



## Super nota

*Nombre de la Alumna: Citlali Guadalupe Cruz López*

*Nombre del tema: Introducción y generalidades de la psicoterapia*

*Parcial: Único*

*Nombre de la Materia: Modelos de intervención en psicoterapia*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología general*

*Cuatrimestre: 7°*

# INTRODUCCIÓN Y GENERALIDADES DE LA PSICOTERAPIA

## ¿QUE ES PSICOTERAPIA?

La Psicoterapia consiste en una relación interpersonal entre por lo menos dos participantes, uno de los cuales (el terapeuta) tiene un entrenamiento y experiencia especial en el manejo de los problemas psicológicos.



Imagen obtenida:  
<https://psicomerida.com/blog/que-es-la-psicoterapia/>

## CARACTERÍSTICAS DE LA PSICOTERAPIA:

- Se fomenta la confianza y esperanza en el paciente
- No se critica al paciente
- La terapia va dirigida a producir cambios congruentes con los objetivos del paciente
- Se trata de incrementar el bienestar del paciente

Imagen obtenida:  
<https://mentaltestlab.com/introduccion-a-la-psicoterapia-objetivos-y-caracteristicas/>

## NIVELES DE INTERVENCION

- Individual
- Pareja
- Familia
- Grupo
- Comunidad



Imagen obtenida:  
<https://universidadeuropea.com/blog/como-hacer-intervencion-psicologica/>

## ¿Qué es la Terapia Familiar?

**Definición:**  
Intervención psicológica que mejora las relaciones y la comunicación familiar.

**Objetivo principal:**  
Crear un espacio seguro para expresar emociones de manera abierta.

**Participación familiar:**  
Implica a todos los miembros en el proceso de cambio y crecimiento.

**Enfoque:**  
Identifica y resuelve conflictos emocionales dentro de la familia.

**Beneficios:**  
Fortalece vínculos, mejora la convivencia y reduce tensiones.



R&A PSICÓLOGOS

Imagen obtenida: <https://www.rypsicologos.net/terapia-familiar/>

## La relación terapéutica: Consideraciones éticas de la intervención clínica.

Decisiones judiciales importantes para los derechos del paciente Hay algunas importantes decisiones judiciales que han permitido establecer ciertos derechos básicos de los individuos con trastornos mentales.



Imagen obtenida:  
<https://www.areahumana.es/relacion-terapeutica/>



Imagen obtenida: <https://www.psiquiatriapsicologia-dexus.com/es/unidades.cfm/ID/15067/ESP/consideraciones-eticas.htm>

## Código de ética del psicólogo y del psicoterapeuta Mexicano

**1**  
Garantizar la protección de los usuarios de los servicios psicológicos.

**2**  
Vincular explícitamente las normas que prescriba con principios generales.

**3**  
Apoyar a la mayoría de las áreas de aplicación de la psicología.

**4**  
Ofrecer apoyo al psicólogo, tanto en la toma de decisiones como para educar a terceros que le soliciten acciones contrarias a los principios que rigen su comportamiento.

Imagen obtenida:  
<https://enlinea.iztacala.unam.mx/resources/modules/UAPAS/CodigoEticoPsicologo/>

## Tipos de terapia y técnicas utilizadas

**Psicoanálisis**  
Asociación libre, análisis de sueños, transferencia.

**T. Cognitivo Conductual**  
Reestructuración cognitiva, exposición, entrenamiento en habilidades sociales.



**Terapia Sistémica**  
Cuestionamiento circular, reencuadre, intervenciones estratégicas.

**Neuropsicología**  
Evaluación neuropsicológica, rehabilitación cognitiva, entrenamiento en memoria.

**Terapia Gestalt**  
Trabajo con el aquí y ahora, diálogos gestálticos, dramatización.

R&A PSICÓLOGOS

Imagen obtenida:  
<https://www.rypsicologos.net/tipos-de-terapia-psicologica/>

En esta profesión se puede utilizar una amplia gama de técnicas de tratamiento para ayudar a las personas a superar los problemas emocionales y psicológicos.

