



Super nota

Nombre del Alumno: Samuel Gómez Arias

Nombre del tema: Psicoterapia

Parcial: 2°

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: Pichucalco, Chiapas a 11 de noviembre de 2024

UNIDAD I: INTRODUCCIÓN Y GENERALIDADES DE LA PSICOTERAPIA



La traducción literal de psicoterapia sería "tratamiento de la psique"

OBTENIDO DE: <https://neurofeedbac>



OBTENIDO DE: <https://rosanavarro.e>

Trepanación

Se realizaba con instrumentos de piedra y consistía en romper una zona circular del cráneo.

OBTENIDO DE: <https://www.bbc.com>

Aparentemente permitía escapar al espíritu diabólico que se pensaba era el causante de los problemas del individuo



OBTENIDO DE: <https://www.univisio>

Durante la Edad Media europea, eran los sacerdotes quienes se encargaban de las personas con trastornos



OBTENIDO DE: <https://www.elconfid>

Reforma de las instituciones para enfermedades mentales

Phillipe Pinel (1745-1826)

- Argumentaba la necesidad de las personas enfermas mentalmente de un tratamiento humano, compasión y orientación.



OBTENIDO DE: <https://es.slideshare>

La mayoría de las posesiones se consideraba que procedían de un dios irritado o de un espíritu maligno

Hipócrates creía tenían causas naturales y eran susceptibles de ser tratados.

¿CÓMO LOGRAR UNA RELACIÓN TERAPÉUTICA?



OBTENIDO DE: <https://terapitea.com>

La evaluación del tratamiento psicológico es un interés principal de por lo menos tres tipos de audiencias diferentes

Está el cliente

Es el terapeuta

Es la sociedad

Eclecticismo.

- "No ha sido posible demostrar una inequívoca mayor eficacia de unas escuelas frente a otras"
- Smith y colaboradores en 1990, realizó análisis sobre la efectividad de las psicoterapias y no encontró superioridades en unas u en otras.
- Algunos terapeutas, han preferido autodenominarse eclécticos.
- Eclecticismo es más un síntoma que una solución, así como la integración de las distintas orientaciones es más una actitud que un logro.

OBTENIDO DE: <https://es.slideshare>

El registro contribuye al control experimental del tratamiento. La segunda gran tarea de un plan de tratamiento es inducir autocontrol.

Niveles de intervención psicológica



Individual

En pareja / familia



En grupo

En comunidad



OBTENIDO DE: <https://www.euroinn>

¿Cómo identificamos a los modelos de intervención en orientación?

- **Tipo de enfoque teórico que lo fundamenta** (psicoanalíticos; humanistas; evolutivos; conductista, constructivista).
- **Finalidad** (clínica-diagnóstica, remedial, preventiva, evolutiva, educativa y potenciadora de la persona y del ambiente)
- **Destinatarios** (el individuo, el grupo primario o asociativo y el contexto)
- **Métodos** (directo, indirecto y mixto)
- **Contextos** (educativos, comunitarios, familiares y empresariales-laborales)

OBTENIDO DE:
<https://es.slideshare>.

Se ha argumentado que las mismas características que se consideran como ventajas principales de los modelos clínicos también pueden presentarse como sus desventajas

El modelo psicodinámico

- Dentro de este modelo se agrupan varias teorías que, a pesar de tener muchas discrepancias, tienen semejanzas suficientes para ser agrupados.
- Las teorías de este modelo:
 - Tienen a subrayar los motivos y los conflictos inconscientes.
 - Usan procedimientos de evaluación indirectos, como las pruebas proyectivas y la prueba de asociación de palabras.
 - Denotan la naturaleza activa de la personalidad.
 - La actividad consciente y la conducta están determinadas en gran medida por motivos y conflictos inconscientes.

OBTENIDO DE:
<https://es.slideshare>.

Por lo tanto, las metas principales de la terapia psicoanalítica son: (1) la captación (Insight) intelectual y emocional de las causas fundamentales de la conducta del paciente y de sus problemas y (2) el trabajar al fondo de o elaborar las implicaciones de esta captación (Insight).

