

La Psicología y sus grandes mitos urbanos

¿Son lo mismo un psicólogo, un psicoanalista y un psiquiatra?

Podría terminar este artículo escribiendo simplemente: ¡No, no somos lo mismo! Sin embargo, creo que es necesario explicar algunos detalles que hacen la gran diferencia. Pero, además, es bastante frecuente encontrar, incluso entre compañeros profesores que, obviamente cuentan con una carrera profesional (ya no digamos entre gente que no cuenta con una), que la confusión es más que evidente.

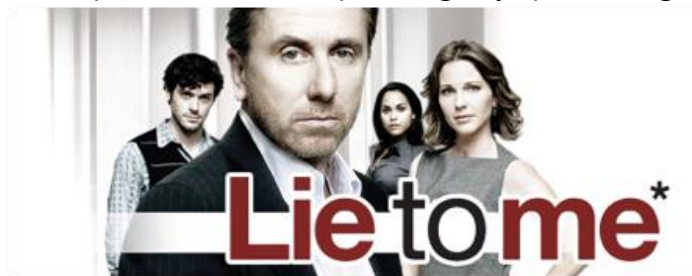
En casi todas las ocasiones en que la mayoría de la gente se quiere referir al



Imagen 1. Cartel promocional de la serie televisiva "Mentes Criminales". A excepción de la chica de lentes, ubicada en la extrema inferior derecha, todos hacen, en un santiamén, perfiles psicológicos de criminales.

psicólogo, se le viene a la mente, indefectiblemente, un diván, un señor con barbas blancas, lentes redondos, una pipa y su bolígrafo y cuaderno de notas ¿desde dónde les asalta inmediatamente esta imagen la conciencia? Creo que definitivamente se debe al padre del psicoanálisis y de los psicoanalistas, esto es, a Sigmund Freud. Considero que ha sido él, y nadie más posteriormente, el más férreo

propagandista y publicista de su teoría que él llamó Metapsicología, y que el vulgo, aunque el mismo Freud nunca pudo contra ello, le llamó como a la técnica clínica, es decir, PSICOANÁLISIS.



Llega el día internacional del psicólogo y mi perfil de

Facebook se llena de felicitaciones de familiares, amigos y ex alumnos. Es casi una constante la imagen, el meme, la tarjeta digital, el chiste, en fin, la serie de buenos deseos para este día tan significativo para nosotros. Pero lo que más llama la atención de toda esa cascada de felicitaciones, es que el 90 por ciento de esas imágenes

Imagen 2. Cartel promocional de la serie televisiva "Miénteme". Igualmente, todos hacen perfiles psicológicos de manera casi inmediata y con unos cuantos indicios conductuales.

corresponden a variaciones de un psicoanalista atendiendo a un paciente, cuando



no a la imagen del mismísimo Freud, de mirada hosca y con actitud fría y adusta. Todo acompañado de una sincera felicitación por el día del psicólogo. Claro que todo se agradece, recibo con mucho gusto todo eso y me hace sentir muy bien. Pero siempre me queda esa leve sensación de que no estamos

siendo valorados correctamente como psicólogos.

La mayoría de la gente piensa que somos profesionales preparados, adiestrados y dedicados a la atención de pacientes con desajustes emocionales y de la personalidad, de diversa índole y grado ¡Y que no hacemos otra cosa! Que somos capaces de, con solamente ver a una persona, saber qué piensa, qué intenciones tiene, qué va a hacer enseguida.

Imagen 3. Cartel promocional de la exitosa serie televisiva "Huesos". De izquierda a derecha, el tercer personaje es el psicólogo que elabora perfiles casi en automático. Todo un "mago".

Me encuentro con mucha frecuencia en la programación de la Televisión, series en donde el

psicólogo hace perfiles de un delincuente con unos cuantos indicios, vestigios o huellas dejadas por el criminal en la escena ¡Y lo realiza en minutos y con casi nada a la mano para hacerlo!

