



Mi Universidad

MAPA MENTAL

Nombre del Alumno: Cabrera Medina Barbara Camila

Nombre del tema: MAPA MENTAL

Nombre de la Materia: INTRODUCCION A LA PSICOLÓGIA

Nombre del profesor: JHON DANIEL ARGUELLO GUILLEN

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: Primero

1. PROCESOS PSICOLOGICOS

TRABAJAN DE MANERA INTEGRADA PARA AYUDAR A LOS INDIVIDUOS A ADAPTARSE, APRENDER Y DESARROLLARSE EN SU ENTORNO SOCIAL Y CULTURAL.

PROCESOS PSICOLOGICOS BASICOS: SUSTENTAN EL CONOCIMIENTO Y LA INTERRACIÓN CON EL ENTORNO

PROCESOS PSICOLOGICOS COMPLEJOS: SON MAS ELABORADOS Y COMBINAN VARIOS PROCESOS BASICOS

PARA PRODUCIR COMPORTAMIENTOS ADAPTATIVOS.

MAPA CONCEPTUAL

2. PERSONALIDAD

COMBINACION UNICA DE FACTORES INTERNOS Y EXTERNOS QUE INFLUYE EN COMO LAS PERSONAS SIENTEN , PIENSAN Y ACTUAN EN EL

3. TRATAMIENTOS PSICOLOGICOS

BUSCA ALIVIAR EL SUFRIMIENTO EMOCIONAL, MODIFICAR CONDUCTAS DISFUNCIONALES Y MEJORAR EL BIENESTAR GENERAL DE LAS PERSONAS.

TIPOS DE TRATAMIENTO:

TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL (TCC): SE BASA EN LA IDEA DE QUE LOS PENSAMIENTOS, EMOCIONES Y COMPORTAMIENTOS ESTAN INTERCONECTADOS.

TERAPIA HUMANISTA: SE ENFOCA EN EL CRECIMIENTO PERSONAL Y LA AUTORREALIZACION.

TERAPIA DE ACEPTACION Y COMPROMISO (ACT): COMBINA LA ACEPTACION DE LAS EXPERIENCIAS INTERNAS CON UN COMPROMISO HACIA EL CAMBIO Y LOS VALORES PERSONALES.

TERAPIA CONDUCTUAL: SE CENTRA EN MODIFICAR CONDUCTAS ESPECIFICAS MEDIANTE TECNICAS COMO EL REFUERZO POSITIVO.

TERAPIA GESTALT: ENFATIZA EL PRESENTE Y LA TOMA DE CONCIENCIA DE LAS EMOCIONES, PENSAMIENTOS, PARA RESOLVER