

Reflexión Crítica a la Formación de Psicoterapia en la Educación Superior.

¿A qué responderá que los estudiantes al comenzar a realizar su práctica profesional en el área clínica y atender a sus primeros pacientes, tengan la sensación de tanta inseguridad y miedo? Expresiones de los estudiantes que suelen escucharse con frecuencia son, por ejemplo: “no sé nada”, “siento que no voy a ser capaz de rendir a la altura de lo que se espera”, “sé la teoría, pero no tengo idea cómo aplicarla con los pacientes”, etc.

El ser humano en general cuando inicia una nueva etapa en su vida, se enfrenta a algo desconocido o realiza un cambio, las emociones esperables y normales que tienden a experimentarse son: miedo, incertidumbre, ansiedad e inseguridad. El problema se presenta cuando este tipo de sensaciones van más allá, surgiendo sintomatologías significativas y crisis emocionales, lo que conlleva a que se acentúen comportamientos de evitación que impiden al estudiante adaptarse y enfrentar de buena manera su ámbito laboral.

Antes de desarrollar con más detalle el análisis de este tema, quiero agradecer a los estudiantes que aportaron significativamente a la construcción de nuevos conocimientos en conversaciones y debates que se generaron en el aula, reflexiones libres plasmadas en ensayos escritos, e ideas que manifestaban cuando se acercaban espontáneamente en algún pasillo de la universidad. Creo que es muy importante considerarlos para este tipo de instancias, ya que se necesita afianzar un verdadero sentido de comunidad universitaria, que permita construir un clima de mayor cercanía y confianza, en conjunto con darles una oportunidad de sentirse escuchados, valorados, útiles y con un sentido de pertenencia al lugar donde estudian, que en este caso es la Universidad Autónoma de Chile. No pretendo ser un observador que a la distancia interpreta desde su propia mirada un problema de tal o cual manera, por el contrario, el hecho de incorporar a los estudiantes en esto, es justamente para oír de cerca sus necesidades y la visión que tienen del problema, puesto que creo firmemente que tienen los recursos y la inteligencia necesaria para ayudar a encontrar el camino que facilite la entrega de una formación académica de calidad.

Sintetizando y desglosando los planteamientos más importantes que manifestaron los estudiantes, se encuentra el temor que les generan algunos docentes, que al parecer tienen la creencia que mediante los altos estándares de perfeccionismo entregarán una enseñanza de mayor calidad. Ante esto, considero que el problema no se encuentra específicamente en el nivel de exigencia que se les solicita a los estudiantes, sino a que se instaure en clases un

intenso miedo al error, considerándolo como una gran amenaza que idealmente no debiese ocurrir jamás, siendo que podría mirarse de otra manera, por ejemplo, tal como manifestó una estudiante en su ensayo en la siguiente frase que cito textual: “el error es una instancia para que surja un nuevo conocimiento”.

Además de lo anterior, los estudiantes manifiestan que han sido devaluados directa o indirectamente por docentes que suelen criticar, ironizar, ridiculizar e incluso humillar, lo cual se podría interpretar que la motivación a la base y la finalidad de este estilo por parte del docente sería la necesidad de situarse en un lugar de poder y superioridad en pos de ser admirado, lo que es un claro mecanismo narcisista, que lamentablemente repercute en limitar la creatividad de los estudiantes, la oportunidad de que puedan lograr aprendizajes significativos, y de paso, se les daña su confianza y seguridad, lo que se puede reflejar en testimonios de estudiantes que luego de vivir estas experiencias con este tipo de docentes, no se han atrevido a dar nuevamente una opinión en clases, ni mucho menos a participar en actividades prácticas o de situaciones en general de evaluación donde queden expuestos a ser criticados de esa manera. Esto lleva a pensar que al parecer lo que está predominando en la formación académica de hoy, está centrado en lo que le falta al estudiante y en recalcar en todo lo que se equivoca, o sea, en el déficit. Creo que sería importante que la actitud del docente con los estudiantes se orientara más a potenciarlos en los recursos que ellos posean, que muchas veces no logran ver en sí mismos, y cómo desde ahí se les puede potenciar y ayudar a que encuentren su propio sello personal y, a la vez, construyamos un sello para los estudiantes que saldrán de la Carrera de Psicología de nuestra universidad, de modo que se marque una diferencia importante con el perfil de egreso de estudiantes de psicología de otras universidades, sobre todo que en el presente, existe una gran cantidad de psicólogos en el país. La Universidad Autónoma de Chile, por ejemplo, tiene como sello la Responsabilidad Social Universitaria (RSU), que es un compromiso con la sociedad no solamente a un nivel teórico, sino que involucrados en la praxis misma, de modo que tenga un efecto concreto en los cambios que se necesitan y que ayudan de manera directa a las personas, no solamente entregando estadísticas e investigaciones que describen cómo está la sociedad en general. Las personas en la actualidad necesitan mucho más que eso. Entonces, si está demostrado que el sólo hecho de formar a los estudiantes centrándose en sus recursos y potencialidades, genera en ellos una actitud de motivación, compromiso y proactividad, esto repercutirá

naturalmente en que se involucren con vocación en los problemas sociales y sean agentes activos de cambios, sintiéndose útiles e identificados con su sello personal y de la casa de estudio de donde egresaron.

