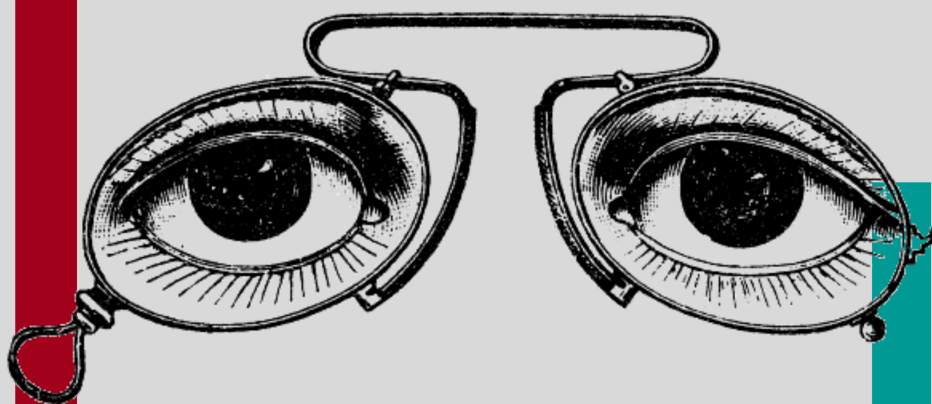


¿CONOCES CÓMO CONOCES?

Hacia una epistemología de la psicoterapia



ALEJANDRO
CIFUENTES-MUÑOZ



RiL editores

¿CONOCES CÓMO CONOCES?
HACIA UNA EPISTEMOLOGÍA DE LA PSICOTERAPIA

ALEJANDRO CIFUENTES-MUÑOZ

¿CONOCES CÓMO CONOCES?
HACIA UNA EPISTEMOLOGÍA
DE LA PSICOTERAPIA



MÁS UNIVERSIDAD



RiL editores

158.1 Cifuentes-Muñoz, Alejandro
C ¿Conoces cómo conoces? Hacia una epistemología de la psicoterapia / Alejandro Cifuentes Muñoz. — Santiago : RIL editores • Universidad Autónoma de Chile, 2021.

270 p. ; 23 cm.
ISBN: 978-956-01-0892-0

1 PSICOTERAPIA.



La publicación de esta obra fue sometida a referato externo, evaluada y revisada por un Comité editorial de pares ciegos, evaluadores especialistas en la materia provenientes de diversas universidades chilenas y extranjeras

¿CONOCES CÓMO CONOCES?
HACIA UNA EPISTEMOLOGÍA DE LA PSICOTERAPIA
Primera edición: diciembre de 2021

© Alejandro Cifuentes-Muñoz, 2021
Registro de Propiedad Intelectual
N° 2021-A-11111

© RIL® editores, 2021

SEDE SANTIAGO:
Los Leones 2258
CP 7511055 Providencia
Santiago de Chile
☎ (56) 22 22 38 100
ril@rileditores.com • www.rileditores.com

SEDE VALPARAÍSO:
Cochrane 639, of. 92
CP 2361801 Valparaíso
☎ (56) 32 274 6203
valparaiso@rileditores.com

SEDE ESPAÑA:
europa@rileditores.com • Barcelona

© Universidad Autónoma de Chile, 2021
<http://ediciones.uaautonoma.cl> | ediciones@uaautonoma.cl
ISBN Universidad Autónoma de Chile 978-956-6109-53-2

Composición e impresión: RIL® editores
Diseño de portada: Matías González Pereira

Impreso en Chile • *Printed in Chile*

ISBN 978-956-01-0892-0

Derechos reservados.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS.....	9
PALABRAS PRELIMINARES	11
CAPÍTULO 1: EL SENDERO DE LA PSICOTERAPIA	15
1. Aproximaciones a la psicoterapia	
2. Historia de la psicoterapia	
3. Corrientes psicoterapéuticas fundamentales	
CAPÍTULO 2: EL SENDERO DE LA EPISTEMOLOGÍA.....	39
1. Hacia <i>una</i> definición de epistemología	
2. Un poco de historia	
3. El problema de las clasificaciones	
4. Modelos epistémicos y paradigmas epistemológicos	
CAPÍTULO 3: LA INTERSECCIÓN: EPISTEMOLOGÍA DE LA PSICOTERAPIA. 81	
1. Filosofía de la psicología	
2. Epistemología de la psicoterapia	
3. ¿Vale la pena pensar en esto?	
CAPÍTULO 4: HERMENÉUTICA COMO MÉTODO	93
1. ¿Qué y cómo interpretar?	
CAPÍTULO 5: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE PSICODINÁMICA.....	107
1. Postulados centrales de la corriente psicodinámica	
2. Supuestos epistemológicos de la corriente psicodinámica	
CAPÍTULO 6: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE COGNITIVO-CONDUCTUAL	129
1. Postulados centrales de la corriente cognitivo-conductual	
2. Supuestos epistemológicos de la corriente cognitivo-conductual	
CAPÍTULO 7: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE HUMANISTA	173
1. Postulados centrales de la corriente humanista	
2. Supuestos epistemológicos de la corriente humanista	

CAPÍTULO 8: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE SISTÉMICA	209
1. Postulados centrales de la corriente sistémica	
2. Supuestos epistemológicos de la corriente sistémica	
REFLEXIONES FINALES	243
REFERENCIAS	251

AGRADECIMIENTOS

Agradecimientos a la Asociación Nacional de Investigación y Desarrollo de Chile (ANID) por financiar parte de investigación doctoral que se incluye en este libro; al Dr. Miguel López-Astorga, por su invaluable apoyo para con el desarrollo de esta obra; y a la Dra. Ana María Zlachevsky, por contagiarme de su amor por la filosofía y mostrarme que otra psicología es posible.

PALABRAS PRELIMINARES

Las ciencias humanas, escenario y contexto de desarrollo de este libro, se definen como un grupo de ciencias y disciplinas que tienen como objeto de estudio al ser humano y sus manifestaciones (Cassirer, 2016). Ciñéndose a tal definición, es difícil pensar en algo más inherente al ser humano que su sufrimiento o dolor, entendiéndolo, con fines prácticos, como cualquier emoción, percibida como displacentera por la persona que la padece, que influye negativamente en la cotidianidad de su vivir. Para su abordaje o alivio, históricamente las personas han recurrido a diversas fuentes como: sacerdotes, curanderos, cultura popular, amigos, conocimiento de pueblos originarios, terapias alternativas y complementarias provenientes de la cultura asiática, y así un largo etcétera. Sin embargo, el abordaje profesional del dolor humano como disciplina, por excelencia, ha estado por varias décadas en manos de la psicología y, particularmente, de la psicoterapia.

Para el diagnóstico y tratamiento de tales dificultades que aquejan a las personas, la psicoterapia cuenta con una amplia gama de teorías o corrientes de las cuales se nutre para comprender y actuar frente a ellas. Sin embargo, las diversas teorías utilizadas por los psicoterapeutas ofrecen *una* forma particular de entender los fenómenos psicológicos. Piénsese, por ejemplo, en una persona que acude a un psicoterapeuta manifestando sentirse angustiada. Algunos psicoterapeutas podrían decir, *grosso modo*, que tal persona presenta un conflicto no resuelto entre ciertos mecanismos de defensa y ciertos impulsos libidinales, por lo que habría que acceder a su inconsciente mediante la asociación libre u otro método similar (corriente psicodinámica). Otro terapeuta podría referir que tal persona presenta la angustia como una conducta aprendida por las contingencias del ambiente, las cuales reforzaron su aparición. Por

lo tanto, la intervención buscaría extinguir esa relación disfuncional, promoviendo el aprendizaje de una nueva respuesta adaptativa (corriente cognitivo-conductual). Otro terapeuta diría que la angustia se ha generado porque la persona carece de un sentido de vida, lo que limita su tendencia inherente a la autorrealización, por lo que se debería facilitar la búsqueda de un sentido de vida (corriente humanista). O quizás, otro terapeuta entendería que la angustia es una manifestación particular del sistema del que es parte el consultante, por lo que la intervención giraría en torno a las interacciones relacionales disfuncionales que tal sistema mantiene (corriente sistémica). Pero ¿quién tiene razón? Todos y ninguno.

Como es posible apreciar para cada una de estas interpretaciones, el *hecho* sigue siendo el mismo: la manifestación de angustia de una persona. Sin embargo, la forma en que cada corriente psicoterapéutica se acerca a *conocer* tal fenómeno psicológico es distinta. Eso conlleva que un psicoterapeuta, al aferrarse a una u otra teoría, tenga comprensiones distintas del problema y, por ende, formas distintas de actuar sobre él. Por lo tanto, las teorías o corrientes psicoterapéuticas tienen importancia epistemológica o, en otras palabras, sus supuestos influyen en cómo se conocen los fenómenos psicológicos que aquejan a las personas.

No obstante, para poder abordar estos asuntos concernientes a la naturaleza del conocimiento –que vale decir, no son comunes dentro de la psicología–, es necesaria la interdisciplinariedad. A saber, que la psicología se nutra de otras disciplinas que presentan una larga *data* de experiencia en torno a este tipo de cuestionamientos como la filosofía. Esta es precisamente la apuesta de este texto: generar un diálogo interdisciplinario entre filosofía y psicología, ambos campos de conocimiento de las ciencias humanas, con el objetivo de analizar los supuestos filosóficos de tipo epistemológico que sustentan implícitamente a las corrientes psicoterapéuticas fundamentales, mediante la interpretación de textos donde estas se presentan. Para alcanzar tal ‘norte’ se sigue una estructura organizada en ocho capítulos, cada uno de los cuales busca responder a un objetivo particular.

En el primer capítulo se describirán las principales características de la psicoterapia, sus fundamentos históricos y sus corrientes fundamentales mediante una revisión narrativa. Esto con el fin de adentrar al lector en el campo específico de la psicología que abarca este libro.

En el segundo capítulo se examinará el concepto de epistemología en torno a su definición, historia y clasificaciones, delimitando los principales modelos epistémicos y paradigmas epistemológicos, también, a través de una revisión narrativa. Psicoterapia y epistemología (capítulos 1 y 2, respectivamente) se configuran como los insumos teóricos básicos de este texto; como una especie de materia prima que debe explotarse en función de construir un problema y desarrollar su solución.

En el tercer capítulo se abordará el punto anterior, es decir, se fundamentará la epistemología de la psicoterapia como línea de investigación, construyendo un problema pertinente en torno a ella. A saber, en este capítulo confluirán los dos capítulos anteriores mediante la propuesta y fundamentación de una línea de investigación específica materializada en un problema.

En el cuarto capítulo se abordarán aspectos metodológicos. Su objetivo es fundamentar el uso de la hermenéutica analógica como método para el análisis de supuestos epistemológicos. Se expondrá, por tanto, el conjunto de procedimientos que permitirán dar solución al problema planteado en el capítulo anterior mediante la propuesta y fundamentación de un método de interpretación.

Del quinto al octavo capítulo se expondrá una serie de análisis interpretativos y fundamentaciones teóricas que permitirán al lector comprender los supuestos epistemológicos presentes en las corrientes psicoterapéuticas. En otras palabras, en estos cuatro capítulos se otorga la solución al problema planteado en los capítulos precedentes. Para ello se realizará una caracterización de cada una de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales en cuanto a sus postulados centrales para, posteriormente, interpretar los supuestos epistemológicos que las sustentan implícitamente en torno a estos.

Se abordará la corriente psicodinámica, cognitivo-conductual, humanista y sistémica en cada capítulo, respectivamente.

Finalmente, en un último apartado se presentará un cuadro comparativo general de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales respecto a los supuestos epistemológicos que las sustentan. También se presentarán diversas reflexiones que, a modo de cierre, permitirán concluir las ideas expuestas a lo largo del libro.

CAPÍTULO I: EL SENDERO DE LA PSICOTERAPIA

I. APROXIMACIONES A LA PSICOTERAPIA

¿Qué es psicoterapia?

Probablemente, una de las tareas más complejas y poco fructíferas para los teóricos de la psicología es llegar a puntos de convergencia en torno a las definiciones conceptuales de aquellos constructos presentes en su disciplina, y, la psicoterapia, no es la excepción a tal tendencia. Aferrarse a la etimología –el estudio del origen de las palabras– podría otorgar un punto general de partida en torno a una definición tentativa. Kleinke (2002) señala que la palabra psicoterapia se conforma por *psico*, que proviene del griego *psyché* (espíritu, alma o ser), y de *terapia*, que proviene de *therapeutikós* (asistente o el que cuida de otro). De tal manera, «psicoterapia significa cuidar o asistir al espíritu, corazón o al ser de otra persona» (p. 21). Sin embargo, esta definición, si bien inicial e introductoria, peca de simplicidad y exceso de generalidad para dar cuenta de la complejidad que engloba el concepto de psicoterapia.

Definir con precisión qué es la psicoterapia ha sido una necesidad e inquietud para varios teóricos a lo largo de la historia. Sin embargo, responder tal pregunta es una labor cada vez más difícil de llevar a cabo dada la proliferación actual de enfoques o aproximaciones psicoterapéuticas. Al parecer, existen tantos modelos psicoterapéuticos como definiciones que estos le otorgan a su práctica, existiendo una tendencia al aumento al pasar el tiempo. Al respecto, Herink (1980)

identificó más de 250 terapias diferentes, Karasu (1986) señala la existencia de al menos 400 psicoterapias, Feixas y Miró (1993) refieren que el número se encuentra entre 250 y 300 psicoterapias, Corsini (2001) señaló que habían cerca de 250 tipos de psicoterapia y años después refirió que el número aumentó a cerca de 400 (Corsini y Wedding, 2008). Es claro que tampoco existe consenso respecto al número de enfoques psicoterapéuticos actuales, lo cual dificulta aún más la convergencia en una definición.

Autores como Zeig y Munion (1990) se volcaron a la tarea de definir la psicoterapia desde ‘la voz’ de los propios psicoterapeutas. Ellos preguntaron a 81 autores, considerados como terapeutas expertos, algunas preguntas como: ¿cómo define la psicoterapia? o ¿cuáles son sus objetivos y supuestos? El proyecto culminó en un libro titulado *¿What is psychotherapy?* En este, sus autores dan cuenta de una heterogeneidad poco fructuosa de definiciones y apreciaciones de la psicoterapia que están estrechamente relacionadas a los modelos psicoterapéuticos de los autores entrevistados. Nuevamente, y en consecuencia con el párrafo anterior, se aprecia que cada aproximación terapéutica ‘tiñe’ con sus premisas, supuestos y objetivos, su definición de psicoterapia. Una definición general que trascienda a enfoques psicoterapéuticos específicos es tan escasa como necesaria.

Feixas y Miró (1993) realizan una recopilación de definiciones de psicoterapia consideradas generales, es decir, no particulares a aproximaciones psicoterapéuticas específicas. Su trabajo otorga una síntesis bastante clara de tal recopilación, precisando en los denominadores comunes de cada una de las definiciones. Para ellos, la psicoterapia es «un tratamiento ejercido por un profesional autorizado que utiliza medios psicológicos para ayudar a resolver problemas humanos en el contexto de una relación profesional» (Feixas y Miró, 1993, p.16).

Si bien esta definición pudiera parecer sucinta, conlleva implícitamente una serie de supuestos que vale la pena analizar para comprender qué es y qué no es psicoterapia. En primer lugar, se establece la presencia de un tratamiento ejercido por un profesional autorizado, esto implica que la psicoterapia es un proceso que ejecuta

alguien capacitado y socialmente validado (psicólogo, psiquiatra o trabajador social).

En segundo lugar, se establece que tal profesional utiliza medios psicológicos. Esto es sumamente relevante, ya que, tales medios son un punto de inflexión y diferencia respecto a otras formas de terapia como la medicina alternativa y complementaria (MAC), que también otorga tratamiento por personas autorizadas y busca la solución de problemas humanos. Estos medios psicológicos pueden entenderse como la plataforma teórico-técnica de la que se sirve el profesional para comprender y abordar los fenómenos psicoterapéuticos. De tal manera, los problemas psicológicos de las personas se interpretan al alero de tales teorías o aproximaciones psicológicas, lo que difiere de los medios utilizados por otras formas de terapia.

En tercer lugar, se establece que el objetivo de la psicoterapia es ayudar a resolver problemas humanos. Esto implica que aquel que acude a psicoterapia se encuentra viviendo una emoción displacentera que no es capaz de afrontar por sí mismo. Por lo tanto, la psicoterapia busca promover un cambio desde un estado de malestar psicológico a un estado de bienestar en el consultante. Su objetivo es la disolución del sufrimiento humano que aqueja al consultante.

En último lugar, se establece que el contexto está dado por una relación profesional. Esto implica una clara diferencia con otras formas de relación que no son psicoterapéuticas¹, como la amistad, los lazos familiares, las relaciones de pareja, etc. El contexto está dado por la presencia de un consultante (o sistema consultante) y un psicoterapeuta que entrega un servicio profesional.

¿Qué tienen en común las psicoterapias?

Desde una perspectiva integrativa –que incluye a los diferentes modelos psicoterapéuticos– se han definido cuatro elementos principales que posee toda psicoterapia: el cliente, el psicoterapeuta, la

¹ Tales formas de relación pueden ser *terapéuticas* (promover el bienestar), no así *psicoterapéuticas*. Esta última, por definición, es un tipo de relación que emerge en el contexto profesional.

relación y el proceso terapéutico (Feixas y Miró, 1993). Abordarlos brevemente permitirá complementar la definición de psicoterapia otorgada en el apartado anterior.

El cliente o paciente es la persona que acude al servicio de psicoterapia. Algunos enfoques prescinden del uso de la palabra *paciente* debido a su asociación con el modelo médico y posición pasiva a la que invita. La palabra *cliente* también tiene sus críticas debido a su inminente asociación mercantil, no obstante, propone una visión más activa de la persona. Otros modelos simplemente utilizan la palabra *consultante*, lo que se presenta como una alternativa más parsimoniosa. En terapia familiar se habla del sistema consultante, entendiendo que el ‘síntoma’ está presente en el sistema familiar y no solo en el paciente índice. El consultante experimentaría algún tipo de sufrimiento psicológico caracterizado por una emoción displacentera que no ha sido capaz de solucionar por otros medios y frente a la cual siente la necesidad consciente de realizar cambios.

El psicoterapeuta es aquel que brinda un servicio de psicoterapia siendo socialmente autorizado para tal actividad. Para ejercer tal rol el psicoterapeuta debe llevar a cabo una formación profesional, es decir, cumplir con una serie de requisitos formales y poseer conocimientos específicos de la mano de la psicología científica. Feixas y Miró (1993) establecen que hay un consenso razonable respecto a lo que debe saber formalmente un psicoterapeuta:

Para poder desempeñar su labor, los psicoterapeutas necesitan poseer conocimientos específicos sobre los procesos de aprendizaje, la dinámica de la personalidad, los procedimientos y técnicas de evaluación psicológica, la psicopatología, los principios de la interacción social, los procesos cognitivos y emocionales, el desarrollo durante el ciclo vital, etc. (p.21)

Estos conocimientos específicos se configurarían como los *medios psicológicos*, anteriormente referidos, de los cuales el psicoterapeuta se nutre para llevar a cabo su práctica, trazando el límite de la psicoterapia respecto a otras intervenciones terapéuticas. Si se pudiera hablar de una función del psicoterapeuta, podría decirse que este debe formular hipótesis sobre un problema que aqueja al

consultante y tomar decisiones o planes de acción para resolver tal problema. Ambas actividades deben estar sustentadas y orientadas por un modelo psicoterapéutico.

La relación terapéutica es un tipo de relación profesional entre consultante y psicoterapeuta, distinta a otros tipos de relaciones en la vida del primero. Esta es una relación interpersonal asimétrica debido a que el psicoterapeuta ofrece un servicio, que debe ser retribuido, a un consultante que tiene una demanda o queja emocional, encontrándose, este último, en una posición de vulnerabilidad emocional respecto al psicoterapeuta. Una relación profesional como la psicoterapéutica requiere de un encuadre o estructura definida donde el psicoterapeuta fija *a priori* las reglas tácitas que serán necesarias para un proceso exitoso (honorarios, duración y frecuencia de sesión, lugar, vacaciones, etc.). Existe acuerdo entre los teóricos respecto a que la relación psicoterapéutica sea exclusiva, es decir, que consultante y psicoterapeuta no mantengan otro tipo de relación diferente de la terapéutica, debido a la influencia negativa de esta sobre el proceso terapéutico.

Bordin (1979) propone el concepto de alianza terapéutica, lo que es considerado un aspecto trascendental de la relación psicoterapéutica. La alianza terapéutica es entendida como un factor común de cambio, independiente de la aproximación o modelo psicoterapéutico. Esta consta de 1) vínculo terapéutico, entendido como una relación emocional y de colaboración positiva entre psicoterapeuta y consultante; 2) el grado de acuerdo en los objetivos, es decir, que terapeuta y consultante tengan un mismo horizonte respecto al proceso y orienten sus esfuerzos a su consecución; y 3) el grado de acuerdo en las tareas, entendido como el acuerdo entre las partes respecto a los medios que serán considerados como los adecuados para conseguir los objetivos que se proponen.

Finalmente, el proceso terapéutico es entendido como «el conjunto de procesos psicosociales que tienen lugar desde el inicio al fin de la terapia» (Feixas y Miró, 1993, p. 30). El conjunto de fases o subprocesos que tienen lugar en la psicoterapia dependen fundamentalmente de cada enfoque psicoterapéutico. No obstante,

algunos autores como Rogers (1978) o Egan (1986) han propuesto algunos modelos generales de proceso terapéutico. Sin embargo, independiente de la cantidad y cualidad de las fases que pudiera tener un proceso terapéutico de cualquier aproximación, todo el proceso gira en torno a un elemento clave: el cambio.

Es posible mencionar, en términos generales, que un principio transversal a cualquier proceso psicoterapéutico, independiente de su aproximación teórico-clínica, es promover un cambio en el consultante. Un cambio psicoterapéutico abarcaría desde el sufrimiento inicial que aqueja la vida de una persona, llevándole a solicitar apoyo a un profesional psicólogo, hasta la fase final del proceso psicoterapéutico, donde aquel sufrimiento se ha disuelto y prima el bienestar—vale referir, si el proceso es exitoso—, el cual terapeuta y consultante buscan consolidar, promoviendo su mantención en el tiempo.

Otros principios comunes que comparten las psicoterapias son: intercambio de pago por servicio, ofrecer consejo, ampliar la visión del mundo del consultante, ayudar al consultante a recapitular conflictos genéricos, establecer una experiencia emocional correctiva, promover expectativas positivas, permitir la expresión de emociones, ejercer una influencia social y animar a la práctica de nuevas competencias (Kleinke, 2002).

¿Es útil la psicoterapia?

Esta pregunta invita a abordar un ámbito por décadas controversial en torno a la psicoterapia: su efectividad. Varios autores de la psicoterapia han cuestionado su efectividad a lo largo de la historia (Zlachevsky, 2011). Hillman y Ventura (1992) escribieron, por ejemplo, una obra titulada *Hemos tenido cien años de psicoterapia y el mundo está cada vez peor*². Tal vez, la ambigüedad y generalidad de tal frase salte a la vista, sin embargo, junto a ella emergen interesantes reflexiones como punto de partida respecto a la efectividad de la psicoterapia.

² El título original de la obra fue *We've had a hundred years of psychotherapy and the world's getting worse*.

Eysenck (1952) realizó un estudio pionero en los años 50 donde afirmaba que no había evidencia de que la psicoterapia fuera más beneficiosa para los pacientes neuróticos que la ausencia de tratamiento, precisando que aproximadamente dos tercios de los pacientes analizados en su estudio mejoraban con cualquier tratamiento, incluso sin que mediara intervención psicológica alguna (Castro, 2001). Además, algunos autores (Goldfried y Wolfe, 1999; Parloff, 1982) han planteado que, si se quisiera validar empíricamente cada tipo de psicoterapia por cada trastorno mental para dar cuenta de su efectividad, se necesitaría la realización de aproximadamente 13.000 estudios de eficacia (ensayos clínicos), lo que resulta poco factible, incluso sin tomar en cuenta una innumerable cantidad de factores como, cultura, eventos vitales, características personales, historia, etc. Sin ir más allá, Frank y Frank (1991), en un estudio comparativo, establecieron que la psicoterapia era el único tratamiento que crea la enfermedad que pretende curar.

Sin embargo, no todo ha sido desalentador al respecto. En la actualidad existe amplio acuerdo en el reconocimiento de la psicoterapia como un tratamiento efectivo. Esto, según una resolución publicada por la *American Psychological Association* (APA) basada en la recopilación de diversas investigaciones de la última década (APA, 2013). Frente a esto, Campagne (2014) establece que:

Más de seis décadas de evidencia empírica apoyan la eficacia de alguna versión de psicoterapia. Las revisiones más relevantes incluyen estudios controlados con miles de pacientes, cientos de terapeutas, un amplio espectro de problemáticas y muy diversas orientaciones terapéuticas. La terapia es eficaz en el sentido de que, en general, los pacientes tratados evolucionan mejor que los no tratados. Unos 50 meta-análisis desde 1980 indican un promedio de diferencia de un 80 % (1:25) entre tratados y no tratados. Además, el efecto es relativamente rápido: entre ocho y diez sesiones, el 50 % muestra un cambio clínicamente significativo, y una «recuperación» total se produce en un promedio de 25 sesiones, equivalente a seis meses de terapia semanal. Los efectos son duraderos especialmente si el cliente los atribuye a sus propios esfuerzos. (p.79)

El recorrido histórico-metodológico para llegar a tales conclusiones no ha sido fácil ni rápido (Cifuentes-Muñoz, 2019a). Sales (2009) señala que el desarrollo en investigación psicoterapéutica comenzó con los métodos naturalistas, es decir, con el análisis cualitativo del caso a caso en contexto real. Luego, tomó predominancia, incluso hasta la actualidad, la investigación de resultado (*outcome research*), centrada en los efectos de la psicoterapia y no en su proceso (Hill y Corbett, 1993). De tal manera, se enfatiza en la cuantificación de los resultados junto con el control experimental, adoptándose el paradigma positivista, predominante en la ciencia moderna, lo que da lugar a los estudios analógicos (*analogue research*), es decir, a la investigación de los tratamientos psicoterapéuticos mediante la simulación en laboratorio. Al final de la década de los 70, los ensayos clínicos, o estudios de resultado llevados a contextos terapéuticos reales, cobran mayor relevancia (Sales, 2009).

Finalmente, y en base a las necesidades del contexto político-económico de EE. UU. desde los años 70, y, tomando como base el modelo médico (Campagne, 2014), se vuelve necesario establecer una clasificación de los tratamientos con soporte empírico (*Empirically Supported Treatments*). Esta tarea fue realizada por la APA, sentando el norte de la investigación en psicoterapia y de lo que sería considerado ciencia –o una aproximación a ella– en tal disciplina (Rodríguez, 2004), así como las aspiraciones metodológicas que rigen hasta la actualidad (Cifuentes-Muñoz, 2019a).

Sin embargo, saber que las psicoterapias eran efectivas no fue suficiente. Era necesario responder qué es lo que las hacía efectivas. Para ello hubo una amplia proliferación de estudios comparativos entre terapias, no obstante, el resultado era tajante: todas eran igual de eficaces, no existiendo diferenciación entre aproximaciones:

Los hallazgos de los metaanálisis dejaron bien establecida la efectividad de la psicoterapia (...) sin embargo, pusieron de manifiesto la carencia de diferenciación entre los distintos sistemas (o escuelas) terapéuticos. Este hecho recibió las tan conocidas denominaciones «veredicto del pájaro Dodo» (todos hemos ganado y debemos recibir premios), en alusión a *Alicia en el país de las maravillas*. (Krause, 2011, p. 93)

Tal veredicto puso sobre la mesa una cuestión relevante: «si funcionan las terapias, pero no tiene que ver con sus idiosincrasias, ¿cuáles son los factores terapéuticos comunes?» (Campagne, 2014, p.77). Responder a tal pregunta fue y ha sido uno de los focos más importantes en torno al estudio de la efectividad en psicoterapia.

Campagne (2014) establece que «la psicoterapia no es un arte al azar, sino un conjunto de factores identificables y valorables en cuanto a su influencia sobre el resultado final» (p. 90). De tal forma, existen diversos elementos que se conjugan en un proceso psicoterapéutico y que influyen en el cambio psicológico que pueda darse en tal proceso, y, por consecuencia, en su efectividad. Dentro de estos elementos, se han estudiado los factores de cambio específicos e inespecíficos en psicoterapia (Santibáñez et al., 2008). Los primeros, se relacionan con las características particulares de cada enfoque o teoría psicoterapéutica, mientras que los segundos, son transversales y comunes a todas las teorías. Respecto a estos últimos –los factores inespecíficos o comunes de cambio– se han estudiado variables relacionadas con el terapeuta, con el consultante y con la alianza terapéutica (Uribe, 2008) y, como se refirió anteriormente, es en ellos donde el interés se ha acentuado.

El estudio de los factores comunes en psicoterapia comenzó con Rosenzweig (2002) quien en 1936 los describió por primera vez. Su propuesta incluía los factores comunes implícitos presentes tanto en la psicoterapia como en otras formas de intervención curativa como la sugestión o religión (Uribe, 2008). En las décadas siguientes, y particularmente en torno a los factores comunes de la psicoterapia, le siguieron los trabajos de Luborsky (1975), Karasu (1986), Frank y Frank (1991), entre otros. Para mayor detalle al respecto, véase Kleinke (2002), quien hace una meritoria recopilación de los *principios comunes en psicoterapia* y su historia.

Sin embargo, y a pesar de los valiosos aportes de numerosos autores respecto a los factores que inciden en el cambio psicoterapéutico, son los factores terapéuticos establecidos por Lambert (1992) los que se roban la escena. Lambert realiza un trabajo sobre los factores de Frank, y mediante diversos estudios empíricos, propone

cuatro factores terapéuticos principales que explican la varianza en los resultados de mejora de los consultantes (Hubble, Duncan y Miller, 1999). Factores del cliente o factores extra terapéuticos (40 %) correspondientes a todos los aspectos de la vida del consultante, ajenos a la psicoterapia, que ayudan a su recuperación. Factores de la relación con el terapeuta (30 %) entendidos como aquellos factores comunes que son transversales a todas las corrientes psicoterapéuticas y que tienen directa concordancia con la alianza terapéutica (Bordin, 1979). Esperanza y expectativas (15 %), es decir, el grado en que tanto terapeuta y consultante creen en el proceso de psicoterapia que están llevando a cabo. Factores del modelo o técnica (15 %), que corresponden a los procedimientos o técnicas específicas desarrolladas por cada modelo psicoterapéutico.

Con base en lo anterior se puede resumir que el 85 % de la efectividad de la psicoterapia está dada por un conglomerado de factores comunes a todas las orientaciones y que solo un 15 % es atribuido al modelo o técnica específico. Estos datos se configuran como contra intuitivos para muchos terapeutas, sobre todo para aquellos acérrimos a su enfoque psicoterapéutico, ya que, en palabras de Campagne (2014), «la capacidad para curarse a sí mismo [del consultante] es el factor común más potente en psicoterapia» (p. 83), correspondiendo al 40 % del cambio psicoterapéutico. Por otro lado, la relación terapéutica (30 %) solo es relevante en la medida que el consultante –no el terapeuta– la perciba como positiva (Schaefer, 2014). Incluso, en investigaciones más recientes el porcentaje atribuido al cambio con base en las técnicas y modelos particulares ha adquirido un valor marginal (Wampold, 2001). Todo esto ha llevado a la necesidad de establecer un modelo integrador en psicoterapia (Uribe, 2008).

Hasta el momento se cuenta con el análisis de una definición de psicoterapia, con la exposición de algunos de sus elementos comunes y con algunos datos sobre su efectividad. Sin embargo, para contextualizar todos los antecedentes anteriormente aludidos, es indispensable realizar una revisión histórica de algunos hitos que cimentaron el desarrollo de la psicoterapia contemporánea.

2. HISTORIA DE LA PSICOTERAPIA

Para remontarse a los orígenes de la psicoterapia es necesario escindirla en dos grandes momentos históricos: la psicoterapia como práctica y la psicoterapia como profesión. El primer momento, la psicoterapia como práctica, incluye las prácticas curativas de la época de las sociedades tribales, de Grecia, del cristianismo y del renacimiento. La psicoterapia como profesión, como se le conoce hoy, se configuraría recién durante el siglo XIX de la mano del psicoanálisis freudiano.

Psicoterapia como práctica

Desde los albores de la humanidad se ha considerado al ser humano como un ser social que ha necesitado, de una u otra manera, ser parte de una comunidad para sobrevivir. Sin embargo, ser parte de una comunidad o grupo, dada la naturaleza intersubjetiva del ser humano, ha conllevado el desarrollo de diversos problemas propios del convivir. Estos han convergido en una ‘conducta anormal’, es decir, en aquellos comportamientos que se alejan de la norma o expectativa de la comunidad a la que se pertenece. Frente a esto Kriz (2012) precisa que la comunidad social se muestra particularmente sensible a las desviaciones de tal normalidad y agrega que:

Siempre existieron en la comunidad social hombres que de palabra o de obra procuraron aliviar esos menoscabos psíquicos, somáticos, conductuales (para empezar, los familiares, que adoptaban una función de asistencia, y después, personas que tenían un rol específico, como los curanderos). Cabe suponer entonces que prácticas psicoterapéuticas elementales, en el sentido lato, son tan antiguas como la humanidad. (p. 9)

Feixas y Miró (1993) refieren que dentro de la historia se han desarrollado diversos procedimientos o ‘prácticas curativas’ para dar solución a tales problemas de la convivencia humana. De tal forma, las explicaciones de la conducta anormal irían desde un estado pre racional (causas sobrenaturales de la conducta anormal)

hasta explicaciones basadas en las ciencias naturales (más propias de la psicoterapia como profesión). Sin embargo, para comprender tales prácticas curativas como constitutivas del pasado de la psicoterapia como práctica, es necesario situarse, al menos sucintamente, en el contexto de la *praxis* del vivir cotidiano dado en diferentes momentos históricos.

En las sociedades tribales primaba el pensamiento pre racional, es decir, donde las explicaciones de la conducta anormal –y de la enfermedad mental como constitutiva de esta– estaban basadas en una perspectiva animista y sobrenatural. El alma, distinta al cuerpo, podría abandonarle durante el sueño o incluso sobrevivir después de la muerte en otros seres o cosas (Feixas y Miró, 1993). De tal manera, la enfermedad en esta época era considerada, esencialmente, un fenómeno de posesión donde un alma extraña ocupaba el alma del paciente (Sendrail, 1983). Los tratamientos o prácticas curativas consistían en ceremonias, exorcismos o confesiones, entre otros (Ellenberguer, 1970).

Los fundamentos de la psicoterapia contemporánea también yacen en la *Antigua Grecia* (Marks, 2017) y en la tradición filosófica desarrollada en ella. El paso del mito al *logos* supuso un giro que privilegiaba las explicaciones racionales respecto a las sobrenaturales en torno a la enfermedad mental del ser humano. En este sentido, las prácticas curativas estaban regidas por el uso de la palabra:

En la obra de Aristóteles [...] se encuentran establecidos y diferenciados los distintos usos de la palabra, que fue ampliamente utilizada en Grecia con fines curativos. A la palabra persuasiva se le llamó metafóricamente *ensalmo*, denominación que implica que el hombre cambia bajo su influjo. Algunos sofistas como Gorgias, propusieron incluso su aplicación técnica para la curación de algunas enfermedades. Platón, por otro lado, hizo interesantes observaciones sobre los efectos de la palabra sobre la vida anímica. (Feixas y Miró, 1993, p. 40)

Siguiendo la lógica racional de la cultura griega, y, de la mano con la tradición médica, Hipócrates consideró, en el siglo III a.C., que las enfermedades mentales debían tener una causa física (Hamlyn,

2007). Para ello postuló que la salud era un estado de armonía entre cuatro humores (sangre, flema, bilis amarilla y bilis negra) y la enfermedad un estado de desequilibrio de estos. Alejado de las concepciones mágicas y sobrenaturales, Hipócrates establece que restaurar tal equilibrio es obra de la naturaleza y labor del médico.

El cristianismo en la Edad Media se alejó de las concepciones griegas de la enfermedad mental, acercándose más a la concepción pre racional de las sociedades primitivas. Para la Iglesia, las causas racionales quedaron en segundo plano para explicar los trastornos mentales. Estos eran considerados como producto de una voluntad sobrenatural: el diablo. En consecuencia, los tratamientos que permitían ‘curar’ estos males iban desde la oración hasta la hoguera, incluyendo, también, otros métodos como el exorcismo y la tortura. De tal forma, desde el siglo XIII, la inquisición de la Iglesia católica consideró a las personas –principalmente mujeres– con comportamientos desviados como poseídas o brujas y se les persiguió. Hamlyn (2007) establece que la pérdida de la razón se consideraba una característica diagnóstica clave, por lo tanto, miles de personas con trastornos mentales (que padecían lo que hoy se consideraría psicosis o depresión) fueron torturados y condenados a muerte.

Sin embargo, el cristianismo también realizó algunos aportes a la psicoterapia –aunque marginales, comparado con sus evidentes perjuicios–, particularmente por el interés de la Iglesia por implantar virtudes cristianas mediante procedimientos estructurados. Ejemplo de ello es la obra *Ejercicios espirituales* de San Ignacio de Loyola (2003) que presenta el desarrollo de varias técnicas y procedimientos terapéuticos de uso actual.

En el Renacimiento, las prácticas inquisitivas fueron disminuyendo lenta y gradualmente, abriendo el paso a las primeras consideraciones en contra de la enfermedad mental como posesión demoníaca. Así, se va produciendo una progresiva humanización de la enfermedad mental. Si bien existieron una serie de hechos históricos para que tal proceso se llevara a cabo, no fue hasta 1974 cuando el médico francés Philippe Pinel rompió las cadenas de los

enfermos mentales (*alienados* en esa época) del asilo de Bicêtre en París, introduciendo el tratamiento moral:

Pinel en su Tratado médico-filosófico sobre la alienación mental o Manía (1801) desarrolló lo que denominó «tratamiento moral», que implicaba hablar con suavidad con el paciente, ofrecerle calidez y restaurar la esperanza, elementos que las investigaciones demuestran que son fundamentales para una psicoterapia eficaz. (Hamlyn, 2007, p. 6)

Psicoterapia como profesión

Existe amplio consenso en considerar que el inicio de la psicoterapia como profesión (como hoy se le conoce) se remonta al desarrollo del psicoanálisis de Sigmund Freud (Kriz, 2012), específicamente al año 1900 cuando publica *La interpretación de los sueños* (Freud, 1979a). Sin embargo, existen otros antecedentes históricos, previos al desarrollo del psicoanálisis, que fomentaron el camino profesional de la psicoterapia.

Uno de estos antecedentes se sitúa en el desarrollo del magnetismo animal de Franz Anton Mesmer. Este médico vienés creía en la existencia de un fluido físico en el cuerpo de los seres humanos que al estar desequilibrado generaba enfermedades. Por consecuencia, la curación de la enfermedad estaba dada por la restitución del equilibrio de tal fluido (Hamlyn, 2007). Lo controversial era su tratamiento: administraba un brebaje de hierro a sus pacientes y, mediante imanes, buscaba generar una crisis (espasmos musculares, convulsiones, etc.) para que el fluido magnético se redistribuyera en el cuerpo del paciente y este sanara.

Los tratamientos de Mesmer tuvieron tanta fama como controversia en Europa. Algunos de sus detractores sostenían que el magnetismo animal no era lo que sanaba a las personas, sino que era el estado de sugestión que se inducía en el proceso, estado que James Braid llamó hipnosis. Largo es el camino desde la aparición de la hipnosis al desarrollo del psicoanálisis. Benito (2009) otorga una breve pero representativa síntesis de tal proceso:

A principios del 1800, James Braid, un neurocirujano escocés, reformula las ideas de Mesmer para explicar la hipnosis y en Francia, Liébault y Berheim, en la escuela de Nancy y Charcot, en La Salpêtrière, también se dedican a la investigación de ese fenómeno. Más adelante, Berheim abandona el uso de la hipnosis y se basa en la sugestión directa del enfermo, llamando a esta práctica «psicoterapia». Siguiendo el esquema de trabajo de Charcot, Janet se interesa en la hipnosis como vía de estudio de la «mente subconsciente» y es en esa misma línea que podemos ubicar a Josef Breuer y a Sigmund Freud, quienes posteriormente centran su trabajo en el método catártico, la histeria y las neurosis. (p.1)

De tal manera, el decaimiento del mesmerismo, el gradual apogeo de la hipnosis como tratamiento efectivo de enfermedades en la consideración de los médicos y la alta demanda social por tratamientos ‘nerviosos’, permitieron la emergencia de la psicoterapia.

El médico vienés Sigmund Freud comenzó a utilizar la hipnosis en pacientes con histeria (diagnóstico caracterizado por la presencia de variada sintomatología sin causa orgánica), considerada ‘la enfermedad de la época’. Sin embargo, Freud visualizó que la hipnosis no acababa con toda la sintomatología de la histeria, por lo que comenzó a utilizar el método catártico (desarrollado previamente por Breuer con el célebre caso de su paciente Anna O.). Este consistía en ayudar a los pacientes a revivir y descargar las emociones vinculadas a recuerdos traumáticos, viviendo tal trauma pasado como si fuera actual, produciendo así, la liberación de los síntomas (Kriz, 2012). Pronto Freud (1979b) desistió de la hipnosis para dar paso al desarrollo de sus propias técnicas y fundamentos teóricos:

Freud trocó la técnica de la hipnosis por la de la «asociación libre», en la cual el paciente era exhortado a declarar con libertad todo cuanto se le ocurría. De esta manera descubrió un fenómeno que antes había permanecido en buena parte oculto por la hipnosis, a saber: la «resistencia». Después introdujo la interpretación de sueños como «camino real» hacia lo inconsciente y elaboró el concepto de «trasferencia». En los años que siguieron, Freud no cesó de trabajar en un edificio teórico más y más completo, el psicoanálisis. (Kriz, 2012, p. 32)

En la primera mitad del siglo XX, el psicoanálisis se posicionó como ‘el’ abordaje psicoterapéutico hegemónico (Benito, 2009) y fue considerado sinónimo de psicoterapia. En esta época se establecieron, por tanto, las bases de la psicología contemporánea y de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales.

3. CORRIENTES PSICOTERAPÉUTICAS FUNDAMENTALES

Como establece Sztajnszrajber (2018), todo listado es, de alguna u otra forma, arbitrario y con carencia de objetividad. La elección de algunas corrientes psicoterapéuticas por sobre otras no es la excepción. De tal manera, se entenderá por corrientes psicoterapéuticas fundamentales al abordaje psicodinámico, cognitivo-conductual, humanista y sistémico.

Con fines prácticos y aunque no representen exactamente lo mismo, se considerará indistintamente al concepto de *corrientes psicoterapéuticas fundamentales*, los conceptos de: *teoría, escuela, aproximación, modelo, orientación, enfoque y abordaje psicoterapéutico* que es posible encontrar en la literatura. Es importante puntualizar, además, que estas teorías tienen ámbitos de aplicación que trascienden lo psicoterapéutico, siendo utilizadas en otras áreas, contextos, disciplinas y profesiones. No obstante, para los fines de este libro, se abordarán exclusivamente desde su rol en la psicoterapia.

La existencia de arbitrariedad y subjetividad implícita en la acción de elegir –en este caso, ciertas corrientes psicoterapéuticas y no otras–, dista de la inexistencia de criterios racionales que fundamenten tal acto. La selección se fundamenta en al menos tres razones.

Primero. La proliferación actual de modelos psicoterapéuticos hace necesaria una selección de estos como forma de asegurar la viabilidad de los asuntos a tratar en este texto. Como se mencionó anteriormente, la cantidad de abordajes terapéuticos abarcan desde los 250 a cerca de 400 (Corsini, 2001; Corsini y Wedding, 2008; Herink, 1980; Karasu, 1986). Reducir estos números no solo es necesario sino fundamental. Diversos autores se han dado a esta

tarea, a saber, han fundamentado y definido un pequeño número de corrientes psicoterapéuticas como las más importantes. Por lo tanto, uno de los criterios a utilizar para la selección es, precisamente, la selección de corrientes que otros autores han definido como fundamentales en la literatura psicoterapéutica (Boswell et al., 2014; Feixas y Miró, 1993; Kriz, 2012; Rodríguez, 2018; Wachtel, 2014).

Segundo. Los abordajes psicodinámico, cognitivo-conductual, humanista y sistémico representan puntos de convergencia histórica de otras aproximaciones psicoterapéuticas. Es posible referir que estos abordajes fundamentales representan las raíces de lo que hoy es un gran árbol con muchas ramas (proliferación actual de enfoques). De tal forma, y sumado a que las corrientes fundamentales tienen un desarrollo histórico y cronológico previo a la proliferación actual de enfoques, es factible dar cuenta, guardando las proporciones de la afirmación, que la gran mayoría de los enfoques actuales pueden encasillarse o verse representados en la mayoría de los postulados de estas corrientes consideradas fundamentales. Se configura, por tanto, un segundo criterio de elección basado en la convergencia histórica.

Tercero. Las corrientes seleccionadas tienen vigencia y usos actuales por parte de los psicoterapeutas. Si bien las aproximaciones más contemporáneas pueden converger en las cuatro fundamentales más antiguas, no quiere decir que estas hayan perdido su vigencia o hayan dejado de ser utilizadas como enfoques principales por los psicoterapeutas tanto en la *praxis* clínica como en la investigación. Por el contrario, diversas investigaciones muestran que han sido estas las principales tendencias teóricas elegidas por los psicólogos clínicos (Barrom, Shadish y Montgomery, 1988; Mahoney, 1991; Prochaska y Norcross, 1983) y las que presentan mayor producción científica asociada (Rey, Martínez y Guerrero, 2009).

Por consecuencia, el criterio de otros autores, la convergencia histórica y la vigencia actual respaldan la elección de las cuatro corrientes psicoterapéuticas fundamentales definidas. A continuación,

se presentarán brevemente algunos antecedentes generales e introductorios³ de tales corrientes.

Abordaje psicodinámico

La psicoterapia psicodinámica es el abordaje psicoterapéutico que presenta la relación más directa con el psicoanálisis clásico desarrollado por Freud (1979b). Sin embargo, a pesar de basar muchos de sus postulados en la propuesta inicial freudiana, la aproximación psicodinámica contemporánea difiere de esta en algunos aspectos. Al respecto, Gutiérrez-Peláez y Villamil-Díaz (2015) citando a Miller (2001) señalan que los abordajes psicodinámicos «si bien se inspiran y toman sus conceptos nucleares del psicoanálisis, no pueden confundirse con el dispositivo psicoanalítico clásico o los modos de intervención del llamado psicoanálisis puro» (p.70).

Shedler (2010) también acentúa la divergencia entre el psicoanálisis y el abordaje psicodinámico, precisando diferencias en torno a la duración de la terapia, la frecuencia de sesiones y los objetivos. Al respecto señala que la psicoterapia psicodinámica:

Se refiere a una gama de tratamientos basados en conceptos y métodos psicoanalíticos que implican reuniones menos frecuentes y pueden ser considerablemente más breves que el propio psicoanálisis. La frecuencia de las sesiones suele ser una o dos veces por semana, y el tratamiento puede tener una duración limitada o una finalización abierta. La esencia de la terapia psicodinámica es explorar aquellos aspectos del yo que no se conocen completamente, especialmente en la medida en que se manifiestan y son potencialmente influenciados en la relación de terapia. (Schedler, 2010, p. 98)

La palabra *psicodinámico* significa ‘mente en movimiento’. Por lo tanto, y desde esta perspectiva, serían ciertos elementos dinámicos que se encuentran en el inconsciente los que afectarían a los aspectos conscientes de una persona (Cabaniss et al., 2011): los «elementos

³ El análisis y caracterización en detalle de cada corriente psicoterapéutica fundamental se llevará a cabo desde el capítulo 5 al capítulo 8.

dinámicos (en movimiento) en el inconsciente afectan los pensamientos, sentimientos y comportamientos conscientes» (p. 4). De tal manera, entender y descubrir aquellos elementos inconscientes que afectan tales aspectos es una de las principales metas de este enfoque.

Abordaje cognitivo-conductual

Tal como su nombre lo indica, el abordaje cognitivo-conductual combina elementos provenientes de las teorías del aprendizaje (modelo conductual) con aspectos del procesamiento de la información (modelos cognitivos).

El modelo conductual se fundamenta, sustancialmente, en 1) los experimentos sobre aprendizaje asociativo desarrollados en Rusia por Iván Pavlov a principios del siglo XX en torno al condicionamiento clásico y 2) a los desarrollos de B. F. Skinner en EE. UU. desde 1930 sobre el condicionamiento instrumental u operante (Benito, 2009). Estos aportes convergen en una nueva práctica terapéutica que se presentaba como alternativa al psicoanálisis hegemónico: la terapia de la conducta. Esta sostiene fundamentalmente, que, si una conducta es aprendida puede ser desaprendida, sea esta disfuncional o no.

Por lo tanto, el objetivo de la terapia de la conducta es la modificación, disminución o eliminación de conductas desadaptativas aprendidas mediante los principios del condicionamiento, prescindiendo de hipótesis intrapsíquicas y de los fenómenos no observables (como planteaba el psicoanálisis para la explicación de la psicopatología). Posteriormente, se desarrollaron otras teorías del aprendizaje con énfasis en el aspecto social y los procesos cognitivos basadas, principalmente, en los trabajos de Albert Bandura en torno al aprendizaje social o vicario (Minici et al., 2001).

El modelo cognitivo, aparece en la década de los 60 y 70 aplicado a la psicoterapia y, a diferencia de la terapia de la conducta que basa sus explicaciones y tratamientos en fenómenos observables, la terapia cognitiva se centra en el procesamiento de la información. Es decir, en los pensamientos, atribuciones, creencias, actitudes,

expectativas, etc., para entender la conducta, particularmente, la disfuncional o patológica.

El modelo cognitivo surge principalmente de los desarrollos de los psicólogos estadounidenses Albert Ellis, quien en 1955 crea la terapia racional emotiva y Aaron Beck, mentor de la terapia cognitiva, en el año 1960 [...] Esta perspectiva se centra en los procesos de pensamiento y en como estos pueden afectar la forma en que el paciente construye su experiencia del mundo, conduciéndolo a desarrollar emociones disfuncionales y dificultades conductuales. (Benito, 2009, p. 3)

De tal forma, el abordaje cognitivo-conductual es un esfuerzo teórico-práctico integrativo que permite explicar y abordar los fenómenos psicoterapéuticos, basado en los elementos teóricos del modelo conductual y del modelo cognitivo. En consecuencia, tanto los procesos de aprendizaje como las formas de procesar la información del ser humano son principios clave de este modelo.

Abordaje humanista

El modelo humanista nace en los años 60 producto de las tensiones sociales y políticas de la década, tanto en EE. UU. como en Europa. De tal manera, este abordaje psicoterapéutico está formado por la psicología humanista estadounidense y la fenomenología existencial europea. No obstante, ambos desarrollos se tienden a considerar como un solo movimiento debido a sus difusos límites y principios básicos transversales sobre el ser humano, tendiendo a ser agrupados en la literatura sin distinción (Tobías y García-Valdecasas, 2009).

