenológica y operacional de las tres entidades que conforman la estructura de la personalidad:

- Arqueopsiquis, corresponde a los vestigios de la niñez que sobreviven en el individuo adulto.
- Extereopsiquis, constituida por todos los mandatos y normas externas al individuo, que éste interioriza y que rigen su percepción y su relación con los demás.
- Neopsiquis: está constituida por la dotación de conocimientos empíricos y prácticos adquiridos a lo largo de la vida a través del aprendizaje.
- Exclusión: Se da cuando uno o más Estados del Ego son suprimidos y no se utilizan de manera adecuada. Esto puede provocar rigidez en el comportamiento, donde una persona actúa de manera predecible y estereotipada, sin adaptarse a la realidad del momento.

REPORTE DE LECTURA DE LA UNIDAD 4



TEMA: TERAPIA TRANSCICCIONAL

- **Transacciones:** Se refiere a las interacciones entre personas, las cuales pueden ser complementarias (cuando las transacciones entre Estados del Ego se corresponden adecuadamente) o cruzadas (cuando los mensajes de un Estado del Ego no corresponden con la respuesta esperada de otro).
- **Establecimiento de relaciones:** Las relaciones interpersonales en la AT se analizan según qué Estado del Ego está en juego en cada transacción. Las interacciones saludables dependen de la capacidad de los individuos para cambiar y adaptarse entre sus diferentes Estados del Ego de manera funcional.
- **Contaminación:** Se refiere a la intrusión de contenidos irracionales del Padre o el Niño en el Estado Adulto. Esto puede llevar a una distorsión en el juicio y en la capacidad para tomar decisiones racionales, ya que se aceptan como válidas creencias y emociones no verificadas.
- Las técnicas de la AT incluyen el análisis de las transacciones, la reestructuración de creencias y el análisis de los guiones de vida. Los guiones de vida son patrones subconscientes que las personas siguen debido a las decisiones tomadas en la infancia, influenciadas por las experiencias con figuras parentales y el entorno social.
El terapeuta trabaja con el paciente para identificar estos guiones y modificar los patrones disfuncionales.

- **Objetivos de la Terapia Transaccional**
- El principal objetivo de la Terapia Transaccional es ayudar a las personas a reconocer y modificar las dinámicas disfuncionales en sus transacciones y en sus Estados del Ego, de manera que puedan desarrollar una mayor autenticidad, responsabilidad y funcionalidad emocional. A través de la terapia, se busca fomentar un equilibrio saludable entre los tres Estados del Ego, permitiendo que el Adulto tome decisiones racionales, el Niño exprese emociones de manera adecuada y el Padre guíe con normas y protección sin caer en el control excesivo o la crítica destructiva.
- **Conclusión**
- La Terapia Transaccional es un enfoque que promueve la idea de que cada persona tiene la capacidad de cambiar y evolucionar, reconociendo que, aunque nuestras interacciones con los demás pueden estar influenciadas por patrones aprendidos, siempre tenemos la posibilidad de elegir cómo responder, aprender y crecer.

REPORTE DE LECTURA DE LA UNIDAD 4

TEMA: TERAPIA TRANSACCIONAL

• INTRODUCCION

La terapia transaccional tiene un enfoque sistémico, centrándose en las interacciones, patrones y creencias dentro del sistema familiar. Utiliza herramientas como preguntas circulares, devoluciones y equipos reflexivos para promover el cambio. El terapeuta juega un papel fundamental como facilitador del proceso de cambio, estando siempre atento a las dinámicas de poder, el contexto cultural y la autoreflexividad. La intervención no se basa en ver a la familia como patológica, sino en reconocer sus fortalezas y recursos para encontrar soluciones adaptadas a sus necesidades.

• Foco en el sistema

Las dificultades que surgen en la familia no provienen solo de los individuos, sino de sus relaciones, interacciones y el lenguaje compartido entre ellos. Se entiende que estas dificultades son producto de patrones repetitivos y circulares dentro del sistema familiar.

• Circularidad

Las conductas y creencias problemáticas se desarrollan de manera recursiva, afectando y siendo afectadas por todos los miembros del sistema. Esta circularidad implica que cada miembro influye y es influido por los demás, perpetuando el ciclo de dificultades.

• Pautas e interacciones

Para comprender las dificultades dentro de un sistema, el terapeuta debe analizar las relaciones entre los comportamientos y creencias circulares. El proceso terapéutico debe permitir que los miembros de la familia vean estas interacciones desde una nueva perspectiva que les ayude a comprender y cambiar las dinámicas familiares.

• Narrativas y lenguaje

Los comportamientos y creencias de los individuos construyen las narrativas que se cuentan sobre sus vidas. Estas narrativas son el resultado del lenguaje utilizado en las interacciones dentro del sistema familiar. Las discrepancias entre las historias vividas y las contadas sobre ellos pueden ser una oportunidad para generar un cambio en las conductas y las nuevas narrativas dentro del sistema.

• Constructivismo

Las personas construyen sistemas de significados autónomos a partir de sus experiencias. Interactúan socialmente y interpretan la información en base a esos marcos de referencia. Este concepto indica que el significado de lo que se dice y se escucha no es predecible, ya que depende de los sistemas de significados de cada individuo.