Creo que en mucho se debe a esta clase de contenidos propalados por Hollywood y las casas productoras de series televisivas, que el gran público se hace una idea errónea de nosotros los psicólogos y de lo que hacemos en realidad en nuestra profesión y en la vida diaria.

Quizás sea momento de hacer un balance más o menos escueto sobre la preparación que recibimos los psicólogos en nuestra formación profesional. Primeramente, debo decir que nuestra disciplina se "estudia" en muchísimas escuelas que podemos considerar con justicia como "escuelas patito", es decir, que se imparte en instituciones de muy dudosa reputación. Casi cualquier "universidad" que quiera atraer estudiantes a sus aulas y que no tiene los rigores académicos para ser considerada como tal, invariablemente ofrece carreras como Derecho, Administración de empresas y ¡Psicología! Si revisamos el plan de estudios de tales negocios, lo primero que nos sorprende es que el que se matricula en dichas "instituciones educativas" puede recibir su "título" de psicólogo en dos o tres años.

Ya nos podemos imaginar qué clase de preparación reciben. Todo un fraude académico. Por desgracia, estos egresados son los que ofrecen sus servicios a la población con instrumentos que deben ser considerados como charlatanería, con aproximaciones que rayan en lo esotérico (Flores de Bach, aromaterapia, musicoterapia, constelaciones familiares, etc.) y que en su mayoría son fundamentados con libros de autoayuda (ya tendremos oportunidad de dedicarle otro artículo a estos libros que deben ser rechazados tajantemente desde la psicología científica, pero que representan un negocio multimillonario a nivel mundial).

En cambio, existen instituciones universitarias que en verdad forman psicólogos de manera rigurosa y seria, como la Universidad Iberoamericana, la Universidad Nacional Autónoma de México, la Universidad del Valle de México, etc. Pero en esta ocasión quiero referirme a la Psicología que se imparte en la UNAM y la formación que recibimos los que nos preparamos en sus aulas.

Un psicólogo, *grosso modo*, debe saber **observar** conductas y comportamientos, **evaluarlos**, elaborar **diagnósticos**, confeccionar planes de **intervención** para solucionar problemas derivados de esas observaciones y evaluaciones, hacer **seguimiento, mantenimiento y generalización** de nuestras intervenciones.

Como puede verse, para alcanzar lo anterior, debemos recibir una preparación rigurosa en metodología de las ciencias, estadística para manejo de grandes cúmulos de datos, formación teórica sólida en los grandes logros y descubrimientos de la psicología contemporánea, prácticas profesionales en los diversos campos de aplicación de nuestra disciplina, como, por ejemplo, en el ámbito educativo, social, de la rehabilitación y la educación especial, en la clínica y, si el educando decide especializarse, en la psicología organizacional (también llamada psicología industrial o laboral), en psicología ambiental, en psicología forense, del deporte o en la investigación básica.

Como se puede ver, nos resulta muy difícil aceptar que los psicólogos somos eminentemente trabajadores de la clínica y que nos dedicamos a aplicar exclusivamente test o pruebas psicológicas (que sí son un instrumento válido, siempre y cuando sean de reconocida procedencia).

Durante nuestra preparación profesional prácticamente nunca recibimos una formación en psicoanálisis, y mucho menos para poder recetar fármacos, que solamente lo pueden hacer los psiquiatras.

Para poder ostentar el distintivo de psicoanalista, se debe estudiar de manera

especializada esta disciplina y generalmente no se realiza en las escuelas de psicología de nuestra Universidad. Tal vez podríamos recibir una preparación sólida en aspectos teóricos de esa tradición psicológica y algunas orientaciones prácticas, pero es a través de diplomados o especialidades.

Fuera de las Universidades donde se estudia Psicología, en México existen diversas instituciones que se dedican a la formación de psicoanalistas, por ejemplo, el Instituto Mexicano de Psicoanálisis, la Asociación Psicoanalítica Mexicana, Sociedad Psicoanalítica Mexicana, etc. Pero ¿quiénes son los que pueden estudiar Psicoanálisis en dichas instituciones? Cualquier egresado de una carrera relacionada con la salud, esto es, psicólogos, pedagogos, médicos, sociólogos, psiquiatras, entre otros. Como puede verse, a los psicólogos prácticamente nunca deberían confundirnos con psicoanalistas, a menos que hayamos estudiado esa especialidad (por cierto, el psicoanálisis en la actualidad está cayendo en desuso y de alguna manera se ha desprestigiado, pero eso es tema de otro análisis).