Además de la agitación político cultural de la década, el descontento de varios psicólogos y pensadores respecto a las dos formas imperantes de entender los fenómenos psicológicos hasta aquel momento (el psicoanálisis y el conductismo), hace necesaria la aparición de una alternativa que trascienda la fragmentación del ser humano en torno al inconsciente o a la conducta, entendiendo a las personas como seres completos –holísticos– y centrándose en

los aspectos positivos de estos (Riveros, 2014). Este movimiento conformó la denominada *tercera fuerza*⁴:

Los modelos agrupados bajo el epígrafe «humanístico-existencial» nacieron, como se ha dicho, como alternativa al psicoanálisis y al conductismo y por ello se denomina a este movimiento tercera fuerza de la psicología. Consideran que estas otras dos fuerzas descuidan en gran medida los atributos humanos y señalan que se carece de la información que pudiera ayudar a las personas sanas a estar más sanas, es decir, a alcanzar su mayor potencial. Los psicólogos pertenecientes a este movimiento se muestran críticos contra el psicoanálisis pues lo consideran mecanicista, impersonal, formalista, jerárquico y elitista, y contra el conductismo que definen como excesivamente cientifista, frío y distante. (Tobías y García-Valdecasas, 2009, p. 142)

Dentro de los exponentes más destacados del abordaje humanista se encuentra el psicólogo estadounidense Carl Rogers, quien desarrolla la terapia centrada en la persona (psicoterapia del diálogo) y el alemán Fritz Perls quien desarrolla la terapia gestáltica, entre otros (Kriz, 2012). Diversos son los enfoques terapéuticos agrupados dentro del abordaje humanista. Sin embargo, la gran mayoría comparten algunos conceptos básicos (Feixas y Miró, 1993), lo que permite entenderlos como un abordaje unificado: 1) autonomía e interdependencia social. Capacidad para dirigir el propio desarrollo y asumir responsabilidades. 2) Autorrealización. Tendencia inherente del organismo al crecimiento y diferenciación. 3) Búsqueda de sentido. Intención del ser humano de trascender la propia existencia. 4) Concepción global del ser humano. Ser humano como un conjunto integral donde afectos, cognición y conducta no pueden separarse.

Abordaje sistémico

El abordaje sistémico, fuertemente ligado al desarrollo de la terapia familiar, fue desarrollado en los años 50 y 60 como producto de la

⁴ El psicoanálisis configura la primera fuerza y el conductismo la segunda.

insatisfacción de los profesionales con los modelos terapéuticos que no consideran el contexto en el tratamiento de las personas (Marín et al., 2016). El modelo sistémico propone un cambio epistemológico que le diferencia cualitativamente de los modelos psicoterapéuticos precedentes (psicoanálisis, conductismo y humanismo), entendiendo que los problemas psicoterapéuticos, y su solución, se encuentra en la modificación de los patrones de interacción interpersonal. Es decir, los problemas psicológicos se configuran *entre* las personas y no *en* las personas. Al respecto, Feixas y Miró (1993) refieren: «el salto cualitativo lo constituye el hecho de dejar de atribuir los problemas humanos y psicopatológicos al portador del síntoma, para considerarlo como una expresión de una determinada estructura del sistema familiar y de su funcionamiento cibernético» (p.70).

En la actualidad, el modelo sistémico trasciende los límites de la terapia familiar, ampliando su ámbito de aplicación a individuos y parejas. No obstante, comparte los fundamentos de su desarrollo. Los principios básicos del modelo sistémico (Benito, 2009) se encuentran fundamentados en la teoría general de sistemas de Von Bertalanffy, la cibernética de Norbert Weiner, la teoría de la comunicación humana de Paul Watzlawick y la antropología cultural sistémica de Gregory Bateson (en el capítulo 8 se abordan con mayor precisión tales fundamentos).

El abordaje sistémico se basa en el concepto de sistema para entender la psicopatología, en las ideas provenientes de la cibernética en torno a la regulación de tales sistemas y en las interacciones comunicacionales que los miembros de dichos sistemas efectúan. Benito (2009) aclara:

La principal característica de este abordaje es que centra sus objetivos terapéuticos específicamente en la modificación de los patrones de interacción entre las personas (Feixas & Miró, 1993) no considerando los trastornos como conflictos individuales sino como patologías de una relación. El punto de partida es el principio de que toda conducta es comunicación. A su vez, la persona es entendida como parte de un sistema, siendo los miembros de ese sistema interdependientes. (p. 4)

A modo de cierre de este capítulo es posible concluir que: 1) la psicoterapia es un tratamiento ejercido por un profesional autorizado que utiliza medios psicológicos para ayudar a resolver problemas humanos en el contexto de una relación profesional. 2) Existe una serie de factores o elementos comunes que son transversales a diferentes modelos psicoterapéuticos. 3) En la actualidad, la psicoterapia se posiciona como un tratamiento efectivo y reconocido para el abordaje de diversos fenómenos psicológicos. 4) Los fundamentos históricos de la psicoterapia como práctica se remontan a las prácticas curativas de las sociedades tribales, la Antigua Grecia, el cristianismo y el renacimiento. 5) Los fundamentos históricos de la psicoterapia contemporánea como profesión se fundamentan sustancialmente en el psicoanálisis freudiano. 6) Dada la amplia proliferación de aproximaciones terapéuticas actuales se vuelve necesario, para los fines de este texto, establecer cuatro corrientes psicoterapéuticas fundamentales: abordaje psicodinámico, cognitivo-conductual, humanista y sistémico.

CAPÍTULO 2: EL SENDERO DE LA EPISTEMOLOGÍA

I. HACIA UNA DEFINICIÓN DE EPISTEMOLOGÍA

Todo aquel que se embarque en el camino de la epistemología debe saber que las probabilidades de naufragio en el mar de definiciones existentes son muy altas. Y es que el consenso, como en muchos otros constructos de las ciencias sociales y humanas, es sumamente escaso entre los teóricos que se han dedicado y dedican a su estudio. No sería –tan– descabellado referir que cada uno de los grandes epistemólogos en la historia tendría su propia concepción respecto a qué es epistemología. Sin embargo, a pesar del problema de qué es, existe un ámbito en el que se aprecia algo más de consenso: su objeto de estudio, es decir, el conocimiento. Epistemología proviene de las palabras griegas *episteme* que significa conocimiento, saber verdadero o cultivado (opuesto a lo que Platón denominó *doxa*, una forma de opinión infundada o débil); y de *logos*: razón, ciencia, palabra, teoría. Por lo tanto, dadas sus raíces etimológicas, se podría entender epistemología como teoría de la ciencia (Otero y Gibert, 2016) o teoría del conocimiento⁵ (Briones, 2002).

A continuación, se presentarán algunas definiciones de epistemología que es posible encontrar en la literatura en función de precisar, posteriormente, sus denominadores comunes y avanzar hacia una definición integral.

Algunos autores entienden a la epistemología como una ciencia, o al menos, como una fracción de ella, que tiene el objetivo

⁵ Existen otras acepciones para *epistemología* que se abordarán posteriormente junto a sus implicancias en torno al conocimiento.

de estudiar el conocimiento y la historia de este desde su vertiente científica:

En la mayoría de los textos la palabra epistemología se encuentra relacionada como aquella ciencia, o parte de la ciencia encargada de la teoría del conocimiento; caso de Tamayo (1997) que, al citar a Aristóteles, la reconoce como la ciencia que tiene por objeto conocer las cosas en su esencia y en sus causas [...] Para otros autores, la epistemología es aquella parte de la ciencia que tiene como objeto (no el único) hacer un recorrido por la historia del sujeto respecto a la construcción del conocimiento científico; es decir, la forma cómo éste ha objetivado, especializado y otorgado un status de científicidad al mismo. (Jaramillo, 2003, pp.174-175)

Para otros autores como Cazau (2011), la epistemología es una disciplina que tiene como objeto de estudio la ciencia, lo que incluiría tanto el proceso de investigación como el producto que de él emana:

El término *epistemología* tuvo y tiene diferentes significados. Uno de ellos, hoy por hoy el más difundido, refiere a la disciplina que estudia la ciencia, entendida en su doble aspecto de actividad [típicamente la investigación] y de producto de esa actividad [el conocimiento científico]. Deben entonces distinguirse tres niveles: la realidad, la ciencia y la epistemología. Mientras la realidad [un trozo de materia] es estudiada por el científico [un físico], la actividad del científico es estudiada por el epistemólogo [en el ejemplo, la epistemología de la física]. (p.111)

Martínez y Ríos (2007) señalan que la epistemología es una rama de la filosofía y a la vez un tipo de ciencia que estudia el conocimiento científico. Los autores señalan que la epistemología:

Viene a ser una rama de la filosofía encargada de los problemas filosóficos que rodean la teoría del conocimiento científico [...] La epistemología es una actividad intelectual que reflexiona sobre la naturaleza de la ciencia, sobre el carácter de sus supuestos [...] Estudia, evalúa y critica el conjunto de problemas que presenta el proceso de producción del conocimiento

científico [...] Se constituye en una ciencia que discute sobre la ciencia y en consecuencia sobre el conocimiento. (pp. 173-174)

Siguiendo la misma lógica que sitúa a la epistemología en directa relación con el conocimiento de tipo científico y como derivada de la filosofía, Briones (2002) considera «que la epistemología se especializa como un dominio autónomo de la filosofía en el conocimiento científico dejando los mecanismos del sujeto cognoscente a la teoría del conocimiento o gnoseología» (p. 9). Asimismo, Mario Bunge, refiere que «la epistemología, o filosofía de la ciencia, es la rama de la filosofía que estudia la investigación científica y su producto, el conocimiento científico» (2002, p. 21), una especie de ‘ciencia de la ciencia’ (Bunge y Ardila, 2002).

Demicheli (1995) refiere que dentro de la tradición filosófica es posible referir que la epistemología, como teoría del conocimiento, alude al conjunto de procedimientos orientados a definir los límites y validez de lo que se puede conocer, precisando que «la epistemología alude y prioriza el modo, y la serie de fenómenos que están a la base del mismo, en que los seres humanos construyen y organizan las distintas realidades en las que participan» (p. 11). En una línea similar, Otero y Gibert (2016) entienden que la epistemología tiene por objeto la «determinación de la naturaleza, alcance y validez del conocimiento humano» (p. 89).

Por su parte, Dell (1995) considera que el antropólogo Gregory Bateson se refiere al concepto de epistemología en varios ámbitos: como *teoría del conocimiento*, es decir, «como aquella área de la filosofía que investiga los orígenes, la estructura, los métodos y la validez de aquel [el conocimiento]» (p.1); como sinónimo de paradigma, donde es posible encontrar al menos 26 acepciones del término (véase Dell, 1995); como una ciencia propiamente tal, entendiendo a la ciencia epistemológica como una rama de la historia natural que se encarga del «estudio de cómo los organismos particulares o agregados de organismos conocen, piensan y deciden» (Bateson, 1979, p. 228) y como estructura de carácter personal, que pone a la epistemología en un plano personal e individual, considerándola

como un cuerpo, red de supuestos o premisas habituales con los que la persona conoce y entiende el mundo que le rodea.

Dados los antecedentes expuestos sobre epistemología, y la evidente carencia de una definición unificada entre los teóricos, podría surgir en el lector una pregunta ineludible: ¿qué es entonces epistemología? En los próximos párrafos se tratará de responder tal cuestionamiento.

Al realizar un efímero y superficial análisis de contenido de las diversas definiciones expuestas sobre epistemología, emergen al menos tres categorías transversales que sería plausible abordar: la procedencia (contexto en el que se aloja la epistemología), el objeto de estudio (cuál es su foco o ámbito de abordaje) y el procedimiento (cómo y quién realiza su actividad).

Respecto a la procedencia, se aprecia principalmente que la epistemología es una rama de la filosofía (Briones, 2002; Bunge; 2002; Demicheli, 1995; Martínez y Ríos, 2007) o que tuvo sus raíces en ella para convertirse en una ciencia o disciplina más o menos independiente (Bunge y Ardila, 1998; Cazau, 2011; Jaramillo, 2003). De la forma que se interprete, la epistemología está intrínsecamente ligada a la filosofía, ya sea como una disciplina de esta o como ciencia independiente que tiene sus raíces en ella.

Respecto al objeto de estudio se anticipó tempranamente que correspondía al conocimiento, sin embargo, como ha quedado claro en las definiciones, existen varios tipos de conocimiento. El principal objeto de estudio de la epistemología se centra en el conocimiento de tipo científico, como producto y como proceso (Briones, 2002; Bunge, 2002; Bunge y Ardila, 1998; Cazau, 2011; Jaramillo, 2003; Martínez y Ríos, 2007). No obstante, también se aprecia en las definiciones expuestas que el objeto de estudio de la epistemología puede trascender al conocimiento de tipo científico, abarcando desde el estudio del conocimiento en general –no solo de aquel que utilice el método científico– (Dell, 1995; Otero y Gibert, 2016), hasta el estudio del conocimiento como experiencia particular del ser humano (Bateson, 1979; Demicheli, 1995). Frente a ello es sumamente

interesante y atingente la reflexión que establecen Otero y Gilbert (2016) respecto del objeto de estudio de la epistemología:

Si se afirma que todo el conocimiento está siempre potencialmente, o, de hecho, contenido en la ciencia, entonces el objeto de la epistemología es la ciencia. Si se afirma, por el contrario, que la ciencia no agota la experiencia del conocimiento, entonces el objeto de la epistemología es, entre otras experiencias, la ciencia. (p. 89)

De tal manera, al ampliar el foco de la epistemología podría decirse que su objeto de estudio se centra –principal pero no únicamente– en el conocimiento científico. Por lo tanto, también serían eventualmente de su interés otras fuentes alternativas de las que el conocimiento emana (distintas al método científico, entendido normalmente como único medio para conocer la realidad desde las perspectivas tradicionales positivistas), como las experiencias místicas, la fe, la estética, la intuición, entre otras⁶.

Finalmente, en las definiciones presentadas es posible vislumbrar algunas actividades o procedimientos que la epistemología implica respecto a su objeto de estudio. La mayoría de los autores concuerda, implícita o explícitamente, en que la epistemología involucra una actividad intelectual y reflexiva en torno al conocimiento (particularmente el de tipo científico). De esta manera, se entiende que la epistemología no genera conocimiento *per se*, o al menos no de la manera en que las ciencias naturales o sociales lo hacen en torno a sus respectivos objetos de estudio, sino que la epistemología reflexiona o estudia aquellos fenómenos implicados en el proceso de conocer. La epistemología es una disciplina ‘de segundo orden’, es decir, que se sitúa al servicio de otra, razón por la cual es muy común encontrar en la literatura una epistemología de la física, de la matemática, de la biología, de las ciencias sociales, de la psicología, entre muchas

⁶ Basta una breve revisión de cualquier libro de historia de la filosofía para notar que el método científico no es, ni ha sido, la única forma rigurosa y sistemática de acceder al conocimiento de los fenómenos. Desde los filósofos presocráticos hasta los más contemporáneos existe evidencia de diversos métodos –distintos al científico– para acceder a la realidad. El estudio de tales aproximaciones también competen al objeto de la epistemología.

otras. Epistemología es, ante todo, una actividad de reflexión sobre la ciencia, tanto en su proceso como en su producto.

Lo anterior conlleva preguntarse otro aspecto del procedimiento epistemológico, y esto es respecto a quién es el que lo realiza. Algunos autores como Cazau (2011) sostienen que esta es una labor realizada por el ‘epistemólogo’, sin embargo, no existe una carrera profesional de epistemólogo, y, como consecuencia, quienes han ocupado históricamente este rol han sido científicos o filósofos en la medida que examinan la ciencia misma. Respecto al rol particular del epistemólogo, que lo diferencia de la actividad del científico, Cazau (2011) sostiene que:

Un epistemólogo estudia qué hacen los científicos para estudiar la realidad y qué los diferencia de los no científicos, cómo y por qué construyen sus teorías sobre el mundo, qué métodos utilizan, cómo intentan probar sus hipótesis, qué características especiales tiene el lenguaje científico, qué razonamientos emplean y en qué medida la investigación se ve influenciada por las cosmovisiones de cada época y por determinantes políticas, económicas, etc. El epistemólogo estudia las herramientas del científico, sus métodos, su lógica, entre otros aspectos, mientras que el científico se limita simplemente a utilizarlas. (p.111)

Sin embargo, otros teóricos son más estrictos a la hora de referirse a un epistemólogo. Bunge (2002), por ejemplo, sostiene que desde Platón a Russell no hubo ningún epistemólogo ‘profesional’, sino solo «epistemólogos aficionados» (p.24). Este calificativo se debe a que su ocupación principal no era el conocimiento propiamente tal, sino la matemática, política, historia de las ideas, etc. El autor afirma que los epistemólogos reales aparecieron recién con la fundación del Círculo de Viena en 1927, en el que un grupo heterogéneo de personas de diversas disciplinas se reunieron a reflexionar sobre la ciencia en torno al empirismo lógico (Bunge, 2002).

En otro extremo, tal vez aquellos autores más laxos respecto a quien puede o debe practicar epistemología, se encuentran Otero y Gibert (2016), quienes señalan que cualquiera que realice una reflexión seria y competente sobre la ciencia o su disciplina está

haciendo una actividad epistemológica. Los autores agregan que «se denominará epistemología a toda reflexión sobre la ciencia, sin suponer que deba hacerla un tipo de especialista u otro» (Otero y Gibert, 2016, p. 89). Desde esta perspectiva, y guardando las proporciones de la afirmación, podría considerarse también como actividad epistemológica, siguiendo la lógica de Dell (1995) y Demicheli (1995), la reflexión que cualquier persona, profesional o no, haga incluso sobre su propia red de supuestos o premisas con las cuales conoce el mundo. Al respecto, Jaramillo (2003) agrega: «epistemólogo es quien tiene conciencia reflexiva de su hacer científico y cotidiano [...] es ese sujeto que reflexiona constantemente de su ser y hacer respecto a los otros y otro, atravesado por su devenir histórico» (pp. 177-178).

Entonces, sintetizando los párrafos anteriores y respondiendo a la pregunta sobre qué es la epistemología planteada con anterioridad, podría concluirse, a modo de resumen y en términos generales, que la epistemología es una disciplina que procede de la filosofía, cuyo principal procedimiento y objetivo es la reflexión sobre la naturaleza del conocimiento –particularmente, aunque no únicamente– el de tipo científico, conocimiento que, en sí mismo, configura su objeto de estudio.

Como ha quedado reflejado, definir epistemología es un problema dadas las controversias y poco acuerdo teórico sobre ella. Delimitar cuáles son sus límites respecto a otros conceptos similares es una actividad que corre, lamentablemente, con la misma suerte. Filosofía de la ciencia, gnoseología y teoría del conocimiento son conceptos comúnmente asociados a epistemología, por ende, sus límites son bastante difusos. En la literatura es posible apreciar diferentes escenarios y combinaciones. Por un lado, están aquellos autores que consideran indistintamente filosofía de la ciencia y epistemología, entendiendo que ambas se ocupan de estudiar exclusivamente el conocimiento científico y su proceso (Bunge, 2002; Cárdenas, 1999; García, 2006). Por otro lado, se encuentran los autores que entienden a la gnoseología y teoría del conocimiento indistintamente (Briones, 2002), considerándolas como disciplinas de la filosofía que estudian el conocimiento en su sentido más amplio,

es decir, el conocimiento en general, no necesariamente acotado al de tipo científico. Al respecto, Martínez y Ríos (2007) refieren: «se acordó utilizar el término gnoseología en sentido general de teoría del conocimiento, sin precisar de qué tipo de conocimiento se trata y el término epistemología quedó para aludir específicamente a la teoría del conocimiento científico» (p. 173). Cárdenas (1999) precisa, en relación con la teoría del conocimiento o gnoseología, que ambas son investigaciones acerca de la relación que existe entre sujeto y objeto en torno al estudio de la posibilidad, origen y esencia del conocimiento en general. El tercer grupo toma una postura más parsimoniosa. Algunos autores (Jaramillo, 2003; Magalhães, 2015; Otero y Gibert, 2016) consideran indistintamente teoría del conocimiento, gnoseología, filosofía de la ciencia y epistemología. Para tales autores, todos aquellos conceptos (o disciplinas) centran su estudio en la naturaleza del conocimiento, sea este como actividad científica o no, por ende, sería irrelevante establecer distinciones. Para los fines de este escrito, y siguiendo la lógica de este último grupo de autores, se considerará indistintamente a epistemología los otros conceptos planteados en este apartado.

2. UN POCO DE HISTORIA

Conocer los fenómenos del mundo ha sido una actividad que ha acompañado al ser humano desde la prehistoria a la actualidad, ya sea como facultad cognitiva (el ser humano conoce porque tiene la posibilidad de hacerlo) o como una necesidad para la supervivencia y evolución (conocer el mundo es necesario para mantenerse en él y operar sobre él). El conocimiento, como se ha mencionado, es el objeto de estudio de la epistemología, pero ¿qué es conocer? Al respecto Martínez y Ríos (2007) señalan que:

Para que se dé el proceso de conocer, rigurosamente debe existir una relación en la cual coexisten cuatro elementos: el sujeto que conoce, el objeto de conocimiento, la operación misma de conocer y el resultado obtenido que no es más que la información recabada acerca del objeto. En otras palabras, el sujeto se pone en contacto con el objeto y se obtiene una

información acerca del mismo y al verificar que existe coherencia o adecuación entre el objeto y la representación interna correspondiente, es entonces cuando se dice que se está en posesión de un conocimiento. (pp. 170-171)

De tal manera, el salto cualitativo que propone la epistemología se fundamenta en que el sujeto que conoce (en este caso, el epistemólogo) tiene como objeto de conocimiento el propio conocimiento. Sin embargo, y a pesar de ser una actividad inherente al hombre desde sus inicios, no es hasta el surgimiento de la Antigua Grecia, que el conocimiento comienza a ser estudiado de una manera sistemática y rigurosa, conformándose en uno de los grandes temas de la filosofía de aquel tiempo hasta hoy.

Cazau (2011) señala la existencia de cuatro etapas en la historia de la epistemología. La primera de ellas corresponde a la epistemología aristotélica (siglo III a. C.). En esta etapa, Aristóteles buscó definir sistemáticamente el conocimiento científico. Al respecto, refirió que aquello que configura una ciencia es un objeto y un método inductivo-deductivo: «el objeto distinguía una ciencia de otra, mientras que el método, aunque común a todas las ciencias, era lo que distinguía el saber científico de otros saberes diferentes» (Cazau, 2011, p. 115).

La segunda etapa es la revolución metodológica (siglos XVI-XVII) que da origen a la ciencia moderna. Participó en la gestación de esta etapa Roger Bacon (siglo XIII) con su propuesta del método experimental (verificar conclusiones obtenidas con el método aristotélico); Galileo (siglo XVI), quien además de sus importantes aportes astronómicos fue un defensor de la idea de delimitar la ciencia de la religión a partir de un método propio y; Francis Bacon (siglo XVI), quien criticó el método de Aristóteles tanto en la fase deductiva como en la inductiva (aunque otorgaba más importancia a esta última). Bacon propuso un método de conocimiento basado en la inducción y observación con el fin de generar leyes universales de la naturaleza (Otero y Gibert, 2016), constituyendo las bases del método científico. Respecto a esta etapa, Cazau (2011) concluye: «este recorrido por pensadores del incipiente modernismo revela, en suma, que el furor

metodológico hizo que la ciencia quedará identificada a partir de un método y no ya de un objeto de estudio» (p. 118). Por tanto, ‘epistemología’, en esta etapa, comenzó a ser un sinónimo de metodología, y ‘ciencia’ aquello que era producto exclusivo del método científico.

La tercera es una etapa de afianzamiento de la reflexión metodológica (siglo XIX) donde; por un lado, se da cuenta del impacto del nuevo método para lograr redefinir los objetos de estudio de las ciencias (es decir, que estos se convirtieran en hechos o constructos verificables) y; por el otro, se aprecia la emergencia de un nuevo tipo de ciencias radicalmente diferentes a las ciencias de la naturaleza: las ciencias humanas o del hombre. Cazau (2011) refiere que estas ciencias del hombre tuvieron al menos tres alternativas epistemológicas: ser relegadas a la filosofía, crear un nuevo método especial para su objeto de estudio o integrarse al método científico imperante. Vale mencionar que las tres alternativas continúan vigentes hoy en día para el estudio de las ciencias sociales y humanas.

La última fase es una etapa de diversificación de los intereses epistemológicos (siglo XX) en la que se comienza a tomar una postura crítica de la ciencia, entendiendo que esta no es únicamente producto de un método particular –el método científico–, sino que también es un producto histórico y social. Al respecto, el concepto de revoluciones científicas de Kuhn (2013), el *Tratado contra el método y anarquismo epistemológico* de Feyerabend (1981) y los programas de investigación de Lakatos (1983) forman parte relevante de esta diversificación de intereses. Además de lo expuesto, en esta fase de diversificación se consolida un nuevo campo de estudio en torno a la creación o adaptación de técnicas de investigación para las ciencias sociales. Esto converge en la aplicación de técnicas cualitativas, cuantitativas o mixtas a la investigación social (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

No obstante, las cuatro fases recientemente abordadas en torno a la historia de la epistemología no han sido las únicas documentadas en la literatura. El epistemólogo Mario Bunge también ha realizado sus aportes al respecto, sosteniendo que la epistemología cursó tres

momentos históricos: uno clásico, uno escolástico y otro de renacimiento (Bunge, 2002).

El período clásico abarca desde Platón hasta Russell, lo que, como se mencionó anteriormente, configura un período en el que la epistemología era desarrollada por ‘epistemólogos aficionados’ que eran científicos o matemáticos y que no tenían como foco de estudio el conocimiento propiamente tal (Bunge, 2002).

El período escolástico comienza con la fundación del Círculo de Viena (formado por lo que Bunge llama los primeros ‘epistemólogos reales’). Sin embargo, con la aparición del empirismo lógico desarrollado en tal círculo y los aportes de Wittgenstein –lo que para Bunge presentó más retrocesos que avances para la ciencia– se comienza a gestar un período de ‘epistemología artificial’, donde el foco se alejó de los problemas reales de la ciencia, para dar paso a los problemas del lenguaje de la ciencia, lo que para Bunge (2002), citando a Einstein, solo figuraba como ‘gimnasia intelectual’. Bunge señala incisivamente que en este período:

Existe una epistemología académicamente respetable y a menudo exacta, pero totalmente inútil. Es una epistemología superficial, que no examina críticamente sus supuestos, que no está casada con la investigación científica, y que a menudo es escolástica, por ocuparse de miniproblemas o pseudoproblemas y de discutir opiniones de filósofos en lugar de los problemas filosóficos vivos que surgen en el curso de la investigación. (Bunge, 2002, p. 28)

El último y actual período, según Bunge (2002), es el período del renacimiento epistemológico, que fundamentalmente representa una declaración sobre las aspiraciones que la epistemología actual debiera seguir para ser útil en resolver los problemas de la sociedad. Según el autor, la epistemología solo es útil si: concierne a la ciencia, se ocupa de problemas filosóficos presentes en la investigación, propone claras y rigurosas soluciones a tales problemas, es capaz de distinguir la ciencia de la pseudociencia y si es capaz de criticar los resultados erróneos. Asimismo, los problemas que debería abordar la epistemología serían de carácter lógico, semántico, gnoseológicos,

metodológicos, ontológicos, axiológicos, éticos y estéticos (Bunge, 2002), los que sin duda atañen a las ramas más representativas de la filosofía general.

En este apartado, se han abordado diferentes etapas o períodos históricos en torno a la epistemología. Sin embargo, es importante puntualizar que para dar cuenta de ello solo se han considerado los principales hitos en torno al problema del conocimiento del mundo occidental. Por ende, no se consideraron, por temas relativos a la extensión y objetivos de este manuscrito, los invaluable aportes sobre la historia de la epistemología que emanan de Asia Menor, China, India o África. Las palabras de García (2006) –a las que el autor de este escrito se suma– son muy claras al respecto:

Voy a tener que hacer lo que es costumbre: omitir esa parte del mundo que ha sido un motor extraordinario en los problemas del conocimiento, con una visión muy distinta que la nuestra. Me voy a circunscribir a esta región espacio-temporal muy reducida que de manera muy arbitraria se llama mundo occidental, y a una parte temporal que es, como suele hacerse, de Grecia en adelante. (p. 114)

3. EL PROBLEMA DE LAS CLASIFICACIONES

Si acordar una definición de epistemología es complejo, más lo es establecer criterios de clasificación para las diferentes perspectivas epistemológicas –o configuraciones del conocimiento– que han existido a lo largo del tiempo. Es posible enunciar este dilema como ‘el problema de los *ismos*’ en epistemología. El término *-ismo*⁷, según la Real Academia Española (2014), es un sufijo que forma sustantivos que suelen significar doctrina, sistema, escuela o movimiento. Empirismo, racionalismo, idealismo, materialismo, positivismo, constructivismo, por mencionar solo algunos, son un ejemplo claro

⁷ Según la Real Academia Española (2019), el sufijo *-ismo* también es usado para formar otros sustantivos que designan actitud o cualidad (egoísmo), actividades deportivas (atletismo) o términos científicos (astigmatismo).

de estos ‘movimientos’ o ‘escuelas’ epistemológicas⁸ presentes en la literatura. Cada uno, otorgando una comprensión particular del acto de conocer y de las implicancias de ello.

No obstante, existen dos problemas que resolver antes de continuar. El primero es dar cuenta de cuáles son estas escuelas epistemológicas y, el segundo, la dificultad de generar una clasificación u orden en la exposición de estas, ya que, para hacerlo, se debe optar por algunos criterios, y, como es de esperar, no hay acuerdo entre los epistemólogos, tanto para el primer como para el segundo problema.

Por consecuencia, a continuación, se presentarán algunas propuestas de diversos autores en torno al problema de las clasificaciones epistemológicas (junto al tipo y cantidad de corrientes epistemológicas que albergan), para luego optar racionalmente por la propuesta más conveniente para los fines de este libro.

Algunos autores como Briones (2002) realizan una clasificación epistemológica tomando como criterio los supuestos de las grandes escuelas filosóficas del conocimiento científico. El autor refiere, en torno al contenido de las ciencias, que este «no comprende conceptos filosóficos como tales, pero ellos soportan, en última instancia, los supuestos básicos referidos a la naturaleza de los objetos a los cuales se refieren y las posibilidades y niveles del conocimiento que se pueden lograr de ellos» (Briones, 2002, p. 21). De tal manera, es posible clasificar los diferentes enfoques epistemológicos con base en los supuestos de las grandes escuelas en filosofía. Estos corresponderían al materialismo, racionalismo, empirismo, realismo, idealismo, positivismo y positivismo lógico. También la fenomenología, filosofía analítica del lenguaje y hermenéutica son consideradas por el autor como otras escuelas filosóficas en su propuesta de clasificación (Briones, 2002).

En la obra de Navarro (2014) es factible apreciar una clasificación del conocimiento y sus corrientes epistemológicas en base a cuatro criterios. 1) La posibilidad del conocimiento, que incluye al

⁸ Vale puntualizar que no todos los movimientos epistemológicos presentan el sufijo *-ismo*. Tal es el caso de la fenomenología, hermenéutica, teoría crítica, entre otros.

dogmatismo, escepticismo, subjetivismo, relativismo, pragmatismo y criticismo; 2) el origen del conocimiento, que considera al racionalismo, empirismo, intelectualismo y apriorismo; 3) la esencia del conocimiento donde se incluyen las soluciones premetafísicas, metafísicas y teológicas; y 4) el pensamiento científico en la filosofía contemporánea que considera al positivismo, existencialismo, neopositivismo, estructuralismo, marxismo, la escuela de Frankfurt y la posmodernidad.

Por su parte, Zamudio (2012) señala dos grandes criterios para la clasificación de las corrientes epistemológicas. El primero, que es congruente con Navarro (2014) en torno a la posibilidad del conocimiento, donde se incluye el dogmatismo, escepticismo, subjetivismo, relativismo, pragmatismo y criticismo; y el segundo, respecto al origen del conocimiento donde se considera al racionalismo, empirismo, intelectualismo, apriorismo, soluciones premetafísicas (objetivismo y subjetivismo), soluciones metafísicas (realismo, idealismo y fenomenismo), soluciones teológicas (monista, panteísta, dualista y teísta) y al estructuralismo.

Otros autores como Bautista (2011) realizan la clasificación en torno a dos perspectivas: la perspectiva epistemológica, que incluye al objetivismo, subjetivismo, constructivismo, holismo y pragmatismo; y, en segundo lugar, la perspectiva teórica de la investigación cualitativa, que aborda el interpretativismo, hermenéutica, fenomenología, interaccionismo simbólico, teoría crítica y paradigma de la complejidad.

Finalmente, autores como Barrera (2008) y Ortiz (2015) plantean una clasificación epistemológica de modelos epistémicos que subyacen en las escuelas y doctrinas filosóficas como el naturalismo, idealismo, materialismo, humanismo y realismo; y de paradigmas epistemológicos que implican mezclas de modelos epistémicos como el racionalismo, empirismo, pragmatismo, positivismo, neopositivismo, fenomenología, hermenéutica, teoría crítica y configuracionismo.

A esta altura de la lectura, y tal como se planteó al inicio de este capítulo, el naufragio en el mar de la epistemología, y de sus clasificaciones, parece inminente. No obstante, para evitar tal desastre,

es necesario optar por una ruta, un horizonte. Para los fines de este libro, se opta por considerar y adaptar la propuesta de Barrera (2008) y Ortiz (2015), ya que se contempla como una propuesta de clasificación epistemológica clara, sistemática y rigurosa que es congruente con los procedimientos metodológicos necesarios para llevar a cabo los análisis expuestos en este texto, particularmente, en lo que respecta a las categorías deductivas de análisis hermenéutico⁹ que emergen de los paradigmas epistemológicos de la propuesta de los autores. Por tal motivo, el siguiente apartado se centra en el desarrollo de tales modelos epistémicos y paradigmas epistemológicos.

4. MODELOS EPISTÉMICOS Y PARADIGMAS EPISTEMOLÓGICOS

La obra de Ortiz (2015), basada en el trabajo de Barrera (2008), como ya se ha referido, presenta una interesante y útil clasificación de las corrientes epistemológicas basándose en los conceptos de *modelos* y de *paradigmas*. En las páginas siguientes se profundizará en sus implicancias y en las corrientes epistemológicas que acoge cada uno.

MODELOS EPISTÉMICOS

Un *modelo* es una especie de imagen o representación de un fenómeno que se quiere entender y, *lo epistémico*, alude al saber o conocimiento cultivado, sistemático, que se contrapone a la *doxa* o simple opinión (Ortiz, 2015). Por lo tanto, un modelo epistémico es, en esencia, una representación del conocimiento. Barrera (2008) profundiza al respecto, estableciendo que:

Los modelos epistémicos son representaciones conceptuales sobre los cuales se soporta el pensamiento, o a partir de las cuales se indaga sobre la «realidad». A su vez, pueden ser vistos como categorías que una comunidad científica, una cultura,

⁹ Se profundizará en torno a las categorías deductivas de análisis conformadas por los paradigmas epistemológicos planteados en este capítulo en el capítulo 4, «Hermenéutica como método».

congregación o conglomerado crea, adopta o desarrolla a fin de situarse espaciotemporalmente, en respuesta a las grandes interrogantes de la ciencia y del conocimiento. (p.15)

Por consecuencia, es posible puntualizar que toda actividad científica se sustenta en una forma particular de representación del conocimiento, sea o no declarada o considerada por el investigador. La ciencia, por tanto, tiene modelos epistémicos que le subyacen y que rigen implícita o explícitamente sus procedimientos y productos.

Los modelos epistémicos, para ser considerados como tales, deben presentar algunas características como: representar ideas consistentemente, contar con expresiones lingüísticas representativas, contar con una perspectiva axiológica (los modelos privilegian unos valores por sobre otros), presentar autoría intelectual (expositores, intelectuales, etc.), expresarse o surgir en un contexto particular, poseer su propia semiótica (códigos, signos, símbolos, etc.), tener aplicaciones concretas en ámbitos definidos y contar con amplia literatura que los sustente (Barrera, 2008). Estas características diferencian a los modelos epistémicos de otros modelos como los teóricos, pedagógicos, didácticos o metodológicos (Ortiz, 2015).

Si bien es difícil concebir modelos epistémicos ‘puros’ (que no tengan relación o influencia de otros modelos epistémicos), se admite pedagógicamente la existencia de modelos epistémicos originarios y de modelos epistémicos derivados. Los primeros representan la visión del conocimiento de las antiguas escuelas filosóficas y sus doctrinas fundamentales, mientras que los segundos, representan mezclas de los modelos epistémicos originarios. En palabras de Ortiz (2015) «algunos modelos epistémicos están en la raíz del conocimiento, y sobre ellos se soportan otras representaciones epistémicas, como también que existen otros modelos derivados, los cuales, aunque tienen un carácter predominante, en el fondo están determinados por otro modelo epistémico» (p. 20). De tal manera, el autor concibe cinco modelos epistémicos originarios que se expondrán a continuación (naturalismo, idealismo, materialismo, antropocentrismo o humanismo y realismo) y nueve derivados que se abordarán posteriormente.

Cabe señalar, que si bien se toma la propuesta de Barrera (2008) y Ortiz (2015) como una importante referencia, las definiciones, implicancias y categorías de los modelos epistémicos, en este libro, se complementan y enriquecen con las concepciones de otros autores. También, es importante referir que el abordaje de tales modelos epistémicos se realizará de una manera sucinta, pero representativa de los ejes fundamentales que los componen, en la medida que la extensión del capítulo lo permita.

Naturalismo

El naturalismo, tal como su nombre lo indica, es una representación del conocimiento que concibe como eje fundamental a la naturaleza. De hecho, se considera que el naturalismo incluye «todas las posturas e ideas materialistas y pragmáticas donde la naturaleza ocupa el lugar de privilegio» (Otero y Gibert, 2016, p.182). Por lo tanto, es de esperar que este modelo epistémico originario enfoque el estudio de las ciencias naturales, sociales y humanas como organismos biológicos, y que tal estudio, deba conducir a determinar leyes y principios naturales (Ortiz, 2015).

Algunos autores como Otero y Gibert (2016) conciben al naturalismo en tres dimensiones: naturalismo ontológico donde se cree que el mundo natural, incluido el hombre, es todo lo que existe, no concibiendo nada sobrenatural o paranatural; naturalismo metodológico, que defiende al método científico y propone que toda explicación de la realidad natural debe ser con base en causas naturales; y finalmente, el naturalismo epistemológico, donde se asume la existencia de un mundo externo independiente del sujeto y de sus representaciones, y donde «las condiciones de posibilidad del conocimiento estriban en la adaptabilidad de las estructuras cognitivas a las estructuras reales, pues son producto de la adaptación creciente del sujeto a su entorno» (Otero y Gibert, 2016, p.183).

Idealismo

El idealismo es otro modelo epistémico originario cuyo fundamento central son las ideas. A pesar de las diversas variantes que ha tomado en la historia, el denominador común a la base de todas ellas es la centralidad dada a la conciencia, a las ideas, al pensamiento y al sujeto en el proceso del conocimiento (Briones, 2002). El idealismo converge en que los fenómenos materiales del mundo solo existen en la medida que una mente es consciente de ellos. Por lo tanto, la imagen o conocimiento que se tiene del mundo es producto de la razón, y esta «está prefijada por nuestra mente, nuestra conciencia y nuestros pensamientos» (Ortiz, 2015, p. 26). Al respecto, Otero y Gibert (2016) precisan que «los objetos y fenómenos físicos no existen separados de una mente que tenga conciencia de ellos. Cualesquiera sean las cualidades que les atribuimos, no pueden existir sino para una mente que los percibe» (p. 138).

Ontológicamente hablando, el idealismo sostiene que las ideas existirían de manera precedente e independiente al mundo físico, a saber, previo a la materia, razón por la cual se opone al materialismo (Ortiz, 2015). Esta doctrina se remonta a los planteamientos de Platón en torno a la relevancia de las ideas *versus* la desvalorización de la experiencia sensorial en el conocimiento; a Berkeley, que en su versión más radical sostiene que la existencia de los objetos físicos está dada por la percepción de estos, por ende, estos serían solo ideas; y a Kant, quien sostiene que los objetos físicos percibidos son apariencias (Otero y Gibert, 2016). Briones (2002) realiza una clara clasificación en torno a diversos tipos de idealismo:

Para el idealismo objetivo o lógico (de Platón, Leibnitz, Hegel y otros filósofos) los objetos son engendrados, de una forma u otra, por factores, causas, creencias o ideas que son independientes de la conciencia humana. Para el idealismo subjetivo (de Berkeley, en particular) los objetos que conocemos corresponden a nuestras sensaciones: la existencia de los objetos consiste en ser percibidos. Ellos son solo ideas (de ahí el término «idealismo»). Kant basó su idealismo trascendental en el argumento según el cual el conocimiento se apoya en sensaciones referidas a un mundo compuesto de fenómenos

(que denomina «cosas en sí»), pero de cuya realidad nada sabemos ni podremos saber. (p. 27)

Materialismo

El materialismo, como modelo epistémico originario, sostiene que la materia es el principio, origen y causa de todo aquello que existe (Hidalgo, 2006). La realidad, por tanto, es de carácter material en esencia. Se considera a Demócrito y Epicuro como los fundadores del materialismo debido a su concepción atomista de la materia. Esta sostiene que todo lo que existe en el mundo está compuesto por partículas pequeñas que son indestructibles e indivisibles¹⁰ (llamadas átomos). Es por ello por lo que todas las cosas físicas, incluyendo al ser humano, están compuestas de estas partículas (Briones, 2002). En términos epistemológicos, se podría decir que lo fundamental para el materialismo en el acto de conocimiento es:

La naturaleza, lo material, lo físico y lo fáctico, de ahí que la ciencia debe basarse en hechos comprobables, en identificar los factores que determinan los acontecimientos, sin embargo, para este modelo no existen verdades absolutas, las verdades son relativas y por lo tanto un investigador debe dedicarse a buscar aproximaciones a la verdad y a revelar las interacciones y relaciones múltiples de los procesos que estudia. (Ortiz, 2015, p. 32)

No obstante, no existe una única concepción de materia, por lo tanto, existirían diversos tipos de materialismo. Hidalgo (2006) destaca al menos tres: el materialismo cosmológico donde la materia es el origen del universo y se configura como fundamento de la realidad (la concepción atomista se incluye aquí); el materialismo antropológico que busca explicar la naturaleza humana a partir de su dimensión fisiológica; y el materialismo histórico (dialéctico) que tiene como exponentes principales a Marx y Engels, sosteniendo

¹⁰ En la actualidad es sabido que los átomos pueden dividirse. Los avances en energía nuclear, particularmente en torno al proceso de fisión nuclear (división del núcleo de un átomo en núcleos más livianos), dan cuenta de ello.

que las condiciones materiales de la existencia –relativas al trabajo y producción– son la base sobre la que se edifica la superestructura de la sociedad.

Antropocentrismo

El antropocentrismo o humanismo es un modelo epistémico que, consecuentemente a sus raíces etimológicas, sitúa al ser humano como centro de todas las cosas y, se diferencia, por tanto, del teocentrismo, que sitúa a Dios en el centro. Sus primeros desarrollos se remontan a Protágoras, sofista autor del famoso aforismo ‘el hombre es la medida de todas las cosas’, para quien el ser humano debía ser el centro del conocimiento (Guthrie, 1999). Desde la vereda ética, el antropocentrismo otorgaría predominancia a los valores del ser humano respecto a todo lo demás que existe en el mundo. Por lo tanto, la naturaleza humana y su bienestar es central, quedando lo demás subordinado al ser humano (Anaya, 2014).

Ortiz (2015) resume, de manera muy clara, estas aplicaciones epistemológico-éticas relativas al antropocentrismo:

Para este modelo no existe algo más importante que el ser humano como centro del conocimiento. En algunas vertientes se sobrevalora el papel de la razón, el pensamiento, la reflexión y lo intelectual como fuente de certeza y verdad, en otras corrientes son las intenciones, los deseos y las aspiraciones lo fundamental y en otras posturas se propone la evaluación de los comportamientos humanos a través de la ética, los valores y la responsabilidad moral. (p. 33)

Realismo

El realismo es el quinto y último modelo epistémico originario de esta lista. Su tesis fundamental sostiene que existen cosas u objetos reales con independencia de la conciencia (Zamudio, 2012), por lo tanto, se configura como un modelo epistémico opuesto al idealismo. En palabras de Otero y Gibert (2016) el realismo «defiende la realidad

de las cosas, independientemente de nuestros deseos o ideas de cómo deberían ser las cosas, y, por tanto, aceptamos los efectos que tales cosas causan, aun con-*tra* nuestra voluntad o deseo» (p. 215). Estas características son transversales para las diferentes ‘versiones’ de realismo que es posible encontrar en la literatura. No obstante, cada una de ellas presenta características propias que es preciso examinar. Briones (2002) sostiene que es posible organizar los diferentes tipos de realismo en dos grandes concepciones: *un* realismo metafísico, que establece que las ideas generales o ‘universales’ tienen existencia real, independiente de si son pensadas o no, por lo que, si el ser humano (o su conciencia) desaparece, tales ideas continuarían existiendo, ontológicamente hablando; y el realismo gnoseológico, que en términos generales sostiene que conocer es posible sin necesidad de que la conciencia y sus categorías, se impongan a la realidad, o, lo que dicho de otra manera, es la realidad la que impone a la conciencia sus contenidos, epistemológicamente hablando.

Dentro del realismo gnoseológico es posible apreciar otras tres versiones. El realismo ingenuo, el cual supone que el conocimiento es una reproducción fiel de la realidad (Briones, 2002) –o, como llama Ortiz (2015), una ‘copia fotográfica’ de la realidad–. Esta forma de realismo no implica ninguna reflexión crítica en torno al conocimiento, razón por la cual Zamudio (2012) señala que se le asigna el calificativo ‘ingenuo’. El realismo crítico, basado en que no es posible aceptar de una forma dogmática la información o datos provenientes de los sentidos, ya que tales datos deben ser sometidos a un proceso de verificación por la razón (Ortiz, 2015). Por lo tanto, la propia razón es la encargada de ‘someter a crítica’ los datos que los sentidos entregan para establecer una correspondencia con la realidad (Briones, 2002). Finalmente, el realismo científico, que sostiene que aquellos procesos o entidades que las teorías científicas describen son, efectivamente, reales. Dada tal característica, la imagen del mundo que la ciencia entrega es verdadera (Otero y Gibert, 2016), por lo tanto, y desde esta perspectiva, es la ciencia la que proporciona la mejor imagen de la realidad (Briones, 2002).

En las páginas precedentes se exhibieron algunos antecedentes fundamentales del naturalismo, idealismo, materialismo, antropocentrismo y realismo, considerados todos como importantes modelos epistémicos originarios. Sin embargo, estos modelos de representación de la realidad dan origen, en la medida que se relacionan y mezclan entre sí, a otros modelos de representación del conocimiento derivados: los paradigmas epistemológicos.

PARADIGMAS EPISTEMOLÓGICOS

Previo a presentar cualquier tipología o clasificación de paradigmas epistemológicos es necesario precisar qué implica el concepto *paradigma* y cómo este será definido operacionalmente en el contexto de este escrito. Frente a ello, es posible referir que:

Existen diversas definiciones de qué es un paradigma. Thomas Kuhn considera que un paradigma implica un tipo de *consenso* en la comunidad científica. Tomando esta noción, Ortiz refiere que un paradigma es utilizado para caracterizar «el marco conceptual y metodológico en el cual son planteados y sucesivamente resueltos los problemas de las investigaciones» (Ortiz 2015, p. 38). Es decir, un paradigma bajo la mirada *kuhniana* representa el consenso respecto a cuáles son los problemas que se van a generar y cuáles serán las respuestas válidas y aceptadas para tal problema en una determinada comunidad científica. (Cifuentes-Muñoz, 2019b, p. 54)

Para los objetivos de este libro, y en congruencia con sus raíces etimológicas, paradigma será entendido como perspectiva. Por lo tanto, y tal como plantea Cifuentes-Muñoz (2019b), «paradigma implicará –en términos generales y previo a la reformulación del concepto propuesto por Kuhn– una manera de percibir, organizar o interpretar la realidad» (p. 54), o como diría Barrera (2008): «una manera particular de ver, juzgar y actuar» (p.106).

Los paradigmas o perspectivas epistemológicas se configuran como modelos epistémicos derivados de aquellos considerados como modelos epistémicos originarios. Es decir, ‘la mezcla’ de aquellos cinco modelos epistémicos originarios referidos en el apartado

anterior daría origen a otra serie de modelos de representación del conocimiento. Ahora bien, la heterogeneidad de paradigmas epistemológicos que es posible encontrar en la literatura es colosal. Por ende, nuevamente es necesario realizar un corte racional y arbitrario para establecer una selección de paradigmas.

La propuesta de Barrera (2008) y Ortiz (2015) sigue siendo la referencia principal en torno a la clasificación de los modelos epistémicos originarios y paradigmas epistemológicos para este libro. Por consecuencia, ocho serán los paradigmas epistemológicos por considerar: racionalismo, empirismo, pragmatismo, positivismo¹¹, fenomenología, hermenéutica, teoría crítica y la epistemología de la constructividad¹².

A continuación, se examinarán brevemente los ocho paradigmas epistemológicos¹³ descritos, procurando dar cuenta de sus principales postulados y de su relación e importancia en torno al conocimiento.

Racionalismo

El racionalismo es un paradigma epistemológico que sostiene, como premisa fundamental, que el pensamiento –por tanto, la razón– es la fuente principal para alcanzar el conocimiento humano. La razón, el pensamiento y la reflexión se sitúan como la esencia de todo conocimiento (Ortiz, 2015). Desde esta perspectiva epistemológica se asume que «es posible conocer la realidad mediante el pensamiento puro, sin necesidad de ninguna premisa empírica» (Briones, 2002, p. 23). Solo los juicios fundados en la razón poseen necesidad lógica y validez universal, por tanto, desde el racionalismo, todo

¹¹ En la propuesta original, el *positivismo lógico* se aborda como un modelo epistémico diferente al *positivismo*, no obstante, aquí se abordan en conjunto bajo la etiqueta de positivismo, dados sus similares fundamentos epistemológicos.

¹² La propuesta original de los autores incluye a la *teoría de la configuración* como último paradigma epistemológico, sin embargo, esta se reemplaza por la *epistemología de la constructividad* de Zlachevsky (2015), ya que se visualiza como un planteamiento más claro, riguroso y representativo, que incluye los planteamientos de la teoría de la configuración referidos por los autores.

¹³ Estos paradigmas se convertirán, posteriormente, en las categorías deductivas de análisis hermenéutico, lo que se detalla en el capítulo 4.

conocimiento verdadero se sostiene y funda en el pensamiento (Navarro, 2014). Cualquier otra fuente de conocimiento, como la experiencia, conduciría a equívocos, por ende, a un conocimiento erróneo, no verdadero. He aquí su oposición radical frente al empirismo ya que «los racionalistas afirman que el intelecto es él mismo una fuente de conocimiento» (Otero y Gilbert, 2016, p. 213), por lo tanto, el conocimiento que emana de los sentidos simplemente engaña; el conocimiento verdadero no puede fundarse en él.

