

# Psicologización de la vida cotidiana

Ignasi Pons i Antón\*

*“La sociedad << liberal >> sitúa la psicologización en un lugar directivo de una estrategia política, en el sentido en que un sociólogo americano (Peter L. Berger) pudo decir que si Freud no hubiera existido, habría sido necesario que una sociedad como aquella lo inventara”*

F. Castel, R. Castel, A. Lovell

## Las dimensiones del concepto de psicologización

En el nivel discursivo se entiende por psicologización la inadecuada atribución y/o sobreinterpretación psicológica en la explicación de los hechos humanos individuales o sociales, ya sea referente a su caracterización o a su etiología como a su proceso de construcción y desarrollo. Si bien la extensión de los discursos psicológicos tienen su origen en el desarrollo de la disciplina psicológica<sup>1</sup> y la consecuente aparición como identidad profesional, el fenómeno no ha quedado relegado a la academia y a la práctica profesional. Posiblemente en el ámbito de la psicología, juntamente con el de la medicina, sea donde más opere el fenómeno denominado por Giddens, como de la “doble hermenéutica”, es decir la circulación recíproca de los términos y conceptos entre el saber científico y el saber común (Giddens, 1994). Con mayor o menor rigor en la utilización de los conceptos, la población leiga utiliza el lenguaje técnico psicológico, especialmente en lo relacionado con la psicopatología (“depresión”, “neurosis”, “esquizofrenia”...) y también términos tales como “autoestima”, “crecimiento personal” etc. En este ir y venir de los términos y las definiciones, especialmente en el campo de la psicología, el llama-

do saber científico se nutre de definiciones, designaciones del saber social común, si bien en este caso suele presentarlas con términos más acordes formalmente con el lenguaje académico. De hecho podría decirse que en origen es la sociedad quien designa al “loco” y el psiquiatra quien lo describe y lo rebautiza (Bastide 1998).

Relativamente relacionado y/o como consecuencia de dicho nivel discursivo, la psicologización consiste también en la proliferación de intervenciones técnicas psicológicas en la orientación, realización y, en su caso, corrección de los quehaceres cotidianos. Alcanzando dicha proliferación técnica los diversos lugares y dimensiones vivenciales: lo personal íntimo, lo convivencial, lo relacional, lo laboral, los estilos de vida, las formas de consumo, el ejercicio del poder político. Este fenómeno se inscribe en una amplia tendencia generalizada a la tecnificación de la vida cotidiana. Ello supone que paralelamente al desarrollo del conocimiento “experto” disminuye el conocimiento y las habilidades tradicionales del individuo y la casa familiar respecto a pequeños problemas y recursos de la cotidianidad. Así no sólo el conocimiento cotidiano queda en manos de expertos y especialistas técnicos, sino que además “cualquiera que viva en condiciones de modernidad se verá afectado por una multitud de sistemas abstractos y sólo podrá obtener, en el mejor de los casos, un conocimiento superficial de sus tecnicismos” (Giddens, 1994: 36).

## Funciones ideológicas perversas de la psicologización

La psicologización está ya presente desde Platón y Aristóteles y se refuerza con el cristianismo,

\* Doctor en Sociología, Profesor Titular de la Universidad de Barcelona de las asignaturas “Problemas Sociales”, “Microsociología” y “Sociología de la Salud Mental”.

<sup>1</sup> Al referirnos aquí a la “disciplina” psicológica desde la caracterización como fenómeno social entendemos que es irrelevante la discusión sobre cuál es la orientación científica y cuál no. Desde este punto de vista incluiríamos en el concepto todo aquello que socialmente opera, que la población utiliza, sea considerado como correcto o incorrecto, como discurso o intervención en el ámbito de lo psicológico. Así incluiríamos teorías y/o prácticas tales como el curanderismo, el esoterismo, misticismos varios, etc.

