



Lic. ROCIO GUADALUPE MENDEZ CANCINO

MTRA. ANA ESTELI HIDALGO MARTINEZ

PASIÓN POR EDUCAR

REPORTE DE LECTURA

SUPERVISION DE CASOS CLINICOS

9º CUATRIMESTRE

PSICOLOGIA

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de junio de 2020

CONDUCTA

Cuando hablamos de conducta nos referimos al accionar del ser humano, de aquello que hace durante el día y que posiblemente sea lo cotidiano para las personas dentro de una sociedad. En el tema 2.1 nos habla acerca de lo normal y lo anormal. En el que se entiende por normal aquello que es aceptado por la sociedad, es decir, lo que está dentro de los regímenes establecidos y que no se sale de las reglas, por el contrario lo anormal es aquello que esta fuera de los parámetros o de las acciones del resto de los individuos.

Entra entonces la angustia subjetiva, en la que nos habla acerca de que la anormalidad también es llevada por este medio, pues cuando un individuo no se siente cómodo dentro de su entorno, actuara de manera anormal. También se encuentra aquella en la que las personas actúan de manera anormal cuando presentan alguna discapacidad, o en el caso de la pandemia que se está viviendo debido al COVID-19, no todas las personas se están adaptando a estar por un tiempo largo en casa, conviviendo con todos los miembros de su familia, a lo cual es normal que exista anormalidad en sus conductas.

Esto quiere decir que es la reacción que la mayoría tuvo ante esta situación fue normal, las crisis emocionales, la depresión, ansiedad, estrés y muchas otras afectaciones en el estado de ánimo, fue normal, pues están reaccionando conforme a la situación. En este caso se puede decir que fue normal lo anormal.

Ahora bien otro punto muy importante que se encuentra en el apartado 2.2 nos habla acerca de la salud mental, y es que esta no es únicamente la ausencia de trastornos, sino que conlleva a la plena salud tanto física, mental y social, es decir, no podemos decir que estamos mentalmente sanos si presentamos alguna enfermedad física, o si tenemos problemas con la sociedad; por lo tanto la salud mental es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad.

Es por ello que se han creado estrategias para fomentar la salud mental, tales como impartición de talleres, o capacitaciones al inicio de la infancia en la que se cree un entorno saludable y ameno para la persona. Así mismo los programas que van dirigidos hacia las personas más vulnerables como los indígenas, todo esto con la finalidad de que las personas puedan satisfacer más sus necesidades y tengan menos carencias, pues así podrán tener una mejor salud mental.

Los políticos deberían incorporar en su lista la importancia que es esto para las personas y crear ambientes dignos para cada una de ellas.