

# PSICO

El francés Charcot y el vienés Breuer utilizaban la hipnosis para la creación y eliminación de síntomas histéricos como la parálisis, el inicio de la psicoterapia se sitúa en el psicoanálisis de Freud que abandona la hipnosis se sirve de las asociaciones libres del sujeto para descubrir los procesos inconscientes que han dado lugar a la enfermedad mental. Condición clásica y terapia de desensibilización fue el conductista John Watson quien interpretó fobias como respuestas emocionales condicionadas que podían ser creadas y extinguidas por medio del condicionamiento pavloviano. Así lo hizo con un niño de 11 meses (Alberto). la situación de partida (reflexo condicionado) es la reacción de miedo de un niño ante un sonido fuerte. Alberto era un niño que no le asustaba nada las ratas blancas (rata est neutra) Si la rata va con el ruido el niño se asustará, tras asociar ambos estímulos varias veces acabamos de producir una fobia. Watson siguió y el miedo producido por la rata por otros estímulos y él no quería causar daños psíquicos así que Mary Jones aplicó el condicionamiento clásico para curar una fobia ya existente. Consistía en asociar el objeto que provoca fobia a otros objetos gratificantes pero haciendo aparecer al primero de forma progresiva para que siempre dominaran los estímulos gratificantes. Mientras disfrutaba comiendo golosinas se pone una jaula con una rata lejos (desensibilización sistemática). Otras formas de terapia conductual (implosión eliminar una respuesta emocional inadecuada como miedo o ansiedad ante un estímulo que no tiene por qué provocar dichas respuestas. La diferencia que en vez de presentar el estímulo de forma progresiva se hace de forma completa desde el principio pero en situaciones controladas por el psicólogo. La terapia aversiva consiste en asociar estímulos desagradables con las conductas que se desea suprimir. La rana mecánica cuando se hace coincidir la aparición de los deseos agresivos con los efectos de una droga en el organismo. Terapias cognitivo-conductuales se necesita la introducción de elementos mentales no basta con la modificación de la conducta sino que para lograr esta el paciente debe cambiar su forma de pensar por ejemplo el contrato conductual donde se especifican las conductas. La eficacia no está tanto en la recompensa sino en el hecho de que el sujeto acepte esas recompensas como justificadas a partir de las conductas realizadas. El modelado consiste en proponer modelos de conducta que el sujeto debe aprender e imitar de forma paulatina.