

¿QUÉ HACEN LOS PSICÓLOGOS CLÍNICOS, Y DÓNDE LO HACEN?

A pesar de que la psicología clínica es un área distinta dentro del área de la psicología, los psicólogos clínicos son marcadamente heterogéneos en el trabajo cotidiano que realizan en los sitios donde trabajan. Ejemplos de los tipos de trabajo conducidos por psicólogos clínicos se presentan en la tabla 1.2.

| Lugar | Actividad principal | Responsabilidades básicas |
|------------------------|--|--|
| Universidad o colegio | Profesor | Enseñanza Investigación Supervisión del entrenamiento clínico |
| Centro de salud mental | Psicólogo clínico | Evaluación Diagnóstico Tratamiento (psicoterapia) Administración |
| Hospital médico | Psicólogo clínico, psicólogo médico, psicólogo en rehabilitación | Evaluación Diagnóstico Tratamiento (psicoterapia) Consultoría de enlace a los profesionales médicos |
| Hospital psiquiátrico | Psicólogo clínico | Evaluación Diagnóstico Tratamiento (psicoterapia) |
| Práctica independiente | Psicólogo clínico | Evaluación Diagnóstico Tratamiento (psicoterapia) |

TAREAS DE LOS PSICÓLOGOS CLÍNICOS

Uno de los más interesantes aspectos de la psicología clínica es la diversidad de actividades en las que los profesionales pueden llegar a involucrarse como parte de su trabajo. Estas actividades incluyen la investigación, la enseñanza, la evaluación y diagnóstico, la prevención, el tratamiento, la consultoría y la

administración. Aunque la mayor parte de los psicólogos clínicos están involucrados en alguna combinación de estas actividades, unos cuantos están involucrados en todas estas tareas en cualquier momento de sus carreras, o en el curso de ellas.

INVESTIGACIÓN. La mayor parte de la investigación en psicología clínica la llevan a cabo, o la supervisan, miembros calificados de las universidades y los colegios, aunque puede haber algunas investigaciones que las conduzcan psicólogos clínicos que trabajan en sitios de aplicación como son los hospitales y las clínicas. La investigación en psicología clínica es excesivamente variada en proyectos, que van desde investigaciones de los problemas que pueden observarse y estudiarse en animales en un laboratorio hasta la eficacia de cierto tipo de psicoterapia, para un problema clínico específico, con pacientes de comunidades clínicas o de hospitales. Por ejemplo, una importante investigación sobre la naturaleza y desarrollo de los desórdenes de la ansiedad, se ha realizado usando una variedad de métodos. En una serie clásica de estudios de las respuestas ansiosas en monos rhesus, la doctora Susan Mineka, quien actualmente trabaja en la Northwestern University y sus colegas demostraron que los miedos y la ansiedad pueden adquirirse por medio de los procesos del acondicionamiento clásico y del aprendizaje observacional (por ejemplo, Cook y Mineka, 1990; Mineka y Cook, 1986). El profesor David Barlow y sus colaboradores (por ejemplo, Barlow, Esler, y Vitali, 1998; Barlow et al., 2000), quienes están actualmente en la Bostori University, conducen una interesante investigación sobre el tratamiento de los trastornos de la ansiedad en adultos. Estos investigadores han mostrado que a los trastornos de la ansiedad puede tratárseles de manera efectiva, por medio de las intervenciones psicológicas que modifican las formas en que los pacientes piensan, y también, mediante la enseñanza de

destrezas tales como la habilidad para relajarse. Los trabajos de Mineka y de Barlow para estudiar la ansiedad se relacionan con la teoría psicológica y con la investigación (Bouton, Mineka, y Barlow, 2001).

ENSEÑANZA Los psicólogos clínicos que trabajan en colegios y universidades también están relacionados con la enseñanza, con estudiantes que se están especializando en psicología (así como con estudiantes de otras especialidades que toman cursos de psicología), y con estudiantes, graduados, aspirantes a la maestría o el doctorado en psicología clínica. Por lo general, la psicología clínica permite impartir cursos de psicología anormal, personalidad, introducción a la psicología clínica y psicología clínica infantil. La mayor parte de la enseñanza se lleva a cabo por medio de la instrucción en los salones de clase, o por medio de la instrucción individual en la investigación. En añadidura, no obstante, una larga suma de clases de los psicólogos clínicos involucra enseñanza clínica y supervisión de los estudiantes de posgrado, quienes están aprendiendo de la experiencia en investigación psicológica, en evaluación y en intervención. Los estudiantes de posgrado se entrenan en la evaluación psicológica y en la psicoterapia, en lugares de práctica clínica bajo la supervisión directa de un psicólogo clínico. Por lo general, los estudiantes ven al paciente o cliente, y se encuentran semanalmente con el supervisor con el fin de formular su comprensión del caso, para leer y discutir la investigación psicológica que resulta relevante y para el tipo de evaluación o de tratamiento que se ha practicado, así como evaluar y planear las sesiones semanales con el cliente. Casi siempre, el supervisor observará al estudiante trabajando directamente con un paciente (a través de un espejo o cámara de Gessel*), o escuchará las cintas de grabación de las sesiones con el estudiante para revisar el proceso de ellas.

