



Ensayo

Nombre del Alumno: Samuel Gómez Arias

Nombre del tema: Modelos de intervención en 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°

Lugar y Fecha de elaboración: Juárez, Chiapas a 02 de diciembre de 2024

MODELOS DE INTERVENCIÓN EN PSICOTERAPIA

En términos generales un modelo es una representación simplificada que busca explicar, describir o predecir un resultado, un comportamiento e incluso una acción. Ahora bien cuando decimos modelos de intervención, ¿Sobre que hablamos?, con ello nos referimos a un enfoque que nos permite abordar problemas específicos de la salud mental, es una combinación de técnicas y teorías, entre otros aspectos lo cual nos permite promover cambios en un paciente.

Existen varios modelos que podemos emplear en psicoterapia, el modelo a emplear dependerá del enfoque en el cual lo veamos o manejemos, en este caso se toma en cuenta específicamente el Modelo Fenomenológico de acuerdo a las investigaciones realizadas en diversas fuentes este modelo busca entender la realidad tal cual lo experimenta un individuo, este modelo busca comprender la experiencia del paciente sin imponer otra perspectiva ajena al del paciente. Podemos emplearla en la terapia de grupo, psicoterapia individual entre otros.

De acuerdo a los temas manejados en la antología de nuestra institución hay muchas técnicas a emplear en la psicoterapia, por ejemplo, la 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.” [UDS]

Esta técnica nos permite reforzar conductas meta a base de premios, algo muy simple, se establecen acciones a premiar y se otorga un valor a cada una de ellas, así mismo se incluyen premios para fomentar la conducta que es beneficiosa, los registros mencionan que esta técnica ha sido empleada en hospitales psiquiátricos y actualmente se ha integrado en el ámbito educativo, como estrategia para reforzar conductas buenas.

“Casi todos los fenómenos que resultan de las experiencias directas pueden ocurrir de una manera vicaria¹ observando la conducta de las otras personas y las consecuencias que ellos obtienen” Bandura (1969).

¹ Capacidad de experimentar o sentir emociones, sensaciones o experiencias a través de la observación o imaginación de las vivencias de otros.

Lo antes mencionado por Bandura hace referencia a que el modelamiento es más efectivo que el reforzamiento directo, se evita pasar por el ensayo y error y así disminuye el aprendizaje de conductas negativas; ha sido empleada en diversos contextos, mayormente es utilizada para tratar problemas de fobias o miedos mediante la exposición un poco más directa con respecto a la situación aquejante.

Siguiendo con el Modelo Fenomenológico se puede hacer mención de las siguientes terapias:

- **Terapia Centrada en el Cliente:** Se trata básicamente de dar el ambiente adecuado para que el individuo pueda desarrollarse por sí, solo con su potencial.

“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.” [UDS]

De acuerdo con Rogers, cuando el terapeuta es genuino o congruente, establece una relación humana real. La congruencia representa un requisito más bien extraordinario y que con frecuencia le resulta difícil cumplir al terapeuta.

- **Terapia Gestalt:** Friedrich S., esta terapia tiene como objetivo otorgar al cliente la visión sobre ellos mismos, es decir, demostrarle que por sí solo tiene la capacidad de crecer y progresar de manera propia pero de una forma guiada.

“Buscan restablecer el proceso interrumpido del crecimiento del cliente.” [UDS]

Muy bien sabemos que, pueden surgir inconvenientes durante el proceso terapéutico, uno de ellos sería la resistencia, esto como su nombre lo indica es resistir (impedir, pausar) al avance por temor del paciente a sufrir, es un mecanismo de defensa que lo aleja del dolor. Por eso es importante que el terapeuta tenga un buen manejo de ella y así permitir el avance de la sesión, terapia. Algo muy básico pero que realmente es de suma importancia es el lenguaje no verbal, pongámoslo de esta forma (a veces una acción dice más que mil palabras), es fundamental estar atentos a los signos no verbales ya que podríamos obtener mucha más información de ellos que de lo que el paciente comparte oralmente, claro está que no debemos dejar de lado lo que el paciente dice.

“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.”

- **Terapia familiar Virginia Satir:** *“Está diseñado para trabajar con sistemas individuales y familiares, centrándose en la salud de los individuos y en sus recursos. La familia es concebida como un sistema. para ayudar a una persona a cambiar y crecer, la reconstrucción de esa persona pasa por tres áreas:
I. La comunicación.
II. La confianza y autoestima.
III. El uso de los sentidos.” [UDS]*

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. 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”.

- **Terapia Transaccional:** *“Puede definirse como el análisis de los intercambios que se desarrollan entre las personas al interactuar unas con otras, constituye una técnica de intervención psicológica que se diferencia de otras concepciones tradicionales en psicología y psiquiatría, tanto por su enfoque original de la personalidad, su estructura, funcionamiento y metas, como por su forma particular de tratar los problemas conductuales y las dificultades emocionales que aquejan a las personas.” [UDS]*

En pocas palabras analiza la personalidad humana y la conducta de las personas, ya sea individual o de manera grupal, colectiva, social.

“Dentro de los sistemas se desarrollan pautas de comportamiento, las cuales son repetitivas, circulares por naturaleza y están en constante evolución.”

Por su parte Berne centró sus estudios en 4 áreas: **estados del ego, transacciones, juegos psicologicos y guiones de vida**, manejaba 3 estados: el primer estado era **el Padre** y este mismo se dividía en 2 **Padre crítico y Padre nutritivo**, el segundo estado es **el Adulto** y el tercero es **el Niño** que de igual manera se divide en 2, **Niño Natural y Niño Adaptado**.

Otro importante personaje es Kertész el cual organizó 10 instrumentos, algunos de ellos son:

- Las caricias (estímulos)
- Emociones auténticas y rebusques²
- Estructuración del tiempo
- Dinámica de grupo

“Los estados del Ego Niño, Padre y Adulto se definen cada uno en términos de pistas conductuales observables. No son puramente conceptos teóricos. Por ello, se puede juzgar por medio de la observación si estoy en mi Estado del Ego Niño, Padre o Adulto.” [UDS]

“El análisis estructural es un análisis que se divide y se descompone en partes: la conducta y los componentes que la integran. Y es estructural en tanto se refiere a los componentes integrantes y fundamentales de la estructura de la persona.” [UDS]

- **Modelo estructural:** Este modelo es el ideal para estudiar lo que hay de manera intrapsíquica, ya que nos permite clasificar estrategias y recuerdos y ver lo que ocurre en el interior del paciente.

Y por último:

“La patología estructural se ocupa de las anomalías de la estructura psíquica, la contaminación podemos representarla donde un Estado del Ego penetra en las fronteras del otro. La contaminación es una forma patológica de actuar frente a un estímulo, situación o problemas que provienen del exterior y afecta al uso de los Estados del Ego.” [UDS]

Debemos saber identificar cual es la situación de nuestro paciente y en base a ello podremos emplear los métodos correspondientes, cuando realizamos de manera correcta cada uno podemos lograr avances realmente excepcionales que mejorarán la vida de nuestro cliente.

² El rebusque es una emoción inadecuada que reemplaza una emoción auténtica, no permitida. Se llama "rebusque" porque uno le "rebusca" para volver a sentirla.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

- BADOS, López, Arturo. La intervención psicológica: modelos y técnicas. Editorial Universidad de Barcelona. 2008.
- BERNSTEIN, A, Douglas. Introducción a la psicología clínica. Editorial Mc GrawHill. 2006.
- CULLARI, Salvatore. Fundamentos de psicología clínica. Editorial Pearson Prentice Hall. México, 2001.
- MINUCHIN, Salvador. Técnicas de terapia familiar. Editorial Paidós. 2004.
- SATIR, Virginia. (2002). Nuevas relaciones en el nucleo familiar. Palo Alto, California, E.U.A. Editorial Pax México.
- TRULL, J, Timothy. Psicología clínica. Editorial Ciencias sociales. 2005