Platón, considerado uno de los principales y más antiguos exponentes¹⁴ de las ideas racionalistas, consideraba que la realidad estaba en constante cambio, por lo que los sentidos no podían conducir a un saber verdadero, ya que estos engañaban. Sostuvo que un conocimiento lógico y universalmente válido solo podía provenir de la razón (Navarro, 2014).

Descartes (2010), otro importante exponente racionalista, se aferró a las ideas platónicas, no obstante, desarrolló su propio sistema de pensamiento, otorgando grandes aportes a la filosofía moderna. Descartes dudó de muchas cosas: de los sentidos, de la materia y de las verdades lógico-matemáticas, considerando deductivamente, que todo aquello podría conducir a engaños. Concluyó que la única verdad segura es dudar: una persona que duda, piensa y una persona que piensa, existe *–pienso, luego existo–*, dando origen a su icónica y representativa frase (Descartes, 2010). Con esto Descartes comprobó deductivamente la existencia de Dios y recobró su confianza en las matemáticas¹⁵. En efecto, las matemáticas son

¹⁴ No obstante, es posible rastrear supuestos racionalistas en los planteamientos de Pitágoras y Parménides, quienes, a través de la razón, sostenían que ‘los números gobiernan las formas y las ideas’, y que en la naturaleza ‘todo es uno e inmutable’, respectivamente (Abbagnano, 1994). Ambos presocráticos, al igual que Platón, plantearon que la única fuente de conocimiento verdadero es la razón.

¹⁵ Se piensan *ideas*, y Descartes centró su estudio en ellas, particularmente en las de tipo innatas, como las ideas de *perfección e infinito*. Estas ideas no preceden de la experiencia, sino que son originarias de la razón. No obstante, Descartes sostiene que alguien o algo debió ponerlas ahí *–deduce la existencia de Dios–*, y como Dios es perfecto, no le puede engañar manipulando los números, por lo cual, deduce que es posible confiar en las matemáticas y conocer el mundo a través de ellas.

consideradas un conocimiento eminentemente racionalista, ya que son un conocimiento fundamentalmente conceptual y deductivo. En ellas, el pensamiento impera con independencia de la experiencia, siguiendo sus propias leyes y axiomas, presentando lógica y siendo un conocimiento universalmente válido. No es casual que la mayoría de los racionalistas vengan del campo matemático (Navarro, 2014).

Sintetizando los elementos centrales del racionalismo es posible concluir que: 1) sostiene que el conocimiento verdadero debe tener un origen racional, ser lógico y tener validez universal; y 2) que la razón, pensamiento o reflexión es lo que permite llegar deductivamente a verdades universales sin recurrir a la experiencia. El conocimiento verdadero se alcanza deductivamente a través de la razón.

Empirismo

El empirismo, paradigma epistemológico desarrollado en Inglaterra, se opone fuertemente a las ideas esbozadas por el racionalismo, seguido con gran afán por el resto de Europa. Precisamente, la palabra *empirismo*, que proviene del griego *empeiria*, significa experiencia (García, 2014) y es en ella donde radicaría el principal postulado defendido por este paradigma: el conocimiento se adquiere y funda en la experiencia.

Si en el racionalismo los sentidos engañan al ser humano en el anhelo de conocer, en esta postura epistemológica la experiencia sensible que emana de ellos es precisamente donde radica el origen del verdadero conocimiento. Al respecto, Otero y Gibert (2016) señalan que «los órganos de los sentidos, nuestra experiencia sensorial, son las únicas fuentes confiables de información y conocimiento acerca de la realidad o de lo que efectivamente existe» (p. 87). Por lo tanto, el conocimiento acaba donde se encuentra el límite de los sentidos, no siendo posible conocer nada más allá de ellos, lo que implica una fuerte oposición a cualquier noción metafísica del conocimiento.

Como es de esperar, los pensamientos *a priori* –ideas innatas– y el camino deductivo al conocimiento tomado por el racionalismo, encuentra su antítesis en el empirismo. Es decir, la conciencia –mente

o espíritu— del sujeto se considera como una *tabla rasa* que registra la información que proviene de la experiencia (Briones, 2002), rechazando cualquier idea innata. Por otro lado, todo conocimiento reside y comienza en los hechos concretos de la experiencia, por ende, se accede a él fundamentalmente de forma inductiva (Ortiz, 2015).

Es importante indicar que el empirismo no rechaza la existencia o importancia de la razón —pensamiento, reflexión, ideas o conceptos—, solo la sitúa como un producto de la experiencia, no un *a priori* a ella, que debe ser verificado en la naturaleza para dar cuenta de su verdad o falsedad (Navarro, 2014).

Los filósofos británicos J. Locke y D. Hume son comúnmente considerados los principales desarrolladores¹⁶ del empirismo (Otero y Gibert, 2016). El primero combatió las ideas innatas, procurando demostrar que todo conocimiento proviene de la experiencia, afirmando, como muchos otros empiristas, al concepto de *tabla rasa* —anteriormente ya desarrollado por los estoicos— donde se asume que «el alma es un papel blanco que la experiencia cubre poco a poco con los trazos de su escritura» (Navarro, 2014, p. 45). Hume, por su parte, siguió las ideas de Locke y arremetió contra toda idea metafísica (García, 2014) —como Dios, por ejemplo—; ideas que no tendrían una impresión captada por los sentidos. Esto se explica porque para Hume existirían dos contenidos mentales: impresiones, que provienen directamente de los sentidos (originales) y las ideas, un recuerdo de las impresiones (copias). «Todas las ideas proceden de las impresiones y no son nada más que sus copias» (Navarro, 2014, p. 45), por ende, si una idea no proviene de una impresión, es simplemente un conocimiento falso.

Recapitulando, el empirismo sostiene que: 1) el conocimiento se adquiere y funda en la experiencia; 2) la conciencia del sujeto se considera una *tabla rasa* en donde se inscriben las impresiones de la experiencia, por lo que la razón es un producto de esta; 3) se basa en un principio de verificación, donde toda proposición o

¹⁶ Existen antecedentes empiristas en la obra de Aristóteles, quien, además de arremeter contra el racionalismo platónico, sostenía que ‘la verdad está en el mundo que nos rodea’, por lo que confiar en los sentidos era fundamental (Abbagnano, 1994).

enunciado solo es verdadero si es verificable en la experiencia; 4) rechaza las ideas *a priori* y metafísicas; y 5) establece que el límite del conocimiento está dado por el límite de los sentidos.

Pragmatismo

El pragmatismo es un paradigma epistemológico que deriva del empirismo, dada la importancia que le otorga a la experiencia en la validación del conocimiento. Sin embargo, su acento está puesto en el valor práctico de este, sosteniendo que «el sentido de una idea, creencia o proposición radica en las consecuencias prácticas que resultan de su uso o aplicación» (Otero y Gibert, 2016, p. 201). Por lo tanto, la utilidad de los conceptos y representaciones del ser humano no es otorgar un conocimiento científico de la realidad, sino que satisfacer demandas y alcanzar fines prácticos (Ortiz, 2015), he ahí la reformulación de lo verdadero, propuesta por este paradigma.

Como doctrina filosófica, el pragmatismo desarrolla un nuevo concepto de verdad que está relacionado con la utilidad práctica: lo verdadero es lo útil, lo valioso, lo que resulta provechoso para la vida (Zamudio, 2012). Por tanto, si un conocimiento no es útil en la práctica para el ser humano, carece de verdad: «la legitimidad de las ideas no se derivará del lugar de donde vienen, sino de lo que podemos llegar a hacer con ellas» (Barrena, 2014, p. 5).

No solo una nueva concepción de verdad es propuesta por el pragmatismo, sino una nueva visión de ser humano. Para el pragmatismo, el ser humano no es un ser teórico o pensante, en primer término, sino, un ser práctico de voluntad y de acción. De tal manera, la función del intelecto humano no radica en investigar o descubrir verdades científicas; su función es orientar al ser humano en la realidad (Navarro, 2014), en aquello que es útil para satisfacer sus necesidades. Por consecuencia, el sentido y verdad del conocimiento está fundado en la práctica: «el conocimiento humano recibe su sentido y valor de su destino práctico. Su verdad consiste en concordar los pensamientos con los fines prácticos del hombre, en que aquellos resulten útiles y provechosos para la conducta práctica de este»

(Navarro, 2014, p. 39), o, dicho de otra manera, el conocimiento queda subordinado a las necesidades prácticas del ser humano.

Los norteamericanos C. S. Peirce y W. James, ambos entusiastas participantes del club metafísico de Cambridge, son considerados los fundadores del pragmatismo y quienes lograron que este se haya convertido en la primera contribución relevante y original de Estados Unidos a la filosofía occidental (Barrena, 2014). Peirce (2008) se sitúa como el primer desarrollador del pragmatismo –aunque el primer uso escrito del término se le atribuya a James–, quien en su propuesta original, pensada en un sentido puramente científico y metodológico (Ortiz, 2015), sostenía que la validez de los conceptos debe basarse en sus efectos prácticos, o, dicho de otra manera, pretendía la validación de hipótesis o conceptos en la experiencia mediante un método lógico basado en la denominada ‘máxima pragmática’, la que relaciona el significado de un concepto o idea con sus consecuencias experienciales o prácticas (Haack, 2001; Peirce, 2008).

James (2017), por su parte, hace mayor hincapié en el efecto práctico de las ideas y creencias, extrapolando el pragmatismo a un campo ético. De similar manera a como se ha desarrollado el concepto de verdad en este apartado, James consideraba que la verdad de una idea estaba asociada a su utilidad, donde, por ejemplo, las creencias religiosas, a pesar de no poder ser verificadas en la experiencia, eran legitimadas por su efecto beneficioso en aquel que cree en ellas (Barrena, 2014). A pesar de que esta concepción de pragmatismo –como una teoría del significado y verdad– entró en discrepancia con la propuesta de Peirce –un método lógico para validar ideas–, ambas propuestas se funden en la importancia que le otorgan a la *praxis*, ya sea para establecer lo verdadero en lo útil o para validar ideas lógicamente respecto a su utilidad en la experiencia, respectivamente.

Por lo tanto, y a modo de síntesis, el pragmatismo es en esencia un paradigma epistemológico que: 1) toma como criterio de verdad el valor práctico del conocimiento; 2) considera que la utilidad de una idea, creencia o representación no es conocer científicamente, sino satisfacer demandas y alcanzar fines prácticos; y, 3) considera

que el ser humano es un ser esencialmente práctico más que teórico, que se sirve de su intelecto para dar solución a sus necesidades en la realidad.

Positivismo

El positivismo es un paradigma epistemológico –derivado del empirismo– que emerge del pensamiento del francés Augusto Comte en el siglo XIX de la mano de su filosofía positiva. Esta doctrina se atiene al conocimiento (de lo) positivo, lo que para Comte (2017) se refiere a lo real, a los hechos, a lo que es posible constatar con la experiencia sensible externa (lo que justifica su estrecha relación con el empirismo). Sin embargo, tal conocimiento positivo no solo se limita a captar estos fenómenos, sino que entiende que existen leyes o relaciones constantes que los rigen, por lo que una de las finalidades de la filosofía positiva es descubrir tales leyes y reducirlas lo más posible (Comte, 2017; Navarro, 2014).

Es esperable que el positivismo, al igual que el empirismo, rechace toda versión de metafísica, ya que sus supuestos no son verificables en los hechos naturales y, por, sobre todo, no se configuran como un conocimiento que se obtenga por vía de los sentidos o por la experimentación (Otero y Gibert, 2016). Asimismo, y en consecuencia al rechazo de la metafísica, el positivismo de Comte se limita a descubrir leyes y regularidades de los fenómenos, no a establecer sus causas, esencias o naturaleza última, objetando el anhelo de conocimiento absoluto (al que aspiraría la metafísica), situándose, por tanto, en un escenario relativo¹⁷ del conocimiento (Ortiz, 2015).

El positivismo es eminentemente práctico, alejado de toda especulación no verificable que no tenga un efecto en la *praxis*. Para Comte el positivismo era más que una filosofía; implicaba un «método, una tendencia, actitud, una mentalidad operante en todos los campos de la vida y de la cultura» (Navarro, 2014, p. 115) y, por

¹⁷ Esta relatividad del conocimiento en el positivismo de Comte debe entenderse como opuesta al absolutismo del conocimiento planteado por la metafísica y no como sinónimo de relativismo.

tanto, el principal objetivo de este era el progreso y desarrollo del espíritu y de la sociedad. Comte, en su ley de los tres estados (Pérez, 2015), planteaba que tal progreso solo se alcanza cuando una sociedad transita a un estado positivo. Sin embargo, para llegar a él, primero se debe migrar desde un estado teológico (explicaciones sobrenaturales) a un estado metafísico (explicaciones en base a entidades abstractas). Luego de tal tránsito, sería factible –y necesario– alcanzar un estado positivo donde la explicación de los fenómenos está basada en la observación y experiencia con los hechos reales (o positivos) y el foco puesto en el descubrimiento de las leyes que los rigen. Este sería el estado más evolucionado de la sociedad, alejado de explicaciones teológico-metafísicas y donde el conocimiento científico se convierte en la mayor aspiración.

Para el positivismo comtiano, la ciencia debe tener un fin social y político con miras al progreso de la sociedad. Este se logra cuando se alcanza el conocimiento científico, el estado más avanzado (Comte, 2017). El conocimiento científico es aquel que se basa en la observación y experimentación de los hechos reales con el fin de descubrir sus regularidades y constantes para la generación de leyes universales y objetivas. De tal manera, la ciencia es lo más importante para los asuntos sociales y esta debe ser un *corpus* unificado por un solo método científico (monismo metodológico) que vaya desde los datos a la ley general (inductivismo), con el fin de explicar, predecir y controlar los fenómenos naturales y sociales (Cifuentes-Muñoz, 2019).

Posterior a los planteamientos de Comte, una nueva forma de positivismo surgió en el siglo XX dentro del Círculo de Viena: el neopositivismo o positivismo lógico, cuyo foco principal era el rechazo a la metafísica y el análisis lógico del lenguaje. De hecho, se le llama positivista por su afán científicista y lógico porque, para sus análisis y propuestas, se basa en la lógica matemática (Moulines, 2015).

Respecto al grupo de filósofos y científicos que se reunieron en el Círculo de Viena y que dieron origen al positivismo lógico, Paredes (2007) señala que:

Entre los más representativos se encontraban Rudolf Carnap, Moritz Schlick y Otto Neurath, entre otros, quienes elaboraron una serie de escritos que giraban principalmente en torno al lenguaje, así como a los requisitos que debía tener para alcanzar la precisión de los enunciados científicos sujetos a comprobación empírica. También respaldaron el intento por crear una teoría unificada de la ciencia, la búsqueda de leyes, la experimentación como fuente última para la aceptación de proposiciones y el análisis del lenguaje que permitiera la conformación de conceptos con un claro correlato factual, lejos de lo cual nada tendría sentido. (p. 46)

El positivismo lógico se posiciona como una forma de empirismo y, de igual manera que el positivismo originario de Comte, plantea que la ciencia es la forma de conocimiento por excelencia. La diferencia se encuentra en la importancia que el neopositivismo le otorga a la filosofía del lenguaje, filosofía de la que se sirve para realizar un examen de los enunciados y proposiciones de las teorías científicas. Esta nueva forma de positivismo realiza un análisis de las conexiones lógicas que permiten llegar desde la experiencia a los enunciados universales. Plantea, por tanto, que la estructura lógica del conocimiento es inductiva (de los datos a la teoría) al igual que su versión anterior de positivismo. Asimismo, se fundamenta en el principio de verificación, donde un enunciado solo tiene significado si posee condiciones de verificación empírica, lo que dará cuenta de su validez y verdad (Cifuentes-Muñoz, 2019b). Por consecuencia, el lenguaje de la ciencia es el único lenguaje que tiene significado. La metafísica y sus postulados, que pudieran ser verdaderos o falsos, simplemente carecen de sentido por no tener condiciones de verificabilidad.

Uno de los más importantes filósofos de la ciencia, considerado positivista (Ortiz, 2015), y a la vez crítico del positivismo, es Karl Popper. Si para el positivismo lógico la ciencia se funda en un principio de verificación (inductivo), para Popper la ciencia se erige en un principio de falsación (deductivo). Popper (2008) sostiene que la deducción es el mecanismo lógico de la ciencia y que mediante él es posible concluir la falsedad de una ley universal. Por lo tanto,

la posibilidad de falsación es lo que hace científica a una teoría. Al respecto Moulines (2015) refiere:

Las buenas teorías científicas son aquellas que son falsables, y cuanto más falsables sean, cuanto mejor. El buen científico es aquel que trata de falsar las hipótesis que el mismo u otros han concebido [...] es quien trata constantemente de averiguar que es lo que anda mal en sus propias creencias acerca del mundo. (pp. 29-30)

Fenomenología

La fenomenología, o fenomenismo, es un paradigma epistemológico –también una doctrina filosófica y un método– desarrollado en el siglo XX, principalmente por el filósofo alemán Edmund Husserl (Waldenfels, 2017). Un fenómeno, para los filósofos en general, es un dato de la experiencia, no obstante, para Husserl, el fenómeno es todo lo que se ofrece a la conciencia (Navarro, 2014). Husserl (2012) se opone al positivismo y al pragmatismo y su propuesta se centra en dos tesis fundamentales: 1) hay que limitarse a la descripción de los fenómenos que se presentan en la conciencia, suspendiendo todo conocimiento anterior sobre ese fenómeno y, 2) los fenómenos que se presentan en el fluir de la conciencia presentan esencias (Briones, 2002).

El objetivo último de la fenomenología es acceder a la esencia de los fenómenos y, para lograr tal tarea, se dispone de un método: el método fenomenológico (Husserl, 2012). Este método se centra en la idea de reducción o *epojé* (García-Baró, 2015) que es un ejercicio intelectual con el que se ponen entre paréntesis todos los juicios, conocimientos o teorías acerca del objeto que se quiere estudiar para acceder a su esencia:

Su impulso primero es rehuir toda forma de especulación y atenerse a la descripción de lo que es dado, tal como aparece o se muestra. En este sentido, la fenomenología se desprende deliberadamente de todo supuesto previo, colocándose antes de cualquier creencia. En consecuencia, no da por supuesto el

mundo natural, ni al sentido común, ni las proposiciones de las diversas ciencias, ni las experiencias psicológicas. Fenomenología quiere decir, entonces, un método que permite depurar o poner entre paréntesis todo juicio. Lo dado, eso único a lo que debemos atenernos, no es la realidad física, ni los datos proporcionados por los sentidos. Se trata de esencias dadas a la intuición fenomenológica. (Otero y Gibert, 2016, p. 110)

La *epojé* operaría de tres maneras (Navarro, 2014), como: 1) *epojé* filosófica, que busca ‘volver a las cosas mismas’ suspendiendo prejuicios, interpretaciones y teorías filosóficas aprendidas previamente sobre el fenómeno investigado¹⁸; 2) *epojé* fenomenológica-transcendental, que implica suspender la actitud natural del hombre o tesis de realidad, es decir, poner entre paréntesis la existencia real de las cosas para considerarlas como fenómenos y; 3) *epojé eidética* que consiste en captar la esencia del fenómeno, recortando lo accesorio para conservar lo esencial, lo necesario, lo *a priori*.

Husserl (2012), a diferencia de los positivistas, planteaba que la conciencia podía ser estudiada (aunque no con un método natural), y esto es, efectivamente, lo que hace en su fenomenología. Sostiene que la conciencia es siempre intencional, es decir, siempre está orientada hacia algo o se está teniendo conciencia de algo. Y, luego de utilizar el método fenomenológico, o *epojé*, sería posible acceder a la conciencia pura o trascendental, es decir, a la conciencia de las esencias (Bolio, 2012).

Vale aclarar dos cosas. Si bien la fenomenología implica una forma de idealismo, Husserl no niega la existencia de un mundo real, solo lo pone entre paréntesis. En segundo lugar, Husserl buscaba la formación de un sistema conceptual de validez universal y necesaria, donde la filosofía se convirtiese en una ciencia con el fin de solucionar la crisis generada por el positivismo al reducir el verdadero conocimiento al conocimiento científico (Briones, 2002).

¹⁸ Al promover la suspensión de prejuicios e interpretaciones en torno a las cosas, la fenomenología se asemeja al positivismo (en torno a la objetividad), sin embargo, este último lo hace solo sobre *lo real* o empírico, a diferencia de la fenomenología que puede erigirse sobre *lo no real*, lo no empírico.

A modo de síntesis, es posible comprender la fenomenología (*husserliana*) como una escuela filosófica, un método y un paradigma. Su herramienta fundamental es la descripción y la reducción (o *epojé*) como la vía para acceder al conocimiento de las esencias de los fenómenos de la realidad. Aspira, con esto, dejar de lado toda especulación, supuesto o creencia previa al momento de conocer. Las esencias de los fenómenos no son reales, pero si son objetivas y universales. La fenomenología busca, finalmente, convertirse en una ciencia estricta, otorgando conocimiento universalmente válido.

Hermenéutica

La hermenéutica se configura como un paradigma epistemológico¹⁹ que se desarrolla, inicialmente, al alero de la crítica historicista de la ciencia de la mano de Wilhelm Dilthey. *Hermenéutica* proviene del vocablo griego *hermeneia* que significa el acto de la interpretación del significado. Esta, en un comienzo, era exclusiva de la teología respecto de la interpretación de textos bíblicos, no obstante, en su desarrollo posterior, se vislumbró su utilidad para la investigación en ciencias sociales y humanas (Cárcamo, 2005), siendo Dilthey precisamente un actor clave en ello.

Dilthey (1949) sostiene que un fenómeno social debe ser entendido históricamente, en su contexto, y, alimentado de la hermenéutica de Schleiermacher (que suponía un análisis literal del texto), desarrolló su propuesta: las ciencias del espíritu. Estas ciencias buscan estudiar la realidad histórica y social, pretendiendo ser objetivas (respecto a ser públicas y asequibles), pero sin aspirar a convertirse en leyes universales ni otorgar explicaciones causales.

La propuesta de Dilthey (1949), en esencia, pretende diferenciar las ciencias naturales de las ciencias humanas (o del espíritu), considerando que las primeras buscan leyes universales y explicaciones causales de los hechos y las segundas buscan comprender las interacciones humanas mediante la interpretación de los significados. Por consecuencia, la hermenéutica se configura como el medio de

¹⁹ En el capítulo cuarto se profundizará en la hermenéutica como método.

comprensión (*verstehen*) de los fenómenos de la realidad, tanto para las ciencias naturales como para las ciencias del espíritu (Arráez et al., 2006; Dilthey, 2000).

Normalmente se considera a la hermenéutica como una forma de fenomenología, o se habla del giro que da la fenomenología de Husserl hasta convertirse en hermenéutica con la filosofía de Heidegger. Al respecto, García-Baró (2015) realiza una prudente diferenciación:

La fenomenología intenta captar sin supuestos previos cómo vivimos todo lo que de hecho vivimos; la hermenéutica renuncia a este programa, que no le parece sensato, y trata la vida del individuo en analogía con la interpretación de un texto. Y cuando leemos la vida y el mundo, nuestra comprensión está sostenida por un lecho de supuestos y de creencias –la tradición– a los que debemos hasta las preguntas que hacemos a la vida y al mundo. (p. 8)

El filósofo alemán Hans-Georg Gadamer, discípulo de Husserl y Heidegger, realiza considerables aportes a la hermenéutica, quien, contrario a las intenciones de Dilthey, considera que la hermenéutica debe dejar de ser considerada solo un método para convertirse en una doctrina filosófica sobre la comprensión (Gadamer, 1988). Esta doctrina contaría con algunos postulados centrales.

Primero, la hermenéutica, como acto de interpretación del significado, está en permanente apertura producto de la actividad re-interpretativa de la que es fruto (Gadamer, 1988). Esto quiere decir que el sentido de una interpretación es infinito, nunca acaba y siempre está sujeto a cambios. Segundo, en la hermenéutica, las palabras y las frases cobran sentido en su contexto. Esto implica aceptar la noción de interpretación considerando la totalidad de un texto o narrativa y la circunstancia en la que este se inserta, así como la dimensión histórico-temporal que también condiciona los contextos de interpretación (García-Baró, 2015). Tercero, la hermenéutica puede ser asumida a través de un método dialéctico que incorpora a texto y lector, es decir, texto e intérprete deben ser reconocidos como dos horizontes que incorporan la dimensión de los prejuicios como elemento transversal a toda acción interpretativa

(Cárcamo, 2005). Acá se hace referencia a los prejuicios o a las pre-comprensiones del hermeneuta, a saber, se reconoce que la interpretación o comprensión estará condicionada –o limitada– por el sistema de creencias y significados de aquel que procura interpretar. Por consecuencia, una interpretación absolutamente objetiva del significado es imposible (Gadamer, 1988). Por lo tanto, se reconoce que el observador interpretante no es neutral y que la interpretación no es sinónimo de verdad:

Es ingenuo pretender que existe un punto de vista objetivo. Se interpreta desde un sistema de prejuicios, configurado por la tradición en la que se está inserto. Todo juicio vive apoyado en un prejuicio del que el sujeto no es plenamente consciente. La hermenéutica aspira a hacerlo expreso, mas no a erradicarlo. (Navarro, 2014, p. 87)

Teoría crítica

La teoría crítica, como paradigma epistemológico, se desarrolla al alero de la Escuela de Frankfurt, Alemania, por un grupo de intelectuales, filósofos y científicos sociales que compartían una aproximación teórica de corte crítico a la tradición e ideas sociales progresistas. Entre los principales exponentes del llamado ‘primer momento’ de la teoría crítica se encuentra Horkheimer, Adorno, Marcuse, Fromm y Benjamin (Laso, 2004). Las reflexiones e intereses de este grupo de pensadores giraban en torno al marxismo y a la autoemancipación de los seres humanos; a la oposición de la supremacía de la razón propuesta por la ilustración; y al rechazo del positivismo, a su monismo metodológico y a los supuestos epistemológicos que le subyacen (Guerra, 2015).

La escuela de Frankfurt se propuso liberar a los hombres de su condición alienada y esclavizante en la que habían desembocado, debido a la estructura, valores y fines de las sociedades actuales, sociedades industrializadas y altamente tecnificadas, pero ineficientes para posibilitar la felicidad y plena realización humanas. (Navarro, 2014, p. 160)

El ascenso del nazismo al poder provocó el exilio de los pensadores de la teoría crítica, progresistas de izquierda en su mayoría, quienes se establecieron en New York. Esto trajo consigo un encuentro de frente con el capitalismo y un vuelco hacia la filosofía teórica más que a la *praxis* emancipadora de la teoría crítica. La interpretación positiva y necesaria de los valores humanos para la liberación –que acompañaba a este primer momento– fue puesta en tela de juicio dadas las atrocidades que acompañaban a la Segunda Guerra Mundial. Como consecuencia, los trabajos de la teoría crítica se teñían de un tono pesimista y melancólico, careciendo de aplicación práctica (Laso, 2004) y apartándose de la creencia en las personas como fuente de revolución:

El desarrollo tecnológico y la ideología dominante justificadora del orden social reducen o minimizan la capacidad crítica de las conciencias, y en tal contexto el proletariado, según la escuela crítica, ha dejado de ser un sujeto revolucionario. (Navarro, 2014, p. 160)

Para Jürgen Habermas, la aparente contradicción de la teoría crítica sin afán práctico; la carencia de una teoría social sistemática que no tuviera el pesimismo a la base y; la poca importancia dada al lenguaje y a la comunicación, le llevaron a construir su propio camino crítico, dándole vida al ‘segundo momento’ de la teoría crítica (Guerra, 2015).

Los aportes de Habermas (1982) a la teoría crítica, como paradigma epistemológico, se desprenden de sus acentuados reproches al positivismo como teoría del conocimiento, estableciendo que ese lugar no le pertenece, así como tampoco el derecho a invadir a las ciencias sociales sin dar abasto a su complejidad:

Habermas entiende por conocimiento al conjunto de saberes que acompañan y hacen posible la acción humana, siendo claro que la concepción objetivista, instrumental y aséptica que de la ciencia tiene el positivismo, es algo muy limitado al lado de esa noción habermasiana. Pero el error más grave de esta teoría de la ciencia positivista es su defensa del monismo metodológico con el cual pretende introducir sus criterios

objetivistas y «desinteresados» en el ámbito de las ciencias sociales. (Laso, 2004, p. 443)

El concepto central de la teoría del conocimiento desarrollada por Habermas (1982) se fundamenta en los intereses del conocimiento. Estos intereses configuran «las orientaciones básicas del conocimiento que son inherentes a determinadas condiciones fundamentales de la reproducción y la autoconstitución posibles de la especie humana» (Otero y Gibert, 2016, p. 147). Habermas (1982) distingue tres intereses a los que está sujeta la ciencia: el interés técnico, que busca conocer las causas de los fenómenos, manipulándolos con un fin instrumental, a saber, busca la predicción, control y explicación de la naturaleza (siendo equivalente a las ciencias de la naturaleza); el interés práctico, que busca comprender las acciones que los sujetos realizan considerando la historia y el lenguaje (equivalente a las ciencias humanas y del espíritu) a través de una hermenéutica comprensiva (acrítica); y el interés emancipatorio, centrado en la comprensión –o hermenéutica crítica y autorreflexiva– de los niveles técnico y práctico. Su objeto: producir transformaciones y la liberación de las condiciones opresivas del ser humano (Ortiz, 2015). Es por tanto que las ciencias –en general– no serían desinteresadas y las ciencias naturales –en particular– no podrían hacer alarde de una superioridad neutra, objetiva y desinteresada frente a las ciencias sociales (Laso, 2004).

Constructividad

La constructividad, paradigma epistemológico desarrollado y relevado por Zlachevsky (2015) en torno a la psicología y psicoterapia, se configura como un modelo de representación del conocimiento que promueve la parsimonia en torno a diversas ideas –contrarias al pensamiento moderno– fundadas en el lenguaje y en la construcción activa de la realidad. Dicho de otra manera, el foco epistemológico de la constructividad representa un punto de encuentro entre las ideas posmodernas provenientes del constructivismo y construccionismo; la teoría biológica del conocimiento de Humberto Maturana; y el

movimiento antipsiquiátrico, entre otros. A continuación, se profundiza en tales puntos de convergencia.

En primer lugar, la constructividad se erige sobre diversas ideas posmodernas derivadas del constructivismo y construccionismo social. El posmodernismo –aplicado a la psicología– surge, según Anderson (1997), por la inquietud y desilusión de distintos terapeutas clínicos y teóricos en torno al quehacer psicoterapéutico positivista. Más que una época, la posmodernidad representaría un quiebre de orientación filosófica respecto a la tradición moderna, por lo que no existiría un autor particular que lo represente ni un concepto unificado de lo que es, sino que se configuraría como un conjunto de ideas que expresan una crítica al modernismo y una ruptura con este (Anderson, 1997).

Este quiebre con la modernidad trajo consigo una serie de implicancias y cuestionamientos en torno a las meta-narrativas inamovibles; a los discursos privilegiados y hegemónicos; a las verdades universales, a la idea de realidad objetiva; y a la ciencia como única forma conocimiento (Zlachevsky, 2009) en torno a la psicología. Es así como el afán de predicción, medición y certeza, característico de la psicoterapia moderna, es puesto en tela de juicio. Emerge, por consecuencia, un giro epistemológico en torno al constructivismo y al construccionismo social.

La constructividad pretende dejar atrás los históricos enfrentamientos intelectuales entre estas dos corrientes de pensamiento (constructivismo y el construccionismo), convergiendo en sus puntos comunes. Por tanto, releva la importancia de las operaciones de distinción que un observador lleva a cabo al momento de construir y operar en la realidad, aceptando que los fenómenos no son independientes de quien los significa. El observador sería un participante activo en el acto de conocer²⁰ (Zlachevsky 2008) y la realidad socialmente construida a través del lenguaje, no pudiendo –el observador– dejar de lado su propio sistema de significados y creencias (Gergen

²⁰ Tal como ocurre con el antropocentrismo, el sofista Protágoras y su aforismo ‘el hombre es la medida de todas las cosas’ se configura como el primer antecedente de estas ideas al cuestionar la verdad absoluta y los criterios objetivos de la realidad (Abbagnano, 1994).

y McNamee, 1996; Gergen, 2006). Por consecuencia, se asume que no es posible tener un conocimiento objetivo y directo del mundo, sino solo acceder a él con base a la interpretación o significado de la experiencia. Los constructos como la verdad, lo real y la objetividad son aquí cuestionados (Cifuentes-Muñoz y Rojas-Jara, 2018).

En segundo lugar, el paradigma de la constructividad se nutre de algunos elementos de la teoría biológica del conocimiento desarrollada por el biólogo chileno Humberto Maturana. Sus planteamientos distan de ser simples de asir, y menos si para ello se cuenta con un par de párrafos. No obstante, podría referirse en términos sumamente resumidos, que el autor sostiene, entre otras cosas, que los seres humanos operan como observadores en la *praxis* del vivir en el lenguaje y que, como cualquier organismo vivo, están determinados estructuralmente por sus corporalidades (Maturana, 2006; Maturana y Varela, 2016). Lejos de cualquier reduccionismo biológico, estas ideas conllevan una –de muchas– implicancias onto-epistemológicas en torno al acto de conocer: el observador, la observación y lo observado son biológicamente inseparables y emergen en el lenguaje. Por consecuencia, si conocer (cualquiera sea el fenómeno) implica una construcción en el lenguaje por parte de un observador, y este no puede percibir el mundo ‘externo’ si no es en base a las posibilidades que le otorga su constitución estructural, la objetividad no solo es una utopía, sino que simplemente inviable biológicamente (Maturana, 2006). Es por ello por lo que Maturana invita a situar a la objetividad –aspiración básica y necesaria bajo el criterio científico del conocimiento– entre paréntesis (Maturana, 1997).

Además de la importancia otorgada al lenguaje y al concepto de determinismo estructural en la construcción de la realidad, la constructividad toma de la teoría de Maturana la noción de dominio de existencia. Maturana (1992) lo define como el conjunto de las definiciones a partir de las cuales se distingue a otros y se es, a su vez, distinguidos por otros. En otras palabras, un dominio de existencia podría entenderse como un espacio relacional donde se comparte una red de conversaciones, significados y narrativas. Las personas actúan y sienten de distinta forma dependiendo de los

contextos, situaciones o personas con las que se relacionan²¹; se emerge constantemente en diferentes dominios (Zlachevsky, 2015).

En tercer y último lugar, la constructividad también tiene como referencia al movimiento antipsiquiátrico. Thomas Szasz, psiquiatra húngaro radicado en Estados Unidos, duda que la enfermedad mental sea algo que ocurre al interior del cerebro. Para Szasz (1994), la enfermedad mental no es otra cosa que una etiqueta, una palabra, un mito que no tiene existencia en sí. De tal manera, sienta las bases de lo que se denominó movimiento antipsiquiátrico: un movimiento crítico que se cuestiona las prácticas psiquiátricas tradicionales y la noción de enfermedad mental al interior del cerebro. Se transita, por tanto, desde las comprensiones intrapsíquicas de la enfermedad mental –lo que era el sustento de toda la historia de la psiquiatría y la psicopatología hasta aquella época– hacia las concepciones relacionales de la misma (Zlachevzky, 2009).

A modo de síntesis es posible referir que el paradigma de la constructividad se nutre de algunas ideas posmodernas, de los planteamientos de Maturana y del movimiento anti psiquiátrico. Se configura, por tanto, como una perspectiva crítica de los abordajes tradicionales-modernos en psicoterapia apartándose de las lógicas intrapsíquicas, objetivas y clasificatorias de la enfermedad mental –y de los fenómenos en general–. Su acento está puesto en el sistema relacional, en la construcción de significados y narrativas, en la participación activa del observador en lo observado y en el lenguaje como eje clave en la emergencia de la realidad y los problemas psicológicos.

²¹ El contexto psicoterapéutico es, en sí mismo, un dominio de existencia.

CAPÍTULO 3: LA INTERSECCIÓN: EPISTEMOLOGÍA DE LA PSICOTERAPIA

En los capítulos precedentes se transitó paralelamente por la psicoterapia y epistemología, sin embargo, poco meritorio sería este libro si solo pretende exponer y agrupar antecedentes teórico-prácticos sobre tales disciplinas. Lejos de ello, es anhelo del autor problematizar sobre dichos campos de conocimiento, a saber, construir y ofrecer un problema lógicamente articulado junto a su solución. Ese es el norte que persigue este y los próximos capítulos. Sin embargo, para alcanzar tal anhelo es necesario satisfacer una condición *sine qua non*: precisar un punto de convergencia e intersección entre ambas disciplinas. Es en tal contexto donde la epistemología de la psicoterapia sale a escena.

Más allá de un constructo teórico –que necesariamente también es–, la epistemología de la psicoterapia, como línea de investigación, representa el contexto particular en el que se desarrolla y problematiza en este escrito. Como resultará evidente, y en referencia al párrafo anterior, definir epistemología de la psicoterapia como un cruce de caminos entre las dos disciplinas que la componen peca de simpleza y superficialidad. Lamentablemente –o afortunadamente– no existe una única forma de entenderla ni de problematizar sobre ella, como se precisará más adelante.

En las próximas páginas se presentarán al lector diversos antecedentes que permitirán la emergencia lógica y articulada de un problema viable, resoluble y relevante en torno a la epistemología de la psicoterapia. Para tal efecto se comenzará dando cuenta del contexto general que le ampara para luego precisar en aspectos más particulares.

I. FILOSOFÍA DE LA PSICOLOGÍA

Filosofía y psicología, como campos de conocimiento de las ciencias humanas, confluyen –también– en este libro. Ambas disciplinas tuvieron una estrecha relación hasta finales del siglo XIX, formando una sola. Sin embargo, la psicología buscó convertirse en un campo de conocimiento independiente, alejado de las abstracciones, especulaciones y dificultades de validación empírica que supondría la filosofía, aferrándose sustancialmente al eslabón positivista de la ciencia. Desde aquel momento, refiere Szasz (1994): «los psicólogos se han considerado científicos empíricos, y se supone que sus métodos y teorías no difieran de las del físico o el biólogo» (p. 21).

Aun cuando estos dos campos han seguido veredas distintas, en la actualidad se presentan algunas señales de vinculación entre ellos. Primero, en el ámbito de las ciencias cognitivas, donde se aprecia la más evidente relación entre psicología y filosofía (Braun, 2005), además de otras disciplinas como la lingüística, antropología, inteligencia artificial y neurociencias (Puente, 2015). Segundo, ambas disciplinas convergen, también, en la denominada filosofía de la psicología, que conforma el campo de conocimiento general en el que se enmarca este libro.

La filosofía de la psicología es un estudio filosófico de la psicología (Bunge y Ardila, 2002), donde el primer campo de conocimiento se sitúa al servicio del segundo. Por tanto, la filosofía de la psicología es una investigación de los *fundamentos filosóficos de la psicología* (Bermúdez, 2005). Como es sabido, la filosofía es un campo de conocimiento heterogéneo que abarca, o está compuesto, por diversas subdisciplinas o subcampos de estudio. Cada uno de ellos, plantean Bunge y Ardila (2002), estarían al servicio de la psicología. En sentido estricto existiría una: ética, estética, lógica, semántica, ontología y una epistemología de la psicología, entre otras, siendo esta última central para el desarrollo de este texto, por lo que tendrá especial énfasis con posterioridad.

Existe cierto consenso entre algunos investigadores (Alarcón, 2003; Bermúdez, 2005; Braun, 2005; Bunge y Ardila, 2002;

Campo-Redondo, 2004; Esteban, 2015, 2016; Guyon et al., 2018; López, 2014; Loredó, 2008; Osorio, 2009; Rodríguez, 2011; Silva, 2011; Zabala, 2007) respecto a los principales desarrollos e investigaciones en torno a la filosofía de la psicología. Estos convergen sustancialmente en 1) la reflexión y análisis epistemológico del estatuto científico de la psicología –tomando aquella concepción de epistemología centrada casi exclusivamente en el conocimiento científico de la psicología–; 2) en la interacción entre filosofía y psicología respecto al estudio de la cognición –es decir, en torno a las ciencias cognitivas–, y; 3) en el reconocimiento de algunos fundamentos filosóficos que yacen en la constitución y desarrollo de algunos enfoques teóricos en psicología. Respecto a este tercer punto se profundizará a continuación dada su cercanía con los intereses de este libro.

El psicoanálisis ha sido una teoría ampliamente relacionada con los fundamentos filosóficos que la constituyen, como: la metafísica (Popper, 1985), la racionalidad práctica o *phrónesis* aristotélica (Clavel de Kruyff, 2004), la fenomenología de Husserl (Summers, 2015), el concepto de deseo de Platón y Aristóteles (Castellanos, 2011), el materialismo dialéctico (Reich, 1989) o el existencialismo (Frankl, 2014), por referir algunos ejemplos. Por su parte, los supuestos filosóficos presentes en las teorías conductistas se relacionan con el positivismo lógico (González-Rey, 2009), con el materialismo filosófico (Esteban, 2016) o con el determinismo y ambientalismo antropológico (Angarita, 2009). Las teorías humanistas presentan supuestos filosóficos esencialmente en relación con el existencialismo (Tobías y García-Valdecasas, 2009) y con la fenomenología (Riveros, 2014). Finalmente, algunas teorías sistémico-narrativas han explicitado algunos supuestos respecto a la ontología del lenguaje de Heidegger y Ortega y Gasset (Zlachevsky, 2015) o a los postulados posmodernos de Foucault y Derrida (White, 2015), entre otros.

Quizá una pregunta –aunque metafórica– podría representar la eventual inquietud del lector hasta el momento ¿si la rueda existe, para qué inventarla otra vez? O, en otras palabras, si la relación e investigación en filosofía y psicología data de suficiente antigüedad

y acumulación de conocimiento en torno al estatus científico de la psicología, a las ciencias cognitivas y, por, sobre todo, a los fundamentos filosóficos de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales ¿qué podría aportarse de nuevo? Para responder a ello es importante aclarar algo: la relación entre filosofía y psicología, así como su nicho de investigaciones sobre una gama finita y recurrente de temas, no implica, bajo ningún punto de vista, su agotamiento como objeto de estudio. Siempre es posible construir nuevos problemas, sobre todo en las ciencias humanas. No es casual que en la actualidad ya no se precisen ruedas de piedra, siguiendo la metáfora del inicio.

Por consecuencia, si bien existe amplia literatura que relaciona filosofía y psicología, así como diversas referencias en torno a filosofía y las corrientes psicoterapéuticas fundamentales²², el espectro de análisis en torno a ello es amplio y difuso, centrándose, principalmente, en los *fundamentos filosóficos de la psicología* –que son sustancialmente históricos y explícitos– y no así en los *supuestos*²³ filosóficos de la misma –inminentemente implícitos– en los que se enmarca el objetivo central de este libro. Además, el análisis filosófico específico de las teorías psicoterapéuticas, o corrientes psicoterapéuticas fundamentales, es escaso (Angarita, 2009), particularmente, desde los supuestos epistemológicos que las sustentan implícitamente, los cuales, como se ha referido, se han desarrollado casi exclusivamente en torno al estatus científico de la psicología, dejando de lado otras concepciones de epistemología²⁴. Del mismo modo, las sistematizaciones de tales supuestos epistemológicos por

²² Dentro de los diferentes focos de estudio de la filosofía de la psicología, aquí se otorga mayor importancia a aquel donde se investigan los fundamentos filosóficos de las teorías psicoterapéuticas porque atañe directamente al tema central expuesto en este libro, aunque vale referir, no desde los *fundamentos* sino desde los *supuestos* filosóficos.

²³ El uso de este concepto, y su diferenciación respecto a otros aparentemente similares, no es banal. Por ejemplo, un *fundamento* representa las razones o cimientos históricos en los que se erige algo; un *principio* es más bien axiomático (con cualidad de verdad), y representa una causa, razón fundamental u origen de algo; un *supuesto*, en cambio, tiene carácter propositivo, es decir, representa ciertos postulados o premisas implícitas que no se dan por sentado, sino que requieren comprobación.

²⁴ Expuestas en el capítulo 2.

cada corriente teórica son limitadas, configurándose como una tarea pendiente que se aprecia escasamente abordada en la literatura.

Por consiguiente, este texto pretende responder a tales necesidades, contribuyendo en torno al análisis de los supuestos filosóficos, particularmente los de tipo epistemológico, presentes en las teorías o corrientes psicoterapéuticas, situándose teóricamente en un área de la filosofía –la epistemología– y en un área de la psicología –la psicoterapia–, confluyendo en una línea específica de investigación: la epistemología de la psicoterapia.

2. EPISTEMOLOGÍA DE LA PSICOTERAPIA

La epistemología de la psicoterapia se centra en el estudio y reflexión crítica de los fundamentos del conocimiento en la disciplina psicoterapéutica. La investigación desde esta línea se ha abordado principalmente desde tres focos o perspectivas (Campos-Redondo, 2004): desde el consultante (respecto a las nuevas formas de conocer el mundo que va teniendo en el proceso de psicoterapia), desde el proceso (entendido desde el método científico propiamente tal, donde existe una hipótesis que debe corroborarse psicoterapéuticamente) y desde el psicoterapeuta (respecto a cómo este conoce la realidad del consultante).

El primer foco –epistemología de la psicoterapia centrada en el consultante– pone a la epistemología en un plano personal e individual, considerándola como un cuerpo o red de supuestos o premisas habituales con los que la persona conoce y entiende el mundo que le rodea. Esta concepción de epistemología como ‘estructura de carácter personal’ configura lo que Bateson (1979) denominó epistemología de la psicoterapia, aludiendo a la nueva estructura de conocimiento que logra una persona al llevar a cabo un proceso psicoterapéutico.

El segundo foco –epistemología de la psicoterapia centrada en el proceso– se sitúa como una rama de la psicología como ciencia. Es decir, se centra en los fundamentos que rigen el proceso de conocer entre el sujeto investigador o científico (psicoterapeuta) y el objeto de investigación (ser humano en proceso de psicoterapia). Los dilemas

que se discuten desde esta perspectiva se centran en el objeto de investigación, quien es también un sujeto, por tanto, es relevante para la metodología. Al considerar al objeto de investigación como objeto (pasivo), la psicoterapia podría beneficiarse con la metodología de las ciencias naturales. Sin embargo, si se considera un sujeto (activo), esta metodología podría no dar abasto (Campo-Redondo, 2004). Por otra parte, también se reflexiona dentro de este enfoque, si el objeto de estudio de la psicoterapia es el proceso interactivo entre los participantes –postura más parsimoniosa– o algún elemento particular del mismo.

El tercer foco pone el acento en el psicoterapeuta, centrando su interés en las representaciones que éste tiene respecto al mundo del consultante. Es decir, el foco está puesto en los fundamentos a la base de la interpretación que tiene el terapeuta del problema del consultante, así como del ámbito que aborda o prioriza para llevarla a cabo. Campo-Redondo (2004) ilustra esta tercera interpretación de la epistemología de la psicoterapia en analogía al método científico, estableciendo que: 1) el psicoterapeuta se basa en un cuerpo de conocimientos o teorías –también en su propio sistema de creencias y significados–, para escoger y preferir un área de la vida del consultante, 2) formula una hipótesis consecuente con el sistema teórico que lo sustenta y 3) se la presenta al consultante. Este puede aceptarla, continuando con el proceso, o rechazarla, debiéndose formular otra hipótesis que otorgue un sentido o significado más cercano a la experiencia que el paciente vive.

El estilo epistémico o la forma en que las personas conocen (particularmente los psicoterapeutas), podría ser incorporado en esta definición de la epistemología de la psicoterapia. Respecto a ello Pepper (1942) sugirió cuatro formas diferentes de ver el mundo y organizar la experiencia: el formismo, mecanicismo, contextualismo y organicismo. Por su parte, la teoría del conocimiento de Royce (Royce, 1964; Royce y Powell, 1983) plantea la existencia de tres clases fundamentales de conocimiento o estilos epistémicos: el racionalismo, empirismo y metaforismo. Se suman a ellos, los aportes de Mahoney y Gabriel (1987) en torno a la epistemología racionalista y

constructivista en psicoterapia. Tales estilos epistémicos, estudiados en el psicoterapeuta, se han relacionado con diversos ámbitos de la psicoterapia, como las teorías, estilos psicoterapéuticos o técnicas de intervención (Aksoy, 2005; Saferstein, 2006).

Estos tres focos (consultante, proceso y terapeuta) desarrollados por la epistemología de la psicoterapia, abordan escasamente los supuestos epistemológicos de las teorías o corrientes psicoterapéuticas de las que ellos se nutren. Por ende, se considera necesario proponer otra perspectiva, aquella que fundamenta este texto; una perspectiva desde las teorías psicoterapéuticas.

Existe una deuda con el análisis filosófico específico de las teorías psicoterapéuticas desde la epistemología de la psicoterapia²⁵. Por lo tanto, la innovación de este libro se centra en el desarrollo de la epistemología de la psicoterapia, pero desde la perspectiva de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales y de los supuestos filosóficos de tipo epistemológico que las constituyen. Se configura –y propone–, por tanto, un cuarto foco de investigación distinto a aquel centrado en el terapeuta, consultante o proceso.

El objetivo de este libro es, en consecuencia a lo expuesto en este capítulo, analizar los supuestos filosóficos de tipo epistemológico presentes implícitamente en las teorías o corrientes psicoterapéuticas fundamentales mediante un análisis hermenéutico²⁶.

Sin embargo, y antes de continuar, es necesaria una delimitación conceptual de los constructos centrales a tratar. Primero, los supuestos filosóficos serán entendidos como aquellos conceptos, ideas o teorías desarrolladas en algún área de la filosofía, los que, mediante la interpretación, sean considerados como elementos esenciales en la constitución de teorías psicoterapéuticas o algún ámbito de ellas, sustentándolas de forma implícita. Los supuestos filosóficos de tipo epistemológico serán considerados como los supuestos filosóficos relativos al estudio de la naturaleza, alcance y validez del conocimiento humano (Otero y Gibert, 2016).

²⁵ No así desde los *fundamentos* filosóficos de tales teorías, como se expuso anteriormente.

²⁶ Sobre tal aproximación se profundizará detalladamente capítulo 4: «Hermenéutica como método».

Segundo, las corrientes psicoterapéuticas fundamentales (Boswell et al., 2014; Feixas y Miró, 1993; Kriz, 2012; Rodríguez, 2018; Wachtel, 2014) corresponderán a la aproximación psicodinámica, cognitivo-conductual, humanista y sistémica. Tal como se refirió en el primer capítulo, el constructo de corrientes psicoterapéuticas fundamentales se considerará indistintamente a los conceptos de: teoría, escuela, modelo, abordaje y enfoque psicoterapéutico. Vale recordar que estos serán abordados exclusivamente desde su rol en la psicoterapia.

