
ENTREVISTA AL DR. ALBAM BRENES CHACÓN

¿Llegar primero o saber llegar?

*Una conversación informal con el Dr. Albam Brenes Chacón,
primer psicólogo profesional “hecho en Costa Rica”*

La entrevista al Dr. Albam Brenes Chacón se realizó en el Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica (CPPCR) el día 10 de marzo de 2025. El entrevistador principal fue el Dr. Manuel Martínez Herrera, editor en jefe de la Revista Costarricense de Psicología. Los acompañaron el Dr. Daniel Flores Mora, expresidente del CPPCR, quien también funge como entrevistador, y la MSc. Ginette Sánchez Gutiérrez, psicóloga y editora de la Revista Costarricense de Psicología.

Este espacio de entrevistas se ha inaugurado para recopilar las experiencias, vivencias, recuerdos y algunos hitos de los inicios de la psicología costarricense. Por ello, se han seleccionado personas que, por su trayectoria, han aportado en este sentido.

Para iniciar la entrevista, el Dr. Martínez señala: “es muy difícil ubicar a los lectores en cuanto a las tantas actividades profesionales realizadas por el Dr. Brenes Chacón y sus inicios en la Psicología costarricense”. Por esto, solicita al entrevistado una breve reseña biográfica.

“Soy absoluta y orgullosamente josefino”, comienza diciendo don Albam. Cuenta que es hijo de padres *ticos*, nacido en San José el 11 de abril de 1947. Hizo su formación preescolar en el Kinder Margarita Esquivel, de Barrio México. La primera mitad de la educación primaria la hizo en la Escuela Juan Rafael Mora, cerca de Paseo Colón; como él y su familia vivían en esa zona, la segunda mitad y casi toda la secundaria la hizo en el Colegio Salesiano don Bosco, donde declara haber aprendido una muy buena combinación de trabajo y disciplina. Sin embargo, por cuestiones familiares, se apartó de los salesianos durante su primer año de secundaria, el cual finalizó en el entonces recién

inaugurado Conservatorio de Castella y donde le enseñaron a combinar el arte y la sensibilidad con la disciplina.

En 1964 se graduó de la Educación Secundaria y en el año siguiente aprobó el examen de admisión de la Universidad de Costa Rica (UCR), única existente en el país hasta ese momento: “Todavía no estaba claro en lo que iba a estudiar, pero entré de todas maneras”. Durante la época de colegio, fantaseaba con ser arquitecto, pero la carrera todavía no se ofrecía en nuestro país y las finanzas familiares no eran suficientes para enviarlo al extranjero.

Comenzó matriculando los llamados Estudios Generales (o Humanidades) con la esperanza de que, por estar ya en la Universidad, se le ocurriría alguna idea distinta a la arquitectura. En cambio, declara su única alternativa al momento: “puedo estudiar Ciencias Económicas para después trabajar en la incipiente oficina comercial” que, para ese entonces, tenía su papá. Matricular las materias generales implicaba tomar el mismo bloque de cursos iniciales para todos los estudiantes de Ciencias Sociales. Don Albam declara que, afortunadamente para él, dentro de esas materias estaba incluido un curso llamado “Principios de Sociología”, del cual hasta ese momento no conocía ni el nombre.

El profesor de dicho curso resultó ser el famoso presbítero Benjamín Núñez, héroe de la Revolución del 48 en Costa Rica, y su curso le abrió la mente de una forma insospechada, pues nunca había oído hablar de Ciencias Sociales. En alguna de sus clases, Núñez mencionó algo llamado “Psicología Social”, que le interesó aún más: “por lo que, al final de la clase, busqué al profesor para preguntarle dónde podría aprender más sobre esta materia”.

