

MODELOS DE INTERVENCIÓN EN PSICOTERAPIA

Lic. En Psicología

Mtra. Guadalupe Abraca



Héctor de Jesús López Vázquez

MODELOS FENOMENOLÓGICOS Y TERAPIA FAMILIAR

Economía De Fichas

Una 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.

Modelamiento

Un mecanismo muy importante de la teoría del aprendizaje social es el modelamiento, Bandura sostiene que "casi todos los fenómenos que resultan de las experiencias directas pueden ocurrir de una manera vicaria observando la conducta de las otras personas y las consecuencias que ellos obtienen".

Modelos Fenomenológicos

Probablemente el método fenomenológico más conocido y de mayor influencia para la intervención clínica es el de la terapia centrada en el cliente de Carl Rogers. Aunque la capacitación inicial de Rogers como psicólogo se basó en una tradición psicodinámica, finalmente rechazó los principios de esa tradición y fundó un método para el tratamiento.

Empatía

La empatía requiere que el terapeuta esté totalmente entregado al esfuerzo por percibir los sentimientos del cliente, pero no requiere que el terapeuta viva la experiencia de esos sentimientos.

Congruencia

Esta importancia es parte de la creencia general de Rogers de que entre más genuino sea el terapeuta en todos los aspectos de su relación con el cliente, mayor será la ayuda que prestará.

Terapia Gestalt

La terapia gestalt tiene por objetivo aclarar y aumentar la conciencia que de sí mismos tienen los clientes para liberarlos y permitirles que sigan progresando en su propia manera única y conscientemente guiada.

El manejo de la resistencia

Perls, como Freud y otros, se dieron cuenta de que una vez que el cliente encuentra un conjunto de síntomas, juegos y defensas que funcionan, aunque sea imperfectamente, para protegerlo del dolor del conflicto y de la conciencia de sí mismo, el cliente va a resistirse a hacer cualquier otro esfuerzo para avanzar o hacer a un lado estos síntomas, juegos o defensas.

Uso de signos no verbales

El comportamiento no verbal es una fuente muy importante de materia prima en la terapia gestalt. Si el terapeuta va a frustrar al cliente en sus intentos de jugar jueguitos durante el tratamiento, debe estar muy atento a lo que el cliente dice y a lo que hace.

El uso de los sueños

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: Técnicas de intervención familiar de Virginia Satir

Virginia Satir y su modelo —Proceso de Validación Humana—. Dicho modelo, está diseñado para trabajar con sistemas individuales y familiares, centrándose en la salud de los individuos y en sus recursos.

Evaluación

Virginia Satir propone para este modelo una modalidad de evaluación del sistema familiar basado en cuatro dimensiones llamadas factores claves, que son: 1) Autoestima. 2) Comunicación. 3) Normas o reglas. 4) Enlace con la sociedad.

Comunicación

Virginia Satir plantea que existen cinco modelos de comunicación que son utilizados por las personas y familias. Los cuatro primeros serían disfuncionales o maneras negativas de comunicarse.

Reglas que rigen la vida familiar

Las reglas son fuerzas vitales, dinámicas y muy influyentes en la vida familiar. Es importante analizarlas en el seno familiar, discutir las y realizar los cambios pertinentes que va requiriendo cada familia.

Habilidades terapéuticas humanas

En esencia el terapeuta debe estar dispuesto a vivir con la ambigüedad de un sistema muy dinámico y cuyas variables pueden estallar en cualquier momento. —Primero la humanidad de no saber lo que es mejor para la familia. Segundo la humildad de aceptar las limitaciones que existen cuando debe confiar en sus propias percepciones internas.

Técnicas

“Forma de realizar una actividad específica para satisfacer una necesidad emergente en una persona o grupo en ese momento. La ventaja de utilizar técnicas y ejercicios, es que las actividades experimentales maximizan el aprendizaje de los participantes y su capacidad para utilizar este aprendizaje en el proceso de cambio.