Este texto se fundamenta en la premisa –o hipótesis de trabajo, como llamarían algunos– de que la mayoría de las teorías, de uno u otro modo, explícita o implícitamente, poseen supuestos filosóficos que las sustentan. Frente a ello, Angarita (2009) refiere que: «todas las disciplinas científicas tienen su origen histórico e intelectual en la filosofía (...) los presupuestos sobre los que se construye cualquier ciencia en general y cualquier paradigma científico en particular son de carácter filosófico» (p. 82). De tal manera, la psicología en general y la psicoterapia en particular, no están exentas de tales supuestos filosóficos, aunque no sean explícitamente reconocidos o aceptados por los psicoterapeutas. Bunge y Ardila (2002) agregan: «lo sepan o no, les guste o no, los psicólogos se basan en y utilizan una cantidad de ideas filosóficas, sobre todo ideas acerca de la naturaleza de la mente y la ciencia» (p.13). En base a ello es posible describir algunos puntos de convergencia en cuanto a la justificación –pertinencia y relevancia– de las acciones llevadas a cabo en este libro.

3. ¿VALE LA PENA PENSAR EN ESTO?

¿Por qué es relevante y pertinente escribir un libro que tenga por objetivo analizar los supuestos epistemológicos presentes en las corrientes psicoterapéuticas fundamentales?

Primero. Porque tal acción es relevante para la construcción del conocimiento en psicoterapia. Una teoría otorga un marco interpretativo, explicativo y una pauta metodológica que guía los pasos del conocer, y en ella están las estructuras conceptuales que organizan

los fenómenos para dar cuenta de ciertas distinciones y no otras. Las teorías se configuran como un cuerpo articulado de ideas que permite, respalda y conforma el conocimiento de los fenómenos o modelos del saber (Campo-Redondo, 2004).

Los enfoques psicoterapéuticos, en cuanto teorías psicoterapéuticas, se comportan, por ende, de la misma forma en torno a su objeto de estudio, configurando una forma particular de interpretación o explicación, así como una pauta metodológica para conocer y actuar frente a dicho objeto. De tal forma, la interpretación de un problema psicoterapéutico basado en un sistema teórico X, traerá necesariamente acciones consecuentes con dicho sistema teórico X. Por lo tanto, examinar cómo están sustentadas las teorías psicoterapéuticas a través de los supuestos filosóficos de tipo epistemológico que las constituyen, es relevante en la medida que dichas teorías y sus supuestos epistemológicos son los que permiten conocer, de cierta manera y no otra, un determinado fenómeno de la realidad psicoterapéutica.

Segundo. Porque contribuye con un producto útil a la psicoterapia, dando cuenta de una clasificación epistemológica de las teorías mediante las cuales se construyen y abordan los fenómenos psicoterapéuticos, otorgando, por consecuencia, criterios para entender su práctica. Es por ello por lo que la investigación retratada en este texto entregará a estudiantes y psicoterapeutas transparencia sobre las implicancias epistemológicas, normalmente no reconocidas, presentes en su formación o *praxis*, facilitando, por ejemplo, la elección de un enfoque psicoterapéutico. Frente a tal elección Angarita (2009) refiere:

Lo que se está poniendo en juego es la forma de vida a que nos lleva cada enfoque, la visión de hombre que tenemos y la de humanidad a la cual le queremos apostar. A todo esto le podemos llamar ‘las implicaciones vitales de cada enfoque’, estas implicaciones están directamente relacionadas con los aspectos filosóficos. (p.101)

La utilidad de este libro también gira en torno a sus características exploratorio-descriptivas (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

ya que, al situarse en aquel conjunto de investigaciones sobre fenómenos poco estudiados o que son abordados desde perspectivas novedosas, tiene el potencial de abrir diversas posibilidades investigativas de desarrollo futuro en torno a sus resultados. A pesar de que estos en un primer momento puedan tener un alcance limitado (congruentemente con las investigaciones de tipo exploratorio-descriptivas), otorgarían la posibilidad de elaborar nuevos problemas de investigación en torno al tema.

Tercero. Porque es congruente con los intereses investigativos de la APA. La APA es la asociación de psicología más amplia, importante e influyente en el mundo, por ende, en ella se establece el horizonte que debe perseguir la disciplina en cuanto a la investigación y práctica que en ella se realiza. Para tal tarea, cuenta con 54 divisiones o grupos de interés centrados en subdisciplinas de la psicología o temáticas relevantes para la asociación.

Particularmente, los aspectos desarrollados en este libro se sitúan y son congruentes con la *División 24* de la APA, es decir, con la *Society for Theoretical and Philosophical Psychology* (STPP, por sus siglas en inglés), la cual se involucra en las dimensiones filosóficas y meta teóricas de la psicología. La Sociedad y su revista (*The journal of theoretical and philosophical psychology*) se han comprometido a representar y fomentar diversas perspectivas que relacionan a la filosofía y psicología respecto a cuestiones: ontológicas, epistemológicas, éticas y críticas. Las formas de investigación aceptadas por la Sociedad son diversas: investigaciones conceptuales, especulativas, teóricas, empíricas, clínicas, históricas, literarias y culturales (STTP, 2019). De tal manera, el objeto y método desarrollados en este escrito son congruentes con los intereses de la APA, y con su división 24, respecto al desarrollo de la disciplina.

Cuarto. Porque este libro aborda la complejidad de la realidad social y humana expresada en la psicoterapia, buscando capturar otras dimensiones de esta mediante un análisis filosófico. El norte de este texto es promover la interdisciplinariedad entre filosofía y psicología como campos de estudio de las ciencias humanas. En la actualidad, la permeabilidad de las disciplinas –y su diálogo con

otras— se vuelve una necesidad latente, dada la creciente complejidad de los fenómenos de la realidad. Por ende, se considera que es posible nutrir a la psicoterapia desde la filosofía mediante el análisis de los supuestos filosóficos de tipo epistemológico que le subyacen, particularmente, en torno a las teorías mediante las que la psicoterapia comprende y aborda el sufrimiento humano que aqueja a sus consultantes. Filosofía y psicología son campos de conocimiento que distan de ser excluyentes, sino por el contrario, son complementarios y pueden enriquecerse mutuamente, como pretende demostrarse en este libro.

A priori, pareciera ser que sí vale la pena pensar en esto, pero ¿cómo hacerlo específicamente? En el próximo capítulo se devela tal cuestión.

CAPÍTULO 4: HERMENÉUTICA COMO MÉTODO

I. ¿QUÉ Y CÓMO INTERPRETAR?

Lo expuesto hasta el momento, quiérase o no, guste más o guste menos, ha tomado la forma y estructura de un problema de investigación, y, en cuanto tal, debe ser resuelto con un método (no siempre explicitado en libros de ciencias humanas y sociales). Aunque ya se ha dejado entrever la aspiración central de este libro en los capítulos precedentes, no está demás, y previo a precisar cualquier acción metodológica, volver a referirla: el objetivo de este escrito es analizar los supuestos filosóficos de tipo epistemológico que sustentan implícitamente a las corrientes psicoterapéuticas fundamentales mediante la interpretación de textos donde estas se presentan. Para los más tradicionalistas, se busca responder a la siguiente pregunta –de investigación, si se quiere– ¿cuáles son los supuestos filosóficos de tipo epistemológico que sustentan implícitamente a las corrientes psicoterapéuticas fundamentales?

Para alcanzar tal norte se utilizará una metodología de tipo cualitativa. Se considera que esta responde congruentemente al problema planteado dados sus fundamentos en el paradigma interpretativo. Cuevas (2002) refiere que: «la perspectiva cualitativa concibe el papel activo, constructivo-interpretativo del investigador a lo largo de todo el proceso de la investigación y no solo en algún momento de ella» (p. 49). La orientación general de la metodología, así como el conjunto de procedimientos metodológicos específicos que le subyacen, se fundamenta en la hermenéutica analógica (Beuchot, 2016), que será detallada en breve.

En consecuencia, en este apartado se ofrecerá al lector dos importantes ámbitos de la metodología a utilizar. Primero, se describirán los fundamentos filosóficos del proceso metodológico-interpretativo en el marco de la hermenéutica analógica. Segundo, se presentará el diseño metodológico propiamente tal, el que converge en las fases o procedimientos específicos a realizar para dar respuesta al problema planteado.

Fundamentos filosóficos de la interpretación

La naturaleza cualitativa con orientación hermenéutica de este libro se centra en la interpretación, específicamente en torno a textos. Dar cuenta de los fundamentos de esta acción dista de ser sencillo. No obstante, es necesario. Sobre todo, cuando la interpretación es la principal herramienta metodológica por utilizar con el fin de resolver un problema, como en este caso. Se considera que la hermenéutica analógica otorga tales fundamentos, así como el marco metodológico general para el análisis de los supuestos epistemológicos. A continuación, se desarrollan tales fundamentos.

Hermenéutica, tal como se refirió en el capítulo dos, proviene etimológicamente del vocablo griego *hermeneia* que significa acto de interpretación (Cárcamo, 2005). Se entiende que la hermenéutica es la disciplina de la interpretación de los textos, no limitándose necesariamente a los de tipo escrito, sino también a otros tipos de textos más allá de la palabra y el enunciado, como los hablados o actuados. Para que un texto sea objeto de la hermenéutica se requiere que este contenga más de un sentido. Es decir, debe otorgar la posibilidad de interpretar múltiples significados (Beuchot, 2016).

No existe un único tipo de hermenéutica, por lo tanto, hay diversas maneras de acercarse a la interpretación de un texto, existiendo, por ejemplo: la hermenéutica romántica (Ochoa, 2009; Schleiermacher, 1998), la hermenéutica de Dilthey (Da Trinidad y López, 2015; Dilthey, 2000), la hermenéutica *gadameriana* (Aguilar, 2004; Gadamer, 1988), la hermenéutica *heideggeriana* (De la Maza, 2005; Heidegger, 2008), la hermenéutica crítica (Arteta, 2016; Habermas,

2007) o la hermenéutica objetiva de Oeverman (Teixeira y Noack-Napoles, 2010), entre otras. Cada autor tiene su propia visión sobre la interpretación y captación de sentido de un texto, ciñéndose, en mayor o menor medida, al polo de la objetividad unívoca (una interpretación verdadera) o al polo de la subjetividad equívoca (muchas interpretaciones posibles). Para superar tal dificultad histórica, Beuchot (2002) propone situarse en un eslabón intermedio entre el positivismo y el relativismo, mediante lo que denominó hermenéutica analógica. Es esta forma particular de hermenéutica en la que se basa la propuesta metodológica a presentar.

La hermenéutica analógica, como varias otras formas de comprender la hermenéutica, se configura, desde una noción aristotélica, como una ciencia y un arte (Beuchot, 2002). *Ciencia*, entendida como un conjunto estructurado de conocimientos en el que ciertos principios dan una organización a los demás enunciados que posibilitan la interpretación de los textos, lo que, en otras palabras, configuraría la teoría hermenéutica. Por otro lado, se encuentra el *arte*, también conceptualizado como técnica o práctica, que corresponde al conjunto de reglas que rigen la actividad interpretativa, donde se presenta y enseña el procedimiento particular de cómo y qué objeto interpretar, es decir, los procedimientos metodológicos de la hermenéutica. Sin embargo, para poder comprender la aplicación de la hermenéutica analógica al problema planteado, es necesario primero entender sus fundamentos teóricos, los cuales son constitutivos de sus fundamentos prácticos (véase Figura 1).

Existen tres elementos que confluyen en el acto hermenéutico: *el autor*, *el lector* y donde ambos convergen, *el texto* (Beuchot, 2002). Es posible dar énfasis a uno u otro, es decir, inclinarse a la perspectiva del autor, donde no existe más sentido o posibilidad de interpretación que la del mismo. Por ende, es un énfasis hacia la objetividad en el que solo existe una verdad –la del autor–, llevando a un reduccionismo las posibilidades de interpretación. Esta postura configura una visión *univocista*, es decir, donde la interpretación de los objetos (el texto) ocurre en un solo sentido, el cual se apega a la *literalidad* con rigor y exactitud, privilegiando las intenciones del

autor y tributando a una perspectiva positivista (Beuchot, 2016). Sin embargo, aunque el texto le pertenece más al autor que al lector –ya que sin el primero no hay texto–, también existe la posibilidad de dar énfasis hacia el polo de este último.

El *lector*, o hermeneuta, puede desentenderse de las intenciones del autor, desestimar la noción de objetividad e interpretar sin límites, cayendo en un relativismo que lleva al *equivocismo*. Es decir, a la posibilidad inagotable de interpretar un texto, inmiscuyendo su subjetividad, sin la presencia del sentido literal, solo de sentidos *alegóricos*. Esta postura, situada totalmente en el polo del lector, conlleva al posmodernismo (Beuchot, 2016). Por tanto, existen interpretaciones rigurosas, exactas y objetivas que llevan a una única interpretación univocista y positivista –si se sitúan en el polo del autor–, e interpretaciones cargadas de subjetividad, que conducen al caos, a significados sin límites y al relativismo, llevando al *equivocismo* y al posmodernismo –si se inclinan al polo del lector–.

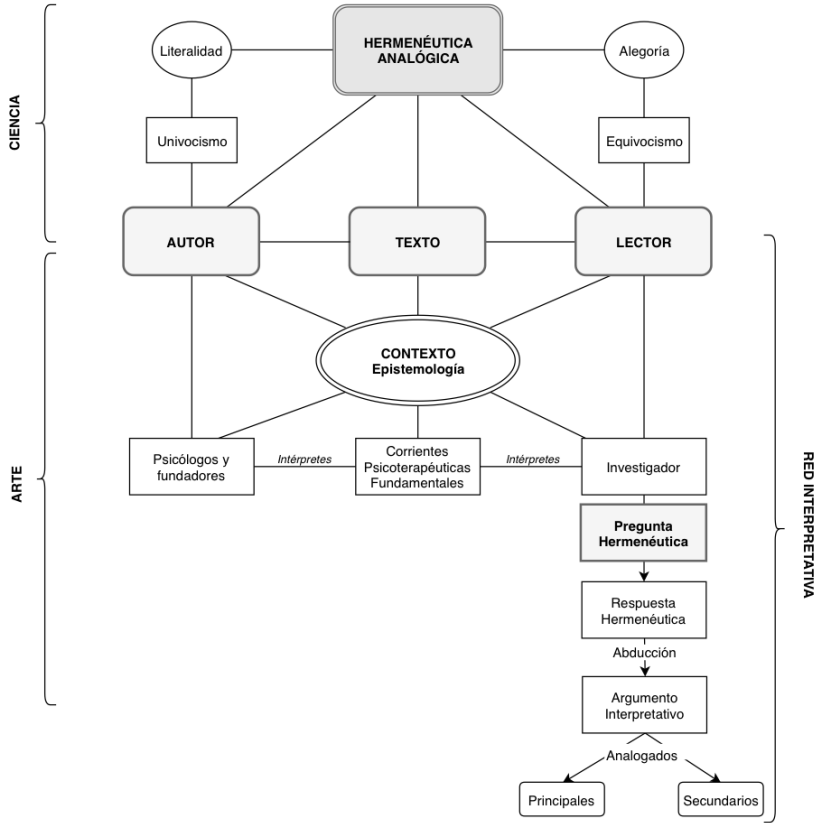


Figura 1. Propuesta interpretativa
Fuente: Cifuentes-Muñoz (2021).

La hermenéutica analógica busca mediar este *impasse* de polarizaciones excesivas, comprendiendo que cierto rigor es necesario para la interpretación, tanto como la incorporación de la subjetividad del lector. Por lo tanto, toma el ideal regulativo de exactitud de la hermenéutica unívoca y abre el abanico de interpretaciones, con discreción, dando cabida a la mayor cantidad de interpretaciones posibles de la hermenéutica equívoca, pero con base en una jerarquía de interpretaciones.

Esta jerarquía está constituida por interpretaciones o *argumentos interpretativos* que responden, confirman o sustentan una *pregunta*

*hermenéutica*²⁷. Los argumentos interpretativos, a su vez, convergen en lo que Beuchot (2016) llama *analogado principal*, a saber, el sentido o interpretación que sustenta con mayor riqueza teórica la respuesta a la pregunta hermenéutica (el que puede inclinarse hacia cualquier polo, ya sea del lector o autor). También se presentan –aunque no necesariamente– como producto de los argumentos interpretativos los *analogados secundarios*, es decir, otras posibilidades de interpretación descendentes, que van perdiendo fuerza en la medida que se alejan del analogado principal, convirtiéndose, finalmente, en falsas (Beuchot, 2015). Se profundizará y aplicará tales conceptos con posterioridad.

Interpretar es poner el texto en su *contexto*, por tanto, este es otro componente clave en el proceso de interpretación. Tanto el autor como el lector tienen un contexto que, con fines ilustrativos, puede ser comprendido como social e individual. El primero incluye la consideración de la cultura y la situación histórica, y, el segundo, aspectos psicológicos subjetivos como juicios, valores o creencias personales. Es decir, existe un contexto para aquel que escribe un texto como para aquel que lo interpreta con posterioridad. En tal escenario, no es casual que, por ejemplo, Ortega y Gasset (1897) establezca que la vida humana está formada por el hombre y su contexto, ligados indivisiblemente, lo que se condensa en su famoso aforismo ‘yo soy yo y mi circunstancia’.

Por tanto, ya sea que una interpretación se incline hacia el autor o hacia el lector, se debe considerar el contexto y las interacciones que cada uno tiene con él, tanto social como individualmente, lo que mediará cualquier interpretación. Asimismo, y como se ha referido, la hermenéutica analógica puede inclinarse hacia el polo del autor o del lector, sin embargo, es necesario declarar que privilegia el polo del lector, ya que comprende que es este el hermeneuta y el que más

²⁷ Para Beuchot (2002) la *pregunta hermenéutica* o *pregunta interpretativa* está siempre orientada a la comprensión de un texto y se configura como un juicio prospectivo, en proyecto, que se hace juicio efectivo cuando la interrogante se resuelve. Definir tal pregunta es en sí mismo un acto interpretativo por parte del lector o hermeneuta, sin embargo, el foco que se le otorga en la presente metodología gira en torno a su función orientadora y comprensiva del texto a interpretar, siguiendo la lógica de Beuchot.

información tiene sobre su contexto social e individual, que es desde donde realiza el acto interpretativo (Beuchot, 2016).

Hasta el momento se han presentado los principales elementos teóricos implicados en el acto interpretativo desde los fundamentos de la hermenéutica analógica. Ahora es necesario establecer un diálogo entre tales fundamentos y este libro, dando cuenta de la convergencia práctica –o *arte*, como ha sido definido con anterioridad–, de la hermenéutica analógica, configurando el método o proceso interpretativo necesario para analizar los supuestos epistemológicos presentes en las corrientes psicoterapéuticas fundamentales.

Para alcanzar tal objetivo, es necesario comprender la interpretación como una *red interpretativa*, donde el objeto a interpretar –es decir, el *texto*–, corresponde a las *corrientes psicoterapéuticas fundamentales* (véase Figura 1). En el polo del *autor*, se considera a los *psicólogos y fundadores* de modelos terapéuticos, a saber, los autores de los textos donde se presentan las corrientes psicoterapéuticas a interpretar. En el polo del *lector*, es decir, del sujeto que otorga sentido e interpreta el texto, se sitúa al *investigador*.

Una premisa clave de esta red interpretativa es que todo acto de interpretación estará mediado por el *contexto*. Para los fines de esta investigación, el contexto corresponderá a la *epistemología*, ya que es en función de esta disciplina que se pretende interpretar las *corrientes fundamentales en psicoterapia*. Se ha establecido con anterioridad que interpretar es poner el texto en un contexto, por lo tanto, serán las corrientes psicoterapéuticas –*el texto*– las que serán interpretadas por un investigador –*el lector* de los textos– al alero de ciertos paradigmas epistemológicos previamente establecidos –*el contexto*–. Si bien se ha planteado que el contexto considera los aspectos sociales e individuales tanto del autor como del lector de un texto, en este escrito se prioriza la epistemología –o paradigmas epistemológicos– como contexto. Podría considerarse este como un contexto teórico o artificial, establecido *a priori* por el investigador con el fin de interpretar una serie de textos.

En el polo del lector –*investigador*– confluyen diversos niveles de interpretación. En el investigador recae la tarea y responsabilidad

de generar una *pregunta hermenéutica*, que para los objetivos planteados siempre relacionará al *contexto* –un paradigma epistemológico– con el *texto* –una corriente psicoterapéutica fundamental o un aspecto de ella–. Esta pregunta es la base del proceso interpretativo, por lo que debe concebirse previamente.

A modo de ejemplo, tal pregunta pudiera configurarse, aunque no única ni necesariamente, como: ¿X paradigma epistemológico sustenta filosóficamente a Y postulado central de Z corriente psicoterapéutica fundamental?²⁸ La(s) respuesta(s) a esta pregunta configurarían una *respuesta hermenéutica*, que corresponde a un juicio interpretativo, el que pudiera tomar la forma de: ‘X paradigma epistemológico sustenta filosóficamente a Y postulado central de Z corriente psicoterapéutica fundamental’ (una afirmación). Esta respuesta puede ser tesis o hipótesis, o sea, una respuesta confirmada o una respuesta sujeta a confirmación, respectivamente. No obstante, para ambos casos, es necesario otorgar un *argumento interpretativo*, es decir, un sustento narrativo sobre lo que se enuncia en la respuesta a la pregunta hermenéutica con base en un razonamiento abductivo (Beuchot, 2002), es decir, aquel que puede ser deductivo o inductivo, pero que converge en un argumento.

Este argumento interpretativo, como se ha hecho breve mención con anterioridad, está formado por un *analogado principal* y analogados secundarios. Un analogado principal sería, siguiendo los ejemplos planteados, el supuesto epistemológico identificado y analizado que sustente con mayor congruencia y robustez teórica a Y postulado central de Z corriente psicoterapéutica fundamental. Los *analogados secundarios* serán los argumentos interpretativos que converjan en otros supuestos epistemológicos más débiles teóricamente y que no satisfacen congruentemente a la pregunta hermenéutica.

Como puede apreciarse en la Figura 1, se incluye y considera a *intérpretes* tanto en el polo del autor como del lector para la realización del acto hermenéutico, ya que, en el caso de los primeros, es

²⁸ En el diseño de la investigación (fase 4) se profundizará en los elementos presentes en la pregunta hermenéutica (X, Y, Z).

posible tomar como autores a otros hermeneutas que han otorgado sentido al texto primario, es decir, que son autores secundarios de una teoría psicológica, en la medida que más que fundadores de esta, han sido desarrolladores de ella. En la misma lógica, se presentan intérpretes en el polo del lector, ya que estos, para poder producir texto, o teorías psicoterapéuticas, necesariamente han leído e interpretado el texto del autor primario para convertirse en autores secundarios.

Finalmente, al configurarse como una red interpretativa, el acto interpretativo carece de la necesidad de presentar una linealidad causal. Por ende, no existen antecedentes o consecuentes, sino solo componentes o miembros de una totalidad interpretativa. No obstante, la interpretación debe guiarse inicialmente por la pregunta hermenéutica que emerge en el investigador y que otorga la orientación al proceso interpretativo. Además, la metodología cualitativa –y específicamente esta red interpretativa–, está abierta a la reinterpretación constante, no configurándose como una metodología cerrada y fija. En torno a esto, Gadamer (1988) plantea que el proceso de análisis hermenéutico está en permanente apertura producto de la actividad re-interpretativa de la que es fruto. Esto quiere decir que el sentido de una interpretación nunca acaba y siempre está sujeto a cambios.

Los fundamentos filosóficos del marco metodológico-interpretativo presentados aquí desde la hermenéutica analógica son esenciales para comprender la orientación y cimientos de lo que se hará en este libro, y, por ende, del acto interpretativo del que se nutre como herramienta metodológica. Sin embargo, y tal como fueron expuestos, tales fundamentos pecan de complejidad y densidad teórica, por lo que podrían dificultar la comprensión de los análisis y resultados que se expondrán en los siguientes capítulos. Por consecuencia, es necesario hacer que estos fundamentos filosóficos de la interpretación –ineludiblemente necesarios– converjan en procedimientos prácticos más manejables y aplicables. En otras palabras, es preciso ofrecer mayor especificidad, explicitando los procedimientos concretos mediante los cuales se pretende alcanzar el objetivo planteado en

este libro. Es por ello por lo que a continuación se presentarán los fundamentos prácticos de la interpretación.

Fundamentos prácticos de la interpretación

Desde una perspectiva general y tradicional de la investigación, los fundamentos prácticos a exponer serían considerados como el ‘diseño de investigación’. Dentro de la investigación cualitativa, el diseño corresponde al abordaje general que se utilizará en el proceso de investigación. Este responde al conjunto de procedimientos específicos mediante los cuales se pretende resolver una pregunta de investigación. Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que cada investigación cualitativa es en sí misma un diseño de investigación particular que no responde a criterios estandarizados y que está sujeto al cambio dentro del contexto de la investigación: «son ‘piezas artesanales del conocimiento, hechas a mano’, a la medida de las circunstancias» (p. 470). En consecuencia, aquí se presentará un diseño de cinco fases construido con el fin de responder a la pregunta de investigación y de ‘aterrizar’ los fundamentos filosóficos expuestos en el apartado anterior.

Fase 1. Selección de las unidades de análisis

La selección de las unidades de análisis, tal como lo establece Martínez-Salgado (2012), se fundamenta en que estas puedan otorgar la mayor riqueza de información posible para responder a la pregunta de investigación. Por ende, las unidades de análisis corresponderán a documentos en formato de texto en los que se presente desarrollo de alguna(s) de las *corrientes fundamentales en psicoterapia*. Estos documentos serán seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por cadena de referencia, también llamado ‘bola de nieve’ (Otzen y Manterola, 2017).

De tal manera, se definen las unidades textuales de análisis iniciales en base a tres autores relevantes en el desarrollo teórico de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales. Luego, mediante un muestreo por cadena de referencia se ampliará la muestra hasta la

saturación de categorías de análisis. Esto, en palabras de Neuman (2009), ocurre cuando las nuevas unidades de análisis que se añaden ya no aportan información o datos novedosos a la investigación, agregando que en la investigación cualitativa el tamaño de la muestra no se fija antes de la recolección de datos.

Si bien la selección de textos estará dada esencialmente por autores relevantes, existen otros criterios de inclusión de textos que es necesario considerar para asegurar rigurosidad:

- a. La temática central de desarrollo de los documentos textuales a analizar debe tener directa relación con alguna(s) de las *corrientes fundamentales en psicoterapia* anteriormente definidas.
- b. Los documentos pueden ser artículos científicos en formato digital o impreso, en idioma español o inglés, siempre que estén indexados en revistas con comité editorial.
- c. Los documentos pueden ser libros digitales o impresos, en idioma español o inglés con comité editorial.
- d. Los documentos pueden ser de fuentes primarias (desarrolladores principales de las corrientes psicoterapéuticas) o secundarias (intérpretes de tales corrientes).

Fase 2. Caracterización de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales

Establecer una caracterización de los postulados o aspectos centrales de cada una de las corrientes psicoterapéuticas es imprescindible para que estas puedan ser comparables entre sí, y dicho de paso, alcanzar el objetivo propuesto. Los postulados teóricos de cada corriente psicoterapéutica son lo suficientemente heterogéneos para hacer de cualquier análisis hermenéutico una tarea poco fructífera. Por consecuencia, es necesario delimitar una serie de postulados centrales y transversales a cada corriente para, posteriormente, interpretar los supuestos epistemológicos que en ellos se presentan.

La racionalidad a la base de la delimitación de los aspectos centrales de las corrientes psicoterapéuticas toma como inspiración las obras y planteamientos de Kriz (2012), Feixas y Miró (1993) y

Boswell et al. (2014), entre otras, buscando responder a tres cuestionamientos epistemológicos en torno a las corrientes psicoterapéuticas fundamentales: 1) ¿cómo se concibe la *psique* humana desde cada corriente psicoterapéutica?, 2) ¿cómo se comprende la enfermedad psicológica desde cada corriente psicoterapéutica? y 3) ¿cómo se aborda la enfermedad psicológica en el proceso psicoterapéutico? Tomando como base estos tres cuestionamientos es posible establecer una organización y adaptación particular –ajustada a los fines de este libro–, de tres postulados centrales que las corrientes psicoterapéuticas fundamentales presentarían de forma transversal:

1. *Naturaleza de la mente*. Este postulado agrupa las diversas ideas que cada enfoque presenta sobre la *psique* humana. Estas pueden girar en torno a su definición, constitución e importancia para el proceso psicoterapéutico.
2. *Aproximación a la psicopatología*. En este aspecto central convergen las concepciones, posiciones, comprensiones y/o explicaciones que cada teoría psicoterapéutica tiene sobre la salud y enfermedad psicológica.
3. *Proceso psicoterapéutico*. Este postulado alberga el método y objetivo psicoterapéutico de cada corriente; los principales elementos o acciones de los que se sirve cada enfoque psicoterapéutico para llevar a cabo la psicoterapia (estrategias, recursos e intervenciones); y los diferentes roles que cada corriente psicoterapéutica atribuye a consultante-terapeuta y a la relación de estos en el proceso de psicoterapia.

Estos tres elementos transversales –o postulados centrales– serán definidos para cada corriente psicoterapéutica fundamental en los capítulos correspondientes, permitiendo una homogeneización que permita su comparación y análisis de sus supuestos epistemológicos (fase 4).

Fase 3. Definición de paradigmas epistemológicos

Como se ha referido, los paradigmas epistemológicos corresponden al contexto del acto interpretativo y, para los fines de esta

investigación, deben definirse *a priori*. Al ser previa y racionalmente definidos, se configuran como categorías de análisis deductivas ya que emergen previamente de la teoría. Estas categorías conceptuales corresponderán a los paradigmas epistemológicos (Ortiz, 2015) definidos en torno a las ciencias humanas. Estos son: racionalismo, empirismo, pragmatismo, positivismo, fenomenología, hermenéutica, teoría crítica y constructividad. Recuérdese que estos paradigmas fueron abordados en detalle en el capítulo 2.

Fase 4. Análisis interpretativo

Esta es la etapa más importante de la investigación ya que aquí es donde –en esencia– se responde la pregunta de investigación y se alcanza el objetivo central. En esta fase convergen los insumos teóricos de las fases anteriores: la caracterización de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales en base a sus postulados centrales (fase 2) y la definición de los paradigmas epistemológicos (fase 3).

Estos elementos son los que se conjugan en el análisis interpretativo propiamente tal, es decir, en la pregunta hermenéutica que emerge en el investigador (¿X paradigma epistemológico sustenta filosóficamente a Y categoría o aspecto central de Z corriente psicoterapéutica fundamental?). La respuesta a tal(es) pregunta(s) hermenéutica(s) y su(s) respectivo(s) argumento(s) interpretativo(s) representa(n), en sí misma, la respuesta al problema planteado en este libro.

En otras palabras, y como se ha hecho mención en el apartado de fundamentos filosóficos, aquí se pondrá ‘el texto en un contexto’. En esta fase se analizará e interpretará cada postulado central de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales –*el texto*– (definidos y categorizados en la fase 2) en función de una serie de paradigmas epistemológicos –*el contexto*– (definidos en la fase 3) los que se configurarían como supuestos epistemológicos implícitos de dichas corrientes.

Fase 5. Clasificación

Finalmente, y como una forma de organizar gráficamente la información para el lector, se realizará una clasificación mediante diversos cuadros comparativos de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales respecto a los supuestos epistemológicos que sustentan sus postulados centrales. La presentación de estos cuadros, primeramente, será particular a cada una de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales en los capítulos correspondientes, y, también, hacia el éxodo de este libro, mediante un cuadro comparativo general que incluya todas las corrientes analizadas junto a sus supuestos epistemológicos.

Esta clasificación tiene una doble función: por un lado, permitir una clara y sistemática representación de los supuestos epistemológicos presentes en las corrientes psicoterapéuticas fundamentales y, por el otro, ofrecer una caracterización que permita la comparación de las corrientes psicoterapéuticas mediante criterios homogéneos.

CAPÍTULO 5: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE PSICODINÁMICA

Antes de continuar, es relevante precisar unas cuestiones atinentes a este y a los siguientes capítulos. Primero, de aquí en adelante se presentarán las diversas soluciones al problema planteado en los capítulos anteriores. Segundo, la estructura de los capítulos siguientes será la misma: en primer lugar, se presentarán los tres postulados centrales de cada corriente psicoterapéutica y, posteriormente, se realizará el análisis epistemológico de los mismos. Tercero, no es objeto de este capítulo, ni de los siguientes, presentar una descripción profunda y exhaustiva de cada corriente psicoterapéutica fundamental; tal actividad escapa a los fines de este libro. No obstante, y como se hizo referencia, sí lo es presentar una caracterización general y panorámica de aquellos aspectos centrales que conforman las premisas fundamentales de cada corriente desde una mirada epistemológica.

I. POSTULADOS CENTRALES DE LA CORRIENTE PSICODINÁMICA

La corriente psicodinámica, también conocida como abordaje de psicología profunda (Kriz, 2012) o modelo psicodinámico (Feixas y Miró, 1993), alberga una serie de aproximaciones teórico-prácticas en las que la presencia de un conflicto intrapsíquico tiene un rol preponderante, tanto en la interpretación de un problema psicológico como en su solución. La corriente psicodinámica –y los muchos modelos que abarca– se presentan directamente influenciados por las ideas del denominado ‘padre del psicoanálisis’, Sigmund Freud (Boswell et al., 2014). Algunos de estos modelos son, por ejemplo, la teoría neofreudiana (que en general discrepa de la teoría de la

libido de Freud), la teoría analítica del *Yo* (que resta importancia al *ello* y *superyó* para dársela al *yo*) y la terapia breve psicodinámica (versión flexible de psicoanálisis, con menor frecuencia de sesiones, foco terapéutico acotado y menor profundidad), entre otros. Con posterioridad, en este capítulo, se profundizará en los conceptos teóricos referidos en este párrafo.

Sin embargo, en la corriente psicodinámica también convergen algunos modelos terapéuticos que presentaron discrepancias con los planteamientos clásicos de Freud (Florenzano e Igor, 2016; Kriz, 2012; Murguía y Reyes, 2003). Jung, Adler y Reich, quienes tuvieron un importante rol en la difusión de las ideas psicoanalíticas en un principio, se convirtieron en los principales detractores de Freud, desarrollando la psicología analítica, la psicología individual y la vegetoterapia, respectivamente. El listado no se agota en estos modelos. El psicoanálisis de Lacan, la bioenergética de Lowen, el análisis transaccional de Berne y el psicoanálisis relacional, entre otros, también son albergados por la corriente psicodinámica.

Dado el escenario anterior, la cuestión ahora radica en una dificultad evidente: ¿cómo delimitar los postulados centrales de una corriente psicoterapéutica en la que confluye una larga lista de aproximaciones diversas y discrepantes? La respuesta, considerando los fines de este libro, se encuentra en aquellos elementos que son transversales a todos aquellos modelos. Todas las aproximaciones psicodinámicas presentan un denominador común: basan sus postulados en el psicoanálisis freudiano, ya sea para reelaborarlo, perfeccionarlo, discrepar en algún elemento o relevar otro.

Si representásemos metafóricamente a la corriente psicodinámica como un árbol ramificado en diversos modelos terapéuticos que ponen su foco central en los conflictos intrapsíquicos; su raíz y buena parte de su tronco sería, necesariamente, el psicoanálisis freudiano. Es sobre él, en su rol de *alma mater*, que se erige la corriente psicodinámica. Por consecuencia, delimitar los postulados centrales, anteriormente definidos, sobre los cimientos históricos y teóricos de la corriente psicodinámica —el psicoanálisis— cobra total relevancia y utilidad (Boswell et al., 2014).

Naturaleza de la mente

Para esta corriente, la mente es una compleja estructura que opera en diferentes niveles. Estos niveles se encuentran estrechamente relacionados con el modelo topográfico y el modelo estructural²⁹ desarrollados por Freud (1979c, 1979d), los que, además, representan algunos de los postulados más importantes de su propuesta. Ambos modelos permiten comprender el funcionamiento y la existencia de esta compleja estructura psíquica, por lo que su revisión, por somera que sea, es esencial para dar cuenta de las propiedades de la mente para el psicoanálisis, y, por consecuencia, para la corriente psicodinámica.

El modelo topográfico, también conocido como la primera tópica freudiana, distingue tres diferentes niveles de conciencia del aparato psíquico: el inconsciente, el preconscious y el consciente (Laznik et al., 2011). Estos niveles se disponen respectivamente en un continuo que va desde un polo de mayor profundidad e inaccesibilidad hasta otro de mayor superficialidad y accesibilidad. El inconsciente se encuentra en el extremo más profundo de este continuo. Almacena información –normalmente recuerdos e imágenes– que no son asequibles para el ser humano en estado de vigilia. Se rige por sus propias reglas: es ilógico, atemporal y puede albergar eventos del pasado y presente simultáneamente, y, además, configura el nivel más determinante en la conducta humana (Freud, 1979c). El preconscious es una especie de portal que conecta el inconsciente con el consciente. Es decir, algunos contenidos del inconsciente pueden moverse al preconscious y eventualmente tener efectos en el consciente. El nivel consciente se sitúa en el extremo más superficial del continuo, por ende, es totalmente asequible para el ser humano. Se caracteriza por ser racional y por poner en contacto al yo del sujeto con el mundo externo (Freud, 1979c).

²⁹ En la obra de Freud es posible distinguir cinco modelos que albergan las ideas centrales del psicoanálisis: modelo topográfico, modelo dinámico, modelo estructural, modelo económico y modelo de desarrollo genético (Feixas y Miró, 1993).

El modelo estructural, o segunda tónica, tal como su nombre lo indica, otorga una estructura al aparato psíquico relacionándose directamente con la maduración biológica e interacción social del sujeto (Freud, 1979d). Este modelo también se ve representado en tres niveles: *ello*, *yo* y *superyó* (Fernández, 2018). El *ello* es la estructura psíquica más antigua, tanto en la filogenia (desarrollo de la especie humana) como en la ontogenia (desarrollo evolutivo de un sujeto) y se considera *la* fuente de energía psíquica³⁰ –conocida como libido–, que se caracteriza por ser instintiva y no socializada (Freud, 1979d). Es decir, no tiene contacto con el mundo externo y se rige por un principio de placer o satisfacción inmediata de sus necesidades, albergando todas las pulsiones e instintos biológicos más primitivos. El *superyó* representa una serie de reglas morales y éticas interiorizadas por la socialización del sujeto a lo largo de su ciclo evolutivo, fundamentalmente, por parte de los padres. Tiene una función normativa y reguladora respecto a las necesidades que nacen del *ello*, vigilándolo y castigándolo con relación a la conciencia moral interiorizada del sujeto. Finalmente, el *yo* es una estructura psíquica mediadora entre los impulsos instintivos del *ello* y la regulación moral del *superyó*. Por lo tanto, su función es satisfacer las necesidades emocionales básicas tomando en cuenta, y sin entrar en conflicto con, las normas sociales existentes (Fernández, 2018; Freud, 1979d; Kriz, 2012).

³⁰ Citando a Kriz (2012): «El núcleo de nuestro ser, dice Freud, es el *ello*, al que le interesa satisfacer de la manera más perentoria sus necesidades, que trae constitucionalmente desde el nacimiento. Freud llama pulsiones a las fuerzas supuestas tras las tensiones de necesidad del *ello*; en última instancia, extraen su energía de fuentes de naturaleza fisiológica. Es cierto que se pueden distinguir muy variadas pulsiones, pero todas se reconducen a dos pulsiones fundamentales. Eros (que se define también como pulsión de amor o pulsión de autoconservación) corporiza el principio de placer y sirve también a la reproducción. Meta de Eros es producir y conservar unidades cada vez más grandes por medio de ligazones. La otra, Tánatos (o pulsión de muerte o de destrucción), que según hemos dicho fue introducida por Freud mucho más tarde, persigue en cambio la meta de disolver conexiones y de este modo destruir las cosas. Estas dos pulsiones fundamentales se conjugan y, en diversas combinaciones -en la forma de diversas pulsiones parciales subordinadas-, producen la variedad de los fenómenos de la vida. La energía que está en la base de Eros se llama libido, para la energía de Tánatos no existe denominación» (p. 58).

Ambos modelos, el estructural y topográfico, se relacionan mutuamente. El *ello* es totalmente inconsciente, el *yo* sustancialmente consciente y en parte preconscious, y el *superyó* transversal a todos los niveles del modelo estructural, es decir, tanto inconsciente como consciente.

Por consecuencia, la mente para la corriente psicodinámica es una compleja estructura psíquica que opera simultáneamente en diferentes niveles de profundidad³¹ –inconsciente, preconscious y consciente– y en diferentes estructuras funcionales –*ello*, *yo* y *superyó*–, los que, conjugándose entre sí, establecen el funcionamiento psíquico del ser humano.

Aproximación a la psicopatología

Uno de los conceptos más relevantes a la hora de referirse a la noción de enfermedad psicológica en la corriente psicodinámica es la neurosis. El término fue introducido en 1769 por William Cullen quien lo propuso para denominar a las llamadas ‘enfermedades nerviosas’ (enfermedades sin causa orgánica), sin embargo, más tarde fue refinado por Freud en el desarrollo de la obra psicoanalítica (Rivera et al., 2007).

Para el psicoanálisis, la neurosis es la consecuencia de un conflicto que se produce entre las fuerzas instintivas sexuales –o libido– que buscan expresión en el medio externo y los mecanismos de defensa del sujeto. Consuegra (2010) realiza una precisa definición de la neurosis psicoanalítica:

El término neurosis se refiere a un grupo de enfermedades mentales menores, en comparación con la psicosis, en que se destacan los trastornos subjetivos. Las neurosis se distinguen positivamente por la presencia constante de la angustia y por la utilización masiva de mecanismos defensivos contra esta, que devienen rígidos y obsoletos. A pesar del estrechamiento del campo vital de las inhibiciones y de los síntomas,

³¹ La concepción freudiana de la mente, escindida en tres estructuras, encuentra antecedente en la filosofía de Platón, quien comprendía el alma (*psyché*) mediante una división tripartita: alma racional, alma irascible y alma concupiscible.

el paciente no rompe masivamente con el entorno y puede mantener una adaptación social aceptable, aunque limitada y poco creativa. La neurosis puede manifestarse en términos de síntomas físicos, síntomas psíquicos y estructura de carácter. (p. 197)

Por consecuencia, se entiende que los fenómenos mentales –y los síntomas neuróticos–son la consecuencia de fuerzas en conflicto³². Por un lado, se presenta la necesidad de ‘descargar’ los instintos sexuales y agresivos, y, por otro, se encuentran los mecanismos de defensa³³ (Freud, 1965) generados por el sujeto para inhibir tales demandas. El síntoma, según Feixas y Miró (1993) «es el resultado de un compromiso para resolver el conflicto entre los impulsos instintivos y las defensas que se les oponen» (p. 102). Claramente este intento de resolver el conflicto falla, es decir, el síntoma aparece cuando la organización defensiva del sujeto es insuficiente para inhibir las fuerzas instintivas. Desde esta perspectiva de psicopatología, el síntoma no es considerado un problema, sino más bien, una especie de intento de autocuración fallida, ya que nace de la acción de restablecer el equilibrio de las fuerzas en conflicto (Kriz, 2012), por ende, no se debe curar el síntoma, sino atacar la causa de este.

Un segundo elemento esencial en la comprensión de la disfunción psicoanalítica es el énfasis que se le otorga a las experiencias tempranas en la formación de psicopatología (Boswell et al., 2014), particularmente, respecto al desarrollo psicosexual del ser humano. El foco de estas ideas es desarrollado en el modelo genético de la obra de Freud, el que establece que la personalidad –y sus trastornos– tienen directa relación con las fases o estadios del desarrollo psicosexual, en los que la energía libidinal transita por diferentes órganos o zonas erógenas del cuerpo humano (Castellanos, 2013). Léase en palabras de Kriz (2012):

³² Principios concernientes al *modelo dinámico* de la obra de Freud (Feixas y Miró, 1993).

³³ Sigmund Freud y su hija, Anna Freud, definieron los siguientes mecanismos de defensa como los más importantes: represión, desplazamiento, identificación, proyección, formación reactiva, sustitución, sublimación, racionalización, aislamiento y regresión (Freud, 1965).

El modelo de las fases postula que diferentes órganos, en una secuencia bien determinada, entran en escena unos después de otros como zonas erógenas: primero la boca (fase oral), después el ano (fase anal), luego el genital (masculino: fase fálica) y, trascurrida una fase de latencia, en la pubertad, los genitales (masculinos y femeninos: fase genital). En cada fase la ganancia de placer se concentra en variedades bien determinadas (p.ej., en conexión con ciertos objetos), que son definidas como fijaciones. Hasta esas fijaciones se retrocederá posteriormente, sobre todo en situaciones de crisis; estos retrocesos reciben el nombre de regresiones. En paralelismo con estas fases se vivencia el complejo de Edipo -confrontación específica con el progenitor del mismo sexo y el del sexo opuesto. (p. 60)

El exceso o déficit de la gratificación de esta energía generaría ciertos patrones disfuncionales de la personalidad en la vida adulta, o como refiere Kriz (2012), ciertos tipos de estructura de personalidad. Por ejemplo, fijaciones en la fase oral (tipo oral) producirían en la adultez dificultades en comportamientos orales como fumar, beber, comer en exceso o coleccionar cosas; presentando, normalmente, una actitud exigente, insaciable y con escasa tolerancia a la frustración. La fase anal (tipo anal) conllevaría problemas relacionados con el control, provocando comportamientos como la avaricia, despilfarro, o, a nivel fisiológico, enuresis o estreñimiento. Comúnmente involucra a personas que presentan pasión compulsiva por la limpieza y el orden. La fase fálica (tipo fálico) implicaría problemas de identidad sexual en la adultez, siendo característica su ambición, actividad e impulsividad. Finalmente, la fase genital no está asociada directamente a patologías, sino al desarrollo de la sexualidad madura a través de la capacidad orgásmica y afectos (Feixas y Miró 1993; Kriz, 2012).

El modelo dinámico y el modelo genético se relacionan entre sí en lo que respecta a la comprensión de la psicopatología desde la corriente psicodinámica (Fernández, 2017). El primero, asociado a la neurosis (conflictos entre libido y defensas), y, el segundo, asociado a las experiencias tempranas del ser humano, las que juegan un rol determinante en la formación de síntomas neuróticos en la adultez:

En efecto, se considera que la primera infancia es decisiva como semilla para la génesis de las neurosis, aunque desde luego también en la edad adulta son cosa corriente los conflictos, p.ej., entre las tres instancias psíquicas. Ello se debe a que en aquel período la estructura yo es todavía débil y se encuentra en el proceso de su desarrollo (...) Los conflictos infantiles son entonces los que llevan a un debilitamiento del yo, a las posturas defensivas y represiones características, y son ellos los que se reactivan en la formación del síntoma neurótico. (Kriz, 2012, p. 66)

De tal manera, la noción de disfuncionalidad en la corriente psicodinámica está sustancialmente asociada a la aparición de síntomas neuróticos, los que surgen como producto de los conflictos dinámicos que se producen entre la necesidad de satisfacción de los instintos sexuales o libido y los mecanismos de defensa del sujeto. Tanto la libido como las defensas se encuentran condicionadas por las experiencias tempranas del ser humano y las fijaciones que pudieran generarse en cada fase. Por consecuencia, la noción de funcionalidad está relacionada con la óptima superación de cada fase del desarrollo psicosexual y con la efectividad de los mecanismos defensivos del sujeto.

Proceso psicoterapéutico

Dados los antecedentes presentados es posible dar cuenta que el principal objetivo psicoterapéutico de la corriente psicodinámica es ‘hacer consciente lo inconsciente’, procurando vencer las resistencias³⁴ que el propio paciente construye en la situación terapéutica. Por lo tanto, lo curativo depende de que el consultante alcance una total lucidez sobre lo que le aqueja (Freud, 1979b). El foco del proceso psicoterapéutico, en general, además de hacer consciente lo inconsciente, es buscar la auto comprensión del consultante y el logro de experiencias emocionales correctivas en el proceso psicoterapéutico. Los criterios de éxito terapéutico atribuidos a Freud se definen –de

³⁴ Las resistencias se generan en el consultante como una especie de *boicot*, con el fin de evitar enfrentarse a los contenidos inconscientes que resultan angustiantes.

forma bastante amplia— como la recuperación de la capacidad de amar y trabajar; ambos como indicadores de salud mental. A pesar de su amplitud, estas metas se presentan transversalmente en las terapias psicodinámicas (Boswell et al., 2014).

El método terapéutico, o procedimiento para alcanzar estos objetivos, tiene como eje central el ‘análisis’ realizado por el psicoterapeuta: «el terapeuta se alía con el yo del paciente, que está debilitado por el ello y el *superyó* a fin de liberar lo reprimido» (Kriz, 2012, p. 67). Este método es, esencialmente, la asociación libre.

El método de la asociación libre (Freud 1998a; 1998b) se fundamenta en dos cuestiones básicas. Primero, el psicoanálisis comprende un determinismo psíquico de la conducta, lo que se traduce en que un mismo efecto o síntoma puede tener muchas causas psíquicas. Segundo, y en relación con el punto anterior, el consultante debe referir al terapeuta todo aquello que piense y que le vaya ocurriendo, por muy absurdo que le parezca, ya que, según el determinismo psíquico, toda conducta tiene múltiples significados, y estos son relevantes para el proceso psicoterapéutico. Esto se convierte en la ‘regla fundamental’ de la asociación libre, que debe ser seguida por el consultante (Donnet, 2001). De esta manera, el terapeuta puede analizar, interpretar y develar ciertos elementos inconscientes que extrae del discurso del consultante. Esta regla aplica también para la interpretación y análisis de los sueños que relata el consultante (Freud, 1979a).

No obstante, el psicoterapeuta también debe seguir algunas reglas en el proceso psicoterapéutico. Primero, debe mantener una regla de abstinencia, la que implica que no debe satisfacer las demandas del consultante, es decir, no debe brindar consuelo, ni felicitaciones, ni consejos, etc. El terapeuta debe mantenerse al margen de influir en el consultante con sus propias creencias o proyecciones a la vez que debe evitar satisfacer cualquier exigencia del paciente. Segundo, debe seguir una regla de neutralidad, la que se traduce en mantener una actitud equidistante al contenido que le presenta el consultante, sin dar privilegio al análisis de un material por sobre otro, distanciando la práctica clínica de la valoración moral (Bareiro, 2016).

Algunos elementos de la relación terapéutica generada entre paciente y terapeuta, como la transferencia y contratransferencia, son esenciales para el éxito del proceso psicoterapéutico psicodinámico. Es en la propia relación terapéutica donde yacen los principales elementos curativos y de cambio³⁵. La transferencia, considerada en un principio por Freud (1893) como una resistencia y luego como un recurso (Freud, 1901) –en la medida que el terapeuta la aborde oportunamente–, ocurre cuando el consultante manifiesta al terapeuta formas de conducta que ha experimentado en relaciones pasadas, es decir, como una forma de reimpresión relacional (Schraml, 1975). Según Ruiz (2013) la transferencia «se define como una repetición de prototipos infantiles donde los deseos inconscientes (del consultante) se actualizan» (p. 53) con el terapeuta. Estos prototipos pueden ser positivos o negativos, dependiendo de los sentimientos y conductas que se generen hacia el terapeuta. La contratransferencia es entendida como aquellas conductas emanadas del terapeuta hacia el consultante producto de la transferencia de este último: «normalmente se emplea para designar los sentimientos y actitudes del analista hacia el analizado, que se evocan a partir de la transferencia del paciente y que pueden estar influidos por la historia personal del analista» (Bacal, 2017, p. 247).