El profesor Núñez le habló sobre un pequeño grupo de psicólogos en la UCR, todos formados en el extranjero, que se encontraban elaborando un plan de estudios para la carrera de Psicología. Con la información que le dio, pudo comprobar que, efectivamente, existía el mencionado grupo de “profesores psicólogos”, y que ya habían comenzado a trabajar con algunos estudiantes a los que podía “unirse”, porque aún “no habían avanzado mucho”.

Así, todo ese pequeño grupo de estudiantes se convirtió en la “primera generación” de alumnos de Psicología en nuestro país; en los “conejillos de indias” de la nueva carrera; la generación que se “acomodó” al primer plan de estudios de la única universidad que en ese momento existía en Costa Rica. Un plan de estudios que, en muchos sentidos, se iba “armando” sobre la marcha, porque al principio no había profesores para todas las materias que se ofrecerían.

Incluso, para facilitar la posibilidad de que los estudiantes alcanzaran la cantidad de 120 créditos universitarios propios de una licenciatura, se abrió

la posibilidad de permitirles completarlos con cursos de otras carreras más o menos afines, lo que, a la vez, funcionara para ampliar la formación o la cultura general de estos futuros psicólogos.

Al respecto, don Albam refiere uno de los cursos que llevó con ese fin, llamado Introducción a los Estudios Clásicos, el cual le permitió ampliar su visión sobre la cultura grecolatina y sobre la mitología de esas culturas. Esta es un área de conocimiento muy apreciada por los seguidores de la escuela psicoanalítica clásica, que fue usada, por ejemplo, para hablar de complejo de Edipo o de Electra.

“Obviamente, en condiciones como las descritas, era virtualmente imposible saber en cuántos años terminaríamos la carrera, pues ni se tenían claros cuáles y cuántos cursos ofrecer ni quienes los impartirían. ¡Imagínense la preocupación de nuestros padres ante una situación tan incierta como esta!”. Para muestra, un botón: esta situación descrita se remonta a 1966 y la primera tesis de graduación de licenciatura en Psicología se defendió en 1974: ¡8 años después!, lo cual recuerda muy bien porque fue la suya.

Con respecto a la composición de este grupo de estudiantes pioneros, don Albam menciona algunos de sus nombres, pero explicando primero: “mientras esperaba para poder matricular Psicología General e iniciarme formalmente como estudiante de la carrera, pude conocer a otras personas que tenían el mismo propósito mío. Algunos de ellos, aunque fuera ‘a brincos y saltos’ en la carrera, la continuamos hasta el final. Otros la dejaron un tiempo y la retomaron años después, cuando las cosas se iban consolidando más. El resto, como sucede en casi todas partes, con el tiempo se dieron cuenta de que esta carrera no era la suya y se dedicaron a otra cosa”.

En este momento, más de 50 años después, todavía recuerda algunos nombres como los siguientes: Daniel Flores, Luis Otero, Leda Beirute, Rosa María Nielsen, Rita Hernández, Grace Durán, Teresita Acosta, María Amalia Siles. “Todos fuimos parte de esa primera promoción y, además, seguimos ligados al desarrollo de la carrera en la UCR o en otras universidades que se crearon después, ya fuera como docentes u otras formas de ejercicio profesional”.

Por supuesto, al terminar todos el plan de estudios, el grupo de pioneros se había diezmado un poco. Algunos se habían desviado levemente del camino para completar un plan de estudios alterno de Profesorado en Psicología para la Educación Secundaria.

Otros completaron el Bachillerato Universitario en Psicología y dejaron la carrera hasta allí, como un complemento a alguna otra o como un

“barneiz cultural”, expresión -por cierto- que se usó bastante en aquella época. Sí hubo una cierta cantidad de estudiantes, como don Albam, que acabó su licenciatura dentro del país; o como don Daniel Flores y don Abelardo Brenes, que acabaron en otros países: el primero en España y el segundo en Inglaterra. Estos últimos, por cierto, incluso se quedaron en esos países hasta obtener el Doctorado en Psicología.