### TERAPIA COGNITIVA

Se centra en identificar y cambiar patrones de pensamiento negativos que pueden estar contribuyendo a problemas emocionales psicológicos.



Imagen obtenida:  
<https://www.centroeleia.edu.mx/blog/intepretando-los-suenos/>

### TERAPIA CONDUCTUAL

Se centra en identificar y cambiar patrones de pensamiento negativos que pueden estar contribuyendo a problemas emocionales y psicológicos.

## Características del Psicoanálisis

#### Exploración profunda del pasado:

Identifica cómo influye en tu vida actual.

#### Proceso a largo plazo:

No busca soluciones rápidas, sino cambios duraderos.



#### Sesiones regulares:

La frecuencia de las sesiones permite un trabajo continuo.

#### Flexibilidad de expresión:

No hay una estructura rígida; puedes hablar libremente.

REA PSICÓLOGOS

## APLICACIÓN PRÁCTICA DEL MODELO PSICOANALÍTICO



Imagen obtenida:  
<https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/como-nos-ayuda-la-psicoterapia-psicoanalitica>

El psicoanálisis se emplea en una relación de uno a uno, con adultos "neuróticos" por un periodo de varios años.

Imagen obtenida:  
<https://www.rypsicologos.net/psicoanalisis-terapia-psicoanalitica/>

## Terapia de exposición.



Imagen obtenida: <https://www.psicoinactiva.com/blog/la-terapia-de-exposicion-en-que-consiste/>



Por último el trabajo de Aarom Beck y Albert Ellis al aplicar los principios de el condicionamiento clásico, operante y social dio lugar al enfoque cognitivo conductual posteriormente aplicado (terapia).



Aarom Beck y Albert Ellis

Imagen obtenida:  
[https://www.youtube.com/watch?v=ga6dSpQJMZE&ab\\_channel=UniversidadContinental-Modalidadadista](https://www.youtube.com/watch?v=ga6dSpQJMZE&ab_channel=UniversidadContinental-Modalidadadista)

Imagen obtenida:  
<https://grindok.com/terapia-de-exposicion/>

## REFERENCIAS

(Universidad del sureste). [UDS]. " ANTOLOGIA MODELOS DE INTERVENCIÓN EN PSICOTERAPIA " (s.f). recuperado de:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/ac2d20be6393300cf7fb9853a790c0bf.pdf>

<https://psicomerida.com/blog/que-es-la-psicoterapia/>

<https://mentaltestlab.com/introduccion-a-la-psicoterapia-objetivos-y-caracteristicas/>

<https://universidadeuropea.com/blog/como-hacer-intervencion-psicologica/>

<https://www.ryapsicologos.net/terapia-familiar/>

<https://www.areahumana.es/relacion-terapeutica/>

<https://www.psiquiatriapsicologia-dexeus.com/es/unidades.cfm/ID/15067/ESP/consideraciones-eticas.htm>

<https://enlinea.iztacala.unam.mx/resources/modules/UAPAS/CodigoEticoPsicologo/>

<https://www.ryapsicologos.net/tipos-de-terapia-psicologica/>

<https://www.ryapsicologos.net/psicoanalisis-terapia-psicoanalitica/>

<https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/como-nos-ayuda-la-psicoterapia-psicoanalitica>

<https://www.psycoactiva.com/blog/la-terapia-de-exposicion-en-que-consiste/>

[https://www.youtube.com/watch?v=ga6dSpQJMZE&ab\\_channel=UniversidadContinental-Modalidadadistancia](https://www.youtube.com/watch?v=ga6dSpQJMZE&ab_channel=UniversidadContinental-Modalidadadistancia)

<https://grindok.com/terapia-de-exposicion/>