



Ensayo

Nombre del Alumno: Dana Paola Meza Jiménez

Nombre del tema: Modelos fenomenológicos y terapia familiar y
Terapia transaccional

Parcial: Primer

Nombre de la Materia: Modelos de intervención en psicoterapia

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez

Nombre de la Licenciatura: Psicología General

Cuatrimestre: Séptimo

Modelos fenomenologicos y terapia familiar y terapia transaccional.

El modelo fenomenologico es un metodo de investigacion cualitativa se basa en la reduccion de las experiencias a la conciencia de las vivencias mas genuinas se basa masn que nada en las experiencias.

La terapia familiar es mas que nada un enfoque psicoterapeutico que como su nombre lo indica se centra en la familia y el objetivo es poder mejorar las relaciones entre los miembros de la familia.

La terapia transaccional es una psicoterapia que busca ayudar a los pacientes a cambiar los pensamientos, sentimientos y comportamientos se basa entre las interacciones entre personas en terminos de comportamiento y la comunicaci3n.

Cada uno de estas terapias se usa metodos diferentes dependiendo tienen similitud al final de cuenta en varios puntos como por ejemplo:

1. **Enfoque de las percepciones y las experiencias vividas:** priorizan como cada individuo ve el mundo.
2. Dinamica interpersonales
3. **Enfasis de la comunicaci3n:** porque subrayan la importancia de como las personas se comunican y buscan mejorar esa comunicaci3n ya sea en la familia o en lo social.

Abordaremos algunos subtemas basados en el modelo y las dos terapias antes mencionadas acontinuacion se hara mencion de los siguientes.

Modelos fenomenologicos y terapia familiar.

Economia de fichas.

Utilizado mas que nada en el sistema de la psicologia como un refuerzo en este la persona recibe fichas el cual vienen premiadas con algo pero la persona tiene que realizar una accion deseada y puede canjear la ficha por algo que quiera dependiendo los puntos que hizo y tambien se puede quitar fichas si realiza algo que no debia como sirve este en los dos temas que se hablan ayuda a modificare el comportamiento dentro de una estructura y ayudar en las dinamicas familiares.

Metodo centrado en el cliente.

Se centra en si en dirigir al paciente a que proporcione experiencias nuevas, este metodo fue desarrollado por el psicologo estadounidense Carl Roger su enfoque se basa en que la persona tiene un potencial innato y que debe de aprovecharlo y sacar su maximo potencial aquí en terapeuta tiene que proporcionar un entorno donde su cliente se sienta seguro para que asi este proceso sea mas facil para ello se tiene que guiar de los siguientes pasos que son:

- **Empatia:** el terapeuta busca entender as experiencias vividas del paciente si temor a ser juzgado para que el cliente se sienta seguro.
- **Aceptacion incondicional:** el terapeuta muestra una actitud positiva hacia su cliente independientemente de lo que el piense y asi el paciengte se sentira tranquilo de expresarse libremente.
- **Congruencia:** aquí el terapeuta tiene que ser autentico y transparente y profundizarse mas.
- **Autonomia del cliente:** el cliente tiene que aceptar la capacidad que tiene de tomar sus propias desiciones y encontrar soluciones a sus problemas.
- **Enfoque no directo:** el terapeuta no guia a su cliente el deja que explore sus emociones y pensamientos.

Terapia Gestal.

Desarrollada por Fritz Perls esta terapia hace énfasis en el aquí y ahora tiene cierta similitud con el metodo anterior solamete que este personaje propuso que esta terapia requiere de un terapeuta mas activo y se basa en procedimientos mas dramatico como son:

1. **El aquí y el ahora:** se centra en lo que esta sucediedo actualmete su idea esta en que la persona se desconecte de su experiencia presente.
2. **Responsabilidad personal:** tiende a la idea de que la persona tiene la capacidad de cambair su propia realidad.
3. **El fenomeno de la gestalt:** este concepto da a entender que los individuos tienden a organizar sus experiencias vividas en patrones gestalts pero en ocaiones estas experiencias se quedan inconclusas.
4. **El uso de tecnicas expresivas:** omite un poco el uso verbal y se basa en diversas tecnicas como juegos de roles, ramatizacion o visualizacion.