“Un pequeño grupo, del que formábamos parte doña Leda Beirute, don Luis Otero y don Albam, que mientras completaban el plan de estudios de licenciatura, comenzamos a trabajar en la elaboración de sus tesis de graduación”. Esto así porque la “tesis de graduación” era la única modalidad permitida por el plan de estudios de ese momento, y se concebía como un trabajo de investigación individual en psicología y elaborado con la asesoría individual de uno de los profesores, lo cual se les facilitaba por el tipo de trabajo que tenían en el Instituto de Investigaciones Psicológicas (IIP) de la UCR (un nombramiento que tenían por haber completado al menos su Bachillerato en Psicología).

Por fin, el 4 de junio de 1974 se defendió la primera de esas tesis, precisamente la de don Albam Brenes, quien automáticamente se convertía en el primer psicólogo totalmente “hecho en Costa Rica”. Sin embargo, como él mismo afirma, “eso fue obra de la casualidad”, pues don Luis y doña Leda defendieron sus respectivas tesis en el transcurso de los dos meses siguientes (y no hubo más tesis sino hasta año siguiente), lo que convierte en pioneros a esos tres colegas.

Hace poco (en junio del 2024), durante la celebración de los 50 años de la Facultad de Ciencias Sociales de la UCR, se incluyó un homenaje a don Albam porque justamente ha transcurrido también medio siglo desde su defensa de la tesis de Licenciatura. Se le rindió dicho homenaje en coordinación con el Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica, por ostentar también la condiciones de Mismo Miembro Distinguido de esta corporación, otorgada en el año 2012 como reconocimiento a su gran trayectoria en el ejercicio de nuestra querida profesión.

Este reconocimiento se sumaba al de “Miembro Fundador del CPPCR”, condición que ya tenía por haber sido parte del grupo de colegas que firmaron el Acta Constitutiva del Colegio. A esta otra condición, don Albam le tiene especial cariño, pues dice que pensar en el fundación y desarrollo del Colegio es como recordar una parte de su propia historia personal.

El grupo de profesores de la primera promoción de la carrera

También, don Albam recuerda a una buena cantidad de docentes y organizadores de la carrera en nuestro país. Comienza citando a los profesores

de cursos propiamente de Psicología y el lugar donde habían estudiado, para destacar la gran variedad de influencias académicas a las que estuvieron expuestos los estudiantes desde el principio: don Gonzalo Adis Castro (California); don Pierre Thomas Claudet, doña Zayra y doña Zinnia Méndez (España y Suiza); don Mario Araya (México); don Rafael Rueno Mariño (España y EE.UU.); doña Teresita Bonilla (Venezuela); doña Lilliam Stover (EE.UU.); don Edgar González (EEUU) y don Rodrigo Sánchez Ruphui (Alemania).

También, hubo algunos profesores psicólogos “visitantes”, entendiendo por tales a quienes estaban temporalmente en el país, algunos en período sabático o su equivalente. Estos ofrecieron cursos “electivos u opcionales” muy interesantes, pero muchos solo podían ofrecerlos en sus respectivos idiomas o en inglés y no todos los estudiantes podían aprovecharlos.

Un caso especial de estos “visitantes” fue la psicóloga Dra. Lilliam Stover, quien por razones familiares vivió unos pocos años en el país. En ese período, tuvo un impacto profesional muy importante en psicología infantil y familiar de orientación sistémica. La colega Leda Beirute fue una de sus pupilas importantes en esa época, e incluso la tuvo como su directora de tesis de licenciatura.

Por otra parte, a esta lista hay que añadir los nombres de profesores de otras áreas del saber, que se tocaban en el plan de estudios. Por ejemplo, la Dra. Socorro Rodríguez Aragonés, médica y psicoanalista, o los psiquiatras Dr. Zeirith Rojas Alfaro y Dr. Álvaro Gallegos Chacón.

