

PROTAGONISTA DE LA **PSICOLOGÍA**

A portrait of Sebastián Galán Jiménez, a man with dark, wavy hair, wearing a light blue button-down shirt. He is looking directly at the camera with a neutral expression. The background is a blurred office or laboratory setting with glass partitions and desks.

SEBASTIÁN GALÁN JIMÉNEZ

ADRIANA ZAVALA ALONSO

En un contexto en el que la salud mental y un adecuado acompañamiento psicológico tienen cada vez más visibilidad, no cabe duda que el papel de estos especialistas es más que indispensable. En esta edición, el protagonista es el doctor en psicología Jaime Sebastián F. Galán Jiménez, actual jefe del Instituto de Investigación y Posgrado de la Facultad de Psicología de la UASLP.

Cuando era un chico de preparatoria tenía la intención de estudiar medicina para ser psiquiatra, así que como parte de una materia integrada brindó apoyo en el Hospital Central Dr. Ignacio Morones Prieto, con la experiencia de vivir de cerca cómo es el ámbito hospitalario descubrió que le atraía más la salud mental que la física. Así que estudió la Licenciatura y Maestría en Psicología en la Facultad de Psicología de la UASLP, mientras que el Doctorado Interinstitucional en Psicología lo hizo en la Universidad de Guadalajara. Recientemente, terminó la maestría en Psicoterapia Sistémica.

El contacto del doctor Sebastián con pacientes ha sido constante en las diferentes etapas de su trayectoria; inició prácticas en el Centro de Orientación Psicológica de la UASLP, del cual muchos años después fuera coordinador, donde se da atención psicológica desde diferentes enfoques a niños, niñas, adolescentes, adultos y parejas. En palabras del doctor: "Este espacio nos mantiene con un pie en la realidad social, por tanto, nos permite reconocer la problemática social en la que vivimos".

Durante el doctorado trabajó con jóvenes de educación media superior de diferentes lugares, incluida la periferia, en la que afirmó encontrar una realidad que no aparece en los números. Desarrolló en esta época instrumentos de medición para el registro de la exposición y desensibilización a la violencia. Actualmente ha desarrollado también algunos para medir: *gaslighting*, autolesión, desensibilización de la violencia en niños, ideación dependiente y acoso naturalizado, responsabilidad social, entre otros.

Uno de los logros que le ha dado más orgullo como egresado de la UASLP y como parte de ser investigador en esta institución es haber recibido el año pasado el Premio Estatal de Ciencia y Tecnología en la categoría Investigador Joven por

parte del Consejo Potosino de Ciencia y Tecnología, este premio considera es compartido con la comunidad de la Facultad de Psicología, pues realiza al trabajo que allí se hace, además de ser "una distinción externa que permite corroborar que estamos haciendo bien las cosas".

Como consejo a quienes egresarán de la carrera recomienda no olvidar que la ética es una brújula que deben tener a la mano siempre en el caso de quienes se dedican a dar consultas privadas; mientras que quienes se enfocan en el mundo laboral volver a la estadística les facilitará el proceso de reclutamiento y selección.

Una de las pasiones del doctor Sebastián es la escritura, el acercamiento fue desde casa, por su padre y madre. Empezó a escribir poesía de manera autodidacta y después estuvo en talleres con la narradora y ensayista Juana Meléndez. En 2008 y en 2015 ganó el Premio Manuel José Othón, con *El placer de llorar* y *El desastre después de las palabras*, respectivamente, otorgado por el Gobierno del Estado de San Luis Potosí; próximamente someterá a concurso uno de sus textos, pero ahora serán cuentos. Estudió un Diplomado de Filosofía, Literatura y Cine. De esta pasión también se derivó su entusiasmo por la producción científica, pues su publicación de libros y artículos es amplia.

Para él, la escritura ya sea creativa o académica es una forma en que las personas logran de alguna manera validarse: "La producción va convirtiéndose en un puente entre lo personal y lo público, es decir, al entregar a la sociedad un proceso de trabajo se espera tenga eco a nivel social en el caso de lo académico y personal en el caso de la creatividad artística".

Para finalizar, el doctor Sebastián comenta que las actividades artísticas son factores protectores para los contextos violentos; es decir, la expresión, el vínculo, ya sea directo o indirecto, resulta muy importante para vivir en un país como el nuestro. Recomienda, si no se tiene la posibilidad financiera de buscar un apoyo psicológico o psiquiátrico, buscar espacios gratuitos que las instituciones educativas y gubernamentales ofrecen, pues "la terapia es una herramienta que permite que aquellas cosas que no podemos cargar por sí solos se vuelvan más ligeras y soportables". **UP**

APUNTES

■ Es feliz de compartir la vida con su esposa.



■ Tiene tres perritas.



■ Le gusta el anime, entre sus favoritos están:
Fullmetal Alchemist
Monster



■ Últimamente prefiere los audiolibros.

