

Introducción

Los historiadores sitúan el inicio de la psicología científica, como rama separada de la filosofía, en el año 1879, cuando el fisiólogo, médico y filósofo alemán Wilhelm Maximilian Wundt inaugura en la ciudad de Leipzig, el primer laboratorio de psicología experimental.

Durante el siglo XX se produce un gran avance en la investigación y en la aplicación de la psicología y de la psiquiatría. Este siglo cuenta con una larga lista de famosos psicólogos y psiquiatras, sobre todo europeos y norteamericanos. El siglo, además, termina con un acontecimiento destacable: la fundación de la psicología positiva en el año 1998, promovida por Martin Seligman, presidente de la Asociación de Psicólogos Americanos (APA) y director, en ese momento, del Departamento de Psicología de la Universidad de Pensilvania. En las últimas dos décadas, esta rama de la psicología ha difundido y promovido por todo el mundo occidental, el estudio y la enseñanza de varias cualidades positivas del ser huma-

no: la asertividad, la resiliencia, la empatía, la inteligencia emocional y la creatividad; cualidades, todas ellas, que contribuyen de modo muy directo a vivir una vida feliz. El objetivo de los partidarios de esta nueva rama de la psicología es ayudar a los ciudadanos del siglo XXI a encontrar y a seguir el camino que conduce a la felicidad.

Durante la primera mitad del siglo XX, los enfermos mentales graves (psicóticos) vivían reclusos en los manicomios porque no existían tratamientos eficaces para ellos. En la década de los 50 aparecen los primeros psicofármacos eficaces: litio (antimaniaco) (1949), clorpromacina (antipsicótico) (1952), imipramina (antidepresivo) (1955), haloperidol (antipsicótico) (1958), diazepam (Valium) (ansiolítico-hipnótico-relajante muscular-antiepiléptico) (1959). Algunos años después aparecen dos antidepresivos y antiobsesivos famosos: la clomipramina (anafranil) (1966) y la fluoxetina (Prozac) (1970).

Antes de la aparición de los psicofármacos se emplearon algunos tratamientos biológicos para tratar las enfermedades mentales, pero resultaban poco eficaces: el electroshock, que se sigue utilizando para las depresiones graves, el coma insulínico, la hidroterapia y la leucotomía prefrontal (sobre todo para los trastornos obsesivos graves). También empiezan a utilizarse algunos tratamientos psicológicos: la hipnoterapia y la psicoterapia (sobre todo la psicoterapia psicoanalítica).

En la década de los 30 del siglo XX, Freud inició un tratamiento para tratar a los enfermos con neurosis, ba-

sado en una terapia psicológica o psicoterapia a la que él denominó “psicoanálisis” y que substituyó a la hipnosis, empleada por Pierre Janet desde finales del siglo XIX en Francia. El psicoanálisis se difundió rápidamente por Europa y América y actualmente se sigue empleando, aunque de modo minoritario, eclipsado por el auge de los psicofármacos y de otras formas de psicoterapia más eficaces. Se ha comprobado que el empleo conjunto de psicofármacos y psicoterapia es más eficaz que cada uno de esos tratamientos por separado y por eso, en la actualidad, se recomienda dicha asociación siempre que se pueda.