También, debemos citar a don Eugenio Fonseca Tortós y el presbítero Benjamín Núñez, de Sociología; a doña María Eugenia Bozzoli, de Antropología; y Don Rafel Hernández Ureña, Don Rodrigo Umaña y Don Miguel Gómez Barrantes, de Estadística. Todos ellos, desde sus respectivos campos del saber, también contribuyeron a dar una la formación bastante ecléctica a esta primera promoción de psicólogos en nuestro país.

La búsqueda de formación psicológica a nivel de posgrado

Ya se dijo que algunos estudiantes de la primera promoción suspendieron sus estudios de licenciatura porque se les presentó la oportunidad de terminarlos en el extranjero. Ese fue el caso de don Daniel Flores, quien culminó su Licenciatura en Psicología en Madrid y de inmediato se quedó para hacer su doctorado. Por otro lado, don Abelardo Brenes Castro hizo algo parecido, pero en Inglaterra.

También, varios psicólogos que habían comenzado como “profesores-licenciados” de los alumnos de la primera promoción, luego pudieron viajar

para obtener sus títulos de posgrado, ya fueran maestrías o doctorados. Ese fue el caso de don Pierre Thomas Claudet, doña Zayra y doña Zinnia Méndez Barrantes, don Luis Otero Reyes y nuestro entrevistado, don Albam Brenes, que obtuvieron sus doctorados en Barcelona.

Toda esa información fue muy valiosa posteriormente para otros profesores de la carrera que, con los años, también hicieron sus posgrados en España. Entre ellos, se pueden citar los nombres de doña Mirta González, don Carlos Pal-Hegedus, doña Priscilla Echeverría y otros posteriores en años subsiguientes, comenta don Albam. Añade: “pero es un hecho que a todos los citados se les unieron una buena cantidad de costarricenses y extranjeros, que con los años han trabajado para las diferentes escuelas de Psicología del país. Colegas con títulos obtenidos en otros países de América Latina, Estados Unidos o Europa, que han hecho de nuestra profesión de psicólogos una muy sólida y diversa”.

La Especialidad en Psicología Clínica en Costa Rica

Don Albam obtuvo la Especialidad en Psicología Clínica en 1976, dos años después de haber obtenido su Licenciatura en Psicología y tras completar un programa de residencia de dos años. Él y don Luis Otero comenzaron y terminaron el Programa al mismo tiempo, por lo que fueron los dos primeros psicólogos “hechos en Costa Rica” que la completaron. Un tiempo después de terminarla, ambos viajaron a Barcelona para obtener sus doctorados académicos.

Ampliando dicha información, don Albam explica un poco acerca de este programa de residencia en Psicología Clínica, aclarando que, después de varios años de funcionar como una actividad del sistema hospitalario del país, avalado por el Colegio de Médicos, pasó a ser parte del Sistema de Estudios de Posgrado (SEP) de la UCR y, a partir de entonces, comenzó a denominarse “Especialista de Posgrado en ...”.

Para cuando don Albam y don Luis Otero entraron a ese programa de residencia, unos pocos psicólogos (todos graduados fuera del país) ya la habían completado y trabajaban como Psicólogos Clínicos en el Hospital Psiquiátrico o en su consultorio privado. También, colaboraban como profesores de la recién estrenada carrera de Psicología de la UCR. Don Rafael Ruano, don Mario Araya y doña Zinnia Méndez ya lo habían terminado. Después de ellos, entraron don Albam y don Luis. Cuando ambos recién terminaron el programa, hasta donde don Albam recuerda, entraron doña Cecilia Guillén (graduada en Polonia), doña Shirley Czuckerberg (de EE.UU.) y don Roberto López y doña Xinia Jara (de España).

Como todo programa de residencia en el campo de la salud, este incluía algunos cursos de nivelación y muchas prácticas supervisadas de psicodiagnóstico y psicoterapia u otras formas de tratamiento psicológico en diferentes modalidades y enfoques. Además, los residentes debían involucrarse y participar en el desarrollo en actividades de investigación científica propias del campo de la psicología clínica. Todo lo anterior debía involucrar a otros profesionales del hospital para así aprender a trabajar como parte “equipos de salud mental”.