Al parecer, hay algo que en la formación se nos está olvidando...que los estudiantes, futuros psicólogos, también son personas y, por lo mismo, sienten, tienen necesidades y pueden equivocarse, al igual como todos nosotros lo hacemos constantemente a lo largo de la vida. Cuando se comete un error, lo importante es darse cuenta, reconocerlo y aprender de esa experiencia para idealmente no volver a repetirlo. Por lo mismo, la labor del docente es acompañar y apoyar ese proceso de aprendizaje del estudiante para que sean mejores personas y profesionales, reflexionando y analizando junto a ellos. Lo anteriormente analizado hasta ahora, acaso no lleva a cuestionarse y preguntarse que cuando el psicólogo se muestra tan “perfecto” frente a un paciente ¿No tiene repercusión en esa persona?, ¿Qué pasa si uno de los problemas centrales que tiene ese mismo paciente es la alta exigencia y la búsqueda de la perfección?, ¿Le ayudará un psicólogo que se desenvuelve tan perfecto?

Al parecer, existe una creencia y expectativa colectiva de que el psicólogo debiese alcanzar una perfección desde el momento que realiza su práctica profesional, o a más tardar cuando recibe el título. Después de eso no debiese equivocarse más con sus pacientes, porque cada equivocación es grave. Personalmente, no creo que exista tal momento “iluminado”, por el contrario, creo que hasta el último día que se atienda a un paciente el psicólogo está expuesto a la equivocación, porque considero que el aprendizaje y el crecimiento personal es continuo y no tiene límites. Esto no quiere decir que se opte por una actitud “light” al momento de ejercer la psicoterapia, por el contrario, se invita siempre a tener una actitud profesional y responsable, más bien lo que me preocupa es que la formación de los psicólogos al educarlos rechazando el error, se conviertan en personas muy poco autocríticas y “semidioses”, que tengan la sensación de que no se equivocan nunca, producto de que tienen un terror a mirarse y evaluar su desempeño, y así en el tiempo se va fomentando una cadena de narcisismo. Por lo mismo, hay que tener muy presente, que el lugar del psicólogo es muy seductor para llamar a la egolatría, por lo que más que espantarse, hay que tenerlo consciente, trabajado y aceptado. Con esto, en el fondo, lo que pretendo es invitar a que reflexionemos como docentes y no perdamos el foco principal, de que ante todo estamos formando personas y no robots, porque de ser así, el futuro está más que predicho. Estos últimos nos

reemplazarán rápida y fácilmente, ya que lo único que importará es la aplicación de memoria y de manera mecánica de las técnicas de algún manual de psicoterapia, según el diagnóstico que se le haya dado a la persona que consulta.

Otro aspecto que los estudiantes relacionaban con sus inseguridades al momento de atender sus primeros pacientes, era que en la formación de la Carrera de Psicología, predominaban bastante las instancias teóricas y muy poco las prácticas. En relación a esto, la Universidad Autónoma, ha realizado en el último tiempo cambios importantes que marcan una diferencia con años anteriores, ya que el énfasis en lo práctico se encuentra más presente y los estudiantes manifiestan que les ha otorgado un grado de mayor seguridad. Actualmente, pueden asistir, por ejemplo, a las Clínicas de la Universidad Autónoma y observar a través de salas de espejo la atención de pacientes reales, adquiriendo habilidades terapéuticas, lo cual se encuentra basado en los principios que planteó Albert Bandura (1984), en su teoría del aprendizaje vicario. Ahora bien, los estudiantes a pesar de considerar estos aspectos como positivos para su formación, hacen hincapié en que estos mismos pasos prácticos donde asisten a ver pacientes, suelen enfocarse en lo que es una primera entrevista y a lo más en el proceso de evaluación de un problema psicológico, por lo que desean y sugieren tener instancias donde puedan conocer lo que ocurre posteriormente a esta fase inicial, que son las aplicaciones de técnicas y estrategias psicoterapéuticas y de esta manera ir observando los cambios que van ocurriendo en el paciente a lo largo del proceso.

