

TECNOLOGIAS DE LA INFORMACION II

“LA PSICOLOGIA”

ANDREA MONSERRAT VALENZUELA DAVILA

2ºA BACHILLERATO

INDICE

* PORTADA……..1
* INDICE…………2
* INTRODUCCION………..3
* DESARROLLO…………..4
* CONCLUSION…………...5

INTRODUCCION

Los psicólogos practicantes cuentan con capacitación profesional y destrezas clínicas que nos ayudan en el aprendizaje a enfrentar con efectividad los problemas de la vida y de salud mental. Después de varios años de estudios de postgrado y de entrenamiento supervisado, obtienen licencia estatal para prestar diversos servicios como evaluaciones y psicoterapia. Los psicólogos nos ayudan usando una amplia gama de técnicas basadas en las mejores investigaciones científicas disponibles, y que consideran los valores, características, objetivos y circunstancias de cada persona.

En este trabajo vamos a abordar el tema de la psicología su definición, que hacen los psicólogos y que apoyo puede brindar a las personas con problemas y los que las necesitan

DESARROLLO

¿Que es la psicología?

La **psicología** es la disciplina que investiga sobre los procesos mentales de personas y animales. La palabra proviene del griego: *psico-* (actividad mental o alma) y *-logía* (estudio). Esta disciplina analiza las tres dimensiones de los mencionados procesos: **cognitiva**, **afectiva** y **conductual**.

La psicología moderna se ha encargado de recopilar hechos sobre las [**conductas**](http://definicion.de/conducta) y las experiencias de los seres vivos, organizándolos en forma sistemática y elaborando teorías para su comprensión. Estos estudios permiten explicar su comportamiento y hasta en algunos casos, predecir sus acciones futuras.

A aquellas [personas](http://definicion.de/persona) que desarrollan el estudio de la psicología se las denomina psicólogos. Esto significa, aquellos que analizan el comportamiento de los seres vivos desde un enfoque científico. **Sigmund Freud**, **Carl Jung** y **Jean Piaget** son considerados como algunos de los psicólogos pioneros.

¿Cómo ayuda a las personas?

Los psicólogos usan una gran variedad de tratamientos fundamentados en evidencias que nos ayudan a mejorar nuestras vidas. Generalmente recurren a la terapia (que se conoce con frecuencia como “psicoterapia” o “terapia de conversación”). Aunque existen diferentes estilos de terapia, el psicólogo escogerá el tipo que resuelva con más efectividad el problema del paciente, y se corresponda mejor con sus características y preferencias.

Entre los tipos comunes de terapia están la cognitiva, de conductual, cognitivo-conductual, interpersonal, humanística, psicodinámica, o una combinación de determinados estilos. La terapia se le puede aplicar a una sola persona, así como a parejas, familias u otros grupos. Algunos psicólogos están capacitados para usar hipnosis, la cual, según varios estudios, es efectiva para el tratamiento de numerosos trastornos como el dolor, la ansiedad y los trastornos de estado anímico.

En algunos trastornos, la terapia y los medicamentos conforman una combinación de tratamiento más exitosa. Por su parte, en los casos de personas a quienes les benefician más los medicamentos, los psicólogos colaboran con médicos de cabecera, pediatras y psiquiatras en la creación del tratamiento general.

¿Que hacen los psicólogos?

[Los psicólogos ayudan](http://www.apa.org/helpcenter/therapy.aspx) a una gran variedad de pacientes y pueden darles tratamiento a numerosos tipos de problemas. Algunas personas [consultan a un psicólogo](http://www.apa.org/helpcenter/talk.aspx) porque se han sentido [deprimidas](http://www.apa.org/topics/depress/recover.aspx), [enojadas](http://www.apa.org/helpcenter/controlling-anger.aspx) o  [ansiosas](http://www.apa.org/helpcenter/anxiety-treatment.aspx) por largo tiempo. Otras, porque quieren ayuda con un [trastorno crónico](http://www.apa.org/helpcenter/chronic-illness.aspx) que interfiere con sus vidas o su salud física. Por su parte, otras recurren al psicólogo porque experimentan problemas a corto plazo que desean resolver como sentirse [abrumados por un nuevo empleo](http://www.apa.org/helpcenter/workplace-stress.aspx), o están afectadas por la muerte de un familiar. Los psicólogos también nos ayudan a enfrentar [situaciones estresantes,](http://www.apa.org/helpcenter/chronic-stress.aspx)[a curarnos de adicciones,](http://www.apa.org/helpcenter/alcohol-disorders.aspx) a controlar enfermedades crónicas y [eliminar los obstáculos](http://www.apa.org/helpcenter/lifestyle-changes.aspx) que nos impiden alcanzar nuestros objetivos.

CONCLUSION

En este tema podemos observar que importancia tiene la psicología y el labor que hacen los psicólogos así como la ayuda que nos brindan pues este trabajo no es nada sencillo y debemos de valorar la labor que brindan así como su paciencia y dedicación con la cual demuestran tener un autocontrol y una capacidad del habla muy extensa