Todo esta concepción de “residencia clínica” había sido desarrollada por don Gonzalo Adis Castro, primer costarricense en llegar al país con estudios doctorales formales en Psicología Clínica realizados en California, EE.UU. Este colega (hoy fallecido), al llegar al país, buscó trabajo en el Hospital Psiquiátrico Chapuí y le propuso al entonces director, el Dr. Fernando Quirós Madrigal, realizar actividades como esas y, más adelante, entrenar profesionales para seguir las haciendo. El Dr. Quirós lo aceptó y “el resto es historia”.

Para don Albam, ese planteamiento en realidad fue casi “revolucionario” para la época y el lugar, como también lo fue el hecho de que lo aceptara el Dr. Quirós Madrigal. En esa época, pocos países del mundo permitían, y muchos menos favorecían, una interacción tan respetuosa y estrecha entre psicólogos y psiquiatras, la cual -en mayor o menor grado- sigue existiendo en nuestro país, en parte gracias a que ese programa de residencia pionero (con diferentes variantes) aún existe, auspiciado o avalado por varias universidades costarricenses.

El ingreso de don Albam y don Luis al programa de Residencia en Psicología Clínica, tras haber terminado su licenciatura, fue facilitado por don Gonzalo en calidad de jefe en el IIP de la UCR. Don Gonzalo también fungía como director de sus respectivas tesis de licenciatura, por lo que conocía las pretensiones de ambos en cuanto a hacer la Residencia en Psicología Clínica.

Dado que Don Gonzalo en ese momento también trabajaba en el Hospital como Jefe del Servicio de Psicología Clínica, logró el consentimiento de la Dirección para que se asignaran nuevas plazas de Residentes a cargo de su Servicio, las cuales ocuparon don Albam y don Luis. Entre otros aspectos, se tomó en consideración que ambos tenían plaza de docencia en la UCR y el hospital podría aprovechar esa formación en diferentes programas.

Los cambios de actividades profesionales después de Barcelona

Poco después de terminada la Residencia en Psicología Clínica, y a raíz de una conversación con don Daniel Flores (que acababa de tener su doctorado en España), don Albam buscó la oportunidad de hacer algo similar. Incluso, ya que él y don Luis Otero habían hecho juntos toda su

formación profesional como psicólogos, en conjunto acabaron haciendo un plan académico muy parecido.

Casi al finalizar el doctorado, recibió una carta del Dr. Adis en la que le comunicaba que, debido a su pronta jubilación de la UCR, había recomendado su nombre ante el Consejo Universitario para que él ocupara el cargo de Dirección del IIP, dada su experiencia previa como subdirector. Sin embargo, al regresar a Costa Rica, se enteró de que el Consejo Universitario ya había nombrado a otra persona. Ante eso, don Albam decidió que la experiencia tan significativa y satisfactoria de su viaje a España podía ser un buen indicador de buscar otros rumbos fuera del IIP.

Precisamente en esos días, recibió la visita de don Carlos German Paniagua, quien era decano de la Facultad de Educación y había sido tesorero suyo unos años atrás. Don Carlos le comentó que se había enterado de la decisión del Consejo Universitario y venía a hacerle una oferta. Esta consistía en que don Albam trabajara para la Facultad de Educación con las mismas condiciones laborales del IIP. Su trabajo básico sería asesorar a profesores y estudiantes de la Facultad en el proceso de elaboración de Trabajos Finales de Graduación, pues se había acumulado la cantidad de egresados de las carreras de la Facultad y necesitaban ayudarles a graduarse. Además, sería bienvenido si quería impartir algún curso sobre eso u otro tema de investigación, pues sabía que la Psicología Educativa no era lo suyo.