que en el marco de unos inicios de carácter comunitarista coexiste con el discurso de la "responsabilidad individual", la "salvación personal", la "resignación" y el "sometimiento al poder". El calvinismo, una de las ideologías funcionales al desarrollo del capitalismo, incidirá también, mediante el concepto de predestinación, a situar el éxito o el fracaso en las condiciones y acciones individuales. Los "ilustrados" pre y post Revolución Francesa se esfuerzan por desbancar las explicaciones mágicas religiosas con nuevas "magias": la idea del contrato social como fundacional del todo social, supuestamente pactado por los ciudadanos mediante la "indiscutible" racionalidad que milagrosamente armonizaría los intereses de los individuos y del todo social. El economista Adam Smith aportaría la no menos mágica mano invisible que prometía el desarrollo, la estabilidad y el bienestar de los ciudadanos. En aras de esta supuesta racionalidad, curiosamente fundamentada en la fe en magias y milagros del funcionamiento del sistema social, pensadores liberales tales como Locke se opondrán a cualquier intento de intervención estatal ya que así podría alterarse el sistema de orden natural.

En definitiva de forma paradójica, el supuesto individualismo radical se basa en la creencia en un sistema colectivo mágico. En este contexto en el cual se inscribe nuestra sociedad actual, la de los últimos desarrollos de la modernidad<sup>2</sup>, la psicologización sirve de coartada para la negación de los problemas sociales. En este discurso se encuentran los liberales, gran parte de la sociología contemporánea, parte importante del cristianismo y las orientaciones dominantes de la psicología. El sistema liberal-capitalista en tanto se autopromueve como modelo final único posible, como máximo acepta su perfectibilidad pero no su cambio esencial. En este contexto discursivo no acepta sus condiciones estructurales como posible causante de los desajustes, las marginalidades y los padeceres personales<sup>3</sup>. Una de las funciones principales de la psicologización consiste en permitir elaborar un discurso política-

mente correcto<sup>4</sup> que desculpabilice al mismo tiempo a los fundamentos constitutivos del sistema económico-político-social y a los sujetos que sufren sus consecuencias. Aquellos que están en situación de desventaja social ya no serán como antaño actores culpables de su propia molición, falta de ambición o perversidad sino víctimas inocentes de alguna disfuncionalidad, carencia, malformación psicológica o de un aprendizaje o socialización deficiente.

### **Moral, buenas costumbres y normalidad**

Existe la tendencia a atribuir alguna forma más o menos leve de patología a aquello que no comprendemos, que no aceptamos y/o difiere de nuestras costumbres y valores. Este hecho afecta no sólo a la población leiga sino a los expertos y podemos además detectarlo en sus textos de referencia. En muchos casos los déficits de comprensión son debidos al hecho de que nosotros mismos somos el principal, más completo e intenso conocimiento de ciertas interioridades humanas (sentires, emociones, deseos, catalizaciones, supuestos instintos, etc.) y en consecuencia tendemos a considerarnos, de forma consciente o inconsciente, explícita o implícitamente, "la medida de todas las cosas". En ello también interviene la interiorización del sistema de normas y valores de nuestros ámbitos de desarrollo y convivencia, que forman parte de aquella encrucijada en la que se encuentran y, a menudo se confunden, los diversos conceptos de normalidad: el estadístico, el histórico-tradicional, el culturalmente positivado y el técnicamente definido por las disciplinas psi.

Este bagaje puede llevarnos a pervertir los procesos de "empatía" como método de comprensión. En una correcta empatía no es suficiente con ponerse en el lugar del otro. Uno debe ponerse, no como uno mismo sino como el otro, imaginan-

---

<sup>2</sup> No "postmodernidad", término para consumo erudito de filósofo o sociólogo erudito pero que no está justificado como supuesto cambio de era, ya que en la actualidad lo que se está produciendo son las consecuencias de la modernidad inaugurada con la Ilustración y la Revolución Industrial. En todo caso, más que los cambios preconizados por Lipovetski y otros, es la vertiginosa evolución de las tecnologías de la comunicación.