El proceso psicoterapéutico de la corriente psicodinámica es fundamentalmente una actividad interpretativa, tanto del terapeuta como del consultante. Por consecuencia, las estrategias e intervenciones desplegadas en el proceso giran necesariamente en torno al análisis e interpretación. Dentro de ellas se encuentra la ya mencionada asociación libre, el análisis de las resistencias del consultante al proceso psicoterapéutico, el análisis de los sueños, el análisis de los elementos transferenciales y contratransferenciales, entre otros³⁶.

³⁵ Este énfasis en los aspectos relacionales tiene total congruencia con lo presentado en el capítulo uno en torno a los factores comunes de cambio psicoterapéutico, donde se establece que los factores de la relación con el terapeuta son responsables de un 30 % de la varianza en los resultados de mejora en los consultantes (Lambert, 1992).

³⁶ También se utilizan recursos para el análisis del material terapéutico como la confrontación (poner al consultante en un dilema), la clarificación (reformular un episodio que narra el consultante desde otro punto de vista) y la construcción (interpretación histórica extensa y alejada del material presente).

2. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE PSICODINÁMICA

La corriente psicodinámica, fundamentada esencialmente en el psicoanálisis freudiano y ramificada en múltiples desarrollos posteriores, presenta, en consecuencia, un amplio abanico de supuestos epistemológicos; algunos incluso, aparentemente incongruentes entre sí. En las páginas ulteriores se detallarán tales supuestos. Como ya es de conocimiento para el lector, estos fueron analizados mediante una metodología interpretativa (fundamentada en la hermenéutica analógica) en torno a los tres postulados centrales de la corriente psicodinámica (naturaleza de la mente, aproximación a la psicopatología y proceso psicoterapéutico).

Es importante precisar que las ideas que se expondrán a continuación no representan, bajo ningún punto de vista, ideas inamovibles e invariables, sino que, como fruto de la actividad interpretativa, se mantienen abiertas a la reinterpretación, representando el análisis de *un* hermeneuta.

Naturaleza de la mente

La mente para la corriente psicodinámica fue definida como una estructura compleja que opera en diferentes niveles. Estos niveles corresponden al modelo estructural (*ello, yo y superyó*) y al modelo topográfico (inconsciente, preconscious y consciente). Estos constructos tienen una importante característica común que es fundamental para el análisis epistemológico: no son hechos reales, es decir, no tienen una naturaleza empírica que permita acceder a ellos mediante los sentidos o con algún método de verificación. En efecto, Freud desarrolló gran parte de su teoría basándose en la reflexión y razonamiento de sus propias experiencias, influido por las visiones del ser humano de su época³⁷.

³⁷ Kriz (2012) y Feixas y Miró (1993) señalan que el psicoanálisis fue una síntesis creativa de diversos elementos propios de la época de Freud como la física mecanicista de Newton, la teoría evolucionista de Darwin, las ideas sobre el ser humano de Kierkegaard, Schopenhauer y Nietzsche. El psicoanálisis se inspiró en los modelos científicos de la mecánica, hidrodinámica y neurofisiología.

El constructo de *ello* e inconsciente, por poner un ejemplo de ambos modelos, no representan entidades observables que puedan ser percibidas en la naturaleza, sino más bien, son un producto de la actividad racional, reflexiva y deductiva de su creador. Por lo tanto, es posible dar cuenta de algunos supuestos racionalistas en la concepción de la mente de la corriente psicodinámica.

Para el racionalismo, el conocimiento verdadero es aquel que se obtiene mediante la razón, sin necesidad de premisas empíricas que validen dicho conocimiento. De tal manera, tanto el modelo topográfico como el estructural –como constitutivos de la mente– son productos racionales que prescinden de la comprobación empírica para su existencia, por consecuencia, presentan supuestos racionalistas.

Otro elemento a favor de esta tesis racionalista es que ambos modelos –topográfico y estructural– que conforman la mente desde la concepción psicodinámica, se pretenden con validez lógica y universal. El racionalismo supone que los juicios fundados en la razón poseen estas características. La validez lógica –que en el psicoanálisis no está tomada de la rigurosidad matemática a la que aspira el racionalismo–, se presenta en la congruencia y justificación de las proposiciones de cada modelo en la conformación de los fenómenos mentales. Cada modelo es, en sí mismo, un conjunto de ideas lógicamente relacionadas, las que a su vez se relacionan con otros modelos, permitiendo así explicar los fenómenos mentales mediante una macro teoría. Por otro lado, todo ser humano en su ontogenia tendría, desde la corriente psicodinámica, un *ello*, *yo* y *superyó*, así como un inconsciente, preconsciente y consciente, los que permitirían la ocurrencia de diversos fenómenos psíquicos. Por lo tanto, desde esta perspectiva se configurarían como verdades universales presentes en cada ser humano³⁸.

El conocimiento como ley o verdad universal no es solo un anhelo del racionalismo, sino que también del positivismo y la fenomenología. Sería aventurado –y para muchos disparatado– referir

³⁸ Si bien se presentan como verdades universales, la configuración psíquica que se obtiene del desarrollo de cada modelo en cada ser humano es idiosincrática.

que en la concepción de mente –desde la perspectiva psicodinámica– existen supuestos positivistas, debido a sus evidentes diferencias³⁹. No obstante, en lo que respecta al anhelo de universalidad de los supuestos psicodinámicos en torno a la mente (modelo topográfico y estructural), como norma general para todo ser humano, sí hay un punto acotado de convergencia: el positivismo también pretende el establecimiento de leyes generales. Sin embargo, sobre tal afirmación, existen al menos dos importantes diferencias epistemológicas entre psicoanálisis y positivismo: el positivismo se sirve del método científico⁴⁰ para la obtención de tal universalidad en sus postulados y se basa en hechos reales, empíricos, a diferencia del psicoanálisis. Por lo tanto, el positivismo como supuesto epistemológico tiene una representación restringida y limitada⁴¹ en la concepción de mente psicodinámica.

Respecto a la fenomenología como supuesto epistemológico de la mente psicodinámica, también habría algunos lugares de encuentro. Es posible interpretar al modelo estructural y topográfico, particularmente al inconsciente y *ello* (por ser de los constructos más profundos y relevantes en la concepción de mente freudiana), como esencias. Las esencias, según plantea la fenomenología, son entidades no reales –no empíricas– y universales, cumpliendo la propuesta psicoanalítica de la mente con tales requisitos. Como se ha referido con anterioridad, tanto los constructos del modelo topográfico como del estructural no presentan naturaleza empírica y se configuran, desde la mirada freudiana, como universales a todo

³⁹ Karl Popper critica fehacientemente a la teoría psicoanalítica por su imposibilidad de falsación. Augusto Comte, por su parte, señalaría que el psicoanálisis se encuentra en un estado de conocimiento metafísico que basa sus explicaciones en entidades abstractas.

⁴⁰ Si bien Freud fue un científico destacado en su época (que aspiraba a alcanzar la reducción somato-fisiológica del ser humano), se inclinó al estudio exhaustivo de los procesos psíquicos sin seguir la rigurosidad científica de la psicología experimental (Kriz, 2012).

⁴¹ En consecuencia con el capítulo anterior, los supuestos positivistas de la mente psicodinámica –también los fenomenológicos y pragmáticos que se expondrán en breve– deben ser considerados como analogados secundarios (interpretaciones y argumentos hermenéuticos menos robustos teóricamente).

ser humano. Sin embargo, es importante recalcar que no todos son puntos de encuentro. El método con el cual Freud accedió a estas esencias dista de ser el método fenomenológico planteado por Husserl (*epoché*). Por consecuencia, se comparte epistemológicamente el anhelo fenomenológico de la universalidad y no realidad de las esencias, pero no el método con el cual se accede a ellas⁴².

Finalmente, otro supuesto epistemológico del que es posible dar cuenta en la noción de mente psicodinámica, es el pragmatismo. Desde tal perspectiva, el conocimiento adquiere estatus de verdad con relación a su utilidad práctica –particularmente desde la perspectiva pragmática de William James–. Por consecuencia, tanto los constructos del modelo topográfico como del modelo estructural, que en esencia constituyen la mente, serían reales y verdaderos, epistemológicamente hablando, dada su utilidad práctica. Es difícil negar la utilidad que los conceptos de inconsciente, preconsciente y consciente o *ello*, *yo* y *superyó* han prestado a la humanidad y a la tradición psicológica de desarrollo posterior. No es casualidad que, a mediados del siglo XIX, el psicoanálisis, nutrido de tales conceptos, haya sido considerado sinónimo de psicoterapia, siendo la opción de tratamiento por excelencia para los problemas mentales. De hecho, en la actualidad, si bien existen diversas aproximaciones terapéuticas, algunos conceptos como inconsciente –o la necesidad de atribuir un significado a los sueños asociado a él– siguen siendo útiles en el lenguaje cotidiano de las personas, estén relacionadas o no a la psicología. De tal manera, los supuestos pragmáticos de la concepción de mente psicodinámica están dados por la utilidad práctica de los constructos que la constituyen, posicionándola, desde esta perspectiva, como un conocimiento verdadero.

A modo de síntesis, es factible referir que la mente, desde la concepción psicodinámica (constituida por el modelo topográfico y

⁴² Diversos autores como Ludwig Binswanger, Maurice Merleau-Ponty, Paul Ricoeur, Françoise Dastur, Rudolf Bernet, entre otros, han reflexionado sobre la relación existente entre el psicoanálisis y la fenomenología. El debate gira en torno a la dificultosa interpretación del inconsciente desde la mirada fenomenológica, ya que, por definición, la fenomenología aborda fenómenos, y estos deben presentarse en el *fluir* de la conciencia, actividad opuesta al inconsciente psicoanalítico.

estructural), presenta supuestos epistemológicos racionalistas, dada la naturaleza no empírica de sus constructos centrales y la primacía otorgada a la razón deductiva en su constitución; positivistas, específicamente en torno a la aspiración de ley universal de sus postulados; fenomenológicos, en torno a la concepción de esencias no reales y universales de sus constructos; y pragmáticos respecto a su valor práctico, el que le otorga criterio de verdad epistemológica.

Aproximación a la psicopatología

Como se refirió anteriormente en este capítulo, la neurosis es uno de los constructos centrales para entender la enfermedad mental desde la corriente psicodinámica. Esta es la expresión –mediante signos y síntomas⁴³– de un conflicto psíquico entre la necesidad de expresión de la libido y las restricciones de los mecanismos de defensa del yo.

Se considera que la neurosis –como eje central de la psicopatología psicodinámica– presenta supuestos epistemológicos empiristas que le dan sustento. Podría haber cierta inclinación –dado el análisis expuesto en el apartado anterior– hacia los supuestos racionalistas más que hacia los empiristas, ya que el constructo neurosis es racionalmente establecido. Sin embargo, a diferencia de otros constructos psicoanalíticos, se considera que la neurosis es empíricamente observable, ya sea por signos físicos o por el relato de los síntomas de los consultantes.

Para justificar los supuestos empiristas presentes en tal constructo es importante remontarse al uso primigenio del término neurosis⁴⁴. Este estaba asociado a un conjunto de síntomas disruptivos –normalmente acompañados de altos niveles de angustia– que no tenían una causa orgánica evidente (Napolitano, 2013). No obstante, e independiente de no contar con causas claras sobre ellos –los

⁴³ Normalmente, los signos se consideran manifestaciones objetivas u observables. El síntoma, por el contrario, es una apreciación subjetiva provista del relato del consultante.

⁴⁴ Posteriormente Freud refina el término entendiéndolo como la expresión de un conflicto psíquico entre las fuerzas instintivas y los mecanismos de defensa que limitan su expresión en la realidad (Rivera et al., 2007).

síntomas—, era posible observar sus consecuencias. De tal manera, tanto los signos físicos observables como los relatos de los síntomas de los pacientes son susceptibles de ser conocidos a través de los sentidos. El término neurosis, y sus implicancias psicopatológicas, se constituye racionalmente de forma posterior a la experiencia sensible.

Puede darse una aparente incongruencia en torno a los supuestos empiristas que sustentan a la neurosis —un constructo racional— como constitutiva de la psicopatología psicodinámica⁴⁵. Sin embargo, el empirismo en ningún caso niega la existencia de la razón (o de constructos racionales), solo precisa que estos siempre serán posteriores a la experiencia sensible. La razón siempre estará subordinada a la experiencia, ya que la primera se constituye gracias a los datos provistos de la segunda. Es decir, el constructo racional de neurosis, siempre que provenga de la experiencia observable a través de los sentidos y pueda ser verificada a través de estos mediante la observación de síntomas y signos, se considerará un conocimiento verdadero, desde tal perspectiva.

Ahora bien, el límite de los supuestos empiristas en la concepción de psicopatología psicodinámica se encuentra en la relación posterior que el constructo neurosis establece con otros constructos de origen racional. Estos constructos, como libido o defensas —estrechamente relacionados con la neurosis—, entre otros, presentan una limitada verificación en la experiencia, por lo que se apartan considerablemente del empirismo.

El segundo elemento central de la psicopatología psicodinámica —particularmente en torno a la formación de personalidad disfuncional— es el modelo genético. Este modelo propone diversas fases de desarrollo psicosexual en el ser humano, donde la energía libidinal transita por diferentes zonas erógenas del cuerpo, generando exceso o déficit de gratificación, lo que repercute en las características de personalidad en la adultez.

⁴⁵ El propio David Hume, por ejemplo, arremete contra toda metafísica de ideas *a priori* a la experiencia. Aquí se encontrarían todos aquellos constructos psicoanalíticos que no tienen cabida en la naturaleza, es decir, aquellas *ideas* que no provienen de *impresiones* captadas por los sentidos —como el ello o *inconsciente*—, configurando un conocimiento falso, desde la perspectiva de Hume.

La libido no es una energía que pueda observarse mediante los sentidos. Tampoco es posible conocer empíricamente –mediante la experiencia sensible– en qué zona erógena se encuentra a determinada edad en el desarrollo evolutivo del ser humano. La razón es que esta pulsión sexual llamada libido, no es real (empírica). Es decir, se configura como un constructo racional que Freud desarrolló para dar sustento a su teoría. Sin embargo, no se encuentra disponible en la naturaleza para ser captada por los sentidos. Por consecuencia, es posible dar cuenta de la presencia de supuestos epistemológicos racionalistas en el modelo genético de la teoría psicodinámica, siendo la libido un constructo universal (presente en todo ser humano), racionalmente construido y sin posibilidad de verificación empírica.

No obstante, desde esta perspectiva, la experiencia también tiene un rol relevante, aunque secundario a la razón, temporalmente hablando. Esto se debe a que, posterior a la construcción racional del concepto libido (que sustenta al modelo genético), se interpreta la experiencia a través de él. Es decir, gracias a la construcción de este concepto se puede *ver* e interpretar diferentes conductas que, en sí mismas, le dan sustento teórico al propio concepto, formando una relación tautológica, que vale referir, da primacía a la razón sobre la experiencia.

Esta relación podría ser entendida de la siguiente manera: la pulsión libidinal no tiene base orgánica ni material, sino que es considerada energía psíquica. Esta energía, construida racionalmente, permite interpretar una serie de conductas características –empíricas– en diferentes etapas del ciclo vital del ser humano (succionar objetos, controlar esfínter, masturbarse, etc.). Estas conductas son explicadas debido al tránsito de la libido por diferentes zonas erógenas del cuerpo (boca, ano, genitales, etc.). De tal manera, son estas conductas, en sí mismas, las que reafirman el concepto libido al ser explicadas a través de él. No obstante, este haya sido construido racionalmente para tal fin.

Como es posible apreciar a través de este apartado sobre psicopatología, existirían tanto supuestos epistemológicos empiristas

como racionalistas⁴⁶ que sustentan la concepción psicodinámica de la misma. Los primeros en torno al modelo estructural y topográfico –donde la experiencia tiene primacía sobre los constructos racionales–, y los segundos, sobre el modelo genético –donde los constructos racionales priman sobre la experiencia–. En ambos tipos de supuestos, la experiencia y la razón se relacionan, casi indivisiblemente. Por ello es importante insistir en que no se pretende establecer supuestos epistemológicos puros –lo que de hecho no es factible–, sino más bien, presentar diversas lecturas de estos frente a la corriente psicodinámica, tomando, necesariamente, una posición interpretativa.

Proceso psicoterapéutico

El objetivo central del proceso psicoterapéutico psicodinámico es, como ya fue referido, ‘hacer consciente lo inconsciente’. Es decir, que el consultante pueda adquirir conocimiento pleno de su condición, la que antes de acudir al analista permanecía oculta, provocándole malestar psicológico. Este objetivo presenta similitudes respecto al anhelo de la fenomenología: acceder a las esencias de los fenómenos que se presentan en el fluir de la conciencia.

Anteriormente, se refirió que el inconsciente psicoanalítico podía ser considerado como una esencia –particularmente en torno a su naturaleza no real y universal–, y, tal como se plantea el objetivo terapéutico, se busca que esta esencia (el inconsciente, aquello que pertenece oculto) se presente o deleve en el fluir de la conciencia (que se desplace al nivel consciente del yo). Desde la perspectiva psicoanalítica, esto otorgaría bienestar psicológico y desde la fenomenología, se accedería a la esencia de un fenómeno. Dada esta relación, es factible mencionar que hay presencia de algunos supuestos fenomenológicos en el objetivo central del proceso psicoterapéutico psicodinámico. No obstante, el método para lograr

⁴⁶ Es oportuno referir que tal relación entre racionalismo y empirismo tiene como antecedente la filosofía de Immanuel Kant, quien articula tales aproximaciones racionalistas y empiristas en la denominada *síntesis kantiana*.

tal objetivo –*epojé* en fenomenología– difiere considerablemente del utilizado en la corriente psicodinámica.

El método terapéutico que permite lograr los objetivos de la corriente psicodinámica es, esencialmente, el análisis⁴⁷, o, dicho de otro modo, la interpretación. Por consecuencia, y dada tal actividad, los supuestos epistemológicos que sustentan este método son hermenéuticos. Es factible corroborar tal afirmación mediante el examen de la asociación libre y del determinismo psíquico, entre otros.

La asociación libre es ‘la regla fundamental’ que debe ser seguida por el consultante: comunicar al terapeuta todo aquello que pase por su conciencia, sin que medie pensamiento alguno. El objetivo de esto es que el analista pueda realizar diversas interpretaciones del relato del consultante, consecuentes con la teoría psicoanalítica. La meta es comprender el relato del consultante y atribuirle un significado desde la perspectiva teórica del analista. Esta comprensión de los fenómenos relatados por el consultante, en consecuencia con la hermenéutica, no busca convertirse en una ley universal, sino más bien representar un conocimiento idiosincrático del problema del consultante.

Por otro lado, el determinismo psíquico de la conducta plantea que toda conducta puede tener múltiples causas, no establecidas *a priori*, es decir, que es posible atribuirle muchos significados. Dentro del trabajo del analista en el proceso psicoterapéutico, la asignación de significados a los relatos y conductas del consultante no es un privilegio sino una necesidad para el éxito terapéutico. Diversos elementos son interpretados por el terapeuta: los relatos del consultante producto de la asociación libre, sus conductas, sus resistencias, sus mecanismos de defensa, las relaciones transferenciales y contratransferenciales que genera con el consultante, los sueños, etc. Interpretar es, básicamente, el trabajo del analista.

Sin embargo, y a pesar de ser consecuente con diversos postulados hermenéuticos, el proceso psicoterapéutico se aleja de algunos de ellos. Particularmente, en lo que respecta a la escasa (o

⁴⁷ Es por ello por lo que el psicoterapeuta (al menos desde la perspectiva más clásica y apegada a los trabajos de Freud) recibe el nombre de *psicoanalista*.

nula) incorporación de las pre-comprensiones del hermeneuta en la interpretación y al anhelo de neutralidad del psicoanálisis. Estos elementos se acercan mucho más a una concepción positivista del conocimiento.

Tales supuestos epistemológicos positivistas presentes en el proceso psicoterapéutico, se aprecian fundamentalmente en las ‘reglas de abstinencia y neutralidad’ que debe seguir el terapeuta en el momento de su análisis. La primera regla plantea que el terapeuta no debe satisfacer las demandas del consultante (otorgar consuelo, felicitarle, sonreír, etc.) alejándose de cualquier conducta suya que pueda ‘interferir’ en la interpretación. La segunda regla se basa en no dar privilegio a ciertas partes del relato del consultante, sino más bien, mantener una actitud equidistante y alejada de cualquier valoración moral. Ambas reglas son consecuentes con el ideal de objetividad y neutralidad del conocimiento científico planteado por el positivismo, aunque, vale referir, no se alineen con el método científico.

Por consecuencia, y a modo de síntesis, es factible señalar que la aproximación terapéutica desde la corriente psicodinámica presenta supuestos epistemológicos de tipo fenomenológico, en relación a la consideración del inconsciente como esencia que debe ser llevada a la conciencia; hermenéuticos, fundamentalmente en torno al trabajo interpretativo del analista y; positivistas, en relación a las reglas de abstinencia y neutralidad que debe seguir el terapeuta al momento de su interpretación de los fenómenos psíquicos del consultante.

Un panorama general y resumido de los elementos expuestos en este capítulo, tanto teóricos como epistemológicos, puede verse en la Tabla 1.

TABLA I
CUADRO RESUMEN. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS
DE LA CORRIENTE PSICODINÁMICA

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Naturaleza de la Mente	<p>Compleja estructura que opera en diferentes niveles de profundidad y estructuras funcionales.</p> <ul style="list-style-type: none"> Modelo estructural inconsciente, pre-consciente y consciente. Modelo topográfico <i>Ello, yo y superyó</i>. 	<p>Racionalismo*</p> <ul style="list-style-type: none"> Naturaleza no empírica de sus constructos centrales. Primacía a la razón deductiva. Validez lógica y universal. <p>Positivismo</p> <ul style="list-style-type: none"> Aspiración de ley universal de sus postulados. Críticas de Popper y Comte. No ocupa el método científico. <p>Fenomenología</p> <ul style="list-style-type: none"> Ello e inconsciente como esencias no reales y universales. <p>Pragmatismo</p> <ul style="list-style-type: none"> Valor práctico de los constructos psicoanalíticos.
Aproximación a la Psicopatología	<p>Fuerzas en conflicto</p> <ul style="list-style-type: none"> Neurosis: libido versus defensas. Experiencias tempranas Modelo Genético: desarrollo psicosexual. 	<p>Empirismo*</p> <ul style="list-style-type: none"> Neurosis (constructo racional), que presenta síntomas y signos observables. Crítica de Hume: son ideas, no impresiones. <p>Racionalismo*</p> <ul style="list-style-type: none"> Libido no observable y universal (modelo genético). <p>Relación tautológica</p> <ul style="list-style-type: none"> Razón-Experiencia.
Proceso Psicoterapéutico	<p>Objetivo</p> <ul style="list-style-type: none"> Hacer consciente lo inconsciente. <p>Método</p> <ul style="list-style-type: none"> Análisis: asociación libre Regla de abstinencia y neutralidad 	<p>Fenomenología*</p> <ul style="list-style-type: none"> Acceder a las esencias Inconsciente como esencia no real y universal Debe develarse al fluir de la conciencia <p>Hermenéutica*</p> <ul style="list-style-type: none"> Interpretación del contenido de la asociación libre, sueños, resistencias, etc. Posibilidad de asignar significados. <p>Positivismo</p> <ul style="list-style-type: none"> Reglas del analista (objetividad). Subjetividad no puede influir en la interpretación

Fuente: elaboración propia.

Nota: los supuestos epistemológicos marcados con asterisco (*) corresponden a analogados principales.

CAPÍTULO 6: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE COGNITIVO-CONDUCTUAL

I. POSTULADOS CENTRALES DE LA CORRIENTE COGNITIVO-CONDUCTUAL

La corriente cognitivo-conductual o *terapia cognitivo-conductual* (CBT por sus siglas en inglés), tal como se refirió en el capítulo 1, agrupa una gran cantidad de técnicas y teorías provenientes tanto del modelo conductual (cuyos fundamentos yacen en las teorías del aprendizaje), como del modelo cognitivo (enfocado en el procesamiento de la información). Sin embargo, y dada tal diversidad, algunos autores sugieren que un mejor concepto para referirse a esta sería ‘terapias cognitivas y conductuales’ (Boswell et al., 2014), precisando en que no existe *la terapia cognitivo-conductual*, sino una gran y diversa gama de aproximaciones de ambos modelos que convergen en tal etiqueta.

En la actualidad ambos modelos presentan una intrínseca y complementaria relación, difícilmente escindible en la práctica clínica, razón por la cual se tienden a abordar como una totalidad (Puerta y Padilla, 2011). Sin embargo, el modelo conductual y el modelo cognitivo presentan un origen y desarrollos teóricos distintos, lo que conlleva que sus postulados centrales focalicen aspectos diferentes.

Con tales antecedentes, intentar dar cuenta de los postulados centrales de *la* corriente cognitivo-conductual se convierte en una tarea ineficaz y difícilmente realizable. Esto debido a las múltiples diferencias del modelo conductual y del cognitivo, junto a la dificultad de precisar los postulados centrales de dos tradiciones que

enfatan distintos aspectos de la mente, la psicopatología y el proceso psicoterapéutico.

Por consecuencia, se realizará un abordaje parcializado y paralelo, tanto de los postulados centrales del modelo conductual como del modelo cognitivo. Sin embargo, y previo a ello, es preciso realizar una breve introducción de ambos modelos en función de situarlos históricamente.

El modelo conductual o terapia de la conducta comenzó su desarrollo como tratamiento psicológico a fines de los años cincuenta como una alternativa al psicoanálisis, tomando como referencia teórico-filosófica al conductismo. Al respecto, Bueno (2014) describe los cuatro aspectos fundamentales que plantea el conductismo para la psicología:

- (a) La psicología es el estudio de la conducta (interacción) del individuo con los objetos; (b) En ese estudio se emplea el método científico-natural; (c) La teoría psicológica es una teoría acerca de eventos físicos y públicamente observables; (d) Por tanto, la explicación psicológica consiste únicamente en la identificación de todos los factores reales, objetivos, que intervienen en la actividad psicológica, lo que, a la vez, significa la exclusión, en tal explicación, de cualesquier concepto que haga referencia a entidades «inobservables» o no físicas. (p. 166)

De tal manera, y adoptando los métodos de las ciencias naturales, el modelo conductista buscó convertirse en una terapia científica, con rigor experimental y fundamentada en la conducta observable.

La terapia de conducta agrupa una gran variedad de aproximaciones que tienen como denominador común la fundamentación de sus postulados en las teorías del aprendizaje (Kriz, 2012). Desde esta perspectiva, se considera que toda conducta es aprendida, sea o no disfuncional, por ende, toda conducta debe regirse por los principios de las teorías del aprendizaje (Ruiz et al., 2012). Dentro de estas teorías es posible dar cuenta de tres grandes bloques de investigación (Puente, 2015): condicionamiento clásico desarrollado por Ivan P. Pavlov, Vladimir Bechterev y J. B. Watson; condicionamiento operante desarrollado por Edward Thorndike y Burrhus F. Skinner;

y modelado o aprendizaje social desarrollado por Albert Bandura, entre otros exponentes. En los años sesenta y setenta, la terapia de conducta se consolida como enfoque terapéutico.

El modelo cognitivo (o terapia cognitiva de la conducta) surge en la década de los setenta⁴⁸ por al menos tres razones: por las limitaciones de la terapia de la conducta para otorgar explicaciones en torno a la mediación de los contenidos mentales (cogniciones) entre estímulo y respuesta observable; por el descontento con los tratamientos psicológicos de la época⁴⁹; y por el surgimiento y auge de la psicología cognitiva⁵⁰.

Tres grandes teorías convergen en el modelo cognitivo: la terapia racional-emotiva de Ellis (1974), la terapia cognitiva para la depresión de Beck (1970) y la terapia de los constructos personales de Kelly (1955). La importancia que se le entrega a las cogniciones, tanto en la causa de los trastornos psicológicos como en su proceso de cambio en psicoterapia, es el denominador común de todas las aproximaciones que se enmarcan en las llamadas terapias cognitivas (Ruiz et al., 2012). Este nuevo movimiento representó un complemento teórico-práctico para las terapias conductuales de la época, las que optaron en su mayoría, por incluir aspectos cognitivos en sus postulados. Es por ello por lo que comúnmente, como se refirió, todas estas tradiciones psicoterapéuticas son agrupadas bajo la etiqueta cognitivo-conductual. No obstante, hoy en día se reconoce cierta primacía de los aspectos cognitivos sobre los conductuales (Boswell et al., 2014).

⁴⁸ No obstante, el modelo cognitivo presenta antecedentes históricos rastreables hasta el estoicismo. Una cita de Epicteto (siglo I d.C.) lo corrobora: ‘no son las cosas mismas las que nos perturban, sino las opiniones que tenemos de las cosas’ (Abbagnano, 1994; Feixas y Miró, 1993).

⁴⁹ La terapia de la conducta mostraba eficacia en aquellos tratamientos donde había un correlato conductual, lo que no representaba todo el abanico de problemas psicológicos. Por su parte, el psicoanálisis, seguía siendo cuestionado por su escasa evidencia y larga duración de tratamiento.

⁵⁰ Las terapias cognitivas no se fundamentan en la psicología cognitiva, es decir, no representan un desarrollo tecnológico de esta. No obstante, se vieron influenciadas por su aparición.

Antes de continuar con el siguiente apartado es importante precisar dos asuntos. Primero, que el abordaje parcializado de la corriente cognitivo-conductual (en modelo conductual y modelo cognitivo) se realiza solo con un fin ilustrativo consecuente con los objetivos de este libro, lo que en ningún caso pone en duda la complementariedad pragmática que representa la corriente cognitivo-conductual en la práctica clínica de la psicoterapia⁵¹. Segundo, y tal como se refirió en el capítulo anterior, no es fin de este capítulo, ni de los siguientes, realizar una revisión profunda ni exhaustiva de cada modelo, por lo tanto, los aspectos que se relevan del modelo conductual y cognitivo son los que convergen en sus postulados centrales.

Naturaleza de la mente

El modelo conductual, como corriente psicoterapéutica aferrada a la filosofía del conductismo, concibe que el objeto de estudio de la psicología debe ser remitido a los fenómenos observables empírico-experimentales (Núñez y Tobón, 2005). El objeto de estudio que cumple a cabalidad con tales exigencias es la conducta, la cual se rige por los principios de las teorías del aprendizaje. De tal manera, no resulta complejo inferir que la mente, conciencia o todo tipo de fenómenos ‘privados’ que no tengan naturaleza física y observable, no son de interés para el modelo conductual, principalmente, porque no hay métodos objetivos que permitan su estudio riguroso, a diferencia de la conducta.

⁵¹ En la actualidad, las terapias cognitivo-conductuales de tercera generación (como la Terapia Dialéctico-Conductual, la Psicoterapia Analítico-Funcional, la Terapia de Pareja Conductual Integrativa, la Terapia Cognitiva Basada en la Conciencia (Mindfulness) y la Terapia de Aceptación y Compromiso, entre otras), son un claro ejemplo de la consolidación de ambos modelos. No obstante, esta generación de terapias reformula la manera de abordar los problemas psicológicos proveniente de la tradición conductista (1era generación) y de su posterior reformulación cognitiva (2da generación), incluyendo más elementos contextuales y de la relación terapeuta-cliente, y, por consecuencia, abriéndose a incorporar elementos de otras corrientes como el humanismo (Zych et al., 2012).

Si bien hubo precedentes de este énfasis objetivo en la psicología conductista con el desarrollo del condicionamiento clásico ruso y condicionamiento operante estadounidense, no fue hasta que Watson (1913) publica el *Manifiesto conductista*⁵² donde se sientan las bases del conductismo en la comunidad científica internacional. En él se arraiga la concepción de mente que el conductismo profesa en contraposición a la psicología mentalista⁵³ de la época. Respecto a tal Manifiesto, Ardila (2013) señala que:

Fue una crítica a la psicología mentalista y una propuesta de una perspectiva diferente, centrada en el estudio objetivo de la conducta, sin tener en cuenta la conciencia ni utilizar la introspección como método para encontrar datos válidos en psicología. Para Watson la psicología no necesitaba de la introspección ni de la conciencia, ni del alma ni de la mente, del mismo modo como la física o la química no la necesitan. (p. 316)

Todo parece indicar una activa negación de lo mental por parte del modelo conductual, defendiendo la inexistencia de la mente a favor de la conducta. Sin embargo, esa no es una lectura del todo precisa de la posición conductista en torno la mente. El modelo conductista reconoce la existencia de los fenómenos mentales (Kriz, 2012). Sin embargo, al no existir métodos objetivos y rigurosos para acceder a ellos –dada su cualidad inmaterial–, su estudio no se vuelve relevante para una psicología de aspiración científica como la conductista (Núñez y Tobón, 2005).

Frente a ello, y como metáfora utilizada hacia esta posición conductista, comúnmente se habla de la existencia de una ‘caja negra’ (Pool, 2005; Zumalabe, 2012) que media entre los estímulos y respuestas (o conductas observables). Dentro de esta caja negra se encontrarían los fenómenos o actividades mentales (pensamientos,

⁵² El artículo original publicado por Watson (1913) fue titulado *Psychology as the behaviorist views it*.

⁵³ La psicología mentalista fue desarrollada, principalmente, por Wilhelm Wundt (1879), quien, además de fundar el primer laboratorio de psicología, suponía la existencia de los fenómenos mentales y la posibilidad de acceder a ellos mediante la introspección.

afectos, creencias, expectativas, atribuciones, etc.). El conductismo no cuestiona la existencia de tales fenómenos, pero se encuentran en esa hermética caja a la que metodológicamente no es posible –ni interesa– acceder. Es por ello por lo que se prescinde de tales componentes mentales en la lógica explicativa del modelo conductista: «no necesita de una mente, consciencia o procesos cognoscitivos para explicar la conducta de los organismos» (Pool, 2005, p. 79).

De tal forma, tanto el modelo conductual como la psicología mentalista reconocen la existencia de los procesos mentales. No obstante, solo la segunda plantea interés en su estudio, así como la posibilidad de acceder a tales procesos con base en la introspección. Esto pone al mentalismo y al conductismo como fieles sucesores del dualismo cartesiano «al asumir sin crítica alguna que además del mundo físico y de la conducta, que se estudia con métodos científicos, hay también un mundo «mental» interno y no público» (Bueno, 2014, p. 168), al que solo podría accederse mediante la introspección. Sin embargo, y como se ha referido, tal método es cuestionado por el modelo conductual.

Dados los antecedentes expuestos se hace necesario plantear una lectura más compleja de los fenómenos mentales desde el modelo conductual. Esto implica entender la mente como conducta. Se ha referido que el modelo conductual no niega la existencia de la actividad mental (sí su inaccesibilidad mediante la introspección), pero ¿qué ocurriría si se considera que la actividad mental o ‘eventos privados’ no son causa ni consecuencia de la conducta observable, sino parte de ella? Tal concepción implicaría que el estudio de la conducta observable sea, en sí mismo, el estudio de la mente, por lo que no habría necesidad de acceder a los eventos mentales, ya que no son entidades ajenas a las acciones de las personas. Al respecto, Bueno (2014) refiere que:

«Mente» no es el nombre de un objeto, solo es un concepto abstracto. El lenguaje sobre los «eventos mentales» no es un lenguaje sobre eventos ocultos y no físicos, sino es un lenguaje sobre el propio comportamiento. Por tanto, al investigar el comportamiento con métodos avanzados, y por lo general no introspectivos, ya se está investigando los «procesos mentales».

Y la teoría sobre los «procesos mentales» es claramente entonces, en realidad, una teoría sobre el comportamiento que en el lenguaje común es descrito mediante el lenguaje mentalista. Se puede, por tanto, investigar la «cognición» sin cognoscitismo, es decir, sin métodos ni conceptos mentalistas. (p. 175)

Como puede apreciarse, los procesos mentales serían complejas formas de conducta, las que, al efectuarse, son llamadas comúnmente ‘creer’, ‘pensar’ o ‘recordar’. La relación entre mente y conducta es intrínseca:

El conductismo, por tanto, bien puede asegurar la investigación de los hechos llamados «mentales» como aspectos del comportamiento mismo, donde el objetivo de su exploración no es investigar algo llamado la «conciencia», por dar un ejemplo, sino investigar la conducta, y al hacerlo, tocar aspectos que tienen que ver con lo que el lego y el mentalista llaman la conciencia. (Bueno, 2014, p. 167)

El modelo conductual prontamente se vio limitado para otorgar explicaciones de conductas humanas complejas recurriendo solo a fenómenos observables (Núñez y Tobón, 2005). Las variables empíricas que eran manipuladas experimentalmente comenzaron a carecer de poder explicativo para dar cuenta de conductas aprendidas de mayor complejidad, razón por la cual abrir la ‘caja negra’ se volvió un imperativo. La necesidad de recurrir a abstracciones, variables intervinientes y nuevas teorías era inminente. El foco se volcó a aquellas construcciones hipotéticas que permitían explicar la conducta, es decir, aquellos elementos que mediaban entre un estímulo y una respuesta. La conducta pasó a un segundo plano, dejando el camino llano a la ‘revolución cognitiva’.

El modelo cognitivo en psicoterapia, a diferencia del modelo conductual, centra su foco en aquellos fenómenos ‘privados’, mentales o cognitivos, que median la manifestación conductual. Definir el concepto *cognición* es clave para comprender la naturaleza de la mente desde el modelo cognitivo. Sin embargo, y como es de esperar, no hay consenso en torno a su definición. No obstante, el origen

etimológico de la palabra pudiera dar indicios de su importancia: *cognición* proviene del latín *cognoscere*, cuyo significado es *conocer*.

Diversos autores han aportado con diferentes niveles de precisión y profundidad a la definición de cognición: «el conjunto de operaciones mentales destinadas a procesar información» (Otero y Gibert, 2016, p. 52); «valoración de acontecimientos hecha por el individuo y referida a eventos temporales pasados, actuales o esperados» (Consuegra, 2010, p. 45); «todas las formas de conocimiento y conciencia, como percibir, concebir, recordar, razonar, juzgar, imaginar y resolver problemas» (APA, 2020); «todos los procesos mediante los cuales la entrada [input] sensorial se transforma, reduce, elabora, almacena, recupera y utiliza (...) la cognición crea y recrea representaciones mentales que son utilizadas para recrear la realidad y poder actuar sobre ella» (Puente, 2015, pp. 57-58); «conocimiento, acción de conocer» (RAE, 2014, p. 563), entre otras.

Como es posible apreciar implícitamente en cada una de las definiciones planteadas, cognición representa la facultad del organismo para procesar la información del medio (estímulos) con el fin de conocer y actuar sobre el mundo (dar una respuesta). Es por ello que los fenómenos cognitivos –relativos al procesamiento de la información– son tan relevantes para el modelo cognitivo, en la medida que son estos y no otros, los que median una respuesta observable. Específicamente, y acotando el concepto al modelo cognitivo aplicado a la psicoterapia, se considera la definición planteada por Feixas y Miró (1993) como una de las más acertadas y claras:

El término cognición se utiliza aquí en un sentido amplio que incluye ideas, constructos personales, imágenes, creencias, expectativas, atribuciones, etc. (...) este término no hace referencia únicamente a un proceso intelectual sino a patrones complejos de significado en los que participan emociones, pensamientos y conductas. (p. 208)

Si bien en algunas de las definiciones de cognición referidas anteriormente se recurre explícitamente a ‘lo mental’ para entregar un significado, se considera que mente y cognición –para el modelo cognitivo– son difícilmente divisibles, por lo que para los fines de este

libro se entenderán como símiles. Por consecuencia, la mente como conducta es al modelo conductual, como la mente como cognición lo es para el modelo cognitivo. De tal forma, lo mental se encontraría en el procesamiento de la información que el individuo realiza del medio, o, dicho de otra manera, en la forma en que conoce el mundo y crea representaciones de él mediante sus procesos cognitivos.

Mente y cognición serían dos caras de la misma moneda. Por lo tanto, para entender la mente desde el modelo cognitivo, es trascendental comprender la naturaleza de las cogniciones. Siguiendo tal lógica, la mente para el modelo cognitivo estaría compuesta por aquellos elementos transversales a todo modelo cognitivo: esquemas, operaciones y productos cognitivos (Boswell et al., 2014; Puerta y Padilla, 2011; Ruiz et al., 2012).

Los esquemas son parte esencial de la estructura cognitiva, es decir, de la arquitectura del sistema que organiza la información (Ingram, 1986). Un esquema es, por tanto, una estructura cognitiva abstracta que se forma en base a la experiencia previa, responsable de los mecanismos que guían la atención y percepción (Neisser, 1967). En palabras simples, un esquema es como un filtro cognitivo que al ser activado permite el procesamiento de la información, generando, por consecuencia, una interpretación o categorización de los acontecimientos (estímulos) de una determinada manera. Al respecto Estévez y Calvete (2007) refieren que: «los esquemas serían elementos organizados a partir de conductas y experiencias pasadas que forman un cuerpo de conocimiento y modelarían nuestra forma de percibir e interpretar el mundo y a nosotros mismos/as» (p. 26).

Existe una gran cantidad de esquemas, yendo de los más generales a los que actúan en ámbitos más específicos y particulares. Por lo tanto, el tipo de procesamiento de la información que se lleve a cabo en el sujeto dependerá del esquema activado. No obstante existan diversos esquemas, los más relevantes para la psicoterapia son los esquemas del *self* o de sí mismo, ya que estos se relacionan con la identidad y modulan a otros esquemas cognitivos:

Los esquemas acerca del *self* son generalizaciones cognitivas relativamente estables que filtran la información. El

procesamiento de la información basado en estos esquemas selecciona la información disponible, abstrae su significado y lo integra en los conocimientos almacenados sobre el *self*, en un proceso interpretativo que afecta todas estas operaciones cognitivas. Mediante este proceso de identificación y almacenamiento de información relevante para nuestro autoconcepto y conducta social, los esquemas acerca del *self* definen nuestro sentido de identidad, por lo que ostentan un peso fundamental en la personalidad y los procesos interpersonales. (Feixas y Miró, 1993, pp. 215-216)

Las operaciones cognitivas corresponden a los mecanismos mediante los cuales los componentes del sistema cognitivo procesan la información, es decir, son los responsables de la manipulación de los datos sensoriales. Una de las operaciones cognitivas más relevantes para la psicoterapia es el ‘procesamiento automático’ desarrollado por Beck (1970, 1976). Este hace referencia al procesamiento de la información que no se realiza de forma consciente o deliberada, a saber, en el que el individuo no elige atender cierta información y obviar otra (Figueroa, 2002). Esta forma de procesamiento puede conducir a una serie de errores cognitivos que forman y mantienen diversos problemas psicológicos (tales errores cognitivos serán abordados oportunamente en el apartado concerniente a psicopatología).

Los productos cognitivos «corresponden a pensamientos, autoafirmaciones, imágenes, atribuciones, etc. que resultan de las operaciones cognitivas» (Feixas y Miró, 1993, p. 222), las que a su vez son reguladas por los esquemas cognitivos. Pareciera haber una especie de ordenación jerárquica de mayor a menor entre esquemas, operaciones y productos, respectivamente, siendo estos últimos el resultado final del procesamiento de la información, ocupando el eslabón más bajo. Sin embargo, esto no es del todo correcto. Los esquemas, operaciones y productos se dan de forma simultánea, dando lugar a un complejo proceso cognitivo⁵⁴.

⁵⁴ Un *producto* cognitivo puede ser tanto el fin como el inicio del proceso cognitivo. Por ejemplo, un *pensamiento negativo* sobre el propio rol que se tiene como estudiante puede ser *producto* de una *operación* automática, la que a su vez es regulada por un *esquema* del *self*. Sin embargo, ese mismo *pensamiento negativo*

Los esquemas, operaciones y productos cognitivos son utilizados transversalmente –aunque en diferente medida– por una amplia gama de teorías cognitivas, las que, a su vez, convergen en aproximaciones psicoterapéuticas. Al respecto, Mahoney y Gabriel (1987) realizan una interesante clasificación de las terapias cognitivas. Por un lado, se encontrarían las terapias cognitivas clásicas (Beck, 1970; Ellis, 1974), en las que la razón (cognición) tiene un rol preponderante, siendo la causa de las emociones y conductas. En este tipo de terapias cognitivas existiría ‘una forma correcta’ de interpretar la realidad y otra irracional, distorsionada o anormal. Por otro lado, se encuentran las terapias cognitivas en las que el sujeto tiene una participación activa en la construcción de su realidad (Guidano y Liotti, 1983; Kelly, 1955). En estas terapias se pone en duda la existencia de una verdad o forma correcta de interpretación de los fenómenos y se cuestiona la supremacía de la razón por sobre la acción o emoción (Feixas y Villegas, 2000).

Esta clasificación dicotómica de terapias cognitivas (Mahoney y Gabriel, 1987) tiene importantes repercusiones en lo que respecta a la naturaleza de la mente. En las terapias cognitivas que dan primacía a la razón en el procesamiento de información, las representaciones mentales se corresponden con –o son copias de– la realidad y «se codifican y almacenan en la memoria para tener la función de patrones o modelos mentales. Es decir, se concibe la cognición «desde fuera hacia dentro», como estructuradora de la información sensorial» (Feixas y Miró, 1993, p. 243).

En cambio, en las terapias cognitivas más constructivistas, el proceso de conocimiento sería distinto: «el sujeto proyecta sus estructuras tácitas y abstractas sobre el orden sensorial. Así, la actividad motriz se concibe a la vez como resultado y como antecedente que controla la percepción, de forma que la acción va dirigida a modificar la percepción» (Feixas y Miró, 1994, p. 243). Es decir, la realidad no se presenta directamente al sujeto, es el sujeto el que tiene la responsabilidad activa en su proceso de conocer, o en palabras de Yáñez et

puede ser un estímulo (información) que active un determinado *esquema*, lo que generaría que el ciclo cognitivo vuelva a comenzar.

al. (2001): «somos constructores de las realidades personales desde y hacia las cuales respondemos. Más que ser un simple receptor de la experiencia sensorial, el organismo es entendido como un agente activo, anticipatorio y proalimentador (p. 109).

A modo de síntesis de este apartado es posible dar cuenta de lo siguiente: la naturaleza de la mente para el modelo cognitivo-conductual estaría sustentada en la conducta observable y empíricamente verificable, dada la inaccesibilidad de los fenómenos mentales desde los métodos de las ciencias naturales (desde su vertiente conductual); y estaría sustentada, también, en las cogniciones (o esquemas, operaciones y productos) relacionadas al procesamiento de la información que permiten al sujeto conocer el mundo (desde su vertiente cognitiva). Además, la mente, desde esta corriente, podría tener una naturaleza pasiva, siendo condicionada por la experiencia sensorial de un mundo objetivo, externo y verdadero; o una naturaleza activa, donde las representaciones mentales del sujeto son las que otorgan una estructura al mundo construido activamente.

Aproximación a la psicopatología

El modelo conductual plantea que toda conducta es aprendida y se rige, en consecuencia, por los principios de las teorías del aprendizaje. La conducta psicopatológica, anormal o disfuncional es también una conducta aprendida, y, por ende, se rige por las mismas leyes o principios. Las psicopatologías más abordadas en los orígenes del modelo conductual aplicado a la psicoterapia fueron los miedos infantiles, histeria, desviaciones sexuales, enuresis, entre otras (Mayor y Labrador, 1984). Sin embargo, el asunto más relevante a tratar aquí radica en cómo específicamente se lleva a cabo el proceso de adquisición y mantenimiento de las conductas desadaptativas. Las explicaciones son diversas y están asociadas a las que son consideradas las más influyentes teorías del aprendizaje: el condicionamiento clásico, el condicionamiento operante y el modelado (Kriz, 2012).

El condicionamiento clásico, desarrollado fundamentalmente por el fisiólogo ruso Ivan Pavlov, sostiene, en términos generales,

que si un estímulo (Estímulo Incondicionado, en adelante EI) que normalmente genera una respuesta refleja o innata (Respuesta Incondicionada, en adelante RI), es ‘emparejado’ repetidas veces con otro estímulo que no genera tal respuesta (Estímulo Condicionado, en adelante EC) terminará –este último– provocando una respuesta similar al primer estímulo (Respuesta Condicionada, en adelante RC), sin la necesidad de que este se presente (Puente, 2015; Ruiz et al., 2012). El clásico experimento de Pavlov en torno a sus estudios en fisiología animal es de utilidad para entender tales postulados: a un perro se le presentaba su comida (EI). Este salivaba como una respuesta refleja (RI). Al asociar repetidas veces el estímulo de la comida (EI) con otro estímulo neutro como una campana (EC) –la que por sí sola no generaba salivación–, se logró que el perro salivara (RC) con la presentación de la campana (sin la comida). En conclusión, el perro logró un aprendizaje asociativo.

Desde el condicionamiento clásico las conductas humanas, incluyendo las psicopatológicas, se aprenderían de la misma manera y siguiendo las mismas leyes. Es decir, por asociación de estímulos. Watson y Rayner (1920) no tardaron en comprobarlo en su icónico –y éticamente cuestionado– experimento con el ‘pequeño Albert’, quienes, en función de comprobar que los miedos (fobias) eran aprendidos, condicionaron a un niño de once meses para que aprendiera a temerle a una rata blanca. El experimento consistió en presentar un fuerte ruido (EI), el que provocaba una refleja reacción de miedo en el niño (RI), emparejado con una rata blanca (EC). Dos ensayos bastaron para que el niño tuviera intensas reacciones de miedo (RC) solo frente a la presencia de la rata (EC), llegando incluso a generalizar la reacción a otros estímulos de similares características. Tal esquema de aprendizaje asociativo podría aplicarse para explicar diversas conductas desadaptativas o psicopatológicas de la vida cotidiana (Kriz, 2012; Núñez y Tobón, 2005).

El condicionamiento operante o instrumental, por su parte, supuso un cambio fundamental respecto a las teorías del aprendizaje precedentes. Skinner (1938, 1953), basándose en los trabajos de Edward Thorndike sobre la ‘ley del efecto’, postuló la idea de que

la conducta está controlada –o es aprendida– por sus consecuencias. Estas consecuencias que siguen a la conducta pueden ser refuerzos⁵⁵, los que aumentan la probabilidad de que la conducta que les precede vuelva a ocurrir; o castigos⁵⁶, los que disminuyen tal probabilidad. En términos prácticos, la acción o conducta del sujeto es controlada por sus efectos o consecuencias (Fernández-Abascal et al., 2010).

Imagínese las siguientes situaciones. 1) Un niño molesto que llora tirado en el piso y un padre que le compra un helado para que este deje de llorar. En términos del condicionamiento operante, lo que aquí ocurre es que se presenta una conducta –la del niño– a la que le sigue una consecuencia ambiental agradable –la del padre– incrementando la probabilidad de que la conducta inicial vuelva a ocurrir (refuerzo). 2) Un adolescente reprueba un examen y, a causa de ello, sus padres le obligan a realizar las tareas del hogar. En este caso, la conducta de reprobar el examen es seguida de una contingencia ambiental desagradable para el sujeto (castigo), por lo que es esperable que la conducta precedente (reprobar un examen) disminuya su probabilidad de aparición.

