

Título: Fortalezas de carácter ante la depresión: Intervención integrativa psicoanalítica y psicología positiva

Autor: Guerrero Barrera Montserrat

Director: Vázquez Vargas Eréndira Estrella

Resumen

La depresión se caracteriza por la pérdida de energía, falta de interés y presencia de sentimientos de tristeza, cansancio y desesperanza, por lo tanto la Organización Mundial de la Salud considera la depresión como una de las causas principales de discapacidad. Aunado a esto, los síntomas van a depender del nivel de depresión que se padezca, de modo que, en un episodio de depresión leve la persona tendrá algunas dificultades en sus actividades habituales y en un episodio grave, se presentarán grandes dificultades para continuar con las actividades sociales, laborales o domésticas; por lo tanto, la depresión puede convertirse en un problema de salud serio al alterar las actividades diarias de la persona que la padece, así como causar sufrimiento (OMS, 2018). Así mismo, la salud mental se define, entre otros aspectos, como un estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida y trabajar de forma productiva (OMS, 2013). Para esto, aplicar las fortalezas personales puede ayudar a desarrollar protección contra la adversidad, la depresión y las emociones negativas (Cuadra-Peralta, Veloso-Besio, Ibergaray & Rocha, 2010). Por consiguiente, en esta investigación se pretende diseñar, implementar y evaluar un programa de intervención con enfoque integrativo, en un caso de un adulto con depresión, mediante el favorecimiento de las fortalezas de carácter que plantea la psicología positiva en conjunto con la psicoterapia psicoanalítica, con el fin de disminuir la depresión.

Palabras clave: Depresión, fortalezas de carácter, enfoque integrativo, psicología positiva, psicoanálisis