<sup>3</sup> La dificultad por aceptar las deficiencias de la estructura o el sistema social, no es patrimonio exclusivo del sistema liberal-capitalista, sino propio de toda sociedad que se crea en el fin de la historia. Prueba de ello era la semejanza básica entre el marco conceptual de la sociología norteamericana y la sociología oficial de la Unión soviética y otros países del Este. En consecuencia, podríamos caracterizar la sociología de estos países del Este como sociología estructural-funcionalista con jerga marxista pero radicalmente opuesta a la sociología crítica marxista. En este contexto no sorprende que a la disidencia se le atribuyeran problemas o disfunciones psicológicas y se les aplicara correctivos de este orden.

<sup>4</sup> Pocas cosas hay cognitivamente más incorrectas que los discursos "políticamente correctos" entendiéndolo como la emisión del discurso políticamente correcto adquiere sentido como modificación de la descripción de la realidad para hacerla más soportable de acuerdo con valores sociales ideales.

Personalmente incluyo las disciplinas psi en las ciencias sociales y no veo razón para que sea de otra manera.

do su bagaje experiencial, mental, emocional, valorativo, etc. Quienes trabajan en los ámbitos de teorización, investigación y/o intervención en el ámbito de las ciencias sociales no están por encima del bien y del mal como para librarse del riesgo de proyectar en su trabajo, de forma consciente o no, su sistema de valores, su estilo de vida, sus concepciones de normalidad. Esta situación puede agravarse cuando el objeto de trabajo corresponde a otra cultura por procedencia de clase social, de lugar geográfico, de religión, etc. Como forma de paliar los riesgos de esta proyección, Alvin Gouldner aconseja someterse a un ejercicio previo de hacer de "abogado del diablo" de uno mismo, poniendo en cuestión, sus valores, sus creencias, sus referentes culturales. Incluso poniendo especial atención en lo no-problematizado, lugar por el que suele entrar de puntillas lo más enraizado ideológicamente.

### **Herencia funcional ciencias sociales/religión**

Las religiones desde su origen y durante su desarrollo han hallado gran parte de su razón y posibilidad de ser por el hecho de responder a las cuestiones que los humanos necesitaban conocer para poder controlar al máximo posible su supervivencia. Consecuentemente abundaban en las religiones primitivas divinidades que eran o representaban los fenómenos atmosféricos que condicionaban su alimento y cobijo. El constantinismo, que se describe como la alianza de reciproca conveniencia entre el poder y la religión, adquiere relevancia histórica con el imperio de Bizancio. Sin embargo no nace con él sino que se halla ya en las culturas primitivas, ya sea con la alianza entre jefe y chamán o sacerdote, ya sea con la coincidencia de ambas funciones en la misma persona. De esta manera la religión a parte de legitimar el poder cumple la función de control social con la inclusión de los intereses del

poder en su sistema normativo-moral el cual refuerza con la promesa de premios y castigos en el más aquí y/o en el más allá.

A medida que avanza el conocimiento científico la religión va perdiendo ámbito de intervención a favor de las ciencias e influencia general. De esta manera según el resultado de la tensión ciencia / religión en cada sociedad, las ciencias adquieren mayor o menor carácter de sustitutorias o complementarias en la función de control social de la población. Las ciencias sociales y en especial las disciplinas psi adquieren un papel privilegiado en la función de control social. Se puede observar como un ejemplo de este proceso de sustitución formal en lo referente a la identificación y descripción de ciertas conductas consideradas como socialmente desviada en los aspectos referidos a la sexualidad. Se puede hacer un ejercicio práctico tal como establecer dos columnas en un papel y disponer en una de ellas la lista de pecados referidos a la sexualidad extraídos de algún manual de moral católica de los años 30 a 80. En la otra columna se pueden poner las consideradas conductas sexuales patológicas extraídas de un manual de psiquiatría, por ejemplo el Tratado de Psiquiatría de Henri Ey, que se utilizaba en diversas facultades de medicina de la época (también puede hacerse con los DSM o CIE). De dicho ejercicio resulta un paralelismo de correspondencia casi total en lo que lo que cambia es la denominación de apariencia y sonoridad formalmente "más científica" en la columna psiquiátrica.

