QUAL A IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA EM TEMPOS MODERNOS?

Autor(res)

Caio Henrique Gonçalves Ferreira
Marinélia Do Nascimento Silva Gama

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GUARULHOS

Resumo

Devido a agitação corriqueira da sociedade atual, onde as pessoas traçam novas metas e objetivos e nem sempre conseguem atingi-los, acabam ficando cada vez mais estressadas, ansiosas, deprimidas e inseguras, causando então diversos males como, problemas com relacionamentos amorosos ou interpessoais, depressões graves, transtornos, entre outros, portanto, acabam deixando as coisas chegarem ao extremo para buscar uma ajuda profissional. Na atualidade, onde é notório a importância do cuidado com a saúde mental, ainda existe uma resistência em relação a busca por ajuda pelo fato da existência da associação com loucura ou frescura, esquecendo-se que além de tratar transtornos e doenças mentais, a psicoterapia existe para prevenção de adoecimento futuro e auxílio para uma vida mais saudável mentalmente.