



INSTITUTO EJECUTIVO DIGITAL

Alumno: Tapía Angeles Julivek

Matrícula: IEDLEPS15

Materia 13 : Aplicación de las tecnologías a la psicología

Docente : Marisol Domínguez

Actividad 2: Manual de e instrucciones para terapia psicológica a distancia

24 octubre del 2024.

Pasos para terapia a distancia vía Telefónica

1) Inicio de la comunicación

Se inicia de manera formal la comunicación llevando a cabo los saludos y la presentación de los protagonistas de la sesión.

Mantener un tono de voz que transmita calidez y amabilidad.



Desarrollo eficaz del rapport, mantener una comunicación efectiva e interactiva.

Se deben implementar técnicas dirigidas al área cognitiva y ejercicios de respiraciones relajación.

Aunque discutir o confrontar, no emitir juicios sobre el valor, no restar importancia de lo que piensa o siente el paciente.

2) Focalización.

Es importante saber el motivo de la llamada se podrían realizar preguntas como por qué? y el para qué?.

Es importante el tono de voz tener una modulación de voz hay que generar empatía y tener en cuenta los sentimientos del paciente.

Se debe de evitar interpretar o adivinar las necesidades del paciente además de nunca restar importancia a sus demandas y jamás interrumpirlo.



3) dimensiones de demanda.

Es importante identificar factores de riesgo y protección tanto para familiares sociales e individuales.

Indispensable realizar preguntas directas entre las cuales podemos incluir.

Qué pasó ?

Qué ocurre ?

Desde cuándo ?

Cómo es que te afecta esto dentro de tu familia, en la escuela, con tus amigos, en el trabajo y sobre todo emocionalmente?

Se debe de estar muy consciente en el contexto en el que se desarrolla el paciente.

Evitar perder la objetividad de la llamada y evitar todas las preguntas triviales o sin justificación, evitar frases y preguntas con el fin de solo ganar tiempo.



4) Asistencia en la ejecución de pasos concretos .

Lograr que el paciente se identifique con las posibles alternativas de solución además de tomar conciencia de la responsabilidad y todas las bases que pueden tener un influencia en la conducta , la cognición y la generación de ideas.

Reforzar positivamente para poder generar una serie de metáforas y así obtener un moldeamiento

Lograr en el paciente una orientación anticipada ,tener en cuenta redes de apoyo y desarrollar la retroalimentación.

Evitar ser directo cuando el paciente no lo es nunca de omitir juicios de valor y nunca incluirse dentro de la solución y nunca mencionar la frase lo que tú tienes que hacer



5) Fin de la orientación

Siempre confirmar el conocimiento obtenido

Se puede pedir al paciente un resumen de lo aprendido también puede ser por medio de metáforas tratar de alimentar las habilidades positivas y el parafraseo.

Si es necesario se debe de canalizar a un servicio o a otra institución especializada.

Se debe de evitar las manifestaciones como el cansancio los juicios de valor y menospreciar las alternativas que llegue a elegir el paciente.



6) Cierre de llamada

Solicitar alguna información que falte

Siempre modular la voz

Evitar colgar el teléfono hasta que finalice la llamada



Tele psicoterapia vía videollamada.

1) presentación personal.

Nunca se debe de olvidar que la presentación personal y profesional es de vital importancia ya que el paciente o la persona que necesita ayuda debe de estar informada de que está atendida por un profesional en este caso un psicólogo, se debe de mencionar que se pedirán algunos datos personales para tomar anotaciones y se debe de mencionar que es de manera confidencial se debe de establecer un buen rapport con el paciente para poder llevar a cabo un buen inicio dentro de la terapia.



2) identificación del acontecimiento precipitante.

Se debe de identificar el estado emocional del paciente y determinar la situación por la que está pasando el paciente, manifestar apoyo y mantener el estado de calma para que el paciente logre un estado de equilibrio y baje su nivel de ansiedad y estrés para poder tener una mejor comunicación.



3) establecer la intervención

Determine el estado en el que se encuentra el paciente dentro de su padecimiento se debe de determinar la forma en que el paciente puede enfrentar la crisis y las alternativas que se tienen en ese momento para enfrentar la problemática y proponer los objetivos para que pueda alcanzar una meta.

Determinar todo aquello que el paciente ha realizado o tomado en cuenta para enfrentar la situación que está viviendo hasta este momento y determinar todo lo que le ha ayudado y tomarlo en cuenta para seguir mejorando en la situación que actualmente vive dentro de su padecimiento.

Se puede canalizar y sugerir al paciente de ser necesario atención en instituciones o servicios especializados.

Programar cita si es necesario para dar seguimiento a sus avances



4) conclusión o cierre.

Si el paciente está estable emocionalmente y manifiesta cambios positivos después de haber tenido una intervención y se puede determinar por medio de la percepción en su forma de hablar o de actuar en la que se manifiestan cambios notorios y tenemos una evaluación o avance positivo se puede sugerir reprogramar una cita en días posteriores y dar seguimiento al paciente.

Se debe de agradecer siempre y mandar un cordial saludo antes de terminar la llamada.