### **La psicología como bien de consumo y/o distinción**

En la moderna sociedad de consumo, la psicología se extiende también mediante la adquisición por parte de la psicología del carácter de producto o servicio comercializable. Al crecimiento de la cultura de necesidad de conocimiento, mejo-

ra y cura de los procesos psicológicos no es ajena a la producción de licenciados en busca de mercado por parte de las universidades (en España el fenómeno crece a mitad de los años 60 con la creación de la carrera y las facultades independizadas de los estudios de filosofía) La demanda no sólo depende estrictamente de las necesidades sino que también puede ser desvelada o provocada por la oferta. Además la oferta puede crear nuevas necesidades o la atención a aquellas que se solucionaban al margen del mercado. Los productos psicológicos (revistas de divulgación que se venden en kioscos callejeros, remedios tradicionales, objetos, talismanes, etc.) y los servicios (consultas psicológicas y esotéricas) cada vez más se ofrecen en el mercado como los bienes y servicios tradicionalmente considerados de consumo, ya sea mediante una publicidad directa en los medios (diarios y revistas) o la indirecta tal como la de los consejos dados en programas de radio y/o televisión, caso casi único en el que aconseja. En algunos casos cobra de la intervención en el medio que al mismo tiempo le procura clientela para su consulta.

Capítulo aparte merece mercado ya antiguo en algunas sociedades como en los USA, en el que la relación comercial continuada con el psicólogo (especialmente con el psicoanalista), adquiere el carácter de signo de distinción social. En muchos casos la distinción exige tener todo un equipo de servicios especializados (psicoanalista, masajista, coach personal, estilista, etc.) El consumo de psicoanalista como elemento de distinción está entrando también entre ciertos sectores de la burguesía de las grandes ciudades españolas.

### **Psicopatologización de los problemas sociales**

El no reconocimiento del sistema social como posible causante de situaciones de desventaja y/o padecimiento para algunos sectores de la población, adquiere especial atención y tensión

en lo referente a la pobreza y las situaciones derivadas de esta. En los años 30 Faris y Dunham sociólogos de la Escuela de Chicago, realizaron un estudio, que puede ser considerado como una de las investigaciones fundacionales de la epidemiología, en el que mostraban la relación entre incidencia de la esquizofrenia y situación de precariedad económica. En un país en el que uno de los principios ideológicos fundamentales consiste en la afirmación de que su sistema económico ofrece oportunidades de bienestar y mejora económica a todo aquel que es capaz y se esfuerza, el estudio de Faris y Dunham suponía una carga de profundidad a la ideología idealizada acerca del sistema económico y consecuentemente se intentó girar el argumento en el sentido de afirmar que no se era esquizofrénico por ser pobre, sino que se era pobre por ser esquizofrénico. A ello se añadía que algunos conservadores veían en las conclusiones del estudio citado la sombra del fantasma de Marx, ante el cual en aquel país se blanden cruces y ajos simbólicos<sup>5</sup>.

Quizás porque otrora se abusó de la causalidad económica o para ofrecer mayor campo a tesis más psicologizantes, actualmente se tiende a negar de forma precipitada la relación entre clase social y situación de padecimiento o desviación. Ciertamente existen problemas que podríamos calificar como "transclasisistas". Sin embargo no es suficiente para defender la irrelevancia del factor clase social con mostrar la existencia de casos en clases de diversa posición en la estructura social. Se debe tener en cuenta la diferencia de cantidad de casos en cada segmento de la estructura social<sup>6</sup>.

