



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Nombre del Alumno: Esther Sthephany Zelaya Cerón*

*Nombre del tema: La Psicología Como Ciencia*

*Parcial: 1er*

*Nombre de la Materia: Psicología General*

*Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

*Cuatrimestre: 3er*

## PSICOLOGIA GENERAL

Psicología general en pleno siglo XXI época en donde la humanidad pasa una pandemia a nivel global y esta demuestra que es de máxima importancia.

Este ensayo trata de dar a entender a las personas de como la profesión de psicólogo, toma un papel muy importante en la actualidad pues estamos en una época en donde las personas se refugian más en las redes del internet para poder expresarse no hace basta un meme o un estado para poder tener una interpretación de la persona que está publicando. Dicho esto la información que se dará, pasa a desarrollarse de la siguiente manera pues esta se basa en como la psicología es intermediaria en este preciso momento, hablamos del año 2022, un año que cambio por completo la vida de muchas personas pues estamos atravesando por una crisis de emociones y sentimientos muy polares pues todos sabemos que muchas personas perdieron sus trabajos, otras sus familiares etc.

¿Qué es la psicología? La psicología es una profesión en donde existe una relación de paciente y terapeuta en esta se busca llegar a una catarsis por medio de la observación y escucha el terapeuta tiene la función de mejorar la calidad de vida del paciente, dicho de otra manera el objetivo es el bienestar de la mente, pues si la mente es sana por ende también el cuerpo físico, sabemos que de cierta manera la mente es algo que no se puede ver.

No es como la fractura de un brazo, la mente es demasiado intangible que podemos ver a una persona ser muy “feliz” aunque no sabemos si esta persona está pasando por un duelo y por ende se encuentra en depresión. En tiempos de pandemia las personas utilizan muchas mascararas para ocultar su verdadero yo.

Dando paso al desarrollo de este ensayo, hay que recalcar que el covid 19, está afectando a toda la población de manera psicológica, cito a blanca molina “estos dos últimos años han estado llenos de preocupación”, tanto por nuestra salud como por la de nuestros familiares. pues su psique es afectada por las emociones y sentimientos reprimidos, el psicólogo es demasiado importante en este momento, hay que recalcar que hay mucha población que no tiene idea cual es la función del psicólogo, algunas personas cuando se les recomienda visitar a un psicoterapeuta lo primero que expresan es para que necesito ir a terapia si no estoy loco, esto es básicamente un problema fundamental y muy común en México, por falta de educación, esto gracias al gobierno al que hemos estado acostumbrados a seguir y no tratar de investigar y hacerse autodidactas y autónomos de nuestra propia realidad en la que estamos todos conectados.

“no sólo nos ha dejado síntomas a nivel físico sino a nivel psicológico también”

La psicología es base fundamental para poder expresar todo lo que alguna vez nos hizo daño y por ende esta, no tuvo la oportunidad de expresarlo con algún profesional del tema, entonces el sujeto se apoya de los padres o hermanos muchas veces también de los amigos pero sabemos que esto no es cien por ciento bueno, pues muchas veces las personas en lugar de ayudar empeoran más el asunto de este, pero esto solo es una pequeña porción de lo que podría pasar, hay otro porcentaje que simplemente no tiene con quien hablarlo y se reprime, lamentablemente a las personas que les sucede esto son víctimas de traumas o desvíos de camino que pueden afectar demasiado la vida de este.

“En los primeros momentos de la pandemia se generaron muchas emociones desagradables: ira, frustración, impotencia, miedo, tristeza, esperanza... generando así unos niveles elevados de ansiedad”

En conclusión la psicología es una herramienta para el ser humano es de muy sutil importancia, esta es la base número 1 para lograr tener un buen contacto con la sociedad y con nuestra consciencia ayuda más que nada a estabilizar la ansiedad y el temor que se vive por la pandemia, toda persona ya sea niño, adolescente, adulto u anciano, debe visitar a un terapeuta, es como el odontólogo cada ciertos meses debes ir a ver tus dientes al igual que el psicólogo él se encargara de tu bienestar mental y que mejor que hacerlo desde una etapa temprana en la actualidad los seres humanos se complican la vida por asuntos sumamente terrenales y que tiene mucho que ver por la represión de ideas, al no expresar estos caemos en ansiedad y uno que otro problema mental que no podemos arreglar solos, el ser

humano es por nacimiento un ser que requiere de otros para su supervivencia un claro ejemplo los bebés ellos necesitan a papas para su buen desarrollo al igual que cuando ya van al kínder su base para entablar con la sociedad es la comunicación, los psicólogos están preparados para escuchar. En la actualidad la psicología es de máxima importancia para la salud y bienestar del individuo, peor con la etapa en la que estamos viviendo.

## Bibliografía

LIBRO: TEORIAS DE LA PERSONALIDAD/UDS2022

Herrán Gascón, A., Cortina Selva, M. y González Sánchez, I. (2006). La muerte y su didáctica: manual para educación infantil, primaria y secundaria. Madrid: Universitas.

<https://psicologiaymente.com/clinica/pandemia-covid-finalizado-para-nuestro-cerebro-no>