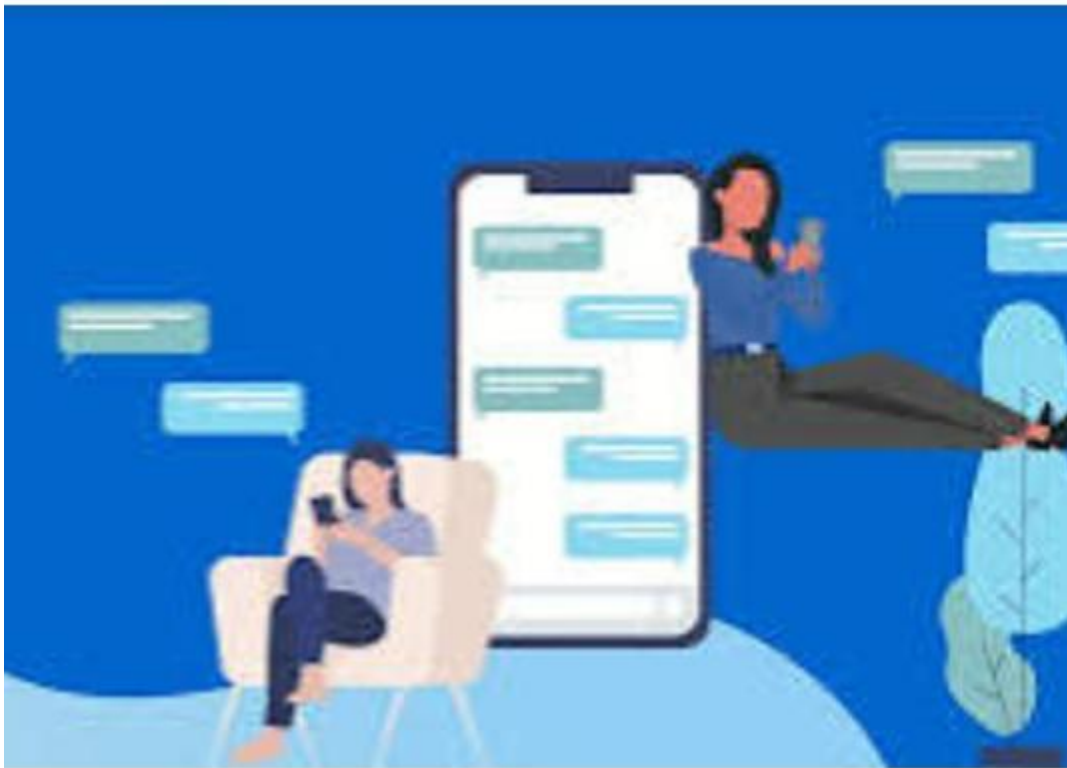
Tele psicología vía chat

1) Presentación

Siempre tomar en cuenta que la presencia personal y profesional debe de estar presente mencionar el nombre y la profesión .

Se deben de hacer preguntas relevantes de la identidad del paciente sin que se sienta incómodo el paciente y haciendo mención de que la protección de sus datos personales y que el autorice la recopilación de sus datos personales .

Realizar un buen rapport con el paciente evitando hacer juicios de valor o que lo haga sentir incómodo de alguna manera , siempre tomando en cuenta el estado de ánimo del paciente y tomando en cuenta sus emociones y lo que está sintiendo en ese momento siempre tratando de fomentar si equilibrio emocional.



2) identificación del acontecimiento critico en o la problemática que llevo a la crisis o a el problema actual.

De debe de estar muy pendiente del estado emocional del paciente, siempre de debe de mantener la calma y si está en una crisis indicarle ejercicios de relajación para que pueda sentirse tranquilo yo poder darle indicaciones para tener una buena comunicación y que pueda estar en equilibrio emocional en ese momento.



3) Intervención.

Tomar en cuenta que cuando se inicia la Intervención en el que el paciente se encuentre en ese momento que afectaciones le genera su padecimiento se debe de determinar la forma en que el paciente puede enfrentar la crisis así como todas las alternativas que puede estar poniendo en práctica para afrontar los problemas, que problemas o padecimientos en ese momento y de que manera puede enfrentar la problemática y proponer los objetivos para que pueda alcanzar una meta.

Hacer preguntas específicas como.

Cómo te sientes ahora?

Me puedes describir paso por paso lo que te sucede?

Hace cuánto tiempo que te lleva ocurriendo esto?

Qué otros síntomas tienes?

Preguntar si hay personas cerca o en su entorno y si no hay nadie sugerir contactar a alguien para que le haga compañía.

Tomar en cuenta las medidas que el paciente ha tomado o realizado así como cualquier tipo de medida o alternativas que el paciente ha realizado para enfrentar la situación que está viviendo hasta este momento y determinar todo lo que le ha ayudado siempre tomarlo en cuenta para seguir mejorando dejar claros todos los aspectos que ayudan actualmente a mejorar su padecimiento.

De ser necesario se puede canalizar y sugerir al paciente de ser necesario atención en instituciones o servicios especializados.



4) Conclusión.

Una vez que nuestro paciente se encuentra estable emocionalmente y los cambios se manifiestan de manera positiva gracias a el apoyo después de haber tenido una intervención se debe determinar si son notorios los cambios que se pueden manifiestan en su forma de hablar o de actuar y en la que se manifiestan cambios muy marcados se puede determinar que el avance es positivo de ser necesario se puede sugerir reprogramar una cita en días posteriores y dar seguimiento al paciente.

Se puede sugerir canalizar a otra área o seguir con citas consecutivas.



Cierre

Nunca se debe de terminar una conversación sin antes despedirse de manera cordial y dar un agradecimiento.