Ante la resistencia a poner en cuestión ciertos valores culturales o ante la dificultad de modificar el conjunto de factores que producen algunos problemas sociales, dichos problemas no se definen como tales y se establecen políticas que en términos macrosociales no enfrentan ni solucionan el problema, sino que sirven para estable-

<sup>5</sup> Si bien es cierto que durante un tiempo ciertos sectores teóricos adoptaron la actitud tan poco marxista de guiarse por una fascinación devota y doctrinal del marxismo y, en consecuencia aplicar de forma acrítica la etiología económica más allá de donde era pertinente. En la actualidad como si a partir de la caída del muro por decreto se hubiera invalidado todo contenido de dicha teoría y en virtud del desarrollo de dicho decreto hubiera desaparecido de la realidad hechos tales como las clases sociales y la plusvalía. Incluso algún partido político en magna asamblea realizó un ritual público de exorcismo para expulsar de sus idearios al innombrable. A ello, en ocasiones, se suma el hecho que existe un aspecto frívolo en las ciencias sociales que las hace funcionar en forma de modas, lo cual permite la invalidación de una teoría o parte de ella simplemente y sin mayor discusión, por el hecho de ser "antigua" es decir pasada de moda. Ahora lo fashion es la postmodernidad, hasta que desaparezca o se diluya en una nueva tendencia. Al respecto Lamo de Espinosa propone otra actitud intelectual ante la caída del muro, afirmando que precisamente gracias a la caída podíamos abandonar las actitudes religiosas a favor o en contra de Marx y estudiarlo de la misma manera que se estudia a Comte o Max Weber.

<sup>6</sup> Una forma popular de deslocalizar las causas atribuidas a un fenómeno consiste en la aplicación de la tan manida frase "en todos lados se cuecen habas". Frase irrelevante y tramposa si se olvida de añadir la segunda parte también popular. "pero en algunos sitios a calderadas". Por ejemplo cuando se habla de violencia machista, no sólo personas legas sino también algunos supuestos expertos mencionan el hecho de que también se producen agresiones de mujeres a hombres sin tener en cuenta la proporción de uno y otro caso.

cer rituales de actuación aunque dicha actuación fuera en términos sociales inútil aunque visible, contabilizable, exhibible. Un ejemplo de fue el discurso inicial respecto a la violencia de género, del cual aún quedan restos discursivos, en el que se afirmaba que el maltratador debía tener algún problema psicológico como si nada tuviera que ver con la cultura y las exigencias de la identidad masculina predicada y reforzada intensamente desde el nacimiento, con la colaboración de casi todas las instituciones sociales y controlada y sancionada en los ámbitos de interacción de los varones.

### **Jugando con comodines**

La investigación epidemiológica y los acuerdos respecto al diagnóstico, han resultado de gran ayuda en la identificación de problemas y de sus causas. Sin embargo al mismo tiempo ha producido ciertos efectos perversos cuando aquello que debía servir para establecer protocolos con los cuales dar pistas, plantear hipótesis, encontrar líneas de profundización en la indagación, en algunos casos se utiliza como dictamen definitivo. No sé si por pereza, por falta de recursos temporales y/o de otro tipo, o por qué otra razón. Cada vez más se utilizan comodines que del nivel asistencial, pasan al de trabajo social, al de investigación, al de las políticas. A partir de certezas epidemiológicas, en ocasiones, sin más se dan como definitivos dos comodines "tabaco" y "sobrepeso", en el campo de las conductas consideradas como socialmente desviadas con excesiva frecuencia se utiliza el comodín estrella: "familia desestructurada". (Delincuencia juvenil = familia desestructurada, prostitución = familia desestructurada, sintecho = familia desestructurada, consumo de estupefacientes = familia desestructurada ....) ¿Hay algún acuerdo serio sobre lo qué es una familia desestructurada? ¿Respecto a qué modelo de familia? No hay du-

da que ante la indefinición y/o sobredefinición del concepto de familia desestructurada en el proceso de indagación se encuentra la "familia desestructurada". Ya decía Goethe que normalmente vemos lo que ya tenemos en el alma. Ante un procedimiento tan viciado uno no sabe qué se afirma: que la persona tiene un comportamiento desviado porque tiene una familia desestructurada o como tiene un comportamiento desviado ha de tener una familia desestructurada. Hace unos años un diario de Barcelona publicó los datos sobre delincuencia juvenil del Centro de Estudios Jurídicos de la Generalitat, el titular de la noticia era "El 45% de los delincuentes juveniles proceden de familias desestructuradas". La noticia era muy preocupante pues se podía pensar que el 55% de los delincuentes juveniles procedían de "Familias estructuradas". No me consta que ante ello la Generalitat enviara ejércitos de psicólogos y trabajadores sociales a desestructurar familias como medida preventiva a la delincuencia juvenil.