El condicionamiento operante puede explicar una infinidad de conductas, o más precisamente, muchas conductas aprendidas pueden ser explicadas en base a los principios del condicionamiento operante. Como es de esperar, aquellas conductas que son disfuncionales para la vida de un sujeto también pueden ser explicadas por los mismos principios. La psicopatología tendría su génesis y mantenimiento en las consecuencias ambientales. Es decir, la conducta disfuncional o desadaptativa estaría siendo reforzada mediante alguna contingencia del ambiente en la vida del sujeto (Puente, 2015). Lo relevante para tener en cuenta es que el aprendizaje de estas conductas no ocurre por asociación entre estímulos, como es el caso

⁵⁵ Los refuerzos pueden ser *positivos* (cuando se agrega una recompensa) o *negativos* (cuando se elimina un estímulo aversivo). Ambos aumentan la probabilidad de que la conducta anterior a ellos vuelva a ocurrir.

⁵⁶ Los *castigos positivos* agregan un estímulo aversivo y los *castigos negativos* eliminan un estímulo agradable. Ambos disminuyen la probabilidad de que la conducta anterior a ellos vuelva a ocurrir.

del condicionamiento clásico, sino que ocurre por un mecanismo de asociación entre conducta y consecuencia (Boswell et al., 2014).

El modelado (también llamado aprendizaje social o condicionamiento vicario, entre otros), desarrollado fundamentalmente por Bandura (1977), sostiene, en términos generales, que un sujeto puede aprender una conducta observando la ejecución de un modelo. En torno a ello, Kriz (2012) refiere que esta forma de aprendizaje «se produce por la observación de determinadas reacciones de personas tomadas como modelos sin que el paciente mismo tenga que poner aquellas en práctica [en un plano manifiesto]» (p. 194). Por lo tanto, un sujeto puede aprender conductas complejas de forma vicaria al observar las consecuencias (refuerzos o castigos) que siguen a la conducta de un modelo, sin la necesidad de que tales consecuencias recaigan directamente en el sujeto observador.

Por ejemplo, si un niño observa a otro tocar un enchufe y sufrir una descarga eléctrica por ello (castigo vicario), es altamente probable que aquel niño observador no ponga sus dedos en tal enchufe, aunque la consecuencia no haya recaído directamente en él. Por otro lado, si un adolescente observa que sus pares son socialmente aceptados en determinado contexto (refuerzo vicario) al consumir ciertas drogas, aumenta la probabilidad que el observador lo haga, aun no siendo reforzado directamente⁵⁷.

Si bien el modelado se desarrolló inicialmente en torno al tratamiento de la angustia, es posible explicar el aprendizaje de ciertas conductas disfuncionales o desadaptativas desde sus principios. Esto ocurre en la medida que un sujeto observe consecuencias reforzantes en la conducta disfuncional de un modelo, adquiriendo tal conducta (en una primera fase), y posteriormente, ejecutando la conducta observada (en una segunda fase). Sin embargo, esta teoría debe recurrir a complejos mecanismos del procesamiento de la información en sus explicaciones, ya que considera procesos simbólicos internos (como la percepción, atención y memoria). Esto supuso importantes

⁵⁷ Ejemplo totalmente ilustrativo. Es sabido que el consumo de drogas responde a múltiples variables biopsicosociales, por lo que su explicación no se limita al modelado.

controversias con las anteriores teorías del aprendizaje, convirtiéndose en una especie de teoría de ‘transición’ hacia los modelos de modificación cognitiva de la conducta (Núñez y Tobón, 2005).

El modelo cognitivo sostiene que la psicopatología humana se asienta en ciertas cogniciones disfuncionales, o, dicho de otra manera, en un procesamiento errado de la información (Puentes, 2015; Ruiz et al., 2012). De tal forma, las creencias, pensamientos o significados irracionales con los que un individuo interpreta el mundo serían los responsables de su disfuncionalidad en el mismo.

Existen diversas explicaciones de cómo estas cogniciones disfuncionales se generarían y mantendrían en la vida de una persona y, al igual que en el modelo conductual, tales explicaciones están asociadas a diferentes modelos teóricos. Los trabajos de Aaron Beck y Albert Ellis merecen aquí una referencia obligada, dadas sus relevantes contribuciones al desarrollo inicial del modelo cognitivo aplicado a la psicoterapia y al entendimiento cognitivo de la psicopatología.

Los aportes de Beck (1970, 1976) a la psicoterapia y psicopatología se sintetizan su ‘terapia cognitiva’, desarrollada fundamentalmente en torno al tratamiento de la depresión⁵⁸. Kriz (2012) sostiene que en tal forma de terapia se considera que «el individuo no reacciona tanto a las cosas mismas cuanto a las percepciones especiales que de ellas tiene y a las interpretaciones por las cuales dota a los objetos de significados especiales para después reaccionar afectivamente a estos» (p. 200). Por tanto, en la génesis de la psicopatología habría un esquema negativo del *self* –o de sí mismo– que conllevaría el desarrollo de una ‘tríada cognitiva’ (Beck, 1976). Es decir, una visión negativa de sí mismo, de los acontecimientos del mundo y del futuro (Ruiz et al., 2012).

Asimismo, Beck (1970, 1976) sostiene que el problema a la base de la interpretación distorsionada de la información se debe a la presencia de ‘pensamientos automáticos’. Estos son pensamientos no deliberados ni conscientes que conducen a diversas falacias o errores cognitivos como, por ejemplo, el pensamiento absolutista

⁵⁸ Por ello es ampliamente conocida como ‘terapia cognitiva de Beck para la depresión’.

del ‘todo o nada’, la sobre generalización de eventos, sacar conclusiones precipitadas, descalificar lo positivo, engrandecer o minimizar acontecimientos, entre otros.

Ellis (1974, 1979, 1993), por su parte, desarrolló la ‘terapia racional-emotiva’⁵⁹, quien, sin apartarse en demasía de los planteamientos de Beck, sostuvo que las ‘cogniciones disfuncionales’ (valoraciones, conclusiones o ideas) estaban a la base de las perturbaciones del bienestar psíquico (Kriz, 2012). El pensamiento irracional, por lo tanto, sería el núcleo de la mayoría de los trastornos psicológicos (Ruiz et al., 2012). Sin embargo, y a pesar de las similitudes con los planteamientos de Beck, Ellis desarrolló un modelo innovador: el ABC de la terapia racional-emotiva. Este, en términos generales, sostiene que no son los estímulos (o sucesos) los que generan angustia, tristeza o miedo (consecuencias) sino la valoración que se tiene de ellos. Estas valoraciones dependen del sistema de creencias que cada persona tiene. Por lo tanto, y siguiendo las iniciales de su modelo, *A* (*activating event*) implica una experiencia cualquiera, *B* (*belief system*) supone una valoración cognitiva –racional o irracional– de tal experiencia y *C* (*consequences*) los efectos que tal valoración tendrá en el individuo.

Por consecuencia, los problemas psicológicos que aquejan a las personas radican en *B*, es decir, en las creencias irracionales que se tiene sobre un evento o experiencia. Ellis y Grieger (1997) sistematizaron las doce ideas irracionales (*Bi: irrational belief*) más comunes que tienen las personas que acuden a terapia. Algunas de ellas son, por ejemplo: ‘es catastrófico que las cosas no vayan como a uno le gustaría’, ‘es absolutamente necesario ser amado y aprobado por los demás en todo momento’, ‘debo ser perfecto en cualquier actividad que emprenda’, entre otras. Ideas como estas serían las responsables

⁵⁹ Ellis nombró a su enfoque de diversas maneras: en 1957 la nombró *Terapia Racional* enfatizando el papel de las creencias en el desarrollo de los trastornos. En 1961, cambió el nombre de su enfoque a *Terapia Racional Emotiva* destacando el rol de las emociones en el consultante. Posteriormente en 1993 volvió a sustituir el nombre por el de *Terapia Racional Emotiva Conductual* (TREC) estableciendo que la conducta también es un objetivo del tratamiento y que, por lo tanto, el uso de técnicas conductuales es factible (Ruiz et al., 2012).

de generar una valoración o interpretación errada de las experiencias y, por consecuencia, una alteración en el bienestar psicológico.

A modo de sumario general, la aproximación a la psicopatología desde la corriente psicoterapéutica cognitivo-conductual considera, desde su tradición conductual, que la conducta disfuncional es aprendida bajo las leyes del aprendizaje, ya sea mediante la asociación entre estímulos (condicionamiento clásico), mediante la asociación entre conducta y sus consecuencias (condicionamiento operante) o por la observación de la conducta de un modelo (modelado). Por otro lado, y desde su tradición cognitiva, se considera que la psicopatología es consecuencia de un procesamiento errado o disfuncional de la información, ya sea debido a la presencia de pensamientos automáticos que devienen en diversos errores cognitivos (terapia cognitiva de Beck) o por las consecuencias de las valoraciones cognitivas irracionales que el sujeto realiza de las experiencias que le acontecen (ABC de Ellis).

Proceso psicoterapéutico

El modelo conductual aplicado a la psicoterapia tiene como objetivo central la modificación de la conducta inadaptada (Boswell et al., 2014; Puerta y Padilla, 2011). De tal forma, el ambiente juega un rol central (incluso por sobre factores biológicos y hereditarios), ya que es precisamente este el que otorga la posibilidad de llevar a cabo nuevos aprendizajes mediante asociaciones u observaciones. Por consecuencia, la conducta disfuncional puede ser eliminada, modificada o reemplazada por otra más adaptativa.

En una de las más famosas citas de Watson (1930) queda en evidencia la importancia que el conductismo le otorga al ambiente del sujeto, situando como un hecho, el cambio conductual de cualquier ser humano:

Dadme una docena de niños sanos y bien formados y mi mundo específico para criarlos, y yo me comprometo a tomar cualquiera de ellos al azar y entrenarlo para que llegue a ser cualquier tipo de especialista que quiera escoger: médico,

abogado, artista, mercader y si, incluso mendigo y ladrón, sin tener para nada en cuenta sus talentos, capacidades, tendencias, habilidades, vocación o raza de sus antepasados. (Watson, 1930, p. 104)

La relación psicoterapéutica, esencialmente por parte del terapeuta, está fundamentada en ofrecer ese ambiente propicio para la modificación conductual en terapia, instruyendo desde su experticia al consultante en la tecnología de la modificación de conducta. La relación terapéutica es más bien vertical y se concibe como un proceso de aprendizaje en sí mismo donde el terapeuta es un reforzador social o modelo que enseña al consultante (Feixas y Miró, 1993). Por otro lado, los criterios de éxito de la terapia conductual se alejan de todo fenómeno que no pueda ser medido u observado objetivamente. Por lo tanto, tales criterios deben tener un referente conductual específico, ya sea el aumento de una conducta que se quiso instaurar en el proceso o la disminución –o eliminación– de otra conducta que resultaba disfuncional.

Como se refirió anteriormente, la modificación de la conducta disfuncional es el objetivo central de la terapia de la conducta. Y, para lograrlo, esta se sirve de métodos o estrategias de modificación de conducta (Ruiz et al., 2012) que fueron desarrolladas al alero de las ya mencionadas teorías del aprendizaje. En el condicionamiento clásico es posible hacer mención al menos a dos importantes estrategias de modificación conductual⁶⁰: el contra condicionamiento y la desensibilización sistemática. Desde el condicionamiento operante es posible situar al refuerzo-castigo, programas de modificación conductual y economía de fichas, entre otros, como estrategias centrales. El modelado, por su parte, propone una serie de consideraciones para llevar a cabo un aprendizaje vicario efectivo. A continuación, se especificarán sucintamente los elementos centrales de cada una de estas estrategias de modificación conductual.

El contra condicionamiento es un condicionamiento sobre otro condicionamiento anterior (Puente, 2015). Recuérdese el caso del

⁶⁰ El entrenamiento asertivo, las técnicas de inundación o la terapia aversiva son otras estrategias provenientes del modelo conductual (Feixas y Miró, 1993).

‘pequeño Albert’ donde Watson y Rayner (1920) asociaron un ruido fuerte (EI), que genera la respuesta de miedo (RI), al estímulo rata blanca (EC), el que luego de algunos ensayos terminó produciendo una respuesta similar de miedo (RC). Esta lógica de aprendizaje debe ser modificada con otro condicionamiento, vale decir, para que el sujeto aprenda a tener otra respuesta (adaptativa) frente al estímulo de rata blanca. Para ello, se debe encontrar un nuevo EI, es decir, un nuevo estímulo que genere una respuesta refleja de bienestar. Watson planteaba que la comida (golosinas) eran adecuadas para tal efecto. Por ende, el nuevo condicionamiento se estructura de la siguiente forma: el estímulo rata blanca (EC) se presenta junto al nuevo estímulo golosina (EI), el que reflejamente genera una sensación positiva (RI). Luego de repetidos ensayos entre la golosina y la rata blanca, se espera que el sujeto aprenda a tener la respuesta de sensación positiva (RC) frente al estímulo rata blanca (EC).

La reducción de sintomatología psicopatológica en la vida real es mucho más compleja que la situación experimental planteada. Sin embargo, desde el condicionamiento clásico, se considera que la conducta disfuncional es condicionada por el ambiente, es decir, por las diversas experiencias de vida del consultante. Es por ello por lo que el terapeuta debe identificar tal situación de condicionamiento para luego realizar un contra condicionamiento. Es esperable que las golosinas no representen el nuevo estímulo a emparejar para obtener una respuesta de calma en la mayoría de los pacientes, razón por la cual, se opta por realizar esta nueva asociación mediante diversos estados de relajación, fundamentalmente, mediante la relajación progresiva de Jacobson⁶¹ (Kriz, 2012; Ruiz et al., 2012).

La desensibilización sistemática, desarrollada por Wolpe (1958), es una estrategia y forma de terapia ampliamente utilizada para el tratamiento de la angustia. Como su nombre lo indica, la desensibilización sistemática es un procedimiento gradual de aproximaciones sucesivas a los estímulos que provocan una respuesta conductual

⁶¹ Es una de las técnicas de relajación más utilizadas en la terapia de conducta. Consiste en un método de reducción del tono muscular mediante la tensión y distensión progresiva de diversos grupos musculares.

disfuncional, con el objetivo de ir inhibiendo paulatinamente la intensidad de la respuesta de ansiedad frente al estímulo desencadenante (Feixas y Miró, 1993; Wolpe, 1958). Tales aproximaciones graduales se llevan a cabo en un estado general de relajación, inducido por el terapeuta al consultante.

Para lograr tal objetivo es necesario llevar a cabo una serie de pasos: 1) el consultante, con ayuda del terapeuta, organiza jerárquicamente las diferentes situaciones o estímulos que le generan angustia otorgándoles una valoración numérica. 2) Se induce al consultante a un estado de relajación progresiva (normalmente mediante el método de Jacobson). 3) Se motiva al consultante a representarse las situaciones o estímulos angustiantes siguiendo la jerarquía menor previamente estipulada. Cuando tal situación ya no provoca angustia, se pasa al siguiente nivel de jerarquía, y así sucesivamente. Como es posible apreciar, lo que se busca es una asociación gradual entre un estado de relajación y los estímulos o situaciones angustiantes, siguiendo de tal manera, una lógica similar al contra condicionamiento.

Desde el condicionamiento operante la modificación conductual se lleva a cabo mediante las consecuencias que le siguen a una conducta (Fernández-Abascal et al., 2010; Nuñez y Tobón, 2005; Skinner, 1938, 1953). Los usos terapéuticos del condicionamiento operante tienen el objetivo de incrementar o establecer una conducta, o bien, la eliminación de las que resulten disfuncionales.

En el caso de la creación de nuevos modelos de conductas, el refuerzo es un concepto fundamental. Este aumenta la probabilidad de que una conducta precedente vuelva a ocurrir. Es por ello por lo que se han desarrollado diversos programas de reforzamiento, los que se configuran como un patrón de recompensas que mantienen las respuestas condicionadas. Estos programas pueden ser continuos, en los que se refuerza cada vez que ocurre la conducta, o intermitentes, en los que se refuerza cada cierto número de respuestas correctas (programa de razón) o en base a la cantidad de tiempo que pasa entre los reforzadores (programa de intervalo) (Fernández-Abascal et al., 2010).

Otra manera de incrementar las conductas es a través de la economía de fichas –o contrato de contingencias–. En ella se refuerzan conductas mediante fichas (o cualquiera sea el medio de intercambio), para posteriormente ser ‘canjeadas’ por un premio o refuerzo real. Este método resulta efectivo para el trabajo con niños y/o con adultos en contexto psiquiátrico (Ayllon y Azrin, 1968).

Para la eliminación de conductas desadaptativas el castigo es central. El castigo disminuye la probabilidad que la conducta que le precede vuelva a ocurrir (Skinner, 1938, 1953). Por ende, la administración de un estímulo aversivo posterior a la aparición de una conducta indeseable favorecerá la disminución de esta. Otras estrategias relevantes para la disminución de una conducta indeseable son: la extinción, que consiste en privar de reforzadores a aquellas conductas que resultan indeseables para el sujeto; el coste de respuesta, que es una forma de respuesta donde se pierden reforzadores adquiridos anteriormente y; el tiempo fuera, donde se busca eliminar la posibilidad de obtener refuerzos, cambiando al sujeto de ambiente (Ruiz et al., 2012). Sin embargo, en psicoterapia y en el aprendizaje en general, la evidencia sugiere que priorizar el refuerzo de una conducta adaptativa alternativa es más efectivo que castigar una conducta disfuncional (Fernández-Abascal et al., 2010; Puente, 2015).

El modelado o aprendizaje de modelos, también provee de estrategias para la modificación conductual (Fernández-Abascal et al., 2010; Puente, 2015). Como se refirió, inicialmente fue desarrollado en torno a la reducción de la angustia, aunque su campo de aplicación ha crecido con el correr de los años⁶². Bandura (1977) demostró que la observación de conductas exentas de angustia favorecía la eliminación de angustia en el observador. Imagínese un niño que le teme a los perros. Según el modelado, si este niño observa a otros niños jugar y disfrutar con aquel perro, sus propias manifestaciones de angustia respecto a tal estímulo disminuirían, ya que aprendería

⁶² Reducción del miedo, tratamiento de conductas hiperactivas, psicosis, entre otras (Feixas y Miró, 1993).

vicariamente aquella conducta (o disminución de ella) al observar la de otro.

Para mejorar el proceso de adquisición de la conducta vicaria Perry y Furukawa (1986) han sugerido que, por ejemplo, el modelo sea semejante al observador y que tenga prestigio; que el observador tenga la capacidad para procesar y retener la información; y que los procedimientos sean graduados y con instrucciones. Dentro de los factores que mejoran la ejecución de la conducta vicaria los autores señalan que es importante el reforzamiento al modelo, el reforzamiento al observador, el ensayo de la conducta, la práctica repetida y la semejanza del contexto de aprendizaje con el de ejecución, entre otros (Perry y Furukawa, 1986).

Sin lugar a duda el modelado debe recurrir a elementos cognitivos del procesamiento de la información para que se produzca la adquisición y posterior ejecución de una conducta observada. Se configura, por tanto, y tal como se refirió con anterioridad, como un modelo de transición a los enfoques cognitivos.

El objetivo de los modelos cognitivos en psicoterapia es lograr el cambio de las estructuras cognitivas que dificultan el óptimo funcionamiento del sujeto (Boswell et al., 2014; Fernández-Abascal et al., 2010). Los trastornos psicológicos, desde esta perspectiva, se generan y mantienen debido a una forma sesgada (irracional) de procesar la información que lleva a cometer errores sistemáticos. Por ende, el fin de la terapia cognitiva reside en que el consultante logre una valoración –o procesamiento de la información– más adaptativo, racional y funcional respecto a su entorno.

La relación terapéutica desde la terapia cognitiva se concibe como un proceso de colaboración mutua entre consultante y terapeuta, por lo que, en general, presenta una naturaleza relacional más horizontal que la terapia conductual. De hecho, la relación terapéutica se entiende como un proceso conjunto de comprobación de hipótesis de los pensamientos del consultante. Esta cooperación científica en psicoterapia se denominó ‘empirismo colaborativo’ (Beck, 1970, 1976; Tee y Kazantzis, 2011), el cual consiste en analizar y recoger evidencias que permitan, desde la lógica, apoyar o

refutar las hipótesis (pensamientos) de los consultantes, quienes, por sí mismos descubrirían sus propias incongruencias con apoyo del terapeuta. La relación cooperativa también se aprecia en el principio del ‘descubrimiento guiado’, el que se configura como un «procedimiento en el cual se sigue interrogando al paciente acerca del significado de sus pensamientos, para develar las creencias subyacentes que el paciente tiene respecto de sí mismo, del mundo y de los demás» (Oquendo, 2009, p. 6). Los criterios de éxito del proceso se encuentran, como es de esperar, en la disminución de la sintomatología que presenta el consultante.

La terapia cognitiva de Beck y la terapia racional-emotiva de Ellis han resultado fundamentales para la consolidación del modelo cognitivo en psicoterapia, ofreciendo cada una, desde su marco conceptual, la posibilidad de cambio cognitivo en un proceso psicoterapéutico. Ambas aproximaciones presentan un acercamiento similar a la terapia de orientación cognitiva, concibiendo los contenidos cognitivos como elementos esenciales:

En los enfoques de Beck y Ellis, la actitud terapéutica no sufre variaciones en función del tipo de trastorno que se esté tratando. En otras palabras, estas terapias cognitivas no constituyen una psicoterapéutica diferencial. En el fondo, se postula que lo que varía de un tipo de trastorno a otro es el contenido cognitivo que se distorsiona o que resulta irracional. Pero lo que resulta relevante, desde el punto de vista terapéutico, del contenido cognitivo es el hecho de que es un contenido distorsionado o irracional. En consecuencia, ni su génesis ni su posible utilidad funcional en el contexto vital del cliente resultan especialmente importantes para enfocar el tratamiento. (Feixas y Miró, 1993, pp. 240-241)

Particularmente, la terapia cognitiva de Beck (1970, 1976) tiene como objetivo sensibilizar al consultante en torno a sus pensamientos automáticos y a las falacias (o errores cognitivos) que ellos conllevan. Para tal efecto, estructura su terapia en cuatro fases: observación, donde se instruye al consultante sobre los fundamentos teóricos de la terapia y se registra sus pensamientos automáticos; identificación, donde se analizan los diálogos internos a la luz de la información

de la fase anterior; revisión de hipótesis, donde el paciente refuta o apoya sus pensamientos a la luz de la evidencia; y entrenamiento en explicaciones alternativas, donde se crean estructuras cognitivas (valoraciones) contrarias a los pensamientos automáticos (Beck, 1970; Kriz, 2012).

La terapia racional-emotiva de Ellis, como se refirió anteriormente, se fundamenta en el modelo ABC (*activating event, belief system, consequences*). Sin embargo, para lograr la reestructuración cognitiva, tal modelo debe extenderse a D (*disputing*) y E (*effect*). De tal manera, y según lo planteado por Ellis (1979), el proceso psicoterapéutico, primeramente, se centra en instruir al consultante sobre el modelo teórico de la terapia para que este, junto al terapeuta, pueda precisar los eventos, situaciones o estímulos activadores (A). Luego, se entrena al consultante a diferenciar cogniciones de emociones para que este pueda delimitar las creencias irracionales (Bi) que generan consecuencias desadaptativas (C). Hasta el momento el consultante y terapeuta solo han identificado el problema. No obstante, para solucionarlo, el terapeuta debe poner en tela de juicio las creencias irracionales del consultante mediante un debate –diálogo socrático– donde se debe convencer al consultante de lo insensato de sus pensamientos. Si el proceso es exitoso, el consultante tendrá una nueva forma de sacar conclusiones, teniendo efectos cognitivos y conductuales adaptativos (E). Es decir, habrá logrado una reestructuración cognitiva.

Además de los aportes fundamentales realizados por Beck y Ellis, existe un amplio listado de recursos y estrategias de los que la terapia cognitiva se sirve para promover un procesamiento de la información más saludable. Estas estrategias, por ejemplo, pueden proceder del modelo conductual, sin embargo, con un fin distinto al que fueron creadas. Al respecto, Beck et al. (1979) señalan que «para el terapeuta de la conducta la modificación de conducta es un fin en sí mismo; para el terapeuta cognitivo es un medio para llegar a un fin: la modificación cognitiva» (p. 112).

Algunas de estas estrategias, recopiladas por Feixas y Miró (1993), son las siguientes: la asignación gradual de tareas, técnicas

de distracción, relajación, programación de actividades, valoración del dominio y agrado, autoobservación, uso de auto aserciones, entrenamiento en habilidades específicas, *role playing*, ensayo cognitivo, explicación del fundamento teórico al consultante, identificación de pensamientos disfuncionales, identificación de errores cognitivos, comprobación de hipótesis, disputa racional, análisis de costo-beneficio, técnicas de re atribución, búsqueda de soluciones alternativas, identificación de esquemas, técnicas de rol fijo, biblioterapia, etc.

En resumen, el proceso psicoterapéutico de la corriente cognitivo-conductual, desde su tradición conductual, tiene por objetivo la modificación de la conducta inadaptada, utilizando para ello diversas estrategias provenientes de las teorías del aprendizaje. La relación terapéutica se percibe vertical y, tanto su proceso como criterios de éxito, deben ser conductualmente verificables. Desde su tradición cognitiva, el objetivo central del proceso psicoterapéutico es la modificación de las estructuras cognitivas que resultan disfuncionales al sujeto, sirviéndose para ello de diversas estrategias, entre las que destacan las aportadas por las terapias de Beck y Ellis. La relación psicoterapéutica es más bien horizontal y colaborativa, centrada en la verificación y comprobación de hipótesis.

2. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE COGNITIVO-CONDUCTUAL

Los supuestos epistemológicos presentes en los postulados centrales de la corriente cognitivo-conductual se presentarán de forma diferenciada y paralela. A saber, su abordaje se realizará tanto de la tradición conductual como de la tradición cognitiva, siguiendo la lógica llevada a cabo hasta el momento en el capítulo.

Es importante reiterar que los supuestos epistemológicos que serán analizados en cada postulado central solo constituyen aproximaciones parciales de los mismos. Pretender la representación total de X paradigma epistemológico en Y aspecto central de una corriente psicoterapéutica es un objetivo ingenuo, dada la heterogeneidad teórica presente en los propios paradigmas epistemológicos como en los postulados centrales de la corriente cognitivo-conductual.

Naturaleza de la mente

La concepción de mente para el modelo conductual, como se refirió anteriormente, no estuvo exenta de controversias. Sin embargo, es factible referir que presenta supuestos epistemológicos empiristas. A continuación, se presentan los argumentos que sustentan tal afirmación.

Lo mental, y cualquier elemento cognitivo en las explicaciones conductuales, se relacionaba con la tradición mentalista de la psicología, de la cual el conductismo quería alejarse. Sin embargo, el conductismo no negó la existencia de los procesos mentales, sino solo la imposibilidad de acceder a ellos mediante la experimentación, ya que, por su naturaleza inmaterial, no representaban hechos objetivos empíricamente observables. La mente, de la cual no se cuestionó su existencia, era considerada parte de la conducta. En otras palabras, lo mental es indivisible del comportamiento: la mente es un aspecto de la conducta.

Si se entiende la mente como conducta se le dota de un estado real, material y observable. Lo mental pasa de considerarse un fenómeno privado –al que no se podía acceder con métodos rigurosos– a ser visto como un hecho real, cambiando su estatus epistémico a un fenómeno empírico susceptible de ser captado a través de la experiencia sensible. El empirismo es, por consecuencia, un supuesto epistemológico presente en la concepción conductista de la mente –en la medida que esta sea considerada un aspecto de la conducta observable–. Dicho de otra manera, si la conducta es un hecho real al que se puede acceder mediante los sentidos (experiencia sensible), lo mental, dada su cualidad indivisible de la conducta, representa entonces un conocimiento verdadero fundado en la experiencia al que es factible acceder con el mismo método.

Sumado a lo recientemente expuesto, la mente desde el modelo conductual era considerada como un constructo –o idea– del lenguaje que desde el sentido común –el *lego*– se atribuía a diversas conductas observables. Es decir, hablar de la ‘mente’ es sinónimo de hablar de la conducta, no de fenómenos intangibles. Aquello a lo que se le

llama emoción, expectativa, pensamiento, etc. –lo mental–, es para el conductista una interpretación de una conducta.

Siguiendo tal lógica es posible hacer una lectura desde la filosofía empirista de Hume en torno a las *ideas e impresiones* (Navarro, 2014). La conducta observable podría considerarse una impresión, ya que esta, en cuanto hecho empírico, es captada directamente por los sentidos. Lo mental sería una idea que solo representaría un conocimiento verdadero si es un recuerdo de una impresión. O, dicho de otro modo, la mente es real y verdadera sí y solo sí es un constructo que da cuenta de una conducta. Como es posible apreciar, si la mente no se ancla a una experiencia sensible –conducta–, representa, desde una epistemología empirista, un conocimiento falso.

También es factible dar cuenta, y en total congruencia con el empirismo, de la presencia de supuestos epistemológicos positivistas en la concepción conductual de la mente. Aunque el foco de tales supuestos positivistas, en este caso, no es el descubrimiento de regularidades –o leyes universales– de los hechos mentales, sí es posible hacer una lectura desde el positivismo de Augusto Comte en torno a la ley de los tres estados (Comte, 2017; Pérez, 2015). A saber, el modelo conductual trasladó lo mental desde un estado metafísico a un estado positivo. Es decir, a la mente, una entidad abstracta utilizada por la tradición mentalista para otorgar diversas explicaciones (estado metafísico), se le otorgó la cualidad de hecho positivo: la condición de fenómeno observable y real (estado positivo). Vale recordar que tales aspectos positivistas solo son certeros manteniendo la concepción de la mente como un aspecto de la conducta observable.

Con el modelo cognitivo el foco de interés se desplaza desde la conducta observable hacia los fenómenos ‘privados’ de la conciencia. El modelo conductual rehuía de tales fenómenos privados, ya que, dada su naturaleza inmaterial, no se concebía un método para poder observarlos objetivamente⁶³. Sin embargo, el modelo cognitivo

⁶³ Razón por la cual el conductismo consideró lo mental como un aspecto de la conducta observable. No obstante, para el modelo cognitivo es factible y necesario acceder a los procesos mentales, independiente de su relación con la conducta observable.

encontró en tales fenómenos mentales las respuestas a las preguntas que el conductismo no pudo responder.

Como se refirió con anterioridad, desde esta perspectiva se entiende la mente como cognición. Es decir, la naturaleza de lo mental queda suscrita a los fenómenos relativos al procesamiento de la información: ideas, creencias, significados, constructos personales, expectativas, atribuciones, pensamientos, etc. Todas estas formas de cognición se estructuran en: esquemas (filtro cognitivo general que al ser activado guía la interpretación), operaciones (encargadas de la manera en que se procesan los datos sensoriales) y productos cognitivos (resultados de las operaciones cognitivas que toman la forma de pensamientos, ideas, etc.). De tal manera, dar cuenta de los supuestos epistemológicos de la mente desde el modelo cognitivo es, en esencia, dar cuenta de los supuestos epistemológicos que sustentan a los propios fenómenos cognitivos.

Tales fenómenos cognitivos, como constitutivos de lo mental, se sustentan bajo supuestos racionalistas, configurándose esencialmente como constructos de origen racional. Si se piensa en las diferentes estructuras que componen lo cognitivo, a saber, esquemas, operaciones y productos cognitivos, es posible precisar una naturaleza común: son fenómenos no reales. Entiéndase tal sentencia como fenómenos que no tienen una materialidad empírica que permita su observación en la naturaleza, no pudiendo ser captados por los sentidos. Si bien es viable realizar inferencias de los estados mentales –o cogniciones– basándose en la conducta observable, en términos epistemológicos, y a diferencia del modelo conductual, el modelo cognitivo no veía un aspecto mental en lo conductual –mente como conducta–, razón por la cual se sostiene la presencia de supuestos racionalistas, dada la naturaleza inmaterial de las cogniciones.

No solo el origen racional de los constructos relativos a los fenómenos cognitivos (esquemas, operaciones y productos) fundamentan la tesis racionalista de sus supuestos, sino que también lo es su aspiración de validez universal. Frente a ello, el modelo cognitivo sostiene que todo ser humano posee la misma configuración cognitiva en cuanto a esquemas, operaciones y productos. Lo que hace la

diferencia entre cada persona son los ‘contenidos’ de tales procesos, lo que daría origen a la individualidad propia de cada sujeto. Por tanto, se aspira a que tales constructos de naturaleza inmaterial sean válidos universalmente⁶⁴.

Los procesos cognitivos, además de su universalidad, buscan ser garantes de acceso a un ‘conocimiento verdadero’, lo que también sustenta la tesis racionalista de sus supuestos. El racionalismo sostiene que el conocimiento verdadero debe, necesariamente, tener un origen ‘racional’. Si este conocimiento es producto de un proceso cognitivo ‘irracional’ configuraría un conocimiento falso, errado o disfuncional (respecto a otro que es funcional, verdadero y objetivo). Este supuesto racionalista, y su consecuencia para el conocimiento de la realidad, se encuentra sumamente arraigado en la cualidad de la cognición, la que puede ser racional o abiertamente irracional. La primera representaría creencias, valoraciones o interpretaciones ‘correctas’ de una realidad externa objetiva (de la que no se duda su existencia) y, la segunda, su opuesto. Lo interesante de este supuesto epistemológico para la concepción de mente es que existirían procesos mentales correctos o verdaderos (si son racionales y consecuentes con la realidad objetiva) e incorrectos o falsos (si son consecuencia de un procesamiento irracional de la información proporcionada por la realidad). Este supuesto racionalista es representativo de las terapias cognitivas desarrolladas por Beck (1970) y Ellis (1974).

Por otro lado, también es posible apreciar supuestos epistemológicos relativos a la constructividad (Zlachevsky, 2015) en la concepción cognitiva de la mente. La mente como cognición, supone que tales procesos –los cognitivos– median la interpretación de la información. A saber, que un hecho X siempre será un hecho X, ya que lo que hace la diferencia es la valoración de tal hecho mediante los procesos cognitivos. De tal manera, y en consecuencia con los planteamientos de la constructividad, sería el sujeto (observador),

⁶⁴ Es indudable que el modelo cognitivo siguió con la rigurosidad de carácter científico planteada por el conductismo en sus investigaciones, hecho que le ha llevado a defender la universalidad de sus postulados con mayor propiedad. Sin embargo, su foco, a diferencia del modelo conductual, estaba puesto en aquellas entidades de naturaleza inmaterial llamadas cogniciones.

en base a su sistema de creencias, quien le otorgaría significado a los hechos de la realidad. Razón por la cual los fenómenos no serían independientes de quien los interpreta.

Desde esta perspectiva –a diferencia de la anterior fundada en el racionalismo–, la verdad o lo real se pone en tela de juicio, ya que nunca se podría contar con la certeza de acceso objetivo a la realidad, sino solo a las interpretaciones que el sujeto hace de ella sirviéndose del lenguaje. Los contenidos mentales, desde esta perspectiva, no son representaciones de la realidad objetiva, sino por el contrario, esta última –la realidad– es un ‘efecto’ de los propios contenidos mentales. Por ende, se le asigna a la mente del sujeto un rol activo y constructivo. Estos supuestos son representativos de la terapia de constructos personales de Kelly (1955) y de la terapia cognitiva pos racionalista de Guidano y Liotti (1983), entre otras.

Finalmente, también es posible dar cuenta –aunque sucinta– de algunos supuestos de la fenomenología en torno a la cognición, particularmente en torno a la idea de esencia. Como se ha referido, la cognición está compuesta por esquemas (del *self*, entre otros), por operaciones (procesamiento) y productos (pensamientos, ideas, creencias, etc.). Estos componentes centrales de la cognición pueden considerarse como esencias, en la medida que no son fenómenos de naturaleza real –material–, y en la medida que buscan configurarse como un conocimiento universalmente válido, tal como fue referido con anterioridad. Sin embargo, vale aclarar que el método fenomenológico para acceder a tales esencias –*epojé*– dista del utilizado por el modelo cognitivo.

Recapitulando, es posible referir que la mente desde la corriente cognitivo-conductual presenta diversos supuestos epistemológicos. Estos, desde su tradición conductual (mente como conducta), se encuentran fundamentados en el empirismo, dado que lo mental sería un aspecto de la conducta observable, por lo que sería parte de la experiencia sensible; y positivistas, particularmente desde la lectura de Comte en torno a la transición de la mente desde un estado metafísico a un estado positivo. Desde la tradición cognitiva, se considera a la mente como cognición. Esta estaría fundamentada

epistemológicamente en el racionalismo, dado el origen racional e inmaterial de los constructos cognitivos, la aspiración de validez universal de los procesos cognitivos y la lectura de que el conocimiento verdadero proviene de cogniciones racionales; en la constructividad, en la medida que el significado que se le atribuye a la realidad es construido activamente por el sujeto mediante sus procesos cognitivos; y en la fenomenología, fundamentalmente en torno a la concepción de esencias no reales y universalmente válidas que se le atribuye a los componentes de la cognición.

Aproximación a la psicopatología

El modelo conductual entiende a la psicopatología como una conducta disfuncional aprendida, la que, por consecuencia, se rige por los principios de las teorías del aprendizaje como cualquier otra conducta aprendida. Las teorías del aprendizaje que explican la adquisición y mantenimiento de la conducta psicopatológica desde el modelo conductual, como se ha aludido anteriormente, se refieren fundamentalmente a la asociación de estímulos del condicionamiento clásico; a la asociación de la conducta con su consecuencia del condicionamiento operante; y al aprendizaje por observación de la conducta de un modelo del aprendizaje social (modelado).

Los denominadores epistemológicos comunes de tales teorías son, en principio, y al igual que los referidos en torno a la naturaleza de la mente, el empirismo y positivismo. El propio Watson (1913) declaraba implícitamente en su manifiesto conductista tales supuestos:

La psicología como la ve un conductista es una rama experimental puramente objetiva de la ciencia natural. Su meta teórica es la predicción y el control de la conducta. La introspección no forma parte esencial de sus métodos, ni el valor científico de sus datos depende de la disponibilidad con que se prestan a una interpretación en términos de la conciencia. (p. 158)

Particularmente en torno al empirismo, el modelo conductual y sus teorías del aprendizaje ven en la conducta observable la fuente del

conocimiento verdadero, ya que esta, sea o no patológica, es de naturaleza real, empírica y objetiva. Por lo tanto, es posible estudiarla mediante la experiencia sensible. En total congruencia con el empirismo y desde la perspectiva psicopatológica de las teorías del aprendizaje, la conducta disfuncional se adquiere y funda en la experiencia.

No obstante, también es posible hacer una lectura de las teorías del aprendizaje de la conducta patológica desde la filosofía empirista inglesa. John Locke popularizó el concepto de *tabla rasa*⁶⁵ –tablilla sin escribir–, con el que buscaba representar que el hombre, desde el inicio de su existencia, se encuentra ‘en blanco’, y la experiencia es la que se encargaría de ‘escribir’ en él (Navarro, 2014). Llevando tal metáfora empirista a las teorías del aprendizaje sería posible señalar que la conducta disfuncional no representa un fenómeno innato o *a priori* a la experiencia, sino que, por el contrario, es una consecuencia aprendida que solo puede llevarse a cabo en ella. Este supuesto empirista es congruente con los planteamientos conductistas del condicionamiento clásico, condicionamiento operante y modelado.

El positivismo, como supuesto epistemológico de las teorías del aprendizaje que explican la adquisición de la conducta psicopatológica, es totalmente complementario con los planteamientos empiristas ya referidos. A saber, respecto a la importancia otorgada a los hechos reales (conducta observable) y a la necesidad de acceder a un conocimiento objetivo y verdadero mediante la experiencia sensible, entre otras. No obstante, los supuestos positivistas de estas teorías del aprendizaje presentan algunas particularidades que es preciso destacar.

Uno de los principales objetivos de las teorías del aprendizaje, tal como se apreció en la anterior cita de Watson (1913), es la generación de leyes universales de la conducta. Tal afirmación, en esencia positivista, trae consigo otra serie de supuestos de la misma índole. Primero, establecer leyes generales y objetivas de la conducta supone que esta presenta regularidades que pueden –y deben– ser

⁶⁵ No obstante, la idea central de este concepto se remonta a la filosofía de Aristóteles.

descubiertas. Además, tal universalidad no solo se remitiría al hombre, sino que también a la conducta animal en general. Frente a esto, el propio Watson (1913) no reconocía la existencia de una línea divisoria entre el hombre y el animal, lo que también queda reflejado en los antecedentes iniciales de las teorías del aprendizaje en torno a la experimentación animal. Segundo, la generación de leyes universales de la conducta supone la adopción de un monismo metodológico en función de que tales leyes sean descubiertas con un método objetivo y único –el método científico– que permita explicar, predecir y controlar los fenómenos concernientes al aprendizaje. Es por tanto que el inductivismo sería la forma de conocimiento que implícitamente se propone, en el cual se precisa ir de los datos (o conductas) a la ley general.

En torno al modelado –y muy someramente– es posible referir algunos supuestos racionalistas. Como se ha hecho mención, el modelado supuso una transición de los modelos conductuales a los modelos cognitivos. Por ende, no es de extrañar que posea algunos supuestos epistemológicos de tal orden. Esto se fundamenta en que, para lograr aprender de la conducta de un modelo mediante la observación, es necesaria la consideración de mecanismos relativos al procesamiento de la información, como atención, percepción o memoria, entre otros. Tales constructos no son conductas observables, sino procesos simbólicos internos contruidos racionalmente y de naturaleza conceptual.

Desde el modelo cognitivo la concepción de psicopatología tiene estrecha relación con la presencia de cogniciones disfuncionales, las cuales implican un procesamiento errado de la información. Las explicaciones de causa y mantención de tales problemas pueden ser abordadas desde las teorías fundadoras del modelo cognitivo: la terapia cognitiva de Beck y la terapia racional-emotiva de Ellis.

Los aportes de Beck y Ellis presentan aproximaciones similares a la comprensión de la psicopatología, sustentándose epistemológicamente en el racionalismo. Beck (1970, 1976) prioriza los esquemas negativos del *self*, la triada cognitiva, los pensamientos automáticos y los errores o falacias cognitivas. Ellis (1974, 1979), por su parte,

releva en sus postulados el sistema de creencias (sobre todo el irracional) con el que un sujeto valora un evento, obteniendo determinadas consecuencias. Todos estos conceptos son constructos racionales y, por tanto, no presentan una naturaleza real y empírica que permita acceder a ellos mediante la experiencia sensible. Son constructos de cualidad etérea que fueron elaborados con un fin teórico y racional: otorgar las explicaciones que el modelo conductual con su énfasis en la conducta no pudo ofrecer.

Además de la naturaleza racional de las cogniciones, tanto Beck como Ellis comparten, cada uno desde su modelo teórico, el anhelo de validez universal de estos constructos. Es decir, sostienen que todo proceso cognitivo humano posee estructuras cognitivas, las que, mediante un procesamiento disfuncional de la información, pueden conllevar a psicopatología. Lo que varía en cada ser humano, como ya se ha referido, corresponde a los contenidos de tales estructuras.

También es posible dar cuenta de la hermenéutica como supuesto epistemológico en la concepción de psicopatología del modelo cognitivo. Como es sabido desde este modelo, son las creencias, pensamientos o significados irracionales con los que un individuo valora o interpreta su mundo los que están a la base de la psicopatología. De tal forma, puede entenderse que el rol de las cogniciones (disfuncionales o no) es llevar a cabo un ‘acto interpretativo’ de los estímulos o experiencias que acontecen en la realidad.

En tal contexto es factible hacer una lectura desde la filosofía hermenéutica de Gadamer (1988). Si los procesos cognitivos, en esencia, son procesos interpretativos, estos siempre estarán en permanente apertura. O, en otras palabras, una interpretación está sujeta a una reinterpretación constante. Esta concepción hermenéutica es esencial para los modelos de Beck y Ellis, ya que ambos sostienen que modificando la manera disfuncional en la que se lleva a cabo el procesamiento de la información (cogniciones irracionales) es posible realizar otras valoraciones menos patológicas de una situación o estímulo. Pero, tal situación o estímulo realmente no cambia; lo que cambia es su valoración o (re)interpretación debido a la modificación cognitiva. Por lo tanto, la hermenéutica, al igual que los

modelos cognitivos, reconoce que una interpretación (o valoración cognitiva) necesariamente estará guiada por el sistema de creencias (cogniciones) del sujeto.

En total congruencia, y siguiendo la misma lógica argumentativa, se puede referir que la concepción psicopatológica del modelo cognitivo presenta supuestos epistemológicos fundamentados en la constructividad. Este paradigma epistemológico, si bien diferente, es sumamente complementario a la hermenéutica. No obstante se haya referido en el apartado anterior –en torno a naturaleza de la mente– que la constructividad era un paradigma epistemológico más representativo de las terapias de Kelly y Guidano y Liotti, también es posible realizar una lectura desde este paradigma hacia la concepción de psicopatología propuesta por Beck y Ellis.

Algunos aspectos por destacar de la epistemología de la constructividad dicen relación con la participación activa del sujeto en la construcción de la realidad a través del lenguaje y al reconocimiento de las diversas operaciones de distinción (valoración) que este lleva a cabo. Tanto los modelos de Beck (1970) como de Ellis (1974) sostienen que las creencias (irracionales) son las que promueven una determinada valoración de la experiencia (disfuncional). Por ende, es plausible decir que el observador (o sujeto cognoscente) participa en lo que observa (interpreta o valora) mediante sus procesos cognitivos. Esta construcción activa de su experiencia la realiza sirviéndose del lenguaje como medio. Toda idea, creencia, pensamiento, o cualquiera sea el producto cognitivo, desde la perspectiva de la constructividad, está constituido y emerge con y por el lenguaje.

Sin embargo, tanto Beck como Ellis no se hacen totalmente cargo de las implicancias de este supuesto epistemológico, o, mejor dicho, este supuesto no representa en su totalidad el modelo cognitivo desarrollado por ambos autores. Como se refirió con anterioridad, desde la constructividad solo es posible acceder a las interpretaciones que se realizan de la experiencia mediante el lenguaje, no así a los hechos ‘objetivos’ y ‘verdaderos’. Sin embargo, tanto Beck como Ellis sostienen que existe la forma correcta (y racional) de procesar la información. De hecho, ambos elaboraron diversos listados en

torno a los errores cognitivos y las creencias irracionales, respectivamente, estableciendo, por tanto, una forma correcta, objetiva y racional de la realidad.

A modo de síntesis. La aproximación a la psicopatología desde el modelo cognitivo-conductual presenta variados supuestos epistemológicos. A saber, desde la tradición conductual, es posible dar cuenta de supuestos epistemológicos empiristas, particularmente en torno a la conducta disfuncional fundada en la experiencia sensible y al concepto de *tabla rasa* de Locke; positivistas, en torno a la pretensión de leyes universales de la conducta y sus implicancias; y racionalistas, concretamente en torno al modelado, el cual recurre necesariamente a procesos cognitivos simbólicos para el aprendizaje vicario. Desde la tradición cognitiva se presentan supuestos racionalistas en torno a la inmaterialidad y carácter racional de los constructos centrales que explicarían la psicopatología, junto con el anhelo de validez universal de los mismos; hermenéuticos, en torno a la consideración de los procesos cognitivos como actos interpretativos y; de la constructividad, en relación con la participación activa del sujeto en la construcción de su realidad patológica a través del lenguaje.

Proceso psicoterapéutico

El objetivo psicoterapéutico del modelo conductual es la modificación de la conducta inadaptada mediante los principios de las teorías del aprendizaje. Como es de esperar, y en consecuencia a los apartados anteriores, los supuestos epistemológicos que sustentan tal objetivo y acciones son empiristas y positivistas.

El empirismo –y en buena parte el positivismo– se ve reflejado en la importancia que el modelo conductual le entrega al ambiente en la modificación de la conducta. El ambiente –que se configura como una experiencia de aprendizaje propiamente tal– es real, empírico y susceptible de ser captado mediante la experiencia sensible. El terapeuta es el responsable de otorgar al consultante un ambiente –experiencias de aprendizaje– propicio para llevar a cabo nuevas asociaciones entre estímulos (condicionamiento clásico); entre conductas

y sus consecuencias (condicionamiento operante); u ofreciendo la experiencia observacional de un modelo (modelado). Como se puede intuir, el empirismo también es un supuesto epistemológico presente en los criterios de éxito del modelo conductual, ya que estos se acogen necesariamente a un referente conductual específico, observable, real y cuantificable. A saber, la disminución/eliminación de una conducta disfuncional o el incremento/aparición de conductas saludables (en cuanto son hechos observables en la experiencia) dan cuenta del éxito o fracaso de un determinado proceso psicoterapéutico.

Los métodos específicos de modificación de conducta como el contra condicionamiento, la desensibilización sistemática, refuerzo-castigo, economía de fichas, entre otros, no están ajenos al empirismo. En efecto, cada una de estas estrategias proviene de alguna de las teorías del aprendizaje revisadas, las que, como se ha referido en diversas ocasiones, presentan supuestos empiristas. Cada estrategia de modificación conductual promueve la generación de un cambio observable y real en la conducta, rechazando ideas *a priori* o metafísicas en sus explicaciones de cambio y situando el límite de la modificación de conducta en el límite de los sentidos.

Ciertamente, los supuestos empiristas presentes en la modificación de conducta –y en las estrategias para llevarla a cabo– no son impropios a los supuestos positivistas. El positivismo se ve reflejado sustancialmente en el énfasis que se otorga a la manipulación (experimentación) de los hechos positivos (conductas) para lograr la modificación conductual y, mediante ello, descubrir las regularidades que hay en tales hechos. Consecuentemente al positivismo, lo que cada estrategia de modificación conductual pretende es explicar, predecir y, por, sobre todo, controlar la conducta disfuncional sirviéndose, para ello, del método científico provisto por las ciencias naturales.

Sin embargo, no todo es empirismo y positivismo en el modelo conductual para explicar el cambio de conducta. Es posible dar cuenta de algunas excepciones al respecto. Por un lado, se encuentra el modelado que, como se ha precisado en puntos anteriores, presenta algunos supuestos racionalistas, fundamentalmente debido a la necesidad de recurrir a recursos cognitivos simbólicos para explicar la

adquisición y ejecución de una conducta observada. Y, por otro lado, se encuentra el condicionamiento operante, el que presenta algunos supuestos hermenéuticos. Esta afirmación merece mayor atención.

La extrañeza que pudiera causar el llevar a cabo una lectura hermenéutica del condicionamiento operante es totalmente plausible, dados sus aparentes fundamentos y tradiciones disímiles. Sin embargo, tanto el condicionamiento operante –particularmente la noción de refuerzo y castigo– como la hermenéutica, comparten un elemento clave: la interpretación. Es sabido que una conducta que se refuerza tiene más probabilidades de reaparición, y una que se castiga, lo contrario. Pero ¿quién o qué determina qué es un refuerzo y qué es un castigo? No es discutible la existencia de algunos reforzadores universales –llamados primarios– los que se relacionan con la satisfacción de necesidades básicas (Puente, 2015). Sin embargo, no todos los reforzadores –y castigos– gozan de tal universalidad.