Don Albam reflexionó que, si había hecho un cambio en su vida personal y laboral cuando se fue a trabajar en su doctorado en Barcelona, por qué no hacer uno más trabajando en otra Facultad universitaria. Fue la oferta más interesante que tuvo en ese momento. Allí organizaba todo para que los estudiantes realizaran la tesis. Empezó a escribir guías de trabajo o instructivos que se reproducían y vendieron dentro y fuera de la Facultad de Educación.

Pronto se encontró con que sus “guías” se reproducían con mucha frecuencia, lo que significaba que las estaban adquiriendo personas ajenas a la Facultad. Una pequeña investigación en librerías puso en evidencia que las guías hechas por don Albam estaban llenando una necesidad real en el medio académico. Tanto así que, en cierto momento, recibió una visita de la Universidad Estatal a Distancia (UNED) y le solicitaron escribir un libro que se pudiera vender. Además, le ofrecieron trabajar a tiempo completo con la UNED, al menos por un año, mientras escribía el libro, y para colaborar con el programa de licenciaturas implementado en dicha casa de estudios a ese momento. También, le ofrecían el rango de Vicerrector de Investigación, para darle así más poder de decisión.

El libro titulado “Los trabajos finales de graduación, su elaboración y presentación a las Ciencias Sociales” fue uno de los resultados de su paso por la UNED. Su primera publicación fue en 1984 y fue reimpreso y vendido durante más de diez años. Además, esta obra le despertó su pasión por la escritura, pues a la fecha sigue escribiendo y publicando, por lo que su bibliografía personal incluye una cantidad de casi cincuenta títulos.

El Dr. Manuel Martínez le solicita ampliar un poco más sobre su actual labor profesional y don Albam comenta que, ciertamente, la faceta de escritor ocupa un espacio importante, aunque sea una ocupación muy solitaria. Por eso, ha tratado de mantener siempre un poco de actividad clínica y docente durante su vida. Lo ha hecho desde el momento en que se pensionó de la UCR y lo continúa haciendo aun en esta etapa de adulto mayor.

Al respecto, explica que el año pasado (2024) se publicaron dos nuevos libros suyos, los cuales logró terminar a la vez que continuaba con sus actividades como psicoterapeuta de ciertas personas (algunos expacientes) y como supervisor clínico de algunos colegas. Con esto último comenzó durante la pandemia del COVID, como una forma de solidaridad humana y profesional para quienes atendían líneas telefónicas de emergencia, y la ha mantenido vigente desde entonces.

Por su parte, el Dr. Daniel Flores se refiere la época en que don Albam se apartó del Instituto de Investigaciones Psicológicas y de la Escuela de Psicología. Comenta que, cuando se envió al Consejo Universitario la terna para nombrar a quien ocuparía el puesto de dirección del IIP, habían incluido el nombre de una persona no psicóloga: hubo quienes le apoyaban y se movilizaron para que pudiera obtener el puesto. Añade que, cuando en la Escuela se enteraron de la situación, ya él se había trasladado a la Facultad de Educación. Ante ese comentario, don Albam explica que, para él, toda la situación era absolutamente inesperada e inadmisible; en su momento, asumió que lo mejor era aceptar el ofrecimiento del decano de Educación, Carlos Paniagua, la cual le parecía muy honrosa.

Continúa la entrevista con otros temas, y se pasa a hablar de la época de principios del siglo actual. Por entonces, el periódico costarricense La Nación contrató a don Albam como columnista, una labor que se sumaba a su trabajo regular como académico universitario y que les dio otro ángulo a sus labores como psicólogo y docente.

La Nación quería que don Albam escribiera una columna semanal que se publicaría en suplemento llamado Revista Viva. Él podría escoger sus temas, siempre y cuando fueran de su profesión y su especialidad. Se le asignaría un espacio publicado cada martes y compartía el resto de la semana con otros

profesionales, psicólogos o no. Su columna se llamaba “Vida adulta” y podría escribir un máximo de 2300 caracteres sobre cualquier tema de familia y vida adulta: hombres, mujeres, sus hijos, sus padres, sus parejas, sus familia, sus amistades, sus trabajos, sus estudios, las uniones y separaciones, nacimientos y fallecimientos, trabajo, estudios, etc. En resumen: tendría la mejor oportunidad para hacer una gran divulgación profesional y una contribución social inimaginables.