Por otro lado, la psiquiatría es una especialidad de la medicina y solamente pueden acceder a ella quienes hayan terminado su carrera de médico. Estos especialistas pueden prescribir medicamentos y confinar a los pacientes con desajustes de personalidad en instituciones psiquiátricas. ¿Un psicólogo puede laborar en instituciones psiquiátricas? Sí, siempre y cuando se prepare para elaborar diagnósticos e intervenciones especializados para ese tipo de casos.

Debido a la combinación de formaciones posibles que se dan en estas tres disciplinas, esto es, Psicología, psicoanálisis y psiquiatría, tal vez ha resultado difícil para el gran público poder discernir que todos somos profesionales de orígenes distintos. Además, posiblemente la consecuencia de trabajar a veces en ámbitos tan cercanos como la clínica de los problemas de personalidad, ha llevado a mucha gente a confundir los campos de responsabilidad de cada profesional referido.

El psicólogo puede ser psicoanalista si se especializa en dicha disciplina. El psiquiatra también puede ser psicoanalista si sigue ese camino profesional especializado. Pero en ningún caso la carrera de Psicología o la especialidad de psiquiatría de suyo prepara a sus matriculados como psicoanalistas.

El psiquiatra puede ser psicólogo si estudia también esa carrera, el psicoanalista igualmente tendría que seguir ese camino para ser llamado psicólogo, si su carrera de origen no es la Psicología (puede ser psicoanalista médico, pedagogo, sociólogo, etc.).

Ya para terminar, dada nuestra formación general referida más arriba, los psicólogos

podemos insertarnos en campos laborales mucho más diversos que la clínica. Por eso podemos ver psicólogos en el deporte de alto rendimiento (psicología del deporte), en instituciones educativas y de rehabilitación especial (psicología educativa), en instituciones sociales y secretarías de estado (psicología social), en laboratorios de investigación básica (psicología experimental), en investigación criminal (psicología forense), en interdisciplina con arquitectos, urbanistas y autoridades municipales (psicología ambiental), dando atención clínica a pacientes y grupos (psicología clínica) y en capacitación, reclutamiento y selección de personal en organizaciones laborales (psicología organizacional).

¿Por qué podemos realizar entonces más acciones que nada más la intervención clínica? Debemos referirnos, para contestar esta pregunta, a las habilidades que adquirimos a lo largo de nuestra formación profesional y que consignamos más arriba: Observación de comportamientos, evaluación, diagnóstico, intervención, seguimiento, mantenimiento y generalización. En todos los casos, podemos desplegar estas habilidades y destrezas en la intervención para solucionar problemas o hacer más eficientes los procesos conductuales con individuos, grupos o instituciones.

Como puede verse, a veces es necesario erradicar mitos como ese de que los psicólogos, con simplemente ver a una persona, ya la estamos psicoanalizando, o ese de que podemos leer el pensamiento de la gente, o de que somos seres casi perfectos y no solemos, o no debemos, o no podemos comportarnos como cualquier ser humano, con sus defectos y virtudes, con sus arranques e impulsividades, sus errores y aciertos, porque al ser formados como psicólogos, de suyo ya sabemos cómo conducirnos como seres aparte. Nada más falso. Antes que ser psicólogos somos seres humanos, somos padres, hijos, hermanos, como cualquier otro de nuestros congéneres. Tenemos derecho a ser como todos y a ser solamente psicólogos cuando estamos trabajando.

Mis alumnos, cuando vamos comenzando los cursos, con frecuencia me preguntan: Profesor, ¿usted no ejerce su carrera? ¡Claro que la estoy ejerciendo! Se llama Psicología Académica ¡Faltaba más!