Lo que una persona interpreta como refuerzo (por ejemplo, comer una golosina) para otra puede representar un castigo (si es un deportista o padece de diabetes). Por lo tanto, la definición de un refuerzo o castigo por parte de un sujeto es, mayoritariamente, un acto interpretativo que depende de sus creencias, prejuicios, significados y experiencias previas. Asimismo, el principio de la reinterpretación que rige a la hermenéutica también puede aplicarse al condicionamiento operante: lo que en algún momento se interpreta como un refuerzo puede convertirse en castigo y viceversa. Por consecuencia, y ciñéndose a la hermenéutica como supuesto del condicionamiento operante (en torno a la modificación conductual), si un terapeuta se rige por tales principios no debería dar por sentado que un evento, conducta o situación X tenga propiedades objetivas y *a priori* de refuerzo o castigo en el consultante.

El objetivo psicoterapéutico del modelo cognitivo es promover un cambio en el procesamiento de la información que realiza el consultante. Es decir, que este reemplace o modifique las estructuras cognitivas irracionales y disfuncionales con las que interpreta su entorno por estructuras cognitivas más adaptativas. Como es

sabido, tanto la terapia cognitiva de Beck como la terapia racional-emotiva de Ellis se configuran como representantes icónicos del cambio cognitivo.

Ambas formas de terapia –las de Beck y Ellis– presentan como denominadores epistemológicos comunes supuestos racionalistas, hermenéuticos y de la constructividad. Como es posible apreciar, son los mismos supuestos epistemológicos que sustentan la aproximación a la psicopatología desde tales modelos (lo que fue profundizado en el apartado correspondiente). La única diferencia con relación al cambio cognitivo en psicoterapia es que su foco, en este caso, no es ‘explicar’ las disfunciones cognitivas, sino ‘modificarlas’.

Por ende, si los postulados teóricos de los modelos de Beck y Ellis, que permiten la explicación de las cogniciones disfuncionales, no sufren variación para explicar el proceso de modificación de estas, es esperable que los supuestos epistemológicos que los rigen corran con la misma suerte. La razón es simple: el *corpus* teórico de cada modelo se sigue sirviendo de la misma lógica y constructos tanto para la explicación como para el cambio cognitivo. Es, por tanto, que sus supuestos epistemológicos no cambian.

Brevemente, y sin afán de redundar, se dirá que los modelos de Beck y Ellis en torno al cambio cognitivo presentan supuestos hermenéuticos, particularmente en lo que respecta a la consideración de las cogniciones –esquemas, creencias, pensamientos– como actos de interpretación. A saber, el consultante debe modificar sus procesos cognitivos irracionales por otros más adaptativos, llevando a cabo un proceso interpretativo más saludable en torno a su experiencia. Consecuentemente, los supuestos epistemológicos de la constructividad se aprecian en el rol activo que se le entrega al sistema de creencias y significados del consultante –cogniciones en general– en torno a la construcción de su realidad mediante el lenguaje. Es decir, la significación lingüística que el consultante realiza de los hechos –no objetivos desde esta perspectiva– debe transformarse: la construcción de una realidad centrada en la disfunción mediante los significados del consultante –cogniciones irracionales– debe

modificarse, significándose de una forma más adaptativa y saludable, lo que, por consecuencia, supondría la emergencia de otra realidad.

Los supuestos racionalistas merecen una mayor profundidad en este apartado. Además de sustentarse en la centralidad que ambos modelos le otorgan al pensamiento racional y al énfasis en los constructos racionalmente contruidos de naturaleza intangible (como los esquemas del *self*, la tríada cognitiva, los pensamientos automáticos, las falacias cognitivas, los sistemas de creencias, las valoraciones cognitivas, etc.), los supuestos racionalistas se reflejan en el empirismo colaborativo (Beck, 1970, 1976) y en el diálogo socrático (Ellis, 1979). Ambas estrategias utilizadas para promover el cambio psicoterapéutico de las cogniciones disfuncionales.

Contra intuitivamente (ya que racionalismo y empirismo son paradigmas epistemológicos fundamentalmente opuestos), es posible dar cuenta de supuestos racionalistas en el ‘empirismo’ colaborativo. Recuérdense que el empirismo colaborativo es una forma de relación psicoterapéutica usada por la terapia cognitiva con el fin de que los consultantes identifiquen sus cogniciones problemáticas y aprendan por sí mismos a corroborar la validez y verdad de sus pensamientos mediante el cuestionamiento de sus creencias por parte del terapeuta, configurándose como una especie de prueba de hipótesis (Tee y Kazantzis, 2011).

Dada tal definición, resulta evidente que lo relativo al ‘empirismo’ –en el término– se funda en la importancia de verificabilidad de las cogniciones disfuncionales del consultante en la experiencia terapéutica; y lo ‘colaborativo’, en la naturaleza horizontal de la relación. Sin embargo, la corroboración de la validez de los pensamientos o creencias irracionales del consultante, normalmente, no se lleva a cabo mediante la experiencia directa con hechos de naturaleza material y empírica que los refuten. El proceso de verificación/falsación de las hipótesis irracionales es llevado a cabo por el terapeuta mediante el cuestionamiento y representación racional de los hechos, y, sobre todo, mediante la lógica, lo que por excelencia conlleva un ejercicio racional. Por lo tanto, sería correcto referir un ‘racionalismo colaborativo’ más que un empirismo colaborativo,

dados los fundamentos epistemológicos racionalistas que sustentan la verificabilidad de las cogniciones irracionales.

El diálogo socrático –o disputa racional– utilizado por Ellis (1979) en el modelo ABC(DE) de la terapia racional-emotiva, mantiene una lógica similar a lo referido sobre el empirismo colaborativo, contando, por tanto, con supuestos epistemológicos racionalistas⁶⁶. El diálogo socrático utilizada en la fase de ‘disputa’ (D) es una estrategia utilizada para cuestionar o debatir las creencias irracionales del consultante en función de conseguir su reestructuración cognitiva. La demostración de la invalidez de las creencias irracionales del consultante se lleva a cabo mediante un diálogo de naturaleza racional. Si bien el debate o cuestionamiento puede basarse en conductas o hechos presentes en la vida del consultante, en el setting terapéutico normalmente no se expone al consultante a tales conductas o hechos de naturaleza real y empírica⁶⁷, sino que se le invita a su representación mental y racional mediante un cuestionamiento lógico de tales representaciones⁶⁸.

En resumen, los supuestos epistemológicos presentes en el proceso psicoterapéutico desde el modelo cognitivo-conductual son los siguientes: desde la tradición conductual se aprecian supuestos empiristas dada la naturaleza real y verificable del cambio conductual; positivistas, en torno al uso de la experimentación y generación de leyes del cambio conductual mediante el método de las ciencias naturales; y hermenéuticos, fundamentalmente respecto al condicionamiento operante, donde se realiza una lectura del refuerzo-castigo como actos de interpretación. Desde la tradición cognitiva se

⁶⁶ La disputa racional –o diálogo socrático– fue desarrollada por Sócrates quien, como es sabido, fue el maestro de Platón. Este, a su vez, es considerado el padre del racionalismo, por lo que los supuestos racionalistas en tal estrategia son totalmente consistentes, incluso desde una perspectiva histórica.

⁶⁷ Algunas excepciones en las que sí se expone al consultante a hechos o conductas de naturaleza real (y no necesariamente a sus representaciones) son: la terapia aversiva, la técnica de la inundación, la desensibilización sistemática con estímulos reales o el entrenamiento mediante *role playing*, entre otras (Feixas y Miró, 1993).

⁶⁸ Algunos ejemplos de preguntas utilizadas en el diálogo socrático serían: ¿cuál es la evidencia que dispone para creer esto?, ¿es racional creer esto? ¿por qué tiene qué...?, etc.

presentan supuestos hermenéuticos y de la constructividad, dada la importancia que se le asigna a las cogniciones como interpretaciones y construcciones activas, respectivamente, del mundo del consultante. También, se precisan supuestos racionalistas, esencialmente en torno a la naturaleza inmaterial y racional de los constructos para fundamentar el cambio cognitivo, así como también respecto al empirismo colaborativo y diálogo socrático dado su carácter representacional.

Una perspectiva global y resumida de los elementos teóricos y epistemológicos expuestos en este capítulo puede verse en la Tabla 2.

TABLA 2
 CUADRO RESUMEN. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS
 DE LA CORRIENTE COGNITIVO-CONDUCTUAL

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Naturaleza de la Mente	Mente como conducta. Los procesos mentales son un aspecto de la conducta.	Empirismo* : la mente como conducta posee cualidad de fenómeno real, observable. (Hume) La mente es una <i>idea</i> que proviene de una <i>impresión</i> (conducta). Positivismo* : (Comte) la mente pasa del plano metafísico al positivo.
	Mente como cognición. Procesamiento de información media la conducta. Esquemas, operaciones y productos.	Racionalismo* : esquemas, operaciones y productos poseen origen racional con aspiración de validez universal. Conocimiento verdadero se obtiene a través de la razón (si es irracional es patológico). Constructividad* : fenómenos dependen de quien los observa. La mente (cognición) construye la realidad, no al revés. Fenomenología : estructuras cognitivas como esencias universales y no reales.

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Aproximación a la Psicopatología	<p>Conducta disfuncional es aprendida Condicionamiento Clásico. Condicionamiento Operante. Modelado.</p>	<p>Empirismo*: conducta observable implica conocimiento verdadero. La conducta disfuncional se adquiere en la experiencia. Locke (tabula rasa): la psicopatología no es <i>a priori</i> a la experiencia. Positivismo*: leyes universales de la conducta. Conducta presenta regularidades que deben descubrirse. Monismo metodológico. Racionalismo: (modelado) implica constructos racionales.</p>
	<p>Procesamiento errado de la información Cogniciones disfuncionales. Terapia Cognitiva (Beck). Terapia Racional-Emotiva (Ellis).</p>	<p>Racionalismo*: uso de constructos racionales no reales. Validez universal de sus constructos. Hermenéutica*: interpretaciones erradas del mundo están a la base de la psicopatología. (Gadamer) Posibilidad de re-interpretación. Constructividad*: participación activa del observador. Relevancia de las operaciones de distinción (valoración cognitiva).</p>
Proceso Psicoterapéutico	<p>Objetivo: modificación de conducta inadaptada. Condicionamiento Clásico. Condicionamiento Operante.</p>	<p>Empirismo*: importancia del ambiente (experiencia de aprendizaje) en la modificación de conductas. Cambio conductual observable. Positivismo*: manipulación de hechos positivos (conductas). Uso del método científico. Hermenéutica (condicionamiento operante): refuerzo-castigo como actos interpretativos y re-interpretativos.</p>
	<p>Objetivo: modificación de cogniciones disfuncionales. Modelos de Beck y Ellis.</p>	<p>Racionalismo*: empirismo colaborativo y diálogo socrático (estrategias lógico-racionales) Hermenéutica*: estrategias de cambio como actos de interpretación (valoraciones cognitivas) Constructividad: rol activo de las valoraciones.</p>

Fuente: elaboración propia.

Nota: los supuestos epistemológicos marcados con asterisco (*) corresponden a analogados principales.

CAPÍTULO 7: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE HUMANISTA

I. POSTULADOS CENTRALES DE LA CORRIENTE HUMANISTA

La corriente psicoterapéutica humanista, también llamada terapia humanista o modelo humanístico-existencial (Boswell et al., 2014; Kriz, 2012) se inició como un movimiento estadounidense formado por una amplia gama de abordajes terapéuticos desarrollados a comienzos de la década del sesenta. *Grosso modo*, las terapias humanistas centran su atención en la experiencia del consultante, mantienen una visión esencialmente positiva del ser humano y adoptan una perspectiva centrada en la persona, considerando como recurso terapéutico fundamental la propia conciencia reflexiva del consultante (Boswell et al., 2014).

Comúnmente se conoce a los abordajes humanistas como la ‘tercera fuerza’ (Henaó, 2012; Riveros, 2014; Rubin y Humphreys, 2016) cuyo desarrollo se originó como una respuesta de insatisfacción hacia el psicoanálisis y conductismo (que configurarían la primera y segunda fuerza, respectivamente). El humanismo relevó la importancia de la existencia humana y de sus valores, alejándose de la psicología académica y del determinismo mecanicista y mono causal que en ella se profesaba. Tal hecho supuso el desarrollo de un movimiento formado por diversos modelos independientes que carecían de una teoría común. No es casualidad que, en buena parte de la literatura sobre modelos en psicoterapia, la exposición del abordaje humanista converja en la presentación de diversas teorías particulares y heterogéneas entre sí, más que en los principios

comunes de un movimiento unificado (Bernstein y Nietzel, 1995; Castanedo, 2008; Kriz, 2012; Martorell, 2014).

No obstante a lo anterior, es posible apreciar al menos dos principios comunes presentes en la mayoría de las psicoterapias humanistas: 1) la visión de hombre y 2) las raíces históricas de su formación. Respecto al primero, la visión de hombre para la corriente humanista quedó plasmada en 1961 en la declaración programática de la *American Association for Humanistic Psychology*. Al menos cuatro principios darían cuenta de esta visión de ser humano para la corriente humanista (Quitmann, 1989; Völker, 1980): autonomía e interdependencia social, la que refleja la capacidad del hombre para dirigir su propio desarrollo sin que esto sea contrario a sus responsabilidades sociales; autorrealización, una tendencia inherente del organismo al crecimiento y diferenciación; búsqueda de sentido, que representa la motivación del hombre por trascender su propia existencia dando énfasis en el carácter intencional de su acción; y la concepción global del ser humano, donde se considera que pensamientos, emociones y conductas forman un todo orgánico (o una *Gestalt*: totalidad).

En segundo lugar, las raíces históricas del humanismo se fundamentan en la tradición fenomenológica-existencial, por lo que, a diferencia de otras *corrientes fundamentales en psicoterapia*, sus raíces son esencialmente filosóficas (Cerdeña, 2012; Martorell, 2014). La fenomenología y el existencialismo se desarrollan de la mano de diversos filósofos como Franz Brentano, Martin Buber, Sören Kierkegaard, Edmund Husserl, Martin Heidegger, Karl Jaspers, Frederic Nietzsche, Jean-Paul Sartre, Albert Camus, Ludwig Binswanger, entre otros. Estos representan las raíces comunes y fuentes de inspiración de la mayoría de las teorías desarrolladas al alero del humanismo en psicoterapia (Gimeno-Bayón, 2017; Henao, 2012; Riveros, 2014; Villegas, 1986).

La fenomenología, como se ha referido en diversos segmentos de este escrito, se fundamenta en la experiencia sensible del ser humano y en la búsqueda de la esencia auténtica de los fenómenos

(Gimeno-Bayón; 2017; Sassenfeld y Moncada, 2006). No obstante, y en términos generales, el humanismo toma de la fenomenología:

El énfasis en la experiencia, en el carácter activo de la psique, y en la naturaleza intencional de todo acto psíquico (...) Desde esta perspectiva cada persona vive un mundo singular, un universo de significaciones constituidas por su conciencia, y se trata de comprender este mundo y su significado. (Feixas y Miró, 1993, pp.136-137)

El humanismo también se nutre del existencialismo en lo que respecta a la búsqueda del hombre ‘real’ en su existencia genuina, más allá de ‘fachadas’ o normas establecidas (Gimeno-Bayón, 2017). Kriz (2012) establece, desde esta perspectiva, que las respuestas a las preguntas por el *ser* y el sentido del mundo solo se encuentran en la dimensión del tiempo, en el devenir del hombre, y no en respuestas absolutas. Frente a ello el autor precisa:

Es así puesta en duda la «esencia del hombre», que tradicionalmente se daba por supuesta, y que abría una dimensión «objetiva» de la existencia; en lugar de esto, el hombre sólo puede ser aprehendido «desde adentro», como ser autónomo, en su temporalidad y su finitud. El instante experimentado y vivido existencialmente cobra significación central; no lo que el hombre es sino aquello en lo cual se convierte cada vez en virtud de su obrar: esa es su esencia. (p. 221)

Otro antecedente común o raíz histórica de los abordajes humanistas converge en la psicología de la *Gestalt* (Riveros, 2014; Villegas, 1986). *Gestalt* es una palabra de origen alemán que implica, entre otros significados, forma, configuración o totalidad (también, que la totalidad de un fenómeno es mayor a la suma de sus partes). Como escuela psicológica se centró en el análisis de los fenómenos psicológicos como formas enteras y no como elementos aislados, haciendo hincapié en el ‘todo’ más que en las ‘partes’. En general, su estudio se concentró en las leyes de la percepción, planteando que esta «se basa en la tendencia del hombre a ver patrones, a distinguir

los objetos contra el fondo y a completar las imágenes a partir de unas cuantas señales» (Consuegra, 2005, p. 349).

Diversos teóricos participaron en el desarrollo de esta escuela como: Max Wertheimer, Wolfgang Köhler y Kurt Kofka (Villegas, 1986). Sin embargo, uno de los más importantes para la psicoterapia fue Kurt Goldstein (Henaó, 2012), quien tomó algunas ideas de la *Gestalt* y las aplicó al contexto psicoterapéutico. Esto implicó considerar al organismo como un todo que tiende a la autorregulación. Algunos rasgos distintivos de la psicología de la *Gestalt* aplicada a la psicoterapia son: la no arbitrariedad (nada puede ser forzado), la reciprocidad del encuentro psicoterapéutico, la necesidad de tolerar los rodeos en el consultante y la importancia de las fuerzas interiores de este como impulsoras del cambio (Kriz, 2012).

A pesar de las raíces comunes en la visión de hombre en la filosofía fenomenológica-existencial y en la psicología de la *Gestalt*, los desarrollos teóricos dentro del humanismo son sumamente diversos y dispares. Algunos de los principales abordajes psicoterapéuticos de la corriente humanista⁶⁹ (Rosal, 2017; Riveros, 2014; Villegas, 1986) son: la terapia centrada en el cliente de Rogers, basada en la aceptación, autenticidad y empatía hacia el consultante; la terapia Gestáltica de Perls, que supone una tendencia natural del hombre a completar su existencia en el aquí y ahora; la logoterapia de Frankl que se enfoca en la búsqueda del sentido humano; el psicodrama de Moreno que se nutre de la analogía teatral, tomando tales recursos como elementos terapéuticos, y; el análisis existencial de Binswanger, que contempla el análisis del proyecto existencial tomando como base el concepto de *Dasein* (ser-en-el-mundo) propuesto por Heidegger.

La heterogeneidad de tales abordajes supone una importante dificultad a la hora de presentar los postulados centrales asociados a la naturaleza de la mente, aproximación a la psicopatología y proceso psicoterapéutico de la corriente humanista. Sin embargo,

⁶⁹ El análisis transaccional de Berne, la bioenergética de Lowen y la vegetoterapia de Reich presentan límites difusos con el psicoanálisis (Feixas y Miró, 1993; Kriz, 2012), razón por la cual no son considerados en esta corriente.

se considera que estos se pueden ‘extraer’ de los –limitados, pero presentes– denominadores comunes que estos abordajes humanistas exhiben implícitamente. Nuevamente, y asumiendo el riesgo de sonar redundante, vale recordar que no es objetivo de este capítulo exponer en detalle cada abordaje humanista, sino más bien, recurrir a ellos en la medida que sean necesarios para el establecimiento de cada postulado central.

Naturaleza de la mente

Desde la corriente humanista, la mente es, sin lugar a duda, el postulado central que presenta mayor complejidad en su definición. Esto no se debe tanto a la heterogeneidad teórica –la que en sí misma supone un desafío– sino a la ausencia de referencias explícitas a ‘lo mental’ en la literatura humanista. *A priori*, tal ausencia llevaría a suponer un desentendimiento o desinterés de esta corriente por los fenómenos mentales. Sin embargo, y como establece Santander (2011), «las palabras significan mucho más que lo que dicen» (p. 208), por lo que la falta de referencias explícitas a lo mental no supone necesariamente su ausencia. Lo mental se encuentra implícito en los abordajes humanistas, por lo que su interpretación es factible.

Las ideas primigenias de lo mental en los abordajes humanistas se desprenden esencialmente de su rechazo y oposición al dualismo cartesiano. En la filosofía de Descartes, la mente o alma –*res cogitans*– es separada del cuerpo –*res extensa*–, generando así una diferenciación entre:

Sustancia pensante, en cuyas meditaciones existe todo posible sentido del mundo y de cada yo personal y subjetivo que habita en el mundo, y sustancia extensa que, por sus características, es medible y cuantificable y, por lo tanto, interpretable con base en las leyes físicas que regulan la superficie y el movimiento. (Galimberti, 2002, p. 357)

Esta concepción dualista de mente y cuerpo –también llamada dualismo psicofísico– se cristalizó tanto en la aspiración científica de la psicología como en el psicoanálisis y psiquiatría (Galimberti,

2002). Sin embargo, tal escisión no encontró eco en los desarrollos tempranos de la psicología humanista, particularmente en la psiquiatría fenomenológica de Binswanger y la psicología de la *Gestalt*, abordajes que presentaron un evidente rechazo a tales postulados dualistas. De tales referentes se puede extraer una idea de lo mental que se fundamenta en la existencia humana y en el principio de totalidad, respectivamente. Esta concepción de la mente es aprehendida por la mayoría de los abordajes humanistas de desarrollo posterior.

El psiquiatra suizo Ludwing Binswanger, inspirado en la fenomenología de Husserl y el existencialismo de Heidegger (Ferro, 2001; Galimberti, 2002), desarrolla la psiquiatría fenomenológica o análisis existencial (*daseinanalyse*), que parte de una crítica a la división mente-cuerpo planteada por Descartes. El propio Husserl (1979) fue un detractor del dualismo cartesiano considerándolo como ‘un error seductor’ de Descartes y sus seguidores. Binswanger, agudizando la crítica de Husserl, sostuvo que el dualismo cartesiano era «el cáncer de toda psicología» (Binswanger, 1946, p. 22).

La raíz de tal crítica es que la división mente-cuerpo sustentaría una concepción de ser humano como ‘cosa’ cuantificable en el mundo de las ciencias naturales, reduciendo lo psíquico a un fenómeno observable (epifenómeno) y, a su vez, limitando la comprensión y relevancia de la existencia humana:

El hombre no *está (ist)* en el mundo como lo están las cosas, sino *se da (es gibt)* a un mundo a través del espacio y el tiempo, que inicia y que recorre con esa intencionalidad que es típica del hombre y no de las cosas (...) En las diferentes formas de abrirse al mundo, para Binswanger, se debe buscar la esencia de lo psíquico. (Galimberti, 2002, p. 627)

En la propuesta de Binswanger el concepto heideggeriano de *Dasein* es central (Martorell, 2014). Este implica comprender al ser humano como existencia y no como objeto –escindido en cuerpo y mente–, es decir, como ser-en-el-mundo que coexiste con otros (Ferro, 2001). Desde esta perspectiva, tanto el hombre como el *ser* se dan juntos en el devenir y están arrojados a la existencia en un mundo –no

elegido— que otorga sentido y legibilidad a lo que ocurre en el aquí y el ahora (Heidegger, 1951).

Pero, entonces ¿qué lugar ocupa lo mental en el *Dasein*? Es sabido que «el concepto de alma o mente se hace tenue en la visión heideggeriana» (Burlando, 2015, p. 368) y, por consecuencia, también en la visión de Binswanger. Sin embargo, y como se ha expuesto, el dualismo cartesiano mente-cuerpo se ve abiertamente rechazado desde esta visión existencialista-fenomenológica. Esto implicaría una nueva lectura o interpretación de lo mental: mente y cuerpo no son separables, sino por el contrario, emergen juntos en la existencia del ser, como una totalidad inherente al aquí y al ahora. Por lo tanto, la mente, en cuanto «conjunto de las actividades psíquicas» (Galimberti, 2002, p. 699) o *res cogitans*, no solo es indivisible del cuerpo, sino que también lo es de la existencia humana. Lo mental emerge y es un ámbito no divisible del ser-en-el-mundo, se da en la existencia como ‘parte’ de un todo que se proyecta en el mundo de la experiencia mediante el *Dasein* en tiempo y espacio.

Es importante aclarar que el concepto de *Dasein* es de uso —psicoterapéutico— casi exclusivo del abordaje humanista de Binswanger. No obstante, y a pesar de no aferrarse a tal constructo ontológico, los abordajes humanistas de desarrollo posterior comprenden al ser humano como un todo indivisible y priorizan su existencia⁷⁰ junto a lo mental que emerge inherentemente a ella.

La psicología de la *Gestalt* (fundamento histórico de la corriente humanista), al igual que el análisis existencial de Binswanger —aunque no recurriendo a sus fundamentos ontológicos—, comprende a la mente de una manera similar. A saber, superando el dualismo cartesiano mente-cuerpo y considerando al ser humano como una totalidad (Castanedo, 2008; Granados, 2013).

La psicología de la *Gestalt* —previo a su rol en psicoterapia— sostiene que no es posible percibir como elementos aislados, sino, por el contrario, se percibe como globalidad o conjunto organizado. La

⁷⁰ Por ello el abordaje humanista también es ampliamente conocido como modelo humanístico-existencial.

mente configuraría de forma activa, a través de ciertas leyes⁷¹, los elementos que llegan a ella a través de los canales sensoriales. Al respecto Oviedo (2004) refiere:

La *Gestalt* asume un nativismo perceptual, es decir, el supuesto de que la mente tiene criterios o categorías para organizar los datos de la experiencia y que dichas categorías no están sometidas al influjo de los aprendizajes y, por el contrario, las experiencias y los datos obtenidos son sometidos a su forma particular de organizarlos. (p. 91)

La psicoterapia humanista en general, y la psicoterapia gestáltica de Perls en particular, se nutren de las ideas desarrolladas por la psicología de la *Gestalt* en el campo de la percepción, adaptando a fines psicoterapéuticos⁷² la comprensión del ser humano como una totalidad organizada. La idea de totalidad (Castanedo, 2008) –donde el todo es más que la suma de sus partes– implica la superación de cualquier dicotomía, sobre todo la cartesiana, en torno al dualismo mente-cuerpo.

Esta concepción global del ser humano involucra entenderlo como una *Gestalt*, es decir, como «un conjunto integral en el que sentimiento, pensamiento y acción forman un todo orgánico» (Feixas y Miró, 1993, p.148), o, en palabras de Völker (1980), como un todo orgánico significativo que «pone el acento en el carácter total de sentimiento y razón, de cuerpo y alma» (p. 20). Para la psicología de la *Gestalt*, la inherencia entre cuerpo y mente es innegable, pero, sobre todo, necesaria. Así queda claro en la mayoría de los abordajes humanistas– particularmente en las llamadas terapias corporales

⁷¹ «Los estilos o modalidades de organización perceptual de la *Gestalt* son, entre otros, la tendencia a discriminar el contorno de los objetos [buenos contornos], la tendencia a privilegiar la información que más se repite en un objeto [similaridad], la tendencia a establecer niveles de contraste entre los datos que se presentan en una imagen [figura- fondo]» (Oviedo, 2004, p. 91).

⁷² Esta tarea fue realizada fundamentalmente por Kurt Goldstein, quien «demostró que las leyes de la forma no eran válidas sólo en el dominio de la percepción ni se restringían a los fenómenos fisiológicos únicamente, sino que tenían validez para el organismo como un todo. Destacó la unidad del organismo y su capacidad de autorregulación» (Kriz, 2012, pp. 223-224).

(Lowen, 1977; Reich, 1957)– que sostienen que el ser humano no *posee* un cuerpo, sino que *es* un cuerpo.

Dados tales antecedentes en la psicología de la *Gestalt* y su aplicación a la psicoterapia humanista, la mente se configuraría como un elemento que emerge en la *Gestalt* del ser humano, en su experiencia en el aquí y el ahora, como una totalidad indivisible entre cuerpo, afectos y cogniciones. La mente, como categoría aislada y ajena a la experiencia del ser humano, «obra bajo una lógica racionalista, esquemática, limitada y lineal» (Granados, 2013, p. 222). Perls et al. (2003) agregan también: «la noción de ‘mente’ como entidad única aislada, *sui generis*, no solo no es explicable genéticamente, sino que además es, en un sentido, una ilusión inevitable, empíricamente dada en la experiencia promedio» (pp. 49-50).

De este modo, no existe otra forma de concebir la mente que no sea como parte de la experiencia del ser humano como un todo organizado. Por ende, la totalidad no solo es ‘más que la suma de sus partes’, sino que también ‘una influencia en las partes’, entre las cuales se encuentra la mente. En palabras de Granados (2013) «la totalidad determina las partes, el conjunto de factores inmiscuidos y conformantes de la situación de campo, serán las que podrán englobarse –como un ejercicio de abstracción– en el vocablo mente» (p. 213).

En síntesis, desde el modelo humanista es posible entender la mente como una categoría del *Dasein* y como ‘parte’ de una *Gestalt*. Es decir, se puede interpretar la mente como constitutiva e inalienable de la existencia humana (ser-en-el-mundo) y como un elemento indivisible de la totalidad que emerge en el ser humano. Ambas nociones, si bien proceden de tradiciones distintas (ontología y leyes de percepción, respectivamente), son complementarias, ya que ambas relevan el rol de la existencia del ser humano y de su concepción holística indivisible, rechazando el dualismo mente-cuerpo. Esta idea de lo mental, en cuanto existencia y totalidad, es tomada por los diversos enfoques humanistas de desarrollo ulterior, formando parte esencial de sus postulados.

Aproximación a la psicopatología

Para los abordajes humanistas en psicoterapia, comprender las dificultades del consultante mediante sistemas nosológicos de la enfermedad mental no es pertinente ni útil (Rubin y Humphreys, 2016). Los manuales clasificatorios comúnmente utilizados en psicología y psiquiatría⁷³ son teóricos, externos y ajenos a la real experiencia y existencia del ser humano, por lo que su uso no representa un beneficio para el proceso psicoterapéutico, sino por el contrario, enajenan al consultante de la esencia de sus problemas. En general, los abordajes humanistas conciben la clasificación diagnóstica como «algo contrario a la autonomía, la autenticidad y la integridad de la persona» (Feixas y Miró, 1993, p. 164), lo que representa valores esenciales para la terapia.

Rogers (1975), ícono de la psicología humanista, sostiene que el consultante es un experto en sí mismo, de manera tal que en él recae la posibilidad de conocer las dinámicas de su conducta, y, por ende, sus problemas. Por lo que clasificarle con una etiqueta diagnóstica representa una incongruencia con los principios de la terapia humanista⁷⁴. La sintomatología psicopatológica no es una representación fidedigna de la existencia humana –no mientras esta sea considerada como una *Gestalt*– por lo que los diagnósticos psicopatológicos se entenderán, desde la perspectiva humanista, «solo y básicamente como declaraciones sociológicas» (Boss, 1963, p. 56). De tal manera, la noción de enfermedad –o disfunción– implica la existencia de constructos teóricos preconcebidos y ajenos a la existencia del ser humano, por lo que los abordajes humanistas prescinden de tal terminología. La reflexión realizada por Galimberti (2002) en torno

⁷³ *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM, actualmente en su quinta versión) de la Asociación Americana de Psiquiatría y el sistema de *Clasificación Internacional de Enfermedades* (CIE, actualmente en su onceava versión) desarrollado por la Organización Mundial de la Salud.

⁷⁴ En función de mostrar una clara oposición a las lógicas clasificatorias de enfermedad mental, Rogers opta por sustituir la noción de ‘paciente’ –sujeto pasivo– por la de ‘cliente’. Esta última implica una consideración activa del consultante en su proceso psicoterapéutico, posicionándolo como responsable de sí mismo (Kriz, 2012).

al análisis existencial, resume útilmente la visión de los abordajes humanistas en torno a la psicopatología:

Evitando sobrecargar la existencia de una estructura teórica a ella extraña, para dejar que se manifieste en la evidencia tal como ésa es, lo que aparezca no serán sus «carencias» o sus «excesos», sino sus modos de ser que, donde la existencia no está precodificada, no se revelarán como disfunciones, sino simplemente como funciones de una cierta estructuración de la presencia, o sea de un cierto modo de estar-en-el mundo y de proyectar un mundo. En este punto se puede renunciar a privilegiar un mundo con respecto a otro, el mundo del «sano» respecto al mundo del «enfermo» y, para diferenciar la manera específica en que se constituyan los «mundos» de las diferentes formas de enajenación mental, bastará, sin recurrir a ninguna visión del mundo aceptada preconstitutivamente como norma o modelo, con descubrir las hendiduras presentes en las estructuras trascendentales, comunes a cada existencia, que se dirigen a la formación de un mundo. (p.72)

Es claro que los abordajes humanistas prescinden del uso de etiquetas psicopatológicas. Sin embargo, esto no implica que carezcan de explicaciones conceptuales para entender las dificultades humanas. En este punto, el retorno a la heterogeneidad teórica característica de los abordajes humanistas, más allá de su posición común sobre la psicopatología, es inminente. La mayoría de los abordajes humanistas presenta una concepción particular sobre los problemas humanos que son susceptibles de abordar en cada uno de los modelos de psicoterapia. Tales explicaciones conceptuales son congruentes con sus sistemas teóricos particulares. Por lo tanto, a continuación, se presentarán algunas de las explicaciones más relevantes en los abordajes humanistas en torno a las dificultades humanas.

Desde el análisis existencial de Binswanger, como se mencionó en el apartado anterior, el concepto de *Dasein* es central (Martorell, 2014). Desde tal perspectiva, los problemas que emergen en la vida de un sujeto se deben a la desviación o alteración de la estructura del ser-en-el-mundo de este. Esto supone un alejamiento del ser humano de su ser ontológico o, dicho de otra manera, una forma inauténtica de existencia, vacíos existenciales, negaciones del ser-en-el-mundo

o pérdidas de libertad (Feixas y Miró, 1993). Respecto a la visión que se tiene en el análisis existencial de las enfermedades mentales, Ferro (2001) señala:

No diremos: las enfermedades mentales son trastornos del cerebro (aunque naturalmente lo son desde un punto de vista médico-clínico) sino que diremos: en las enfermedades mentales nos enfrentamos con modificaciones de la estructura fundamental o esencial y de los lazos estructurales de ser-en-el-mundo como función trascendente. (p. 53)

Desde la logoterapia –o terapia de sentido– de Frankl, se considera que la motivación más profunda y primordial del hombre es la búsqueda de sentido (Noblejas, 2018). Por consecuencia, cuando el ser humano «malogra su voluntad de sentido, es decir, cuando se produce un vacío existencial por la pérdida de sentido en la vida» (Tobías y García-Valdecasas, 2009, p. 46) se produce una neurosis noógena⁷⁵ (del griego *noos*: el espíritu humano). Esta representa un vacío existencial, un sentimiento profundo en lo que nada tiene sentido (Frankl, 2008), convirtiéndose su abordaje, por consecuencia, en el principal objetivo de la logoterapia.

Frankl, al igual que Binswanger, se nutre del existencialismo heideggeriano para otorgar una interpretación de la culpa y ansiedad (Tobías y García-Valdecasas, 2009). Una de las premisas del existencialismo es considerar que el ser humano es libre en su accionar y responsable de su propia existencia. La culpa se experimentaría al no ejercer tal libertad, es decir, cuando el ser humano no vive de una manera auténtica, sino dependiendo de estándares externos. La ansiedad, paradójicamente, emergería precisamente cuando el individuo vive de esa manera auténtica. Ejercer la libertad y la autenticidad causaría ansiedad en la medida que es el mismo ser humano quien se haría responsable de sus elecciones: «el individuo libre no puede culpar ni a Dios, ni a los padres, ni a los genes, ni a la sociedad ni a ninguna otra cosa por lo que ha llegado a ser» (Tobías

⁷⁵ Desde la logoterapia se consideran otros tipos de neurosis como las somatógenas, reactivas o psicógenas, entre otras. No obstante, la más importante para la terapia del sentido converge en la neurosis noógena (Kriz, 2012).

y García-Valdecasas, 2009, p. 447), por lo tanto, agregan los autores, «podemos ejercitar nuestra libertad y experimentar ansiedad o no ejercitarla y sentirnos culpables» (p. 448).

Desde la terapia gestáltica de Perls se relevan dos conceptos claves para entender los problemas humanos: la asimilación y el ciclo de contacto (Kriz, 2012). La asimilación es una forma de transformación en la que el individuo separa –siguiendo la metáfora de la nutrición planteada por el propio Perls– lo ‘nutritivo’ de lo ‘venenoso’ de la experiencia, incorporando, lo primero, al propio organismo. La asimilación ocurre cuando se es capaz de transformar lo ajeno al organismo en propio del organismo (Kriz, 2012). El ciclo de contacto es un proceso de administración de necesidades urgentes, tomando como base la noción gestáltica de figura-fondo. A saber, cuando se presenta una necesidad urgente a satisfacer (emoción, percepción, razonamiento, etc.) se convierte en ‘figura’, ocupando el centro de atención del sujeto. Todo aquello que no es figura representa el ‘fondo’. Cuando se logra un contacto óptimo con el medio, la *Gestalt* se cierra, es decir, la figura se funde con el fondo, saciando la necesidad.

Sin embargo, tanto la asimilación como el ciclo de contacto pueden presentar ‘perturbaciones’ que darían origen a diversos síntomas psicológicos (Castanedo, 2008; Kriz, 2012; Martorell, 2014). Estas perturbaciones –muy congruentemente con el pasado psicoanalítico de Perls– toman la forma de cuatro mecanismos de defensa (Oblitas, 2008): introyección, donde se introduce al organismo un material que no fue puesto a prueba (no asimilado), como las normas, mandatos o prohibiciones; proyección, que implica la percepción de lo que es indeseado del propio organismo como algo externo y ajeno; retroflexión, que ocurre cuando la persona vuelca sobre sí misma impulsos agresivos dirigidos al exterior, generando sentimiento de culpa, contracturas, dientes apretados, presión en el pecho, entre otros y; confluencia cuando el organismo se fusiona con su medio, perdiendo elementos propios de su identidad. El propio Perls (1982) citado en Kriz (2012) resume tales perturbaciones de la siguiente manera:

El *introyector* hace lo que otros esperarían de él; el *proyector* hace a los demás lo que él les reprocha; el *confluyente* patológico no sabe quién hace qué a quién; y el *retrolector* se hace a sí mismo lo que querría perpetrar en otros. (p. 240)

Finalmente, desde la terapia centrada en el cliente de Rogers, la idea de ‘incongruencia’ es central para el entendimiento de los problemas del consultante. La incongruencia es la discrepancia entre la vivencia o experiencia que tiene un organismo y su autoconcepto (Boswell et al., 2014). Es decir, la persona mantiene una autoimagen X, pero las experiencias con su medio le muestran una imagen Y. De tal forma, no hay congruencia entre el sí mismo y las experiencias del organismo en el medio. Esto genera una dificultad en la autoactualización (tendencia al crecimiento) y, del mismo modo, angustia (Rogers, 1975). Respecto a esta posibilidad de deterioro psíquico por incongruencia, Kriz (2012) refiere:

Un sentimiento positivo puede existir mientras la estructura del sí-mismo (...) resulta lograda en correspondencia con el ambiente (...) Pero puede suceder que los conflictos interiores aumenten porque la estructura del sí-mismo existente deje de ser adecuada (...) Las percepciones amenazadoras para la estructura son desmentidas, desfiguradas o simbolizadas de manera inadecuada (...) A partir de cierta cuantía de la amenaza se puede instalar un proceso patológico en que desfiguraciones perceptivas conduzcan a estrechamientos cada vez mayores de la vivencia, y estos, a su vez, refuercen las desfiguraciones o, al menos, las mantengan. (p. 261)

A modo de síntesis es posible referir que los abordajes humanistas rechazan, en general, el uso de etiquetas y criterios psicodiagnósticos clásicos (DSM y CIE), ya que estos se presentan incongruentes con la visión de ser humano que profesa este enfoque. De tal manera, los problemas en la vida de las personas son explicados de forma particular por los diferentes abordajes. A saber, como una desviación del *Dasein* (análisis existencial), como neurosis noógena o pérdida del sentido (logoterapia), como perturbaciones en la asimilación y ciclo de contacto (terapia gestáltica), o como incongruencias entre el sí mismo y la experiencia del medio (terapia centrada en el cliente).

Proceso psicoterapéutico

El proceso psicoterapéutico desde la corriente humanista, en general, otorga suma importancia a la relación terapéutica y la experiencia del consultante en ella (Martorell, 2014). Se considera que la relación terapéutica, en sí misma, tiene un potencial curativo. Esto ocurre en la medida que se sustente en la empatía y genuina preocupación del terapeuta; en la colaboración activa entre consultante y terapeuta; en la consideración del consultante como experto en su propia vida y; en la posición no directiva del terapeuta, evitando posicionarse como un ‘psicoeducador’ garante de verdad y objetividad (Boswell et al., 2014).

El terapeuta es visto como un facilitador de la experiencia curativa que vivirá el consultante en el proceso psicoterapéutico (Kriz, 2012). Para ello, este último debe profundizar en su propia experiencia problemática y, posteriormente, construir un nuevo significado a su experiencia. Las estrategias, a grandes rasgos y no únicamente, se centrarán en: ofrecer un entorno seguro y de confianza al consultante; favorecer, mediante el lenguaje, el entendimiento de la experiencia problemática del consultante; dirigir los recursos atencionales del consultante a su propia experiencia y; servirse de una exploración empática para favorecer la emergencia y comprensión de las emociones del consultante (Greenberg, 2002).

No obstante, y como es de esperar, no existe *el* método psicoterapéutico o *la* psicoterapia humanista, sino, por el contrario, una variada gama de abordajes psicoterapéuticos que sustentan sus intervenciones en congruencia a los postulados teóricos que desarrollan de forma particular. Por consecuencia, cobra sentido referirse al menos a las aproximaciones terapéuticas más relevantes en la corriente humanista. A saber, el abordaje de Rogers, Moreno, Frankl, Perls y Binswanger.

La terapia centrada en el cliente de Rogers es una de las terapias más influyentes en psicoterapia, traspasando los límites de los abordajes humanistas. El objetivo de este abordaje es disminuir la incongruencia entre el sí mismo y la experiencia del organismo. Es decir, promover en el consultante una imagen de sí mismo congruente

con la experiencia que vive, aumentando la actitud positiva de este hacia sí mismo. Para ello, la no-directividad del terapeuta y la confianza de que el consultante sabe lo que para él es mejor son fundamentales (Rogers, 1973, 1975).

Contrariamente a lo que se podría pensar, dados los fundamentos fenomenológicos-existenciales del humanismo, Rogers –al menos en sus inicios– se aproximaba a la psicoterapia con un énfasis empírico-experimental (Kriz, 2012). Mediante un análisis sistemático de grabaciones de sesiones psicoterapéuticas, Rogers logró precisar las ‘condiciones necesarias y suficientes’ para lograr el cambio terapéutico (Rogers, 1957). Estas condiciones se popularizaron como las ‘actitudes básicas del terapeuta’, las que han traspasado las fronteras de la corriente humanista. Estas son aceptación, autenticidad y empatía (Kriz, 2012; Martorell, 2014; Oblitas, 2008; Rogers, 1957). A continuación, se describen brevemente.

La aceptación, o consideración positiva incondicional, implica una actitud de respeto y aceptación total de las vivencias y sentimientos del consultante. El terapeuta debe ver al consultante como su prójimo sin otorgarle etiquetas valorativas o imponerle consejos.

La autenticidad o congruencia se basa en que el terapeuta debe ser genuino y real con el consultante. Esto conlleva salvaguardar una congruencia entre lo que se dice, piensa y hace, comunicando, incluso, su eventual malestar al consultante.

La empatía implica comprender al consultante en la vivencia de sus experiencias emocionales. Por ende, es fundamental que el terapeuta tome y aprenda el marco de referencia del consultante. De tal actitud se desprende una técnica ampliamente utilizada en psicoterapia: la ‘verbalización de los contenidos vivenciales del consultante’ que no es más que una retroalimentación permanente del terapeuta sobre lo que ha comprendido de la vivencia emocional del consultante (Kriz, 2012).

El psicodrama de Moreno⁷⁶ se fundamenta en una analogía teatral. Además, toma los conceptos de ‘catarsis’ y de ‘rol’ como ejes

⁷⁶ Jacob Levy Moreno no solo desarrolló el psicodrama, sino también fue el gestor inicial de la psicoterapia de grupo y la sociometría (Feixas y Miró, 1993; Kriz, 2012).

centrales de la terapia (Castanedo, 2008; Martorell, 2014; Oblitas, 2008). El primero sostiene que la repetición –real y vívida– de un evento nocivo tiene potencial curativo. El segundo, representa una acción que lleva a cabo el *yo* en el aquí y ahora, en este caso, con fines terapéuticos. Para lograr el efecto curativo mediante la representación de un rol, el psicodrama se nutre de elementos teatrales. En el proceso psicodramático existiría, por tanto, un protagonista (normalmente el consultante), un director de escena (el terapeuta), actores (otros miembros del grupo que también pudieran representar *yoes* auxiliares del consultante) y un escenario (simbólico y representativo del evento original).

Dentro de las técnicas más importantes desarrolladas por el psicodrama –recogidas posteriormente por la terapia gestáltica de Perls– se encuentra el juego de roles o *role playing*, en el que los miembros de un grupo⁷⁷ toman un rol o papel que luego representan en la situación terapéutica, y la silla vacía, que se basa en ubicar una silla frente al consultante para que este dialogue y represente una experiencia simbólica, ya sea con otra persona imaginaria o con una parte de sí mismo (Castanedo, 2008; Kriz, 2012).

El objetivo de la terapia gestáltica de Perls es que el consultante logre tomar conciencia de sus sentimientos indeseados y que tenga la capacidad para tolerarlos (Perls, 1975). Es decir, busca promover en el consultante un proceso de ‘darse cuenta’ (*awareness*) de las emociones que ocurren en su experiencia en el aquí y ahora (Granados, 2013). El procedimiento para lograr tal objetivo se basa en que el terapeuta se posicione «como compañero para el encuentro en la relación» (Kriz, 2012, p. 242), ayudando al consultante a ponerse en contacto de forma más profunda consigo mismo y con el ambiente, posibilitando, con esto, que aquellas *Gestalt* incompletas (ciclos abiertos de la experiencia), logren cerrarse.

Desde esta perspectiva es importante que el consultante logre aceptar la experiencia que está viviendo, sea o no problemática. También, que logre asumir la responsabilidad de sus conductas y

⁷⁷ También es posible realizar la técnica de *role playing* en terapia individual. Esta última recibe el nombre de *monodrama* (Kriz, 2012).

emociones. Pero, fundamentalmente, que se sitúe en el aquí y ahora, procurando no refugiarse en el pasado ni preocuparse del futuro (Granados, 2013). Si bien existen diversas técnicas tomadas de otros modelos para lograr tales aspiraciones –como la silla vacía o juego de roles del psicodrama–, el diálogo terapéutico es esencial. Al respecto, Kriz (2012) establece, en torno a esta aproximación particular, que «cinco preguntas «bastarían como armamento para los terapeutas»: ¿qué haces?, ¿qué sientes?, ¿qué te gusta?, ¿qué evitas?, ¿qué esperas?» (p. 242).

La logoterapia de Frankl se centra en el abordaje de la neurosis noógena (pérdida del sentido), por lo que el objetivo central de la terapia es apoyar al consultante en la búsqueda de un sentido para su vida (Tobías y García-Valdecasas, 2009). Sin embargo, no es labor del terapeuta ‘entregar’ un sentido de vida al consultante, sino que este último debe encontrarlo por sí mismo de manera autónoma (Frankl, 2002). Si bien la logoterapia se sirve del diálogo socrático y las conversaciones de búsqueda de sentido (que suponen la interpeleación al consultante mediante preguntas atingentes) para lograr tal objetivo, los principales recursos técnicos de este modelo convergen en la derreflexión y la intención paradójica (Frankl, 2004; Noblejas, 2018). Ambas estrategias traspasan las fronteras humanistas, siendo recogidas por algunas corrientes cognitivas⁷⁸ y sistémicas.

La derreflexión es una estrategia en la que se busca que el consultante deje de prestar atención en su problema, volcándola –la atención– hacia otra cosa, actividad o situación. Esto supondría que el consultante deje de centrarse en el problema que lo aqueja, descuidando sus síntomas, a la vez que se centra en una actividad o tarea distinta (Noblejas, 2018). Esta actividad o tarea debe ser significativa para el consultante, ya que «solo entonces podrá [el terapeuta] desprender los pensamientos del paciente fijados a su problemática, y con ello, ‘disolver’ esta misma» (Lukas, 1984, p. 490).

⁷⁸ En algunas clasificaciones, la logoterapia de Frankl se interpreta como una terapia cognitiva más que humanista, fundamentalmente, por el tipo de técnicas que utiliza (Feixas y Miró, 1993; Kriz, 2012). No obstante, dados sus fundamentos teóricos y filosóficos se incluye, normalmente, dentro de la corriente humanista.

La intención paradójica –también llamada prescripción del síntoma desde otras corrientes– se centra en evitar la ‘angustia de expectativa’. Según Frankl (2002) se produce angustia al querer constantemente evitar una situación angustiante. Por ende, es el propio consultante quien provoca el síntoma que quiere evitar, como en una especie de ‘bucle’. Es por ello por lo que Frankl (2002) motiva a sus consultantes a ‘querer’ el síntoma temido, a proponérselo e interpretarlo con humor⁷⁹. Esto rompe el círculo vicioso de la angustia de expectativa.

Finalmente, y con un menor impacto terapéutico en la corriente humanista, se encuentra el análisis existencial de Binswanger. Este se centra en el análisis del proyecto existencial del ser humano que acude a terapia. Tal procedimiento terapéutico se denominó *daseinanalyse* (Ferro, 2001; Galimberti, 2002) –que implica una síntesis entre psicoanálisis, fenomenología y existencialismo–, cuyo objetivo principal es el análisis y modificación de la estructura desviada o alterada del *Dasein* del consultante con el fin de promover una forma auténtica de existencia.

Recapitulando. La mayoría de los enfoques pertenecientes a la corriente humanista otorgan importancia a la relación terapéutica y a la experiencia del consultante en *el* proceso de cambio. Sin embargo, no es posible referir la existencia de el proceso terapéutico en la corriente humanista, sino de diversas aproximaciones teóricas con objetivos y estrategias particulares. A saber, disminuir la incongruencia entre el sí mismo y la experiencia del organismo, dando énfasis a las actitudes del terapeuta (terapia centrada en el cliente); utilizar la analogía teatral para promover la catarsis como experiencia curativa mediante el intercambio de roles (psicodrama); cerrar las *Gestalt* incompletas promoviendo el *awareness* de la experiencia en el aquí y el ahora (terapia gestáltica), facilitar la emergencia de un sentido de

⁷⁹ Por ejemplo, dice Kriz (2012): «una paciente con angustia ante sus ideas suicidas y el peligro de volverse loca es exhortada a no combatir en manera alguna sus ideas sino a intentar una caricatura de ellas por vía del humor; se dirá a sí misma: «Bueno, ahora me voy a la calle para que me aplasten. Esta es una excelente oportunidad, me arrojaré delante de un automóvil, hace tiempo que no hago esto»; o bien: «Ayer quise diez veces arrojarme delante de un auto, hoy lo haré veinte veces. Sólo que la sangre deberá saltar de cierto modo»» (p.273).

vida mediante la derreflexión o intención paradójica (logoterapia) o; analizar y modificar el proyecto existencial para hacerlo congruente a la existencia (análisis existencial).

2. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE HUMANISTA

A diferencia de las otras corrientes psicoterapéuticas fundamentales abordadas en este libro, como ya se ha referido, la corriente humanista es la única que presenta fundamentos filosóficos explícitos en su constitución. La fenomenología-existencial es la base filosófica común en la que se erigen los diversos abordajes psicoterapéuticos que alberga la corriente humanista. La fenomenología⁸⁰, como supuesto filosófico –y epistemológico– de la corriente humanista, ha sido ampliamente documentada en la literatura (Acosta, 2009; Boswell et al., 2014; Burlando, 2015; Castanedo, 2008; Cerda, 2012; Feixas y Miró, 1993; Ferro, 2001; Gimeno-Bayón, 2017; Granados, 2013; Henao, 2012; Kriz, 2012; Martorell, 2014; Oblitas, 2008; Riveros, 2014; Rosal, 2017; Rosso y Lebl, 2006; Sassenfeld y Moncada, 2006; Tobías y García-Valdecasas, 2009; Villegas, 1986).

Dado tal escenario, no supone un acierto investigativo ni un aporte al conocimiento, dar cuenta de un supuesto epistemológico –la fenomenología– que se encuentra explícitamente referido en múltiples fuentes. Ya es sabido que la fenomenología es un supuesto epistemológico transversal a los postulados centrales de la corriente humanista, además de representar un antecedente histórico común del que el movimiento se nutre en todo su desarrollo. Por consecuencia, el foco del análisis de este apartado se centrará en aquellos supuestos epistemológicos que se encuentran implícitos en los postulados centrales de la corriente humanista.

⁸⁰ En este libro el existencialismo no es considerado un paradigma epistemológico. Por ende, solo se considera a la fenomenología como categoría de análisis (véase capítulo 2 y capítulo 4).

Naturaleza de la mente

Uno de los principales supuestos epistemológicos que es posible apreciar en la consideración de la mente para el humanismo es la teoría crítica. Sin embargo, para fundamentar tal afirmación es necesario precisar algunos puntos previos.

En torno al análisis realizado en un inicio, lo mental para el modelo humanista se ha entendido como un elemento constitutivo de la existencia humana (*Dasein*) que no puede ser divisible, ya que emerge junto a una totalidad en el ser humano (*Gestalt*). Ambas interpretaciones de la mente como *Gestalt* y categoría del *Dasein* comparten una férrea oposición al dualismo cartesiano, que entiende a la mente separada del cuerpo. Por consecuencia, *a priori*, es posible descartar que la mente, desde la perspectiva humanista, se fundamente en supuestos epistemológicos racionalistas, dada su explícita oposición a los planteamientos centrales de Descartes, un icónico representante y desarrollador de tal movimiento. Cualquier idea de la mente, bajo una lógica racionalista, es para el humanismo, insuficiente, lineal y esquemática (Granados, 2013), no representando la visión de ser humano que este modelo profesa.

Además, el dualismo psicofísico de mente y cuerpo supuso –para la psicología en general– una concepción del ser humano como objeto cuantificable que es susceptible de ser estudiado mediante los métodos de las ciencias naturales, convirtiendo, de tal forma, lo mental a un fenómeno observable (Galimberti, 2002). Entonces, además de una oposición a la primacía de la razón como símil de conocimiento verdadero (racionalismo), también se aprecia en el humanismo una oposición al positivismo como supuesto epistemológico. Esto no supondría una sorpresa, ya que el humanismo en cuanto ‘tercera fuerza’ buscó apartarse y diferenciarse del psicoanálisis y del conductismo, corrientes que sustentan epistemológicamente su concepción de lo mental en el racionalismo y el positivismo, respectivamente⁸¹.

⁸¹ Estas afirmaciones se encuentran detalladas y fundamentadas en los capítulos 5 y 6.

Ahora bien, no es objeto de este apartado referir los supuestos epistemológicos de los que el humanismo carece o frente a los cuales se opone. Sin embargo, el rechazo a la primacía de la razón y la oposición al positivismo (y su monismo metodológico) son elementos característicos y esenciales del paradigma epistemológico desarrollado al alero de la escuela de Frankfurt: la teoría crítica; paradigma que sí sustenta epistemológicamente a la concepción de mente para el humanismo.

La teoría crítica rechaza el positivismo y el ideal de la razón propuesto por la ilustración, a la vez que promueve la auto emancipación de los seres humanos de su condición alienada y esclavizante producto de las sociedades ilustradas, posibilitando así, como establece Navarro (2014), la felicidad y plena realización humana. Como puede apreciarse, tanto aquello que se evita como lo que se anhela en la teoría crítica es congruente con los ideales del humanismo. Evidentemente hay diferencias en torno al logro de tales fines. La teoría crítica se sirve del marxismo⁸² –al menos en su primer momento– y, el humanismo, de un proceso psicoterapéutico opuesto a las lógicas hegemónicas de los modelos de la época.

Sin embargo, lo relevante desde la epistemología es que la concepción de mente para el humanismo, en cuanto a su consideración indivisible de la existencia del ser humano opuesta a toda lógica racional y cuantificable mediante los métodos de las ciencias naturales, es congruente con los planteamientos de la teoría crítica.

Como es sabido, un segundo momento de la teoría crítica se desarrolló de la mano de Jürgen Habermas, quien además de agudizar el rechazo al positivismo, sostuvo que el conocimiento presentaba diversos intereses⁸³. El que compete al humanismo, en torno a su consideración de la mente, es el interés emancipatorio. Este es el interés que, según Habermas (1982), deben perseguir las ciencias críticas (ciencias sociales y filosofía) a través de una hermenéutica –también

⁸² A pesar de que el humanismo no se aferra sustancialmente al marxismo, Kriz (2012) sostiene que el humanismo socialista de Karl Marx es parte de las raíces filosóficas del humanismo.

⁸³ *Interés técnico* (ciencias naturales), *interés práctico* (ciencias humanas y del espíritu) e *interés emancipatorio*.

crítica— con el fin de producir transformaciones y la liberación de las condiciones opresivas del ser humano⁸⁴.

Pero ¿cuál es la relación del interés emancipatorio con la mente humanista? La relación que existe entre este segundo momento de la teoría crítica y la concepción de la mente para el humanismo, es que ambas presentan un interés emancipatorio, aunque para fines distintos: la teoría crítica lo acentúa en torno a lo socio-político y el humanismo busca emancipar —o independizar— la idea de lo mental de cualquier lógica racional y dualista (como la mantenida en el psicoanálisis y conductismo) al considerarla como parte del *Dasein* y de una *Gestalt* indivisible a la existencia humana.

Sin caer, en lo absoluto, en alguna contradicción epistemológica, es posible mencionar que la concepción humanista de la mente se sustenta epistemológicamente, también, en algunos supuestos de la constructividad. Recuérdese dos cosas. Primero, que uno de los fundamentos de la mente como indivisible del cuerpo se sostiene en las leyes de percepción de la psicología de la *Gestalt*. Segundo, que el paradigma epistemológico de la constructividad se fundamenta, entre otros supuestos, en la teoría biológica del conocimiento de Humberto Maturana y Francisco Varela.

Para la psicología de la *Gestalt* la mente no es divisible del cuerpo. El ser humano se comprende como una totalidad que no percibe fenómenos aislados, sino de forma conjunta gracias a las leyes de organización perceptual que impone la mente. Por esta razón, la mente tendría propiedades activas en el conocimiento de los fenómenos, no siendo estos últimos los que determinan la percepción. La mente, mediante la organización que les otorga, tendría esta facultad. Ahora bien, desde tal perspectiva, es posible interpretar que los fenómenos no son independientes de quien los significa, por lo que el conocimiento directo y objetivo del mundo entra en tela de juicio.

⁸⁴ Es importante aclarar que Habermas no posiciona a la psicología humanista en un estatus emancipatorio. Más bien, la considera dentro de las ciencias histórico-hermenéuticas, cuyo interés sería la comprensión más que la emancipación. No obstante, se realiza una interpretación emancipatoria del humanismo, dado su carácter liberador y rupturista respecto a las corrientes psicoterapéuticas que le preceden.

Estos principios en torno a la construcción activa del conocimiento son claves en la epistemología de la constructividad.

Sin embargo, y agudizando el análisis, dentro del paradigma de la constructividad, la teoría biológica del conocimiento otorga similares características a la mente, dotándose, no obstante, de un sistema conceptual distinto. Para Maturana y Varela (2016), a muy grandes rasgos, el organismo se considera como un sistema cerrado *autopoietico* (que se crea a sí mismo) que está ‘determinado estructuralmente’ y que se acopla, también estructuralmente, a su medio.

Es decir, el organismo responde –como conductas o cogniciones– a las perturbaciones del ambiente, pero determinado por su propia estructura interna y no por las características de los estímulos. De tal manera, ‘la objetividad se pone entre paréntesis’ (Maturana, 1997) y se releva la importancia del observador en la construcción activa del conocimiento. Por consecuencia, el conocer sería inherente al vivir, en tanto la mente y la vida emergen en conjunto (Maturana y Varela, 2016), o, como establece Méndez (2018): «vivir es conocer; mente y cognición son inherentes al vivir. Todo ser vivo es un ente cognoscente, dotado de mente. Incluso las bacterias, organismos más elementales» (p. 182). No obstante, no debe confundirse mente con conciencia⁸⁵.

Si bien son teorías distintas que se sirven de un entramado conceptual diferente, tanto la psicología de la *Gestalt* como la teoría biológica del conocimiento –como constitutiva del paradigma epistemológico de la constructividad–, ven en la mente una totalidad indivisible a la existencia o vivir humano que no es separable ni reducible a ninguna estructura, contando esta, de tal forma, con un potencial activo en el conocimiento de los fenómenos. Es por ello, en pocas palabras, que puede interpretarse a la constructividad como otro supuesto epistemológico de la mente bajo la mirada humanista.

⁸⁵ Al respecto Méndez (2018) refiere: «si bien la mente y la cognición están presentes en todas las formas de vida, la conciencia aparece solamente en aquellas dotadas de cerebro y sistema nervioso superior. La experiencia consciente es entonces propia de sistemas más complejos y hace posible otras variantes más elevadas de conocimiento» (p. 183).

En resumen. La mente para la corriente humanista se fundamenta en el *Dasein* y en la *Gestalt*. Ambos supuestos se oponen al dualismo cartesiano y, a su vez, al racionalismo y positivismo. Por consecuencia, la teoría crítica se presentaría como un supuesto epistemológico de la mente bajo la concepción humanista, tanto en su primer momento como en el segundo. Particularmente, este último, en relación con el interés emancipatorio de Habermas. Por otro lado, también se aprecian supuestos epistemológicos de la constructividad, sustancialmente, en torno a la teoría biológica del conocimiento de Maturana y Varela, dadas sus similitudes con las ideas de la psicología de la *Gestalt* en torno a la mente.

Aproximación a la psicopatología

Uno de los principales puntos de convergencia de los diversos enfoques teóricos que componen la corriente humanista en psicoterapia es su rechazo a los sistemas de clasificación de la enfermedad mental. En la práctica, esto se traduce en la no consideración de los principales manuales nosológicos utilizados en psicología y psiquiatría: DSM-5 y CIE-11. Como se ha establecido, tales sistemas de clasificación –descriptivos más que explicativos– no representan la visión de ser humano que la corriente humanista *prioriza*. Por ende, su uso no se considera útil y mucho menos provechoso para la psicoterapia. Tal rechazo a la clasificación diagnóstica –en esencia positivista– se fundamenta epistemológicamente, y al igual que la naturaleza de la mente, tanto en la teoría crítica como en la constructividad.

Los elementos centrales de la teoría crítica ya fueron referidos previamente. No obstante, es importante relevar su rol en la concepción de la ‘enfermedad mental’⁸⁶ desde el enfoque humanista. Algunos elementos de la teoría crítica que son sustento epistemológico de la concepción ‘psicopatológica’ de la corriente humanista pueden comprenderse y analizarse, esencialmente, en torno a las similitudes que mantienen.

⁸⁶ Desde la perspectiva humanista cobra sentido referirse a *problemas humanos* más que a ‘enfermedad mental’.

Primero. Tanto la teoría crítica como la corriente humanista promueven la emancipación y realización humana. Esta congruencia no solo es descriptiva sino también a nivel epistemológico. Para lograr el cumplimiento de tales objetivos –emancipación y realización humana– no puede concebirse el uso de instrumentos diagnósticos de la enfermedad mental que son externos y ajenos a la existencia humana, además de estar centrados en la ‘carencia’ y en la promoción de una forma de existencia ‘normal’ y otra ‘patológica’ del ser humano. Por lo tanto, ‘conocer’ los fenómenos mentales del ser humano mediante el uso de sistemas clasificatorios es epistemológicamente incongruente con las aspiraciones humanistas y, a su vez, totalmente congruente con los principios epistemológicos de la teoría crítica.

Segundo. Tanto la corriente humanista como la teoría crítica se oponen a la hegemonía racional y positivista del conocimiento de la realidad y de los fenómenos humanos. La clasificación diagnóstica de la enfermedad mental se sustenta precisamente en tales principios –racionalismo y positivismo–, en cuanto es cuantitativa, teórica, descriptiva y racional. He ahí la razón de su rechazo: la clasificación diagnóstica de la enfermedad mental representa todo aquello que tanto la teoría crítica como el humanismo quieren evitar.

En consecuencia, los principios epistemológicos a la base del rechazo al racionalismo y positivismo que profesan los manuales diagnósticos de la enfermedad mental son equivalentes tanto en el humanismo como en la teoría crítica. Es por ello por lo que se establece que la teoría crítica sustenta epistemológicamente la concepción de ‘enfermedad mental’ del humanismo, dadas las similitudes en la forma que ambos tienen de *conocer* y concebir los fenómenos mentales.

La epistemología de la constructividad⁸⁷ también es un supuesto presente en la concepción de ‘enfermedad mental’ de la corriente humanista. Sin embargo, y a diferencia del apartado concerniente a lo mental, el fundamento epistemológico específico no reside aquí

⁸⁷ La constructividad, como paradigma epistemológico, se sustenta en la teoría biológica del conocimiento, en las ideas posmodernas aplicadas a la psicología y en el movimiento anti psiquiátrico (para mayor detalle véase capítulo 2).

en la teoría biológica del conocimiento, sino en el movimiento antipsiquiátrico.

En general, tanto la constructividad como el humanismo rechazan los sistemas de clasificación diagnóstica de la enfermedad mental, fundamentalmente, por una razón: promueven una visión objetiva, verdadera y externa –dada por alguien distinto al consultante– de los fenómenos mentales. Tomando tal concepción, se desconoce la facultad del consultante para establecer, en sus propios términos, las dificultades que padece, o, como diría Rogers (1975) el derecho de ser experto en sí mismo. Además, se desdibuja el rol del consultante como participante activo en la emergencia de su realidad. Dadas tales implicancias, la corriente humanista y la constructividad como supuesto epistemológico de esta, se oponen a la categorización diagnóstica.

Ahora bien, en particular, la noción de ‘enfermedad mental’ que concibe la corriente humanista es sustancialmente similar a las ideas –de la misma– provenientes de la antipsiquiatría (uno de los ejes centrales de la constructividad). Thomas Szasz, considerado como uno de los principales representantes del movimiento antipsiquiátrico, concibe a la enfermedad mental como un ‘mito’, como una etiqueta, como un elemento que carece de existencia en el interior del cerebro (Szasz, 1994). De tal manera, este movimiento se cuestiona la psicología y psiquiatría tradicionales, del mismo modo que lo hace la corriente humanista. Epistemológicamente hablando, tanto para el humanismo como para la antipsiquiatría, la enfermedad mental existe solo como una distinción en el lenguaje, no como algo ‘real’ a lo que se pueda acceder, menos aún si este afán de conocerla se rige bajo una lógica intrapsíquica que la ubica dentro del cerebro.

El rechazo a la clasificación de los problemas humanos es transversal para la gran mayoría de los abordajes de la corriente humanista. Por ende, sus supuestos epistemológicos (teoría crítica y constructividad) también lo son. Sin embargo, en algunas comprensiones particulares de tales dificultades humanas se aprecian otros supuestos epistemológicos que es importante relevar. Fundamentalmente, estos se desarrollan en torno a la terapia gestáltica de Perls y

a la terapia centrada en el cliente de Rogers, configurando supuestos racionalistas y empiristas, respectivamente⁸⁸.

La comprensión de problemas humanos que desarrolla Fritz Perls presenta algunos supuestos epistemológicos racionalistas. Para la terapia gestáltica, las perturbaciones ocurridas en la asimilación (incorporación de elementos externos al propio organismo) y en el ciclo de contacto (proceso de satisfacción de necesidades urgentes) representan la base de los problemas humanos. Perls, muy influido por su pasado psicoanalítico, establece que tales perturbaciones toman la forma de mecanismos de defensa (introyección, proyección, retroflexión y confluencia). Estos mecanismos de defensa, al igual que los desarrollados por el psicoanálisis (véase capítulo cinco), se configuran como constructos racionales que emergen como consecuencia de la reflexión lógica⁸⁹. Por tanto, tales mecanismos de defensa no cuentan con una manifestación empírica que los configure como hechos reales susceptibles de observación objetiva. Estas características, ponen de manifiesto los fundamentos racionalistas de la concepción de enfermedad mental que profesa la terapia gestáltica.

Por otra parte, se aprecia que la visión de Rogers en torno a los problemas humanos tiene algunos fundamentos empiristas. Para la terapia centrada en el cliente, las dificultades de las personas se entienden fundamentalmente como incongruencias entre el sí mismo del consultante (autoimagen) y las experiencias de tal organismo con el medio, coartando su tendencia al crecimiento. Ahora bien, y en consonancia con la inicial formación conductista y experimental de Rogers, tal incongruencia del ser humano posee un sustento empírico.

Se cuenta con dos elementos en los que yace tal incongruencia: la experiencia del medio y la autoimagen del sí mismo. La primera representa un fenómeno empírico en cuanto es un hecho real ocurrido

⁸⁸ Es importante mencionar que la aparente incongruencia epistemológica dentro de la corriente humanista (dada entre los postulados de la teoría crítica/constructividad respecto a los del racionalismo/positivismo) es una consecuencia de la interpretación de abordajes particulares dentro del humanismo, no siendo representativa del movimiento completo.

⁸⁹ Aquí entiéndase *lógica* como una forma de razonamiento mediante el cual se evita la contradicción teórica entre los postulados, no la ciencia formal que alberga la filosofía.

en la naturaleza que puede ser captado mediante la experiencia sensible. En tanto, la segunda (autoimagen), si bien representa un proceso de carácter cognitivo, tiene también un fundamento empírico.

La autoimagen, siguiendo los planteamientos del empirismo británico, no es un *a priori* a la experiencia humana. Un bebé recién nacido no ‘posee’ autoimagen, la ‘desarrolla’ al alero de sus experiencias con el medio. Es por tanto que el sí mismo de una persona y, por consecuencia, su autoimagen, no tiene un origen racional, sino por el contrario, se funda en la experiencia. Esta es la que otorga los datos sensibles que sirven de insumo a la razón. Por lo tanto, la base de los problemas humanos para Rogers se fundamenta epistemológicamente en la incongruencia empírica existente entre la autoimagen (desarrollada racionalmente en base a los datos sensibles de la experiencia) y las experiencias en el medio (que son de naturaleza empírica).

A modo de síntesis es posible referir que, más que una aproximación a la psicopatología, la corriente humanista sostiene una visión de los problemas humanos que se fundamenta epistemológicamente en la teoría crítica y en la constructividad. Estos fundamentos son congruentes con la imagen de ser humano que sostienen los abordajes humanistas, los que de forma transversal se oponen a la categorización nosológica de la enfermedad mental. Por otra parte, algunas comprensiones particulares de los problemas humanos, como la de Perls en torno a los mecanismos de defensa y la de Rogers en torno a las incongruencias, presentan supuestos epistemológicos racionalistas y empiristas, respectivamente.

Proceso psicoterapéutico

Es sabido que no existe *el* proceso psicoterapéutico humanista sino diversas aproximaciones particulares. No obstante, la mayoría de los abordajes otorga suma importancia a la relación terapéutica que emerge entre consultante y terapeuta, ya que esta tiene, a ojos del humanismo, un potencial curativo. Los principios epistemológicos que se encuentran a la base de esta concepción ‘curativa’ de

la relación psicoterapéutica se sustentan en la epistemología de la constructividad.

En este capítulo se ha hecho mención en reiteradas ocasiones a la constructividad como supuesto epistemológico, tanto desde la teoría biológica del conocimiento (en torno a la mente) como desde el movimiento anti psiquiátrico (en torno a la psicopatología). Sin embargo, la constructividad también se fundamenta en las ideas posmodernas provenientes del construccionismo (véase capítulo 2). Esto implica, entre otras cosas, concebir la posibilidad de construcción social de la realidad a través del lenguaje. Es sobre estas ideas que la relación psicoterapéutica humanista se fundamenta epistemológicamente.

En la corriente humanista, la relación psicoterapéutica se concibe de forma horizontal, como el encuentro de dos expertos: uno en facilitar experiencias de cambio (terapeuta) y otro en su propia vida (consultante). De tal manera, y como se ha referido, se valida la experticia del consultante, relevando los propios significados que este tiene de su experiencia. Es decir, aceptando genuinamente sus vivencias y lo que él interprete como problemático. Tal aserción, fundamental en la corriente humanista, es de suma relevancia epistemológica ¿Por qué? Porque supone que no existe *una* realidad problemática, sino hechos que pueden ser, o no, significados por el consultante como problemáticos. Es así como el terapeuta humanista, consecuentemente con la epistemología de la constructividad, no figura como un psicoeducador que garantice objetividad u otorgue la verdad en torno a los problemas del consultante ya que no sería posible acceder a ella, sino solo a interpretaciones de los hechos sirviéndose del lenguaje.

Cabe referir brevemente el rol que juega el lenguaje en la relación terapéutica humanista. Considerando los fundamentos epistemológicos de la constructividad que sostienen tal relación, el lenguaje es crucial, ya que es en y junto a él que emergen los significados de la realidad—los que pueden, o no, ser problemáticos para una persona—. Como establece Andersen (1996), no tenemos el lenguaje en nosotros, sino que nosotros estamos en el lenguaje ‘como un pez está en el

agua'. Por ende, la principal tarea de esta relación psicoterapéutica es construir nuevos significados de la experiencia. Como la verdad y objetividad no son concebibles, todo aquello que es significado en el lenguaje de una manera problemática puede, bajo la misma lógica, ser significado de otra manera menos problemática, permitiendo así la construcción de una nueva experiencia.

Para promover la resignificación⁹⁰ de la experiencia del consultante, el humanismo se sirve de algunas estrategias desarrolladas en abordajes particulares. Estas estrategias también se sustentan en la constructividad. Específicamente, desde la logoterapia de Frankl se utiliza el diálogo socrático⁹¹ y las conversaciones de búsqueda de sentido. Ambas, se sirven del lenguaje para generar preguntas y reflexiones atingentes a la búsqueda del sentido y pretenden modificar significados problemáticos en el consultante. Asimismo, la derreflexión (dejar de prestar atención al problema), también propuesta por Frankl busca, mediante el lenguaje, que el consultante y terapeuta dejen de 'hablar' del problema –limitar la producción de significados problemáticos de la experiencia–, promoviendo otro tipo de conversaciones que permitan la emergencia de otros significados. De la misma forma, la intención paradójica (prescribir el síntoma) se orienta a que el consultante signifique su experiencia problemática de una manera humorística –desde la perspectiva de Frankl–, alejándolo de las interpretaciones problemáticas.

Otros supuestos epistemológicos que se aprecian en algunos abordajes humanistas específicos corresponden al positivismo y al

⁹⁰ El concepto *resignificar* es ampliamente utilizado en la jerga psicoterapéutica. Se refiere al hecho de dar una nueva interpretación a un acontecimiento. Sin embargo, raramente se hace hincapié en sus importantes implicancias epistemológicas.

⁹¹ Si bien esta estrategia es un ejercicio racional (sustentado en el racionalismo, como se refirió en el capítulo 6), en la logoterapia se utiliza como una estrategia que permite, mediante la interpelación lingüística, generar nuevos significados que otorguen sentido a la experiencia. Es por ello por lo que se precisan sus fundamentos en la constructividad.

empirismo⁹², tanto en la terapia centrada en el cliente como en el psicodrama, de forma respectiva.

La terapia centrada en el cliente de Rogers presenta algunos supuestos *positivistas* que le sustentan epistemológicamente, particularmente, en torno al origen de uno de sus principales aportes a la psicoterapia general: las actitudes del terapeuta. La formación inicial⁹³ de Rogers se fundó en el conductismo y, por ende, en la visión que este tiene de los fenómenos psicológicos. Es por ello por lo que Rogers, junto a otros conductistas, fue uno de los pioneros en el desarrollo y promoción de estudios empírico-estadísticos en el ámbito de la psicoterapia. Esto implicó el uso de métodos rigurosos que permitieran verificar hipótesis y operacionalizar variables (Rogers, 1975).

Mediante procedimientos estadísticos y empíricos, Rogers analizó entrevistas psicoterapéuticas grabadas con el fin de establecer las pautas básicas de interacción entre consultante y terapeuta (Kriz, 2012). De tal forma, logró precisar las condiciones ‘necesarias y suficientes’ para lograr el cambio terapéutico. A saber, las actitudes básicas del terapeuta: aceptación, autenticidad y empatía (Rogers, 1957). Los supuestos positivistas de esto se basan, fundamentalmente, en que Rogers estudió diversas grabaciones de interacciones verbales, es decir, ‘hechos positivos’ –como diría Comte–, en función de descubrir las relaciones constantes –o leyes– que les rigen mediante el método científico.

Posteriormente, Rogers se fue apartando de las filas del conductismo y acercándose progresivamente a la fenomenología-existencial. Sin embargo, las actitudes del terapeuta siguen siendo sumamente importantes en la formación y práctica de la psicoterapia en general

⁹² Se reitera que la contradicción epistemológica aparente es relativa a los abordajes teóricos particulares dentro del humanismo.

⁹³ Rogers se formó en el *Teachers College* de la Universidad de Columbia, mismo instituto en el que Watson desarrolló su manifiesto conductista en 1913. La formación de tal centro era consecuente con la corriente de psicología dominante en Estados Unidos en aquella época, el conductismo (Kriz, 2012).

y, aunque en la actualidad se cuestione su fundamento empírico⁹⁴, estas emergieron bajo el sustento epistemológico del positivismo.

Finalmente, en el psicodrama de Moreno se aprecian supuestos epistemológicos empiristas, particularmente en torno al concepto de catarsis. La propuesta terapéutica del psicodrama se fundamenta en que la catarsis (repetición de eventos nocivos) tiene un potencial curativo. Sirviéndose de elementos teatrales, Moreno busca que el consultante experimente nuevamente la situación problemática que le aqueja, lo más vívidamente posible, pero esta vez en un contexto terapéutico.

Es decir, en principio, no se espera que el consultante reflexione cognitivamente sobre sus problemas, sino que re-viva una experiencia nociva. Al situarse en un contexto terapéutico, no es posible recrear la situación exacta, es por ello por lo que se dispone en el *setting*, de un director, protagonista, actores y escenario, con el fin de lograr una re-presentación de aquella situación, utilizando el juego de roles como estrategia central.

Es por tanto que el fundamento empirista del psicodrama, como se refirió, se sostiene en la catarsis, en la medida que esta se configura como una forma de re-experimentación de hechos (de naturaleza empírica). El foco del psicodrama no es el desarrollo reflexivo y racional de la conciencia del consultante, sino otorgarle a este la posibilidad de re-vivenciar hechos y experiencias de la forma más real y empírica posible.

Recapitulando. Desde la corriente humanista el proceso psicoterapéutico se fundamenta sustancialmente en la epistemología de la constructividad, particularmente, en torno a las ideas posmodernas provenientes del construccionismo. Esto se evidencia en la primacía otorgada a la construcción de nuevos significados de la experiencia en la relación terapéutica a través del lenguaje y en algunas estrategias como la derreflexión e intención paradójica, entre otras. En

⁹⁴ Algunos estudios han cuestionado que las actitudes del terapeuta se presenten como las condiciones 'necesarias y suficientes' para el cambio terapéutico, criticando su precisión y verificabilidad (Kriz, 2012). No obstante, siguen teniendo un rol fundamental en muchas psicoterapias, aunque en la actualidad su respaldo sea más fenomenológico-existencial que empírico.

algunas ideas de Rogers, específicamente en torno al origen de las actitudes del terapeuta, se aprecian supuestos positivistas, dado que estas fueron producto de estudios empírico-estadísticos que buscaban establecer regularidades de los hechos que ocurren en terapia. También, se aprecian supuestos empiristas en la idea de catarsis del psicodrama, concretamente, en cuanto esta sostiene que el re-vivir hechos empíricos tiene potencial curativo.

Una perspectiva global y resumida de los elementos teóricos y epistemológicos expuestos en este capítulo puede verse en la Tabla 3.

TABLA 3
CUADRO RESUMEN. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS
DE LA CORRIENTE HUMANISTA

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Naturaleza de la Mente	<p>No hay mención explícita a la mente, sí implícita.</p> <p>Oposición al dualismo cartesiano</p> <p>Mente como <i>Dasein</i> (existencia en Binswanger)</p> <ul style="list-style-type: none"> • El hombre no está en el mundo como las cosas, se da a él en tiempo y espacio. • Mente-cuerpo no son separables, emergen en la existencia del ser en el mundo. <p>Mente como <i>Gestalt</i> (Leyes de percepción)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Totalidad. • Ser humano no posee un cuerpo, es un cuerpo. 	<p>Teoría Crítica*</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oposición al racionalismo y positivismo. • La mente no es divisible ni medible. • Interés emancipatorio (Habermas). <p>Constructividad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoría biológica del conocimiento. • Mente como <i>Gestalt</i> (leyes de representación perceptual) • Construcción activa del observador. • Mente como totalidad indivisible. • Mente es igual a cognición (conocimiento). <p>*Fenomenología</p>

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Aproximación a la Psicopatología	<p>Explicaciones particulares en teorías particulares</p> <p>Oposición a la clasificación de enfermedad mental (Problemas humanos)</p> <p>Explicaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desviación del <i>Dasein</i> (Binswanger). • Neurosis noógena (logoterapia). • Perturbaciones del ciclo de contacto. • Mecanismos de defensa (Perls). • Incongruencia entre autoimagen y experiencia (Rogers). 	<p>Teoría Crítica*</p> <ul style="list-style-type: none"> • Emancipación y realización humana. No se puede conocer genuinamente mediante clasificaciones diagnósticas. • Oposición al positivismo/racionalismo. <p>Constructividad*</p> <ul style="list-style-type: none"> • Movimiento antipsiquiátrico • La enfermedad mental existe solo como una etiqueta. • Descontento con categorización diagnóstica. <p>Racionalismo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mecanismos de defensa (Perls). <p>Empirismo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incongruencia entre autoimagen y experiencia misma (Rogers). Ambas provienen de la experiencia (Locke). <p>*Fenomenología</p>
Proceso Psicoterapéutico	<p>Resignificación (Relación terapéutica y experiencia del consultante)</p> <p>Actitudes básicas del terapeuta</p> <ul style="list-style-type: none"> • [Aceptación, autenticidad y empatía] (Rogers). <p>Métodos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disminuir las incongruencias (Rogers). • Cerrar <i>Gestalt</i> incompletas (Perls). • Catarsis (Moreno). • Alcanzar el sentido de vida (Frankl). 	<p>Constructividad*</p> <ul style="list-style-type: none"> • No existe una realidad problemática, depende del consultante. Este es activo. • Resignificación: posibilidad de nuevos significados de la experiencia. <p>Positivismo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Análisis empírico-estadístico de sesiones estableció las condiciones necesarias para el cambio (pasado conductista de Rogers). • Estudio de hechos positivos para develar sus regularidades (Comte). <p>Empirismo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Re-experimentación de hechos de naturaleza empírica (Catarsis Moreno). <p>*Fenomenología</p>

Fuente: elaboración propia.

Nota: los supuestos epistemológicos marcados con asterisco (*) deben ser considerados como analogados principales.

*La fenomenología representa tanto un antecedente histórico como un supuesto epistemológico de la corriente humanista. Este paradigma epistemológico ha sido ampliamente referido en la literatura, razón por la cual no formó parte del análisis en este capítulo. Sin embargo, se considera e incorpora en la Tabla 3 dada su importancia en la corriente humanista.

CAPÍTULO 8: SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE SISTÉMICA

I. POSTULADOS CENTRALES DE LA CORRIENTE SISTÉMICA

La corriente sistémica comenzó su desarrollo en la década del 50, alcanzando su apogeo en la década del 70 (Zeballos, 1993). Es por ello por lo que se configura como una de las perspectivas psicoterapéuticas más recientes. Esta corriente supuso un cambio trascendental en la forma de entender los fenómenos psicoterapéuticos respecto a la planteada por las corrientes predecesoras, centrando su desarrollo en torno al concepto de *sistema*. De tal manera, su foco no es el tratamiento individual de los síntomas presentes *en* la persona, sino la modificación de los patrones de interacción que se dan *entre* las personas (Boswell et al., 2014).

El desarrollo del movimiento sistémico en psicoterapia se relaciona intrínsecamente con la evolución de la terapia familiar (Feixas et al., 2016; Kriz, 2012). De hecho, no en pocas ocasiones se tienden a considerar como sinónimos. Sin embargo, la corriente sistémica alberga otras formas de terapia que no están orientadas a la familia, como la individual o de pareja. Asimismo, algunos abordajes de la terapia familiar de orientación psicodinámica, conductual y humanista (Feixas et al., 2016) no representan necesariamente los principales postulados de la terapia sistémica. Por lo tanto, y sin negar sus mutuas influencias, desarrollos comunes e intrínsecas relaciones, no es preciso considerar la sinonimia entre ambas.

Como ha sido la tónica de todas las corrientes psicoterapéuticas abordadas hasta el momento, la corriente sistémica también reúne una gran cantidad de abordajes particulares y heterogéneos. Sin

embargo, es posible precisar una serie de denominadores comunes (sustancialmente históricos) que permitieron su aparición y desarrollo (Garibay, 2013; Kris, 2012; Ochoa de Alda, 1995). La teoría general de sistemas de Von Bertalanffy, la cibernética de Norbert Wiener, la teoría de la comunicación humana de Paul Watzlawick y la antropología cultural sistémica de Gregory Bateson, se presentan como los hitos históricos y puntos de convergencia en los que se erigen la mayoría de los abordajes sistémicos. A continuación, se detallan tales raíces fundacionales.

La Teoría General de Sistemas. Von Bertalanffy (1976) desarrolla esta teoría como un intento de trascender las lógicas explicativas y reduccionistas de la ciencia tradicional, acentuando la necesidad de un modelo explicativo que abarque a todos los sistemas vivos sin la necesidad de aislar sus partes para entenderlos. Un sistema implica la noción de totalidad, es decir, que ‘el todo es más que la suma de sus partes’ (tal como lo había establecido la psicología de la *Gestalt* en torno a las leyes de percepción). Esta oposición al reduccionismo y la *prioridad* otorgada a la relación más que a las partes es la esencia de la concepción sistémica que toman los abordajes de esta corriente. Más allá de las múltiples confusiones y definiciones que implica el concepto sistema (Kriz, 2012), es posible entenderlo como:

Un conjunto de elementos dinámicamente estructurados, cuya totalidad genera unas propiedades que, en parte, son independientes de aquellas que poseen sus elementos por separado. En consecuencia, para entender el comportamiento de un sistema es necesario tener en cuenta no solo sus elementos y propiedades, sino también las interacciones entre ellos y las propiedades que resultan de la totalidad. (Feixas y Miró, 1993, p. 256)

La cibernética. El concepto de cibernética fue acuñado por el matemático Norbert Wiener (1967) quien usó el término para referirse a los sistemas que se regulan por medio de circuitos de retroalimentación. Sin embargo, fue Bateson (1990) quien aplicó este y otros conceptos similares al sistema familiar. Gracias a ello, se acuñaron constructos fundamentales para la lógica sistémica como: causalidad

circular, donde *A* es causa de *B* a la vez que *B* puede afectar a *A* (y así sucesivamente) –opuesto al concepto imperante de causalidad lineal, donde *A* causa a *B* y *B* causa a *C*–; homeostasis familiar, concepto que representa la tendencia al equilibrio de un sistema; y los conceptos de *feedback* negativo y *feedback* positivo, el primero entendido como las acciones que realizan los miembros de un sistema para volver al equilibrio y el segundo como las acciones que promueven el cambio y desviación de la homeostasis (Goldenberg y Goldenberg, 2008).

Los elementos anteriormente referidos forman parte de un primer momento de aplicación de la cibernética a la corriente sistémica –que aún se mantiene en muchos abordajes particulares–. Este primer momento fue denominado cibernética de primer orden o cibernética de los ‘sistemas observados’. Esta consideraba a un observador externo y neutral que podía establecer las interacciones del sistema. Sin embargo, en un segundo momento, y tomando una posición más constructivista, el foco giró a los ‘sistemas observantes’. Es decir, hacia a aquellos procesos que permitían al observador construir la realidad observada en el sistema (Bateson, 1990; Keeney, 1987; Von Foerster, 1991). Este nuevo enfoque en el movimiento sistémico fue conocido como cibernética de la cibernética o cibernética de segundo orden.

La teoría de la comunicación humana. En oposición al modelo lineal de comunicación⁹⁵ de Shannon y Weaver (1949), Watzlawick et al. (1989) –todos pertenecientes a la Escuela de Palo Alto–, plantearon, en congruencia con la teoría general de sistemas y la cibernética, que lo esencial de la comunicación se encuentra en los procesos de relación e interacción; que toda conducta humana tiene un valor comunicativo; y que la psicopatología es un reflejo de las perturbaciones en la comunicación (Rizo, 2011).

No obstante, uno de los mayores aportes de la teoría de la comunicación humana al abordaje sistémico fueron los axiomas de la comunicación (Watzlawick et al., 1989). Estos axiomas condensan cinco reglas que rigen todo acto comunicativo: 1) la ‘imposibilidad

⁹⁵ Fuente de información, transmisor, mensaje, receptor, destinatario, etc.

de no comunicar’, dado que toda conducta comunica. 2) La presencia de aspectos de ‘contenido y de relación’ entre los miembros del acto comunicativo, es decir, la manera en que lo que se comunica impacta en la relación interaccional. 3) La ‘puntuación de la secuencia de hechos’, donde la definición de una interacción estará condicionada por las valoraciones que introduce cada participante (ya que, si la comunicación es circular, cualquier miembro del sistema podría referir dónde esta comienza o termina). 4) La ‘comunicación digital y analógica’, la primera con relación a lo que se dice y la segunda a cómo se dice. 5) La comunicación ‘simétrica o complementaria’, es decir, que puede existir igualdad o diferencias entre los agentes comunicativos, respectivamente. Se profundizará en todos estos axiomas con posterioridad.

Finalmente, y no por ello con menos relevancia, se encuentra la antropología cultural sistémica desarrollada sustancialmente por Bateson (1990) en torno a la esquizofrenia. Bateson y colaboradores desarrollaron la teoría del doble vínculo producto del análisis comunicacional de familias con miembros diagnosticados con esquizofrenia (Bateson et al., 1956). Esta teoría –del doble vínculo– entendió a la esquizofrenia como un intento desesperado de un miembro del sistema para adaptarse al mismo mediante estilos comunicacionales incongruentes y relaciones perturbadas. Esta idea ofreció, por tanto, una explicación de la esquizofrenia que trascendía las lógicas intrapsíquicas de la psicopatología –característica de las corrientes predecesoras y de la medicina somática de la época–, acentuando la relevancia de la interacción comunicacional del sistema familiar en la emergencia de las patologías.

Por consecuencia, la teoría general de sistemas, la cibernética, la teoría de la comunicación humana y la antropología cultural sistémica sentaron las bases⁹⁶ de un movimiento que rápidamente se volvió heterogéneo, en la medida que, de una u otra manera, desarrolló abordajes particulares que priorizaban uno u otro de estos

⁹⁶ Es importante considerar que la aplicación de la teoría general de sistemas y la cibernética al movimiento sistémico supuso una transformación y redefinición que fue más metafórica que precisa (Kriz, 2012).

aspectos fundacionales. Si bien es posible dar cuenta de al menos sesenta formas distintas de terapia sistémica (Gutiérrez, Escudero y Álvarez, 1985), normalmente, se precisan tres grandes escuelas como las más relevantes⁹⁷ (Feixas et al., 2016; Feixas y Miró, 1993; Keeney y Ross, 1987; Kriz, 2012; Navarro, 1992): la Escuela de Palo Alto (o escuela interaccional del *Mental Research Institute*), la escuela estructural/estratégica y la Escuela de Milán (o escuela sistémica). Se recurrirá oportunamente a la especificación de cada una de ellas en la medida que se desarrollen los postulados centrales del movimiento sistémico.

Naturaleza de la mente

La corriente sistémica otorga una comprensión sustancialmente distinta de la naturaleza de la mente respecto a la referida en los abordajes psicoterapéuticos que le preceden. Tanto el abordaje psicodinámico, cognitivo-conductual como el humanista, entienden, con sus particulares diferencias, lo mental ‘en’ el ser humano, dentro de él. Sin embargo, y como se ha anticipado, la corriente sistémica sostiene que lo mental no yace en un plano intrapsíquico, sino que se encuentra ‘entre’ las personas, en las interacciones que mantienen como miembros de un sistema. De tal forma, la mente emerge en un plano interaccional/interpersonal, y es, esencialmente, sistémica.

Los sistemas se configuran jerárquicamente, abarcando desde las partículas subatómicas hasta el universo (Kriz, 2012). El ser humano es, también, un sistema que forma parte de esta jerarquía, y como tal, le siguen sistemas superiores (de los que es parte) y le preceden sistemas inferiores. En la jerarquía inmediatamente superior del ser humano (suprasistema), se encuentra la familia. Es esta, tanto en

⁹⁷ No obstante, con el desarrollo de la cibernética de segundo orden y el giro hacia el constructivismo y socio construcciónismo se han desarrollado diversos *modelos narrativos* (Garibay, 2013) que se diferencian de las tres escuelas sistémicas clásicas. Sus gestores han sido, entre otros, Kenet Gergen, Carlos Sluzki, Lynn Hoffman, Michael White, David Epston, Peggy Penn, H. Goolishian, Atkinson, Tom Andersen, H. Anderson, Ana María Zlachevsky. Su objetivo es, a grandes rasgos, modificar o reconstruir el discurso problemático de los consultantes sirviéndose del lenguaje.

su configuración nuclear como extensa⁹⁸, uno de los sistemas más importantes para la corriente psicoterapéutica sistémica⁹⁹ (Garibay, 2013; Hoffman, 1992; Kriz, 2012; Ochoa de Alda, 1995; Zeballo, 1993), dado que en ella se focaliza la mayoría de las comprensiones y acciones terapéuticas.

Sin embargo, ¿cuál es la relación de la mente sistémica con la familia? Los antecedentes planteados en los párrafos anteriores permiten converger en la siguiente respuesta: la mente emerge en la interacción comunicacional que se genera entre los miembros de un sistema¹⁰⁰. Y, este sistema es, por excelencia, la familia. Por lo tanto, el sistema familiar es fundamental en la concepción y desarrollo de la mente humana. Así lo explicita Minuchin (1990), quien, en una reflexión crítica en torno a la ‘mente cerebral’, sitúa al sistema familiar –junto a sus estructuras e interacciones– como una ‘extensión’ no cerebral de la mente humana:

La familia constituye un factor sumamente significativo en este proceso [de configuración de la mente]. Es un grupo social, natural que determina las respuestas de sus miembros a través de estímulos desde el interior y desde el exterior. Su organización y estructura tamizan y califican la experiencia de los miembros de la familia, en muchos casos se le puede considerar como la parte extracerebral de la mente». (Minuchin, 1990, p. 27)

De tal modo, conocer las propiedades sistémicas de la familia (Feixas y Villegas, 1990; Feixas y Miró, 1993; Garibay, 2013; Kriz, 2012; Watzlawick et al., 1989) es, por consecuencia, una forma de

⁹⁸ La familia nuclear es un sistema formado por un núcleo conyugal (pareja) con o sin hijos. La familia extensa, corresponde a un sistema formado por la familia nuclear más otros parientes no nucleares (consanguíneos o políticos). Aunque no vivan con la familia nuclear, también se considera familia extensa a la red consanguínea de ambos cónyuges (Ortiz, 2008).

⁹⁹ Tal relevancia otorgada al sistema familiar no es casual. Recuérdese que el movimiento sistémico se desarrolló al alero de la terapia familiar.

¹⁰⁰ Esta afirmación trasciende al sistema familiar y aplicaría para cualquier sistema, sin embargo, se opta por exponer un análisis de la mente bajo las propiedades de los sistemas familiares dado que en estos yacen las principales premisas del enfoque sistémico.

entender cómo se configura lo mental desde esta corriente. Estas propiedades confluyen en: la noción de sistema abierto, totalidad, límites, jerarquía, retroalimentación, equifinalidad y tendencia a estados constantes, entre otros.

La familia se considera un sistema abierto en la medida que intercambia información –energía y materia– con el medio externo, pudiendo adaptarse al mismo (Watzlawick et al., 1989). Por esta razón, en general, los sistemas vivos se consideran sistemas abiertos. No obstante, también existen sistemas cerrados¹⁰¹ en los que solo se generarían relaciones con los miembros del propio sistema.

La totalidad implica que toda acción que realice cualquier miembro del sistema familiar influye en las acciones de los otros miembros (Garibay, 2013). Estos se encuentran interconectados por pautas de interacción que no tienen carácter sumativo. Es decir, tal pauta interaccional no es la suma de los comportamientos individuales.

Gracias a los límites, los miembros del sistema familiar pueden agruparse en diversos subsistemas (Minuchin, 1990): conyugal (pareja), parental (padres e hijos) o filial (hermanos), entre otros. Estos límites son los que diferencian a un subsistema de otro y pueden ser difusos, claros o rígidos, desde la mayor a la menor permeabilidad de información, respectivamente. Los límites externos de la familia (que deslindan su diferenciación con el medio) reciben el nombre de fronteras.

La familia presenta una jerarquía en sus miembros (Feixas et al., 2016). Esta jerarquía está dada por el poder que cada miembro tiene respecto a otros miembros del sistema. Este poder no solo se manifiesta en términos de interacciones de autoridad o responsabilidad, sino también respecto a quién cumple roles de ayuda o protección respecto a los demás miembros.

La retroalimentación o *feedback* tiene relación con la cualidad de las interacciones de los diferentes miembros del sistema (Goldenberg

¹⁰¹ Maturana y Varela (2016) plantean que todo organismo es un sistema cerrado *autopoiético* (que se produce a sí mismo) y que se adapta estructuralmente a su medio. De tal manera, cuestionan la idea de ‘información’ ya que el organismo, en cuanto sistema cerrado, está estructuralmente determinado a responder a las perturbaciones del ambiente.

y Goldenberg, 2008). Si estas mantienen el equilibrio de la pauta de interacción familiar es una retroalimentación negativa (favorece la pauta). No obstante, si tales interacciones la modifican, es una retroalimentación positiva (corrige y cambia la pauta).

El principio de equifinalidad supone que el estado final de un sistema es independiente de su estado inicial, o, en otras palabras, que diversos estados iniciales pueden converger en el mismo fin (Galimberti, 2002). De tal manera, la búsqueda de ‘causas’ como explicación sistémica para las interacciones de la familia no es pertinente ni útil. Esta idea se complementa con el principio de equicausalidad, en el que una misma condición inicial puede generar estados diversos (Ochoa de Alda, 1995).

El sistema familiar tiene una tendencia a estados constantes (Feixas y Miró, 1993). Esto implica que la familia se comunica e interactúa de una forma consistente en el tiempo, produciendo redundancias comunicacionales. Estas constantes dan origen a diversas reglas o pautas interaccionales que caracterizan el común funcionamiento familiar. Este estado de equilibrio recibe el nombre de homeostasis o morfostasis –una forma de autorregulación del sistema mediante *feedback* negativo–. Por otro lado, si el sistema crece o cambia hacia otro estado se habla de morfogénesis –dada por el *feedback* positivo– (Garibay, 2013).

Entonces, si lo mental yace en la interacción del sistema y no en los miembros particulares del mismo, debe regirse, necesariamente, por las propiedades que gobiernan las interacciones de los sistemas. De tal forma, y siguiendo la lógica planteada sobre las propiedades del sistema familiar, la mente para la corriente sistémica debe entenderse como un sistema abierto que permite el flujo constante de información o contenidos con el medio. También como una totalidad, donde el cambio de cada miembro del sistema influirá en la configuración interaccional total, por ende, también en lo mental que emerge de ella.

La mente sistémica se regirá por los mismos límites que demarcan a los subsistemas dentro de la familia. Cada subsistema presenta interacciones particulares (subinteracciones) dentro de sus límites. Por

lo tanto, la mente, en cuanto interacción comunicacional, también emerge en esos límites. De acuerdo con el diferente nivel de permeabilidad de cada subsistema, estas subinteracciones (donde yace lo mental), serán más o menos congruentes con las interacciones del sistema familiar total.

La mente sistémica se ve influida por la jerarquía interna del sistema. Esta estaría relacionada con aquellos miembros que cuentan con más poder, y que, por lo tanto, tienen influencia en los tipos de interacciones comunicacionales (en las que se erige la mente sistémica) que se establecen dentro del sistema. La retroalimentación se relaciona con la estabilidad de lo mental (las pautas de interacción). Si el *feedback* es negativo, lo mental tiende a la estabilidad, si es positivo, lo mental se desestabiliza y tiende al cambio.

También, los principios de equifinalidad y equicausalidad refutan la posibilidad de causalidad lineal en la mente sistémica. Por lo tanto, un estado mental puede ser causado por múltiples estados iniciales, y un estado inicial puede converger en diferentes estados mentales finales, respectivamente. Es por ello, que la mente sistémica debe entenderse dentro de una causalidad circular (*A* influye en *B* y *B* influye en *A*).

Por último, y a pesar de la posibilidad de cambio en las pautas interaccionales, la mente, en cuanto es pauta interaccional, tiene tendencia a un estado constante. Es decir, a un estado de equilibrio u homeostasis, lo que genera que su cambio (morfogénesis) sea más la excepción que la norma.

Un autor clave en el desarrollo del enfoque sistémico y en la concepción de mente que este sostiene, fue Gregory Bateson. Bateson (1991) desarrolla el concepto de ‘ecología de la mente’, con el que sostiene que la mente y las ideas no se encuentran en el interior del cuerpo humano, sino que se encuentran en el ecosistema y en los diferentes subsistemas de este, transmitiéndose mediante la interacción:