También la terapia gestal en el sueño se interpreta como una vía por la cual sirve para explorar conflictos no resueltos, los deseos reprimidos o experiencias emocionales que no se pudieron procesar.

Terapia familiar de Virginia Satir.

Se centra en la salud de los individuos y su recurso el cual propone cuatro suposiciones:

1. Esta basada en una arraigada fe.
2. Ayuda a la persona a tener acceso y aprender a utilizar sus recursos.
3. Supone que la familia es un sistema donde todos influyen.
4. Las personas y concepciones del terapeuta son elementos importantes.

Modalidad de evaluación.

Autoestima. Se refiere a como las personas se valoran a sí mismas y como se sienten aceptadas con su familia.

Comunicación. Satir creía que la mayor parte de los problemas se debía a los patrones de comunicación disfuncionales.

Normas o reglas. Satir entendía que las normas no siempre son explícitas pero estas forman parte de las dinámicas subyacentes de la familia.

Enlace con la sociedad. Creía que las familias no existen en un vacío y que la sociedad y el entorno que rodea a la familia también genera un gran impacto en el comportamiento vivido.

Terapia transaccional.

Es una teoría y una psicoterapia basada en los estados del ego y las transacciones sus instrumentos se dividen en 10 categorías las cuales son:

1. **Análisis estructural y funcional:** esquema de la personalidad.
2. **Análisis de las transacciones, simbiosis y descalificaciones:** es el análisis de los intercambios sociales.
3. **Caricias(estímulos):** necesidades que nos damos o damos a los demás.
4. **Posiciones existenciales:** juicio que adopta el niño.

5. **Emociones auténticas y rebusques:** componente emocional repetido de nuestra conducta.
6. **Análisis de los juegos psicológicos:** implica las relaciones humanas a través de secuencias de transacciones ulteriores.
7. **Estructuración del tiempo:** son 6 aislamiento, actividad, rituales, pasatiempo, juegos e intimidad-
8. **Guion y metas de vida:** vida adquirida.
9. **Análisis del mini guion:** avanza el sistema negativo de conducta.
10. **Dinámica de grupo:** se describen las organizaciones sociales.

Igual berne estudio los estados del Ego el cual nos dice en la (antología, UDS, Pichucalco, Chiapas) que se define como el patrón coherente de sentimientos y experiencias relacionados con el patrón coherente de conducta correspondiente esta se divide en tres estados diferentes que cada uno nos muestra que hay diferente forma de pensar, sentir y comportarse a continuación explicamos los tres que son:

1. **Estado del ego padre:** se refiere a actitudes o pensamientos que una persona aprendida ya sea por una persona autoritaria se caracteriza por las influencias de normas y valores.
2. **Estado del ego adulto:** es el que actúa de manera lógica, se basa en la realidad actual y es más crítico y analítico
3. **Estado del ego niño:** se refiere a los pensamientos, emociones y comportamiento adquirido en nuestra infancia se marca más por las emociones impulsivas, espontáneas y creativas.

Estos fueron algunos y subtemas que se abordaron de nuestros temas principales explicando como se utiliza cada terapia cada método cada uno tiene su manera de llevar el control el terapeuta tiene que utilizar el que más sea beneficioso y más le sirva son útiles y se basan más que nada en emociones y pensamientos que las personas y poder sanar esa parte de su pasado que no deja avanzar al igual que habla de las influencias o patrones que algunos repiten en la familia pero estos métodos son los que utilizan para poder superar esa parte o poder mejorar el comportamiento.

REFERENCIAS

Obtenido de: [Fenomenología: qué es, concepto y autores principales](#)

Obtenido de: [Terapia familiar: tipos y formas de aplicación](#)

Obtenido de: [Terapia Gestalt: ¿qué es y en qué principios se fundamenta?](#)

Universidad Del Sureste (UDS) Modelos de intervencion en psiciterapia, S.F.

Obtenido de: [ac2d20be6393300cf7fb9853a790c0bf.pdf](#)