

“MATERIA”: MODELOS DE INTERVENCION EN PSICOTERAPIA

NOMBRE DEL DOCENTE: ANA ESTELI HIDALGO MARTINEZ.

---

PRESENTA: ENSAYO

ALUMNO: LILIANA BERENICE MENDEZ AGUILAR.

CUATRIMESTRE: SEPTIMO

LICENCIATURA: PSICOLOGIA

SEMIESCOLARIZADO

FECHA DE ENTREGA: 04 DE DICIEMBRE DEL 2020

## Introducción

A continuación, se mencionará en que consiste la psicoterapia, cuál es su fin y que se espera con la practica psicoterapéutica. La relación que se crea entre el terapeuta y la persona la cual presenta un problema, además de lo que generalmente provoca los problemas en una persona.

Una vez identificados los conceptos anteriormente mencionados, se podrá observar que la psicoterapia es importante en varios aspectos.

Hoy en día vivimos una situación en la cual los seres humanos sufren de constantes miedos, inquietudes, inseguridad, estrés, angustia. Esto se debe al confinamiento que surge por el virus COVID 19, esta pandemia viene afectar varios aspectos en el entorno social e individual. En este aspecto el psicólogo juega un papel importante el cual será mencionado a continuación.

## CAMBIOS EN LA PRÁCTICA PSIOTERAPÉUTICA: IMPORTANCIA, ALCANCES Y ROL DEL PSICÓLOGO DURANTE CONFINAMIENTO POR COVID-19

La psicoterapia es el conjunto de procedimientos psicológicos sistematizados que tienen como fin la solución de problemas, para las personas que no los han podido resolver por sí mismas (Bernstein y Nietzel 1980/1988). En este proceso surge una relación interpersonal entre el terapeuta y el paciente el cual experimenta un problema ya sea emocional, conductual o interpersonal, por lo tanto, acude ante un profesional que cuente con las herramientas, conocimiento y técnicas necesarias para intervenir.

Un problema es una situación que generalmente es provocada por círculos viciosos. El círculo vicioso es un patrón de comportamiento asociado a la tendencia de repetición propia de la mente humana que suele buscar lo conocido, sea o no dañino (Que Significado, 2018), estos círculos viciosos que generan el problema hacen sufrir o traen consecuencias negativas a las personas involucradas.

Por lo tanto, la psicoterapia es importante en lo que respecta la salud mental de una persona, proporciona orden al caos facilitando la comprensión de ideas y acciones que en su momento eran confusas, permite a la persona afrontar a esa problemática o crisis que estaba evitando. Permite conducirlo a nuevas oportunidades, para resolver o controlar sus conflictos y que así no sea dominado por una sensación de malestar.

Por lo general se toma al proceso psicoterapéutico como la última solución, además de que existe siempre esa mala idea que si acudes con un terapeuta estas “loco” lo cual impide a muchas personas o los limita a darle un manejo a su problema.

En relación al confinamiento por la pandemia, muchas personas se vieron envueltas en una serie de conflictos mentales, miedo, angustia, incertidumbre, estrés, además de entrar en pánico. Por indicación del gobierno federal, comenzó el confinamiento incluso antes de que el virus entrara a nuestro país, posterior a los primeros contagios, comenzaron a tomar medidas para confinar a más personas para evitar mayor riesgo de contagio.

Se vio afectada la economía en nuestro país, las familias que vivían al día se vieron más afectadas, se encontraban en una encrucijada, ya que si seguían laborando corría riesgo su salud física, si dejaban de trabajar entonces no tenían recursos económicos para la manutención del hogar.

Los especialistas concuerdan que las intervenciones en crisis deberían ser consideradas como una medida a implementar en todos los grupos afectados, ya sea pacientes personales médico, contactos cercanos, personas en las áreas afectadas, así como público en general (Zhu, Chen, Ji, et al., 2020).

En sector salud, comenzó a darse un acompañamiento, solo en las instituciones en la cual contaban con el área de psicología, además de intervenir individualmente, también formaban grupos para intercambiar o compartir sus sentimientos o conflictos. Esto fue en los primeros meses de la pandemia, el grupo de psicólogos proporcionaba su número telefónico para estar disponible para algún acompañamiento.

En cada unidad médica se apertura un área covid, la cual estaba al llamado en caso de que se presentara un paciente, en esta área se designó un psicólogo que viera por la salud mental del personal dentro de esa área.

## Conclusión

La psicoterapia es un conjunto de conocimientos que serán aplicados ante la problemática de un paciente, la problemática generalmente es causada por un círculo vicioso, el cual provoca al paciente un sentimiento de malestar constante.

Para eso es la practica psicoterapéutica, para que el terapeuta, basándose en sus conocimientos, herramientas y técnicas, pueda mejorar las condiciones del paciente frente a su problemática.

Hoy en día existe una gran problemática mundial, el gobierno federal ha tomado ciertas medidas para que esta pandemia no aumente el número de defunciones. La estrategia fue el confinamiento, el cual genero angustia, desesperación, preocupación, estrés a toda la población.

Comenzó a implementar medidas en el sector salud, ya que este se enfrentaría a este virus, como estrategia involucro al departamento de psicología, para ayudar al sector salud a sobrellevar esta pandemia con respecto a su salud mental.

Esta pandemia de cierta forma hizo ver el pape importante que ocupa el área de psicología.

## Bibliografía

Alfonso Urzúa, Pablo Vera, Alejandra Caqueo y Roberto Polanco. (12 de 04 de 2020).  
Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v38n1/0718-4808-terpsicol-38-01-0103.pdf>

Gómez Penedo, J. M., Juan, S., Manubens, R. T., & Roussos, A. J. (2017). *Anuario de investigaciones* . Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369155966001.pdf>

Psicologico, C. d. (10 de 2003). *CPAP*. Obtenido de <https://www.cop.es/colegiados/ca00088/index.html>

*Que Significado*. (04 de 2018). Obtenido de <https://quesignificado.com/circulo-vicioso/#:~:text=En%20psicolog%C3%ADa%2C%20el%20c%C3%ADrculo%20vicioso,quienes%20est%C3%A1n%20envueltos%20en%20este.>

UDS. (2020). *Modelos de intervencion en psicoterapia*. Comitan de Dominguez .