LAS TRES FUERZAS DE LA PSICOTERAPIA

PSICOANALISIS

Fundado por Sigmund Freud y se centra en el inconsciente y las pulsiones. Según Freud, la infancia determina la personalidad y el papel del psicólogo es hacer consciente lo inconsciente.

CONDUCTISMO

La psicología positivista considera a la persona como un organismo que responde a estímulos del entorno, y los psicólogos tienen la función de educar o reeducar los comportamientos.

HUMANISTA

El enfoque existencialista concibe al ser humano como un ser en constante autorrealización, capaz de desarrollar su potencial. El psicólogo se considera un acompañante en este proceso de crecimiento

OBTENIDO DE:
<https://www.studocu>.

¿Cómo funciona el Psicoanálisis?

Asociación libre:
Hablas sin restricciones sobre lo que te venga a la mente.

Romper ciclos repetitivos:
Identifica y transforma patrones negativos.

Exploración del pasado:
Conectar experiencias del pasado con lo que vives hoy.

Reelaboración de fantasías:
Entender cómo tus fantasías inconscientes afectan tu vida diaria.



Objetivos del psicoanálisis

Hacer consciente lo inconsciente

Comprender el origen de tus malestares

Liberarte de comportamientos repetitivos

Facilitar el manejo de emociones intensas



Resultado:

Mayor libertad emocional y relaciones más saludables.

OBTENIDO DE:
<https://www.ryapsico>

OBTENIDO DE:
<https://www.ryapsico>

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.

UNIDAD II: TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN EN PSICOTERAPIA: PSICOANÁLISIS Y COGNITIVO CONDUCTUAL

En una ocasión Freud llegó a llamar a los sueños "el camino real al inconsciente"

EL SUEÑO ES UNA METÁFORA DEL DESEO
JACQUES LACAN



Art: @macrovector

OBTENIDO DE:
<https://psicoanalisis/>

Las bromas proporcionan un desahogo no peligroso de la rabia y hostilidad que, de ser expresados directamente, podrían despertar un desagravio violento o cuando menos sentimientos intolerables de culpa.

• "La resistencia es una contrafuerza del paciente, que opera contra el proceso del análisis, contra el analista y los procedimientos y los procesos psicoanalíticos".



OBTENIDO DE:
<https://es.slideshare.net/>

Para los propósitos del psicoanálisis el aspecto más interesante de los sueños es su contenido latente: las ideas, deseos e impulsos inconscientes

OBTENIDO DE:
<https://es.slideshare.net/>

• Los actos fallidos son aquellas acciones en las cuales no se obtiene el resultado explícitamente perseguido, sino que se encuentra reemplazado por otro. Freud los clasificó como formaciones del inconsciente.

Freud notó que el humor generalmente contiene expresiones de hostilidad o agresión, ya sean abiertas u ocultas.

Transferencia

- Fenómeno mediante el cual un paciente proyecta inconscientemente sobre su analista sentimientos, vivencias y emociones infantiles.
- De acuerdo a lo dicho, una persona verá y experimentará hacia su terapeuta, los mismos deseos y prejuicios que tuvo hacia sus padres y/o personas significativas de su infancia, sin tener claro por qué lo hace.
- Se sentirá entonces enamorado, rechazado, experimentará angustias, temores y anhelos, que le resultan difíciles de expresar y mucho menos entender.

OBTENIDO DE:
<https://vidaemoc.com/>

Contratransferencia

- Es el conjunto de actitudes, sentimientos y pensamientos que experimenta el terapeuta en relación con el paciente.

OBTENIDO DE:
<https://es.slides>

OBTENIDO DE:
<https://es.slides>



La Asociación Libre

Comprometer al paciente a que diga libremente todo lo que se le va ocurriendo, a comunicar todas las ideas que se le vienen a la cabeza sin reflexión, de manera espontánea.

