

¿Una consulta con un psicólogo?

Las personas que hayan vivido situaciones difíciles pueden tener necesidad de varios tipos de ayuda. Una de ellas es el tratamiento por parte de un psicólogo.

¿Qué es un psicólogo?

El psicólogo es un profesional que ha cursado 6 - 7 años de estudios básicos en una universidad, seguido, en muchos casos por una profundización en aspectos especializados. El título "psicólogo" es un título protegido, lo que significa que en Noruega sólo pueden llamarse psicólogos los que tienen esta formación. Los psicólogos tienen conocimientos especializados sobre la vida emocional de las personas y de las reacciones que ésta puede desencadenar. El área de trabajo de los psicólogos incluye muchos sectores de la vida laboral, pero uno de los ámbitos principales es el trabajo con personas que tienen problemas psíquicos a consecuencia de la crisis que están viviendo.

¿Cómo trabaja el psicólogo?

El psicólogo se basa en métodos profesionales para analizar y tratar los problemas psíquicos que pueden tener los niños y los adultos. Por medio de conversaciones sobre temas difíciles el psicólogo, en conjunto con la persona que ha solicitado ayuda, trata de aliviar el malestar producido por los recuerdos, los pensamientos y los sentimientos dolorosos, y busca métodos mejores para afrontar las dificultades relacionadas con su forma de vida actual. Un psicólogo puede, a su vez, ayudar a que familias logren modificar los patrones interpersonales negativos dentro de la familia. Los psicólogos no recetan fármacos, pero cooperan, a menudo, con un médico en cuanto al eventual provecho de una medicina.

El psicólogo no atiende personas que desean ayuda para objetivos prácticos como certificados para poder mudarse, para conseguir una vivienda nueva o para casos similares.

El secreto profesional

Los psicólogos tienen secreto profesional en su trabajo. Esto significa que nada de lo que se haya conversado con un psicólogo va a ser comunicado a otra persona - ni a otros de la familia, ni al personal sanitario, ni a la escuela, ni al Servicio Social, ni a la policía, sin previo permiso de la persona que solicita ayuda. La única excepción al secreto profesional es en caso de haber grave sufrimiento por parte de niños, o si alguien corre peligro de muerte.

El intérprete

Es muy difícil hablar de los sentimientos en un idioma que no sea la lengua materna. Por eso puede ser útil usar un intérprete, aún cuando la persona que haya solicitado la ayuda tenga una noción básica de noruego. El intérprete está sujeto al mismo secreto profesional en cuanto a todo que se dice durante las consultas.