



ACTIVIDAD 2

NOMBRE DEL ALUMNO: LUIS ENRIQUE DIAZ RODRIGUEZ

TEMA: MODELOS FENOLOGICOS Y TERAPIA FAMILIAR

PARCIAL: 2

MATERIA: MODELOS DE INTERVENCION EN PSICOTERAPIA

NOMBRE DEL PROFESOR: MARIA DEL CARMEN BRIONES MARTINEZ

LICENCIATURA: PSICOLOGIA

CUATRIMESTRE: 7°

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 puede concebir como un sistema monetario a pequeña escala en el cual se les paga a las personas con una moneda especial (fichas) cuando ejecutan determinadas conductas que se les hayan asignado.

Como se le 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. Las preferencias de los asuntos se inclinan hacia las fichas de póquer estampillas verdes, o "monedas" de metal.

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.

Modelamiento

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

El modelado es un tipo de aprendizaje que se basa en la imitación de la conducta ejecutada por un modelo, normalmente otra persona. Este proceso sucede de forma cotidiana y puede utilizarse como técnica terapéutica para facilitar la adquisición y la modificación de comportamientos.

Procedimientos del modelamiento

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 película o videocinta) en la que un modelo o más llevan a cabo la conducta que evita el cliente pero sin temor alguno.

Las consecuencias observables que reciben los modelos siempre son positivas, o por lo menos no son negativas

Modelos fenomenológicos

Terapia centrada en el cliente: Probablemente el método fenomenológico más conocido y de mayor influencia para la intervención clínica es el de la terapia centrada en el cliente de Carl Rogers, Aunque la capacitación inicial de Rogers como psicólogo se basó en una tradición psicodinámica, finalmente rechazó los principios de esa tradición y fundó un método para el tratamiento

El método centrado en el cliente: En términos generales, la terapia está dirigida a proporcionar al cliente experiencias nuevas que reiniciarán el proceso de crecimiento. Estas nuevas experiencias incluyen principalmente la relación con una persona (el terapeuta) quien tratará al cliente en formas que no conlleven condiciones de valor, que aceptará al cliente tal como es y que lo valorará como persona

Estimación positiva incondicional: El ideal de "estimación" dentro del concepto rogeriano de la estimación positiva incondicional es el cuidado no-posesivo en el cual los sentimientos positivos genuinos se expresan al cliente en una forma que es liberadora y no limitante

El aspecto "incondicional" de la estimación positiva incondicional del terapeuta se manifiesta en su voluntad de aceptar al cliente tal como es, sin juzgarlo o evaluarlo.

Entre otras cosas, el terapeuta evita hacer interpretaciones. Cuando el cliente expresa un sentimiento (por ejemplo: amo mucho a mis hijos), el ideal rogeriano es ver ese sentimiento como reflejo de la percepción del cliente en ese momento.

Empatía

para entender la conducta de un cliente y ayudarlo a entenderla, el terapeuta debe acercarse lo más posible a ver el mundo tal como lo ve el cliente

En términos rogerianos, esto incluye un esfuerzo por una empatía fiel o una comprensión empática.

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

No es fácil comunicar una actitud empática al estilo rogeriano, especialmente para los terapeutas formados y entrenados en el análisis intelectual. Para ilustrar el problema y el ideal empático de apoyo presentamos un extracto del inicio de una sesión de terapia con un joven. A medida que lo va leyendo y al terminarlo trate de estar consciente de sus propias reacciones.

El uso del reflejo es de valor particular para comunicar la empatía, un método de entrevista que sirve para el doble propósito de

(1) comunicar el deseo del terapeuta por lograr la comprensión emocional o lograrla

(2) hacer que el cliente tenga más conciencia de sus propios sentimientos.

MODELOS FENOMENOLÓGICOS Y TERAPIA FAMILIAR

Congruencia

Esta importancia es parte de la creencia general de Rogers de que entre más genuino sea el terapeuta en todos los aspectos de su relación con el cliente, mayor será la ayuda que prestará.