La ideología familiarista dominante referida a un modelo determinado de organización de la afectividad, la sexualidad, la procreación y la asistencia mutua en ocasiones produce una literatura técnica en la que no es fácil saber si se pretende abordar la salud mental o defender un determinado modelo familiar. Para ello en ocasiones se utiliza la media verdad, que quizás es la peor de las mentiras. En general la psicología investiga las desviaciones, disfunciones y "fracasos" (cosa que en el tema familia también hace la sociología, en la que sabemos más de divorcio que de familia). Así cierta psicología afirma que quienes no se emparejan posiblemente tienen un problema de "inmadurez afectiva", quizás sea cierto pero desconozco estudios que se pregunten si algunos tienen la necesidad de emparejarse debido a algún tipo de inmadurez afectiva y/o alguna otra carencia. En este contexto tiene socialmente mala prensa quienes viven solos. No faltan estudios psicológicos que desvelan los problemas y molestias

psicológicas de quienes viven solos. No tenemos por qué dudar de la seriedad de dichos estudios pero no encontramos fácilmente el pormenorizado inventario de problemas y molestias psicológicas de quienes viven emparejados y/o en familia. Se olvidan de que cuando se investiga una situación, la investigación no está completa hasta que se investiga la situación opuesta y/o las situaciones diferentes.

### **La psicología como arma de persuasión masiva**

Quizás grandes avances de la psicología son atribuibles al desarrollo de la publicidad. De hecho las técnicas psicológicas publicitarias han sido asumidas por la política, las estrategias de los medios de comunicación, la animación cultural, etc. La importancia de la psicología como medio de persuasión es debido a la gran capacidad movilizadora que tiene la actuación sobre las emociones. Aunque en la mayor parte de los procesos de persuasión masiva, las emociones suelen actuar clandestinamente, como si no estuvieran en el mensaje que suele presentarse como dirigido a la racionalidad en un marco de supuesta objetividad.

Según el discurso ideal explícito de los medios de comunicación su tarea consiste en ser "notarios de la realidad" en simplemente reproducir y transmitir lo que sucede y como sucede.

No siempre puede ser así ya que los medios de comunicación pertenecen a empresas en el seno de una economía de mercado y como tales su objetivo es vender de forma que obtenga beneficios económicos. Es decir las informaciones son mercancías en busca de comprador. Sin embargo más preciso sería decir que los medios no comercian mercancías sino que comercian con emociones que es en último término lo que se compra. El papel de la psicología en la estrategia de los medios consiste en conocer qué variables movilizan las diversas emociones<sup>7</sup>. En política cada vez más las estrategias de "simpatía" de los personajes ganan terreno a la seriedad y factibilidad de los programas, es decir los factores psicológicos adquieren tanta o más relevancia que los estrictamente operativos políticamente.

### **Bibliografía**

- Bastide, R. (1998) *Sociología de las enfermedades mentales*. Ed. Siglo XXI, México D.F.
- Castel, F. Castel, R. Y A. Lovell (1980) *La sociedad psiquiátrica avanzada*. Anagrama, Barcelona.
- Giddens, A. (1994) *Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Península, Barcelona.
- Gouldner, A. (1973) *La crisis de la sociología occidental*. Amorrortu, Buenos Aires.
- Ey, H. (1971) *Tratado de Psiquiatría*. Masson, Barcelona.

---

<sup>7</sup> Lo que el consumidor compra son emociones no necesariamente "positivas" sino "goce" en lo "positivo" o "negativo". Compra placidez, pero también risa, lloro, miedo, drama, sangre, etc.