Otro punto relevante en la formación de los estudiantes de psicología, es el trabajo personal que se hace con ellos, más allá de los contenidos teóricos. De hecho, existen estadísticas que aparecen en investigaciones que se centran en los cambios inespecíficos en psicoterapia, como las que aparecen en el libro de Mariane Krause (1995): “Psicoterapia y Cambio”, que son serias, rigurosas y validadas por el ámbito científico, donde los datos señalan que el cambio del paciente se encuentra distribuido en un 40% que corresponde a las variables del paciente y los factores extra-terapéuticos, un 15% a las expectativas del paciente y el efecto placebo, un 30% a la relación terapéutica y solamente un 15% al modelo teórico que decida utilizar el psicoterapeuta en el tratamiento. Incluso, hay autores que señalan en el mismo libro, que hay técnicas que no influyen más allá de un 1% en el cambio. Resulta bastante curioso, que a pesar de estas cifras, aún así, la formación continúa centrándose principalmente en lo teórico y siguen existiendo docentes que ponen todo su énfasis en este

ámbito, descuidando otros que tienen igual o mayor importancia. Afortunadamente, esto es algo que también la Universidad Autónoma le ha dado importancia en la formación que entrega, por ejemplo, en los electivos transversales de formación general, donde se desarrollan y potencian distintas habilidades que son de gran utilidad al momento de desempeñarse en la vida laboral. La formación del psicólogo debiese ir *más allá* de lo que tiende a ocurrir en la educación en general del país, donde se evalúa mejor al que principalmente memoriza una mayor cantidad de definiciones y se considera más inteligente al que tiene las mejores notas, no trabajándose como algo importante el puente que existe entre la teoría y la práctica, así como tampoco se fomenta en los estudiantes un pensamiento libre, autónomo, reflexivo, crítico y una forma de pensar que favorezca la adquisición de habilidades metacognitivas, de modo que el aprendizaje se extrapole más allá del contenido específico que se le está evaluando en esa instancia en particular. Por ejemplo, si se va a analizar un caso clínico, que el aprendizaje no quede solamente para ser aplicado en el problema o diagnóstico que se elaboró, sino que quede una lógica instaurada para el análisis de una gran variedad de casos clínicos que tengan otros tipos de diagnósticos o problemáticas a la base, porque el estudiante aprendió a pensar de un modo más abstracto, logrando generar un aprendizaje significativo y un criterio formado, siendo esto último, uno de los elementos centrales en lo que es convertirse en un profesional.

Luego de analizar algunos aspectos que provienen de la universidad en la formación de los estudiantes de psicología, a continuación se analizará la responsabilidad que tienen ellos en la problemática planteada. De no hacerse esto, existiría la percepción que los estudiantes son víctimas de la situación y no se puedan agenciar de su propio cambio.

En cuanto a la actitud del estudiante, en cómo adquiere los conocimientos que se le entregan en la Universidad, hay un porcentaje significativo que no logra aún cambiar la actitud que tenían en el colegio por una más universitaria. Continúan comportándose de una manera pasiva, aceptando un estilo paternalista, se dejan guiar tal cual les dicen que sean y hagan las cosas sin presentar mayores cuestionamientos, aprenden el conocimiento de manera mecánica, pasiva, unidireccional, de memoria y conformista, lo que tiende a aceptarse porque resulta ser más cómodo para ellos. También existen estudiantes que deciden formarse aprobando las asignaturas de manera funcional, esto quiere decir, que se proponen conseguir los objetivos en base a la ley del mínimo esfuerzo, cumpliendo con las notas

suficientes que les permitan aprobar las asignaturas. Si a esto se le agrega que no van regularmente a clases y cuando lo hacen están totalmente desconectados, realizan los trabajos solamente por cumplir, no participan en instancias prácticas como los rol playing, no asisten a ver a pacientes a través de salas de espejo y no van a las visitas de terreno, es muy difícil que al momento de hacer su práctica profesional se sientan seguros y tranquilos, por lo que aparecerán, con una alta probabilidad, los lamentos, externalizaciones del problema, angustias, inseguridades, miedos y desesperaciones, al darse cuenta que no se encuentran bien preparados, ya que no alcanzaron a aprender los conocimientos mínimos. Cuando esta actitud es tan marcada y repetida por años en el estudiante, no es raro que la forma que quiera solucionarlo sea exactamente de la misma manera, también con el mínimo esfuerzo y pretendiendo reparar todo lo pasado en un par de semanas, teniendo una conducta de sobre-reacción al problema. Esta consecuencia tarde o temprano, en algún momento de su vida, en el ámbito estudiantil o a más tardar en el laboral, iba a ocurrir. Por lo tanto, el primer paso para comenzar a empoderarse de un rol profesional, es asumir en ese momento la responsabilidad y las consecuencias de las decisiones que previamente se tomaron y hacer un cambio de verdad. Por el contrario, el estudiante que comprendió que la Universidad se encuentra para aprender contenidos nuevos y reforzar los ya existentes, y que además es un lugar para cuestionar, debatir, reflexionar y no solamente asistir a escuchar e incorporar los contenidos por osmosis que un profesor exponga en una sala de clases, entonces desde ya se empoderó de su propio aprendizaje, comprendiendo que la Universidad es un espacio más donde se puede cultivar el conocimiento, pero que no lo es todo. Esta actitud y sabiduría, marca sin duda la gran diferencia de aquel que le tienen que decir aún lo que tiene que ser, saber y hacer.

Referencias Bibliográficas

Bandura, A. (1984). *Teoría del Aprendizaje Social*. Madrid: Espasa-Calpe.

Krause, M. (2005). *Psicoterapia y cambio: Una mirada desde la subjetividad*. Santiago, Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.