La idea es que los sentimientos y acciones del terapeuta deben ser congruentes o consistentes unos con otros. "Esto quiere decir que necesito ser consciente de mis propios sentimientos y (desear) expresar en mis propias palabras y por mi conducta, los diversos sentimientos y actitudes que existen en mí.

De acuerdo con Rogers, cuando el terapeuta es genuino o congruente, establece una relación humana real. Contrastando fuertemente con el punto de vista freudiano

La congruencia representa un requisito más bien extraordinario y que con frecuencia le resulta difícil cumplir al terapeuta (o a cualquier otro). El terapeuta debe abandonar cualquier concepto con visos de paternalismo en el sentido de que expresar una reacción o un sentimiento particular pudiera "no ser tan bueno para el cliente", y debe seguir adelante y ser genuino.

Terapia Gestalt

la terapia Gestalt tiene por objetivo aclarar y aumentar la conciencia que de sí mismos tienen los clientes para liberarlos y permitirles que sigan progresando en su propia manera única y conscientemente guiada.

Sin embargo, los métodos por los cuales el terapeuta Gestalt trabaja para alcanzar estas metas difieren profundamente del modo rogeriano. La terapia Gestalt requiere de un terapeuta más activo y utiliza una serie de procedimientos más dramáticos.

Los terapeutas de la Gestalt están orientados hacia unas cuantas metas básicas en el curso del tratamiento.

(1) a estar conscientes de los sentimientos, deseos e impulsos que han desconocido o negado como propios (disowned) pero que son sin duda parte de ellos mismos

y (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.

Como en el caso de la terapia centrada en el cliente, la relación entre terapeuta y cliente en la terapia gestalt es idealmente una relación de igual a igual que implica un crecimiento mutuo

El manejo de la resistencia

Se denomina resistencia al conjunto de conductas y actitudes de rechazo u oposición de un paciente frente a un tratamiento, a algún aspecto específico de la terapia o de su encuadre o a la propia persona del terapeuta

Para ayudar al cliente a que haga esto, 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.

Perls se dirigía inmediatamente a frustrar los esfuerzos de los clientes para relacionarse con él como lo harían normalmente con otras personas. Ya fuera en terapia individual o de grupo, la persona con la que Perls trabajaba en un momento dado se encontraba siempre en la silla del acusado en el sentido de que se centraba toda la atención en él, y cualquier cosa que indicara síntomas, juegos o resistencias se exploraba y se

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.

En un ejemplo clásico, Perls (1965) reconoce que su cliente dice que está asustada, pero sonrío al mismo tiempo. Perls le dice que está fingiendo Ge señala que alguien asustado no sonrío) y, en el curso de una iracunda réplica, el cliente empieza a estar consciente de que el miedo que trasmitió es parte de un juego interpersonal que le ayuda a que los demás se preocupen por ella.

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 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. En el proceso, Perls consideraba que el cliente podía hacerse consciente y asimilar partes de sí mismo que dice que no le pertenecen o que le son inaccesibles por alguna otra causa.

Son una de las formas de acceder a nuestro inconsciente, de hacer presente lo que en momentos de vigilia no somos capaces de hacer. Desde la terapia Gestalt, donde se concibe a la persona como un todo invisible, los sueños son una forma de integrar todo aquello que estamos separando, rechazando, apartando de nosotros

Terapia familiar

Se entiende por terapia familiar aquella modalidad de terapia centrada en la familia como objeto de intervención. El objetivo es fortalecer y dotar de recursos a la familia para que puedan actuar de manera colaborativa gracias a ello dirimir disputas y conflictos que puedan tener entre ellos o bien problemas propios de un único individuo.

Aplicaciones de este tipo de terapia

La terapia familiar se ha venido empleando desde sus orígenes para ayudar a solventar diversos tipos de problemáticas. Entre ellas pueden encontrarse las siguientes:

- Problemas de conducta o trastornos mentales en uno de los miembros
- Crisis familiares
- Terapia de pareja
- Tratamiento de adicciones y otros trastornos
- Psicoeducación
- Entrenamiento para padres

Evaluación

Virginia Satir propone para este modelo una modalidad de evaluación del sistema familiar basado en cuatro dimensiones llamados factores claves, que son:

- Autoestima
- Comunicación
- Enlace con la sociedad
- Normas o reglas

Este esquema está orientado a la definición de familias nutricias o familias perturbadas/conflictivas. Para esta autora, cualquier familia puede ser ubicada en cualquier punto de esta escala que va desde una familia muy nutricia hasta una muy perturbada.

