



“Si tú eres igual a todos los demás, ¿cuál es tu valor agregado?”, cuestiona Marisol Sagredo

# Sicóloga con tres magísteres enseña a crear una marca personal

## Alta demanda

Psicología, de acuerdo a TuCarrera.cl, es una de las carreras con más alta demanda en Chile, pero también donde existe más nivel de competencia. Marisol Sagredo, sicóloga con tres magísteres y actualmente cursando un doctorado, subraya que el aprendizaje continuo es esencial para construir una carrera distintiva. El posgrado no sólo abre nuevos caminos, recalca, sino que permite desarrollar una marca personal a través de la elección de áreas específicas. “Yo siendo sicóloga clínica y educativa intento mezclar ambas áreas y hacer psicoeducación con los pacientes y los alumnos”, ilustra. Sus decisiones académicas han estado influenciadas por sus experiencias personales en áreas que considera desatendidas en Chile; por ejemplo, tiene un magíster en psicooncología, motivada por la enfermedad de su marido. Sagredo resalta que la consulta clínica no es para todos y que muchas veces los estudiantes entran a la carrera con expectativas irreales. “La mayoría quiere atender pacientes, pero al enfrentarse a patologías y al día a día de la clínica se dan cuenta de que quizás no es para ellos”, advierte. El éxito en esta área, a su juicio, requiere de habilidades específicas como independencia, organización financiera, manejo ético y autogobierno. Sin estas competencias, dice, es difícil sostener una práctica clínica, lo que lleva a que muchos psicólogos terminen en otras áreas más estables como la organizacional.

## Su marca

Para destacar en el saturado campo de la psicología lo esencial es construir una marca personal sólida y diferenciadora, subraya Sagredo: se centra en aquello que hace único a cada profesional y le da valor agregado en su ámbito laboral. “Si no te diferencias del resto nadie te va a contratar, ni un paciente, ni una empresa, ni un colegio, ni nada”, advierte. Para ello, enfatiza la importancia del autoconocimiento y el desafío de mejorar continuamente a través de estudios, experiencias y reflexión personal. Un sicólogo tiene que ir al sicólogo, asegura.

En su caso, Sagredo afirma que su marca personal radica en la combinación de la educación con la salud, que le permite ofrecer una perspectiva única en sus terapias y su labor pedagógica. “Mi manera de hacer terapia o de educar es muy humana y cercana, a través de ejemplos y pedagogías más activas”, describe. Según señala, el mayor error de muchos psicólogos es quedarse sólo con lo aprendido en el pregrado, lo que limita sus posibilidades de destacar en un mercado competitivo. “Si tú eres igual a todos los demás, ¿cuál es tu marca personal? ¿Cuál es el valor agregado?”, cuestiona.

## Si bien muchos de sus colegas quieren dedicarse a la consulta clínica, una vez que se egresa no es tan fácil.

WILHEM KRAUSE



Gracias a sus especializaciones, Marisol Sagredo combina la educación con la salud mental

## Los enfoques

Marisol Sagredo destaca la importancia de distinguir entre el enfoque y el área de trabajo dentro de la psicología. Según explica, enfoques como el psicoanálisis, la terapia cognitivo-conductual, el humanismo o la psicología analítica son maneras de comprender y abordar al ser humano desde distintas perspectivas. Sin embargo, enfatiza que “cualquier persona que estudie Psicología se puede adscribir a cualquier enfoque”, dependiendo de lo que les haga sentido desde el punto de vista clínico. Al mismo tiempo, aclara que estas corrientes aplican principalmente al ámbito clínico, mientras que en otras áreas, como la organizacional, lo esencial es cumplir con parámetros

específicos, independientemente del enfoque teórico. ¿Cómo definir el camino profesional durante la carrera? Sagredo recomienda mantener la mente abierta. “La idea es que hasta que tengas que elegir ramos, no tengas en la cabeza una idea preconcebida de para dónde ir”, sugiere. Algunas universidades tienen mallas curriculares orientadas hacia enfoques específicos, como el psicoanálisis o la psicología cognitivo-conductual: lo ideal sería, opina, que ofrecieran una formación más general. “Cada vez más la recomendación es que no estén ligadas a un enfoque, sino a áreas de trabajo”, recalca, añadiendo que algunas escuelas de históricamente destacan en áreas concretas, como la U. de los Andes en psicología organizacional o la U. Diego Portales en psicología clínica.