ProFA Autocuidado de la Salud Mental  
Guía de Actividades

Fase 3

Actividad 6

“Lis de Veracruz: Arte, Ciencia, Luz”

# Logotipo Descripción generada automáticamenteFase 3. Estrategia y hábitos para el cuidado de salud mental

## Actividad 6. Resolución de sopa de letras

**Objetivo:**Identificar características y modalidades generales de psicoterapias.

**Descripción:**Resuelva las sentencias con respecto a las características y modalidades generales de psicoterapias, encuéntrelas en la sopa de letras y responda la última pregunta.

**Sentencias** ⇣

|  |  |
| --- | --- |
| * Tratamiento que se basa en una relación entre, al menos, dos personas involucradas en un proceso compartido. En donde una o más personas que requieren un tipo específico de asistencia para mejorar su bienestar, acuden con un especialista capaz de brindar esta asistencia. | P \_ \_ C \_ \_ E \_ A \_ \_ \_ |
| * Tipo de psicólogo que evalúa, diagnostica y trata individuos y grupos con una serie de métodos y técnicas, con el objetivo de lograr una mejora en el malestar subjetivo sentido o manifestado del paciente. | \_ L \_ N \_ \_ O |
| * Determinará la estrategia y técnicas utilizadas en psicoterapia. | \_ N \_ \_ \_ U \_  T \_ O \_ \_ C \_ |
| * Este enfoque se centra en el análisis, evaluación y tratamiento de conductas específicas y sus determinantes, y no en constructos internos. | \_ O \_ \_ \_ C \_ \_ \_L |
| * Es un enfoque que menciona que la forma en que nos comportamos se encuentra influenciada en gran parte por nuestros impulsos inconscientes. La duración de este tipo de terapia suele ser larga. | \_ S \_ \_ \_A \_ \_ L \_ \_ \_ \_ O |
| * Este enfoque considera al ser humano como un todo, se concentra en los rasgos y comportamientos positivos del ser humano. Busca el crecimiento personal y su autorrealización. | \_ \_ \_ A \_ \_ \_ T A |
| * Este enfoque distingue la conducta del proceso psicológico y asume la existencia de procesos cognitivos. Se centra en la modificación de conductas disfuncionales y pensamientos negativos distorsionados, requiere que el paciente practique sus nuevas habilidades entre sesiones mediante tareas para casa y ensaye nuevas conductas. | C \_ \_ N \_ \_ \_ V \_  \_ \_ N \_ U \_ \_ \_ A L |

**Sopa de letras** ⇣

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| A | C | O | N | D | U | C | T | U | A | L | S | C | G | H | Y | R | Z | L |
| S | W | P | B | M | E | R | T | G | E | O | A | J | X | V | A | M | A | O |
| H | Y | O | E | Q | L | U | I | J | K | C | N | M | V | K | O | U | B | L |
| C | K | H | J | C | P | S | I | C | O | A | N | A | L | I | T | I | C | O |
| F | S | W | E | P | R | T | G | Y | U | J | I | P | N | C | Z | W | K | J |
| E | D | F | V | S | N | O | P | P | R | V | S | V | U | Q | Q | W | L | M |
| R | A | Z | E | I | L | D | D | R | T | Y | P | D | Z | D | F | R | H | N |
| V | D | X | Z | C | N | P | L | K | J | Z | N | K | L | P | M | B | U | R |
| B | F | K | O | O | V | X | Z | R | E | O | H | T | Y | U | U | K | M | A |
| O | U | Z | C | T | C | L | B | M | C | L | I | N | I | C | O | L | A | E |
| X | O | X | V | E | R | J | W | O | B | G | T | T | N | P | Y | M | N | R |
| A | P | R | Z | R | Z | H | V | C | B | T | W | R | D | X | Z | W | I | E |
| E | H | I | R | A | W | I | X | B | M | H | T | Y | L | P | Y | T | S | F |
| T | J | O | S | P | T | Y | E | G | H | J | K | N | M | R | R | G | T | Y |
| M | L | T | Y | I | Z | W | R | C | V | V | H | T | R | W | S | S | A | Y |
| I | T | Z | N | A | A | S | G | E | P | U | K | Q | P | K | M | X | N | T |
| L | W | G | S | D | F | E | D | G | G | H | Y | U | I | O | P | V | C | G |
| L | O | K | L | O | P | C | F | J | K | Z | H | G | L | T | F | G | B | H |
| C | R | W | E | N | F | O | Q | U | E | T | E | O | R | I | C | O | M | N |

**Preguntas** ⇣

¿Ha considerado asistir o ha asistido a psicoterapia? Si sólo la ha considerado, qué hizo que no la tomara al final y en caso de haber asistido, ¿le fue de ayuda? ¿Qué fue lo que más le gustó o lo que menos lo hizo?

*Respuesta:*

**Más información**saludpublicasais@uv.mx [www.uv.mx/saisuv/](http://www.uv.mx/saisuv/)