Se pretende entonces que el profesional que trabaja con familias, pueda ubicar a la familia en cualquier punto del continuo, de modo tal de ayudar a las familias a tomar conciencia de algunas dificultades en su funcionamiento y de su posible superación.

Comunicación

Virginia Satir plantea que existen cinco modelos de comunicación que son utilizados por las personas y familias.

Los cuatro primeros serían disfuncionales o maneras negativas de comunicarse. Estos modelos, se presentan cuando una persona responde a la tensión y a situaciones de estrés y al mismo tiempo siente que ha disminuido su autoestima.

El quinto modelo o modelo nivelador, se da cuando la persona es íntegra, verdadera, en contacto con su mente, cuerpo y sentimientos. Una persona que se exprese desde este modelo tiene integridad, compromisos, sinceridad, intimidad, competencia, creatividad y la capacidad para resolver problemas

Estos patrones de comunicación poseen una manifestación verbal y corporal-sonora y las discrepancias entre ambas manifestaciones producen dobles mensajes. Estos modelos son:

- Aplacador (minusválido)
- Culpador (agresivo)
- Superazonable (racional)
- Irrelevante (distractor)
- Nivelador a o fluida (abierta y funcional)

MODELOS FENOMENOLÓGICOS Y TERAPIA FAMILIAR

Reglas que rigen la vida familiar

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

La autora plantea que es importante tener conciencia de cuáles son las reglas que rigen nuestra vida familiar. Dichas reglas pueden ser rígidas, inhumanas, fijas, inmutables e injustas. También hay reglas que son evidentes y otras más difíciles de percibir.

Virginia Satir, identifica la intervención con familias como un proceso educativo, no terapéutico. De esta manera visualiza el rol del Trabajador Social como un —educador—, quien enseña y demuestra cómo aprender a percibir, responder y actuar de manera más satisfactoria. La labor terapéutica consiste en redefinir y transformar en útil la energía cautiva de la patología demostrada en un individuo o grupo familiar.

La autora, visualiza diversas características que debe tener el profesional que interviene con familias desde este modelo. Estas son:

- Congruencia
- Objetividad
- Control de manifestaciones internas
- Apoyo a los canales sensoriales
- Capacidad de modelaje

Habilidades terapéuticas humanas

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

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

Capacidad para controlar sus manifestaciones internas, postura corporal.

Apoyo en sus canales sensoriales, capacidad para ver, oír, olfatear, 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. Así podrá modelar en la familia, el hecho que las emociones no son destructivas y que hay una apertura del sistema.

En esencia el terapeuta debe estar dispuesto a vivir con la ambigüedad de un sistema muy dinámico y cuyas variables pueden estallar en cualquier momento. —Primero la humanidad de no saber lo que es mejor para la familia. Segundo la humildad de aceptar las limitaciones que existen cuando debe confiar en sus propias percepciones internas.

Etapas metodológicas:

1. Establecer contacto y establecer un contrato de trabajo informal.

2. El caos, donde el terapeuta suele intervenir en el sistema familiar para modificar el —statu quo.

3. La nueva integración

Técnicas

En su modelo la autora enuncia y describe numerosas técnicas de gran utilidad. Ella define el término técnica como —una forma de realizar una actividad específica para satisfacer una necesidad emergente en una persona o grupo en ese momento—.

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.

Hay que ser flexible con el uso de ellas, igualmente —hay que ser flexible hacia el resultado, que a menudo, es imprevisible, cualquiera sea el objetivo al iniciar el tratamiento, es necesario que el terapeuta esté preparado para cualquiera que sea el resultado de su intervención—.

Algunas de las técnicas son: drama, escultura, acción, humor, metáfora, asociación, disociación etc.