“El resultado fue un período inolvidable de mi vida”, dice Don Albam. “Ser columnista de La Nación fue una vivencia increíblemente provechosa, un espacio semanal que se mantuvo durante cinco años (de 1999 al 2004) y se terminó. Pero mientras duró, encontrar un temas apropiados para la columnas del siguiente martes fue una preocupación, pero también un especie de ‘razón para vivir’”.

Recibir correos de lectores y dedicar tiempo a contestarlos se convirtió en una actividad cotidiana e importantísima, de la que debía despedirse. Al cabo de cinco años, don Albam dio por terminada su labor como columnista de La Nación y guardó una copia de todas sus casi 300 columnas publicadas, a la espera de alguna idea interesante acerca de qué hacer con todo ese material.

Al respecto de esas columnas, hace unos cinco años don Albam recibió una llamada de un señor que se autopresentó como un lector regular de las columnas, las cuales solía utilizar como material de estudio para ciertos “talleres” con jóvenes y familias. Quería recopilar unas de esas columnas porque se le habían perdido, y por eso le estaba llamando. Una vez localizadas, a don Albam se le ocurrió leerlas antes de enviárselas; al releerlas, se preguntó:

* Si yo no hubiera tenido límite de los 2300 caracteres que me pedía el periódico, ¿qué más hubiera escrito en estas columnas?

* Si yo hubiera tenido la experiencia clínica que tengo ahora, tantos años después, ¿qué más hubiera escrito?

* ¿Qué tanto se sostiene lo que escribí en este momento, considerando que han pasado veinte años de cambios en el mundo?

Esta fue una motivación para retomar sus reflexiones y comentarios acerca de esas columnas (o grupos de ellas, según sus temas). Como casi todas las columnas giraban alrededor de la temática de vida en pareja o vida familiar, se le ocurrió que se podrían transformar en un libro. El título original fue “Vida adulta, mis columnas”. Luego de un tiempo trabajando, su libro fue publicado en 2024 con la Editorial de la UNED (EUNED), aunque con un título más atractivo: “Peregrinos por el camino a la madurez. Un manual para la vida adulta”.

Asociado con este tema de las columnas de La Nación, se le pregunta a don Albam por los tantos acercamientos al arte y la cultura que ha hecho en su vida personal y profesional, lo cual se evidencia en casi todos sus escritos (sobre todo sus columnas) y es bastante conocido dentro del gremio de los colegas psicólogos. Al respecto, comenta que, al cabo de los años, como era de esperar, su formación académica en psicología y ciencias sociales en general, sus intereses personales y sus contextos familiar-social-laborales se han fusionado totalmente.

Ciencia, arte y experiencia se han hecho parte integral de su vida e interactúan unas con otras para influir conjuntamente en todo lo que hace. Cita, por ejemplo, cómo en sus columnas (o en consulta o en sus clases) podía hablar de la famosa obra de teatro “Casa de muñecas”, de Henrik Ibsen, para explicar mejor el concepto de “codependencia” en la pareja o las “estructuras familiares” europeas del siglo XIX, o el “empoderamiento femenino” de los siglos XX o XXI. También, hablando del alcoholismo, podría citar al compositor ruso Sergei Rachmaninov, o hablar de estructuras familiares citando a Margaret Mead.

A su juicio, todo profesional universitario debería ser una persona tan curiosa y culta como le sea posible, pero un científico social (y particularmente un psicólogo) lo debería ser aún más. “Dime qué lees, qué película te gusta, qué canción tarareas, qué bebes, qué te entretiene... y entenderé mejor cómo eres”.