OBTENIDO DE:
<https://www.you>

Terapia de Desensibilización Sistemática

En esta técnica se requiere un entrenamiento en relajación muscular y realizar una jerarquía de las situaciones ansiógenas

La desensibilización se realiza primero por exposición imaginaria, después real y puede dividirse en tres componentes:



OBTENIDO DE:
<https://www.fac>

Exposición a las situaciones ansiógenas

Relajación

Emparejamiento de los pasos previos.

Características de la terapia cognitivo conductual

Es un tipo de intervención psicológica, la cual cuenta con mucha evidencia científica, y que se ha convertido en los últimos años en una de las más utilizadas en el ámbito de la psicología.



¿Cómo funciona?
Según la terapia racional de Ellis, el funcionamiento se puede dividir en tres partes: A, B y C.

- **A:** Hace referencia a la situación o estímulo proveniente del mundo exterior con el que se ve involucrado el individuo.
- **B:** Se trata del pensamiento/pensamientos que presenta el individuo sobre la situación ambiental (sobre A).
- **C:** Explica las consecuencias provocadas por el pensamiento. Estas consecuencias incluyen tanto las respuestas emocionales (y sentimientos) como las conductuales.

OBTENIDO DE:
<https://blog.psic>

¿Cómo funciona la terapia de la exposición para ansiedad?



La duración del tiempo de exposición debe ser lo suficientemente larga como para que se pueda empezar a desvanecer la ansiedad

Ejemplos de utilización del autocastigo son:

1) El obsesivo que aprende a detener sus cadenas de pensamientos golpeándose en la muñeca con una goma, redirigiendo a partir de ahí su pensamiento.

2) La persona obesa que por haber comido un pastel debe realizar un cuarto de hora más de ejercicio físico.

3) El sujeto que, por haber gritado en una discusión, no va al cine esa noche con su pareja.

El autocastigo consiste en la autoadministración de consecuencias aversivas contingentemente a la realización de la conducta a eliminar.



OBTENIDO DE:
<https://gabinete>

El objetivo fundamental de las intervenciones en modificación de conducta es el de desarrollar nuevas conductas y habilidades que permitan a las personas una actuación más adecuada ante las demandas del medio.

Extinción.

Este procedimiento consiste en suprimir el reforzamiento de una conducta previamente reforzada.

GUÍAS para aplicar un procedimiento de extinción.

- Decidir si la conducta a reducir puede someterse a extinción sin problemas. No conviene aplicar extinción con conductas peligrosas (correr por el medio de la calzada, subirse a sitios peligrosos) o intolerables (morder, ciertos insultos).
- Combinar la extinción con la enseñanza y el reforzamiento de conductas alternativas.
- Identificar los reforzadores que mantienen la conducta y asegurarse de que será posible suspenderlos o discontinuarlos.

OBTENIDO DE:
<https://es.slides>

LA REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA

La reestructuración cognitiva (RC) es una de las técnicas cognitivo-conductuales más sugerentes dentro del repertorio de procedimientos de que dispone el terapeuta cognitivo-conductual. Sin embargo, su aplicación no es nada fácil por varios motivos. Para empezar, se requiere un buen conocimiento del trastorno o trastornos a tratar. Asimismo, se necesita velocidad y creatividad de pensamiento para mantener una interacción fluida y competente con el paciente.



OBTENIDO DE:
<https://es.slides>

CUESTIONAMIENTO VERBAL DE LAS COGNICIONES DESADAPTATIVAS

Pueden distinguirse de entrada dos estrategias principales según (Bados, 2001): Información directa contraria a los pensamientos inadecuados del cliente, Dialogo socrático: el terapeuta cuestiona los pensamientos del cliente mediante preguntas para que así tenga que reconsiderarlo.



OBTENIDO DE:
<https://es.slides>

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

- UNIVERSIDAD DEL SURESTE, [UDS], MODELOS DE INTERVENCION EN PSICOTERAPIA, s.f., Recuperado el día 11 de noviembre de 2024 de: <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/ac2d20be6393300cf7fb9853a790c0bf.pdf>
- 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.