

¿Qué Función Tienen los Psicólogos en la Sociedad Actual?

Se ha celebrado hace unas fechas el día Mundial de la Salud. La percepción que tengo, es que la sociedad asocia especialmente este día con la salud del cuerpo. Es decir, a los males físicos y somáticos. Pero estamos lejos de vincularlo a la salud mental, dicho de otro modo, a los problemas mentales.

Si saliésemos a la calle y les preguntásemos a los viandantes qué médico de cabecera tienen, la inmensa mayoría nos dirían su nombre, otros, tal vez los más jóvenes, contestarían que lo saben sus padres; pero lo cierto es, que a nadie le extrañaría que le hiciésemos esa pregunta. Pero hagamos otra cosa más, preguntémosles, si tienen problemas emocionales, de estrés, depresión, autoestima, de relaciones parentales o filiales, etc., nos dirán que sí, a alguno de esos aspectos. ¿Y quién te lo cura o te ayuda a paliarlo? Balbuceará..., pensará..., dudará, y, al final, nos dirá la mayoría “nadie”, “hago lo que puedo”. ¿Por qué para el cuerpo sí buscamos solución en un profesional y para la mente no?

En siglos pasados, cuando la Religión tenía más influencia y la Psicología no se había desarrollado como en la actualidad, en la sociedad europea y en concreto en la española, los padres espirituales eran los que aconsejaban a los creyentes desde un punto de vista emocional y moral. Sin embargo, esta sociedad ha evolucionado, se ha hecho más laica, más compleja, más libre y los remedios y las estrategias de la religión no sirven más que para una parte de esa sociedad. Y así, nos encontramos que un porcentaje altísimo de personas, no tienen claro dónde agarrarse y se encuentran sin rumbo. Y lo preocupante de todo esto, es que el camino que eligen es la resignación.

Pues, qué les puedo decir yo que no sea, que hay situaciones, para la persona que las sufre, difíciles de solucionar, pero, con ayuda del profesional adecuado, las perspectivas son mucho más esperanzadoras y con frecuencia, fáciles de corregir.

Pero no podemos quedarnos únicamente en la necesidad individual de salud mental, sino que, debemos ir más allá, a una sociedad que está ávida de salud social. Y aquí la Psicología Social tiene mucho que decir. El Psicólogo Social posee claves y estrategias que ayudan a la sociedad a recuperar los valores comunitarios, la convivencia, el equilibrio y la cohesión entre otros. Es necesario volver a la convivencia, que el individualismo no nos absorba. Ya se que esto no es fácil, pero pienso que los organismos y los centros de poder, si tuvieran en cuenta las ideas con las que cuenta el psicólogo social y las utilizara en los distintos colectivos en los cuales influyen, la sociedad sería más equilibrada, más cohesionada y los cimientos de esa sociedad estarían basados en la convivencia.

Dra. Manuela Alonso Fernández. Psicóloga Clínica y Logopeda.