

Título: Intervención Gestalt en Modalidad Grupal con Pacientes con Sintomatología de Ansiedad

Autor: Magaña Sarvide Diego Arturo

Director: Álvarez Cuevas Silvia María

Resumen

La ansiedad es la enfermedad mental de mayor incidencia en el país, afectando al 11% de la población mexicana y al 28% de la población mundial, es una condición de alta comorbilidad y afectación a nivel social, generando costos y problemas para la salud y la calidad de vida (OMS, 2009). El objetivo de este trabajo consiste en propiciar la reducción de sintomatología ansiosa en un grupo de adultos a partir de una intervención Gestalt en modalidad grupal. El grupo se conformará por adultos con síntomas de ansiedad, excluyendo pacientes con comorbilidad de depresión mayor, consumo de sustancias, o trastornos psicóticos. Se utilizará metodología mixta con diseño pre-post test, en el cual, se evaluará el ciclo de la experiencia (Salama, 2006) y la ansiedad rasgo-estado (Díaz-Guerrero y Spielberger, 1975) de los participantes. Durante la intervención se registrarán las verbalizaciones y se aplicarán bitácoras grupales por sesión. La evaluación analizará el cambio en los resultados de los instrumentos y en los discursos de los participantes. La ansiedad ha sido tratada principalmente a partir del marco conductual (Beck, 2013). Sin embargo, otros enfoques también han demostrado efectividad, pero cuentan con menor respaldo empírico. Al ser un trastorno con tan alta incidencia, es importante desarrollar conocimiento sobre alternativas de tratamiento. La Gestalt es un enfoque que ofrece una visión holística e integradora del ser humano y posee un amplio desarrollo teórico y técnico, sumando esto a los elementos terapéuticos grupales, se espera que la intervención sea efectiva para reducir la ansiedad en los participantes.

Palabras clave: Ansiedad, Terapia Grupal, Terapia Gestalt, Tratamiento de ansiedad