GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Consultar a un psicólogo

Actualidad Empresarial | 11/11/2024 | 00:00

Autora: Teresa Macías Moreno

Existen tantos motivos posibles para consultar a un psicólogo como personas que desean o necesitan hacerlo. Aunque es imprescindible, para los profesionales de la psicología y la salud mental, realizar diagnósticos y categorías según determinados rasgos, cuadros clínicos o síntomas, es de manera singular y única como se manifiestan estos en cada persona, así como son singulares las causas subyacentes a ellos, arraigadas siempre en la historia y la subjetividad singular de cada individuo.

Es posible utilizar un término que englobaría todos estos motivos: el sufrimiento psíquico, al que también se puede llamar dolor psíquico. Detrás del cual, como detrás de todo dolor, hay un daño, una herida, que es necesario abordar, si se pretende eliminar o aliviar el sufrimiento. Al igual que se pueden producir heridas o lesiones en el cuerpo, también se producen en el tejido psíquico, pudiendo ser necesaria, aunque no siempre, la ayuda de un profesional para ser curadas. Es a través de un tratamiento psicológico donde se debe buscar y puede encontrarse esta ayuda. En ocasiones este tratamiento debe combinarse con el psiquiátrico, que incluye medicación, siendo, en estos casos, compatibles ambos dos y complementarios.

El sufrimiento o dolor psíquico toma la forma de síntomas más o menos molestos, que son los que empujan a consultar. Algunos de los más frecuentes son: Ansiedad, depresión, estrés, obsesiones, inhibiciones, miedos, impulsividad, angustia, baja autoestima, dependencias, problemas sexuales, conflictos de pareja, problemas laborales, impulsividad, síntomas psicosomáticos, astenia, etc.

Los síntomas psicológicos son la señal de que hay un problema subyacente que está causándolos y que debe ser tratado. Si se consideran estos como el problema en sí mismo y el único objeto de la cura, podrían desaparecer o aliviarse con el tratamiento, pero manifestarse de nuevo en otro momento, o desarrollarse otros nuevos como manifestación de la causa que no fue tratada y que, por tanto, puede seguir intacta.

Los tratamientos psicológicos pueden llevarse a cabo según diferentes orientaciones o escuelas. Todos ellos tienen en común que se efectúan a través de la palabra, ya que esta es la herramienta específica para tratar lo psíquico. La orientación psicoanalítica incide especialmente sobre las causas y las raíces de los problemas, debido a que en ello basa su concepción del conflicto psicológico y su práctica clínica.

Teresa Macías Moreno es psicóloga y psicoanalista en PsicoVaguada, consulta situada en

Madrid, Barrio del Pilar, donde atiende de manera presencial y online a adultos, adolescentes y parejas; cuenta con 30 años de experiencia en consulta privada.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/253301-consultar-a-un-psicologo.htm