

**MODES DE INTERVENCIÓN EN LA
PSICOLÓGICA**
MOLINA RAMON SANDY NAXCHIELY.

→
ENSAYO:

Cambios en la práctica psicoterapeuta.

**RUBISELA YANETT VAZQUEZ
HERNANDEZ.**

**7CUATRIMESTRE
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA
SEMIESCOLARIZADO**

05/12 /2020.

INTRODUCCIÓN

Hablaremos respecto al título Cambios en la psicoterapeuta a bordare este tema porque considero que la psicoterapia es una actividad constructiva la cual se revisan definiciones y clasificaciones de las estrategias a la importancia del psicólogo durante confinamiento por COVID-19, discutiendo su valor como recursos para las terapias adecuado para el paciente, Con el fin de conocer los cambios y de la psicoterapia y por lo tanto la efectividad de los instrumentos, así como la importancia y desarrollo de cada una.

Analizaremos diversos programas y estrategias, en base así lo terapéutico con las necesidades psicológicas del paciente, la importancia de la evaluación de la misma, se ira analizando los cambios de nuestra vida, a través del proceso de sí mismo, para ello, es importante empezar marcando los parámetros dentro de los cuales se va a desarrollar el psicólogo, es decir, definir el qué, el por qué y el para qué de ello, posiblemente es entonces cuando la persona decide iniciar una terapia psicológica, ya que explícita o implícitamente está buscando ayuda para para llevar a cabo una serie de cambios en su manera de ser y vivir.

Abarcaremos la importancia, alcances y rol del psicólogo, con el fin de para promover la participación, la organización los procesos de orientación durante la consulta psicológica, por su puesto planificarlo y desarrollarlo para ir de desempeñando el asesoramiento profesional y por su puesto vocacional durante confinamiento por covid-19.

Mi objetivo es señalar todos estos puntos, porque son considerados necesarios para nuestra comprensión profesional, y por qué es un punto importante para la el desarrollo terapéutico y el aprendizaje posterior. En la parte final redactare cual fue el propósito de este ensayo

CAMBIOS EN LA PRÁCTICA PSICOTERAPEUTA

Antes de todo explicaremos de que se trata la psicoterapia, en la psicología estudia los pensamientos, las emociones y el comportamiento humano y por lo tanto en la terapia se forman la intervención social que busca mejorar la salud del paciente, especificando en un tratamiento especificado a de cuando las necesidades del paciente.

Se encuentran los modelos fenomenológicos, pueden encuadrarse aquí la terapia centrada en el cliente, la terapia gestáltica, el análisis transaccional, el psicodrama, la bioenergética y la terapia existencial, con tienen autonomía personal y la responsabilidad social, como también autorrealización, la orientación hacia metas y búsqueda de sentido, con la concepción global de la persona, así como su punto de vista fenomenológico, enfocándose énfasis en el aquí y ahora, es importante mencionar que el terapeuta no adopta el papel de experto ya que empleamos las nuevas actitudes como terapeutas a las técnicas concretas, conviene destacar que existe una gran heterogeneidad entre los distintos enfoques fenomenológico los cuales son negativos y positivos. Nuestra labor como psicólogos evaluamos el comportamiento del sujeto, ya que tenemos capacidades para conocer el carácter de las personas y comprender las causas de su comportamiento, en estas llevamos un análisis del proceso, estos son patrones de secuencias de interacción, así bien como los componentes de interaccionales asociados al cambio, los cuales genera los momentos de cambio y episodios relevantes, y es importantísimo el análisis de datos.

La pandemia del covid-19 extendida por gran parte del mundo, la pandemia del coronavirus suma más cifras de casos contagiados y personas fallecidas, afectando también a nuestro país, sus consecuencias han extrapolado al ambiente sanitario, provocando transformaciones en las relaciones interpersonales, como la vida cotidiana y por lo tanto lo político y social las cuales van evolucionando a los nuevos acontecimientos (glut, 2020) (paris, 2020).

Durante la pandemia fuimos modificando y adaptándonos a las nuevas necesidades del ambiente y por lo tanto también al ambiente de nuestros pacientes, generamos nuevas técnicas al momento de realizar las consultas psicológicas, ya que el covid ha transformado la manera en la que vivimos, tras el confinamiento, en la forma en que nos relacionamos ha cambiado de manera drástica en muchos casos la enfermedad ha impactado de forma directa a personas cercanas, lo que se traduce en una prevalencia

mayor de los problemas relacionados con la salud mental, por lo tanto nadie duda de la huella psicológica y social que la pandemia dejara o ya ha marcado en la mayoría de las población, cabe mencionar que en la salud mental es una de las más afectadas por la pandemia, algunas consecuencias y efectos psicológicos puede tener relaciones con la depresión la cual genera menos ganas de hacer menos cosas, de disfrutar menos, si la ansiedad se codifica a las causa de síntomas como de bajo ánimo, pero también hay personas con familiares fallecidos por la misma causa y por lo tanto no han podido despedirse de ellos, estas son causas y situaciones a las que tienen mayor riesgo de sufrir depresión y ansiedad e incluso puede convertirse en síndromes de estrés agudo, una ansiedad máxima provocada por la impotencia ante la situación, hay que tomar en cuenta que si estos síntomas se alargan en el tiempo pueden provocar ciertas enfermedades mentales relacionadas con la ansiedad y la depresión, las cuales nosotros como psicólogos tenemos que estar observando, para el bien de nuestros pacientes y bienestar de las personas que nos rodean.