Don Manuel Martínez recuerda que don Albam también había incursionado en la hipnosis clínica, y le pide comentar algo sobre ese tema. De primera entrada, confirma que trabajó bastante en esa área, pero no se considera “tan pionero” en ese campo. “A lo sumo —explica—, podría decirse que fui uno de los primeros ‘psicólogos clínicos colegiados’ que públicamente ofreció capacitar en hipnosis a otros colegas, y que obtuvo una respuesta positiva de ellos”.

Añade: “Esto ocurrió a principios de los años 2000. Todavía mucha gente del gremio veía con desconfianza el uso de la hipnosis en las terapias psicológicas, y había que contribuir a romper esa desconfianza. Mi esposa, Aurora, y yo habíamos hecho juntos parte del entrenamiento en hipnosis con Albert Yans en Guatemala, y comenzamos a ofrecer capacitaciones, con la venia de la gente de Guatemala”. Algunas, incluso, se ofrecieron en las instalaciones del CPPCR y con la venia de la Junta Directiva de entonces. De hecho, algunos de sus miembros participaron como alumnos, comenzando por el presidente.

También, se había contactado al Dr. Mario Alvarenga, un médico internista de Cartago que también hacía hipnosis (y se había entrenado con

Albert Yans), para coordinar esfuerzos en ese sentido. En cierto momento, con diferentes colegas (entre quienes se encontraba la colega Laura Chavarría Alvarenga, nieta de don Mario) fundaron la ACOHIC, Asociación costarricense de Hipnosis Clínica. “Al final, mi esposa y yo nos apartamos de las capacitaciones a colegas y de la ACOHIC, en parte porque también ya me estaba empezando a retirar del ejercicio profesional regular”.

Sin embargo, muchos de los y las colegas a quienes entrenó o con quienes coordinó esfuerzos para el desarrollo de la hipnosis en el país todavía se encuentran en actividad en ese campo o en campos afines. Tal es el caso de doña Laura Chavarría Alvarenga, quien trabaja mucho en este campo desde un sitio llamado “El arte del cambio”; o el de doña Gabriella D'Arsié, con su trabajo en terapia breve estratégica con enfoque ericksoniano.

En medio de una pausa dentro de la entrevista a don Albam, se hace una reflexión acerca de la gran variedad de áreas o campos de trabajo en los que él ha participado o ha impulsado a lo largo de los años, y de lo que eso significa en términos de aportes a la profesión. Por ejemplo:

- Su labor docente en gran cantidad de cursos y con tantos alumnos de distintos lugares y clases o niveles académicos.
- Sus trabajos como investigador en su campo, plasmados en una buena cantidad de publicaciones académicas.
- El impacto de su libro “Los trabajos finales de Graduación” sobre incontables graduados en Ciencias Sociales.
- Las múltiples publicaciones académicas realizadas y difundidas mientras trabajó en el Instituto de Investigaciones Psicológicas de la UCR.
- Su contribución para la difusión de la Hipnosis Clínica en Costa Rica.
- Su escritos y asesorías a colegas en el campo de Psicoterapia de pareja y de familia.
- Sus escritos de corte literario o documental dirigidos al público en general, que se convierten en modelo de cómo hacer difusión profesional y cultural de los conocimientos de la profesión.
- Por último, aunque no menos importante, su ejemplo permanente de la seriedad y respetabilidad profesional que se debe proyectar ante los pacientes, alumnos y el público en general.

Nota final

Muchos de los temas abordados en la reunión aquí transcrita ya los había dado a conocer don Albam en un libro autobiográfico, titulado “Psicólogo y docente: mis vocaciones insospechadas”. Dicho texto fue publicado por la editorial costarricense Edinexo en el año 2017. Se encuentra en las principales bibliotecas públicas del país, en formato físico o digital. También, se lo puede solicitar gratuitamente al autor, a través de su dirección electrónica: albam.brenes@gmail.com