

UDS

Mi Universidad

PSICOLOGIA

NOMBRE DEL ALUMNO

PAOLA DE JESUS ARGUELLO MERIDA

NOMBRE DEL PROFESOR

LIC. MARIA DEL CARMEN BRIONES MARTINEZ

MATERIA

MODELOS DE INTERVENCIÓN EN

PSICOTERAPIA

CUATRIMESTRE

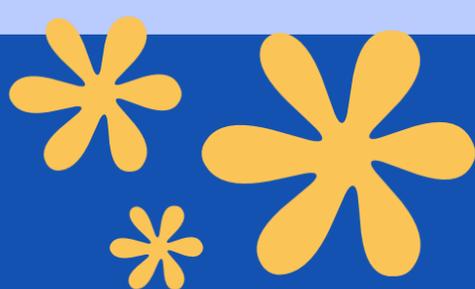
7

TECNICAS DE INTERVENCION EN PSICOTERAPIA: PSICOANALISIS Y COGNITIVO CONDUCTUAL

UTILIZACION DE LOS SUEÑOS

2.1

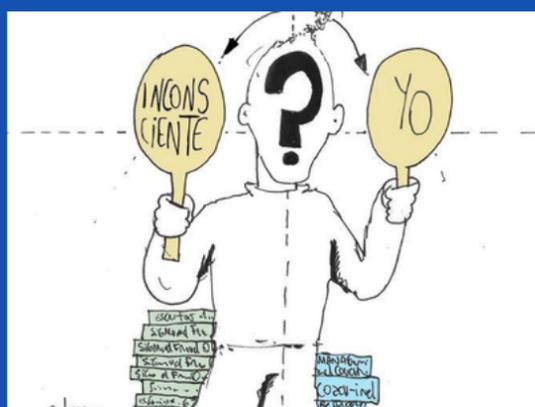
Los sueños son vistos como manifestaciones de deseos y fantasías inconscientes en el psicoanálisis. Se considera que expresan deseos ocultos de forma disfrazada para no traumatizar a la persona que duerme.



2.2

INTERPRETACION DE LOS ACTOS FALLIDOS

El determinismo psíquico de Freud sostiene que la conducta humana está ligada a procesos mentales conscientes e inconscientes. Así como los síntomas neuróticos, gran parte de nuestra conducta diaria refleja deseos, fantasías, impulsos y mecanismos de defensa.



EL HUMOR Y LA RESISTENCIA

2.3

Según la teoría psicoanalítica, las bromas ayudan a liberar ira y hostilidad sin causar violencia o culpa. Freud notó que el humor puede expresar agresión, ya sea de forma explícita o implícita. Este proceso de transformar sentimientos en humor se llama trabajo del ingenio y tiene similitudes con el trabajo onírico.

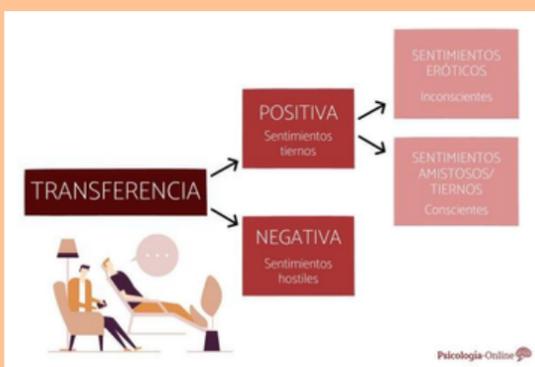


2.4

ANALISIS DE LA TRANSFERENCIA

La transferencia en terapia implica la relación y sentimientos del paciente hacia el terapeuta, desarrollándose en dos niveles:

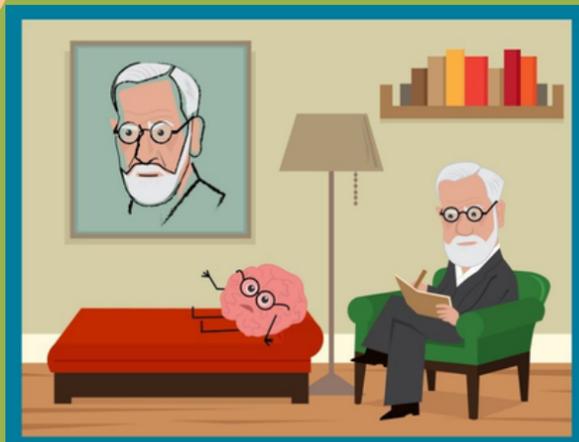
- El nivel consciente, con sentimientos como gratitud y respeto.
- El nivel inconsciente, que refleja actitudes relacionadas con conflictos de la niñez y afecta problemas actuales. Las reacciones del paciente pueden ser un reflejo de relaciones pasadas.



2.5

APLICACIÓN PRÁCTICA DEL MODELO PSICOANALÍTICO.

Los problemas más comunes en el psicoanálisis incluyen ansiedad, culpa, depresión y relaciones interpersonales deficientes. Ejemplos de estos problemas son trastornos histéricos, desorientaciones sexuales, fobias, ansiedad general, disfunción sexual, agresividad inapropiada, timidez excesiva, relaciones sociales insatisfactorias, incapacidad productiva, insomnio y conflictos.

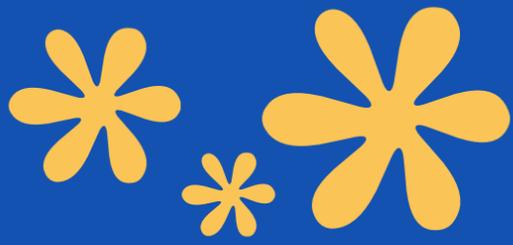


MODELO COGNITIVO CONDUCTUAL O DEL APRENDIZAJE SOCIAL

2.6



Desde este marco, se establece que las experiencias de aprendizaje influyen en los esquemas cognitivos que aumentan la vulnerabilidad a alteraciones psicológicas. Los esquemas disfuncionales se activan en situaciones vitales relevantes, lo que provoca sesgos cognitivos en el procesamiento de la información.



2.7 DESENSIBILIZACIÓN SISTEMÁTICA

DESENSIBILIZACION SISTEMATICA



Es una de las técnicas de la terapia conductual, que se emplean con una mayor frecuencia y que se han investigado de una manera más completa. La mayor parte del tiempo se utiliza para reducir la ansiedad desadaptativa y aprendida.

TERAPIA DE EXPOSICIÓN

2.8

Como la desensibilización, el "flooding" es una técnica que se emplea para reducir la ansiedad, pero, de una manera diferente a la desensibilización, implica la exposición extensa de un cliente que no está relajado a unos estímulos de alta intensidad que provocan la ansiedad.



2.9

EXTINCIÓN



El objetivo de las intervenciones en modificación de conducta es desarrollar nuevas habilidades que permitan a las personas responder adecuadamente al entorno. Esto implica suprimir el reforzamiento de conductas inadecuadas, mientras se incrementan conductas adaptadas, reforzando cualquier esfuerzo positivo del niño.

AUTOCASTIGO

2.10

Consiste en la autoadministración de consecuencias aversivas que son contingentes a la conducta que se desea eliminar. Al igual que en el autorreforzamiento, el individuo, en colaboración con el terapeuta, determinará previamente qué conducta será objeto de castigo, así como las condiciones bajo las cuales se aplicará este, y el tipo y la cantidad de castigo que se administrará.



REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA RC

2.11

Consiste en que el cliente, con el apoyo inicial del terapeuta, identifique y cuestione sus pensamientos disfuncionales. De este modo, se busca sustituirlos por pensamientos más adecuados, lo que permitirá reducir o eliminar la perturbación emocional y/o conductual provocada por los primeros.

Reestructuración cognitiva