Destacamos que uno de los problemas más importantes en nuestra are clínica abarcaría lo depresivo asociada a la situación social que esta genera el covid, hay diferentes probabilidades para las personas que padecen problemas de salud mental por la sintomatología sea más elevada y estén en una situación peor que la basal, por su puesto también hay que tener en cuenta la situación social ya que las personas tenían apoyo de ir a un centro, por ejemplo, a un hospital de día, todos estos recursos se han cerrado por el estado de alarma, el soporte que tenían ha manguado en con secuencia y bueno debido a esto de manera general todos nuestros pacientes han continuado con su atención que es importante, envés de hacer visitas presenciales lo que hemos hecho, y hablo de hemos porque también nosotros como estudiante hemos implementados estas técnicas a las personas a las que les brindamos a pollo psicológicos, buen entonces hemos implementado visitas telefónicas o teleconferencias, hemos creado diferentes mecanismos para que no estén desatendidos, y si había un empeoramiento clínico, hemos buscado formas de manejarlo haciendo modificaciones de las mismas para la mejoría de nuestros pacientes, cuidando cada uno de ellos, como tanto a nosotros mismos.

De una manera importante es despatologizar los problemas que plantea el paciente o personas que busca ayuda, ofreciéndole una hipótesis explicativa que le permita entender y que le de pistas sobre que conviene hacer para superarlo, mencionare que durante mi

carrera, en desempeñarnos a nuestro servicio social, he atendido pacientes con manifestaciones por causas del covid-19, las cuales sean presentados en estrés, ansiedad, e incluso depresión por enfermedad y la sugestión de la misma, entonces vemos factores realmente importantes en las cuales debemos modificar y adaptarnos a las problemáticas del paciente, acá es donde entran las estrategias que como psicólogos debemos implementar y adaptar al nuevo ambiente las cuales son afectados sin lugar a dudas, entonces el efecto de sociedad se debe a un proceso reflexivo que involucra acciones, estas circunstancias pandémicas ponen en tensión y atención permanente respecto a las enfermedades mentales.

COVID-19, que toca todo el cuerpo social, tiene consecuencias psicosociales, y antes una situación de pandemia es común que las personas se sientan, al menos, estresadas y preocupadas, la epidemia y las medidas de control están llevando a un miedo generalizado en la población y pueden conducir a la estigmatización social de los pacientes, de sus familiares y del personal sanitario, todo ello con sus consecuencias psicológicas (Salazar, Pandemia Covid-19, 2020), (Briones, 2020).

CONCLUSIÓN

Como ya habíamos mencionado la pandemia ha impactado de manera radical en todos los aspectos de nuestra vida cotidiana, ya que surge antes las necesidades de una respuesta psicosocial y pretender ser un recurso de ayuda para las personas en general, con la esperanza que esto sirva para que se produzca un cambio a nivel psicológico y se dé más importancia la capacidad de resiliencia, de ser flexible, de adaptarse a lo que pueda venir, es muy impórtate en situaciones más extremas como la pandemia del coronavirus, para que estos cambios que vienen no generen tanta ansiedad es importante no estar tan pendientes de los medios de comunicación a las 24 horas, y no tomársela tan personal ya que es tentador interpretar los comportamientos de otros a partir de clichés y estereotipos, durante la pandemia fuimos modificando y adaptándonos a las nuevas necesidades del ambiente y por lo tanto también al ambiente de nuestros pacientes, generamos nuevas técnicas al momento de realizar las consultas psicológicas, ya que el covid ha transformado la manera en la que vivimos, tras el confinamiento, en la forma en que nos relacionamos ha cambiado de manera drástica en muchos casos la enfermedad ha impactado de forma directa a personas cercanas, lo que se traduce en una prevalencia mayor de los problemas relacionados con la salud mental, por lo tanto nadie duda de la huella psicológica y social que la pandemia dejara o ya ha marcado en la mayoría de las población,

Mi objetivo fue señalar todos estos puntos, porque son considerados necesarios para nuestra comprensión profesional, y por qué es un punto importante para la el desarrollo terapéutico y el aprendizaje posterior.

Bibliografía

Briones, L. N. (2020). *El impacto de la pandemia*. Ciudad De Mexico.

glut, R. m. (2020). *Pandemia COVID-19*. MEXICO: Seneca.

paris, M. m. (2020). *COVID*. DF, MEXICO: Clio.

salazar, M. d. (2020). *Pandemi Covid-19*. Df: cilf.