EVALUACIÓN Una de las habilidades características de los psicólogos clínicos implica la destreza y preparación para llevar a cabo evaluaciones psicológicas detalladas. La evaluación incluye la administración y la interpretación de las pruebas psicológicas estandarizadas, el uso de las entrevistas clínicas estructuradas, la sistemática observación del comportamiento del cliente y un análisis de los espacios o del ambiente donde funciona cotidianamente el individuo.

Los psicólogos que trabajan en la práctica clínica, ya sea en una clínica o en su consultorio particular, dedican cantidades variables de su tiempo a la evaluación. Por ejemplo, un psicólogo puede dedicar mucho tiempo para conducir evaluaciones del funcionamiento psicológico de individuos que han estado registrados en los programas de compensación a trabajadores debido a dificultades psicológicas relativas al estrés por trabajo. Otro posible procedimiento frecuente es evaluar el estado psicológico de los niños en lo que corresponde a las decisiones respecto de la custodia después de un divorcio; y una forma más de conducir las evaluaciones se refiere a individuos encarcelados por cometer abuso sexual. En contraste, otros psicólogos podrían evaluar sólo a aquellos clientes a quienes proporcionan un tratamiento psicoterapéutico.

TRATAMIENTO Quizás la imagen más común de un psicólogo clínico es la de alguien que conduce una psicoterapia individual, grupal, o familiar. Esta imagen es razonablemente acertada, porque los psicólogos practicantes dedican gran parte de su tiempo al ejercicio del tratamiento psicológico, utilizando cualquiera de las docenas de enfoques psicoterapéuticos. El tratamiento puede ser conducido en forma individual con niños, adolescentes o adultos, o bien con parejas, familias o grupos de personas con problemas similares. Una sesión normal de psicoterapia individual dura 50 minutos (hacia

una hora, para dejar tiempo al psicólogo de tomar notas y prepararse para las siguientes citas), y puede seguir un formato relativamente prescrito dependiendo de la orientación del psicólogo. La psicología clínica coloca un creciente acento en el uso de los tratamientos validados en la investigación empírica (es decir, aquellos que se han sometido a estudios cuidadosamente controlados), y que han sido estandarizados por medio de manuales que describen con detalle los métodos del tratamiento (Chambless y Hollon, 1998; Woody y Sanderson, 1998).

PREVENCIÓN Aunque la prevención de la psicopatología es una gran prioridad para todos los profesionales del área de la salud mental, se dedica mucho menos tiempo y esfuerzo a la prevención en comparación con el tratamiento de los problemas de salud mental. Los programas para la prevención incluyen la enseñanza de habilidades sociales para niños en edad escolar, la enseñanza de las formas adultas para enfrentar el estrés relativo al trabajo y sus consecuencias, la colaboración con familias que enfrentan posibles efectos del divorcio y la enseñanza acerca de cómo enfrentar las enfermedades y los efectos secundarios adversos del tratamiento a pacientes que padecen enfermedades físicas. Los psicólogos están comprometidos con las actividades relacionadas con la prevención, como parte de sus responsabilidades en los centros de salud mental y en conferencias con organizaciones tales como negocios y escuelas. Los psicólogos clínicos están cada vez más calificados para comprometerse en los esfuerzos para la prevención, en parte, como resultado de la presión de las organizaciones encargadas del mantenimiento de la salud, y de las compañías de seguros que buscan reducir los costos del cuidado de la salud. La prevención de los trastornos médicos y psicológicos puede ser, a la larga, mucho menos costosa que el tratamiento de los trastornos una vez que éstos aparecen.

CONSULTORÍA Los psicólogos clínicos también ofrecen sus servicios por medio de consejos y consultorías a otros profesionales. Por ejemplo, es posible que un psicólogo clínico se desempeñe como consultor en una escuela, proporcionando información y guía a maestros y orientadores, quienes a su vez trabajan directamente con los niños. Es posible que otros psicólogos proporcionen consejos y consultoría a un negocio o una empresa que está luchando contra un alto porcentaje de abuso del alcohol entre sus empleados. La base de operaciones de los servicios de consulta de los psicólogos puede ser la práctica independiente o una gran firma de consultoría especializada en este tipo de trabajo.

ADMINISTRACIÓN Aunque los psicólogos clínicos no están específicamente preparados para ser administradores, pueden desempeñar tales posiciones en los diversos lugares en los cuales trabajan. Dichas posiciones incluyen el desempeño como director del programa de entrenamiento en psicología clínica, dentro del departamento de psicología de alguna universidad, director responsable de un departamento de psicología, director de un centro para la salud mental, o bien como director de los servicios psicológicos en un hospital, o de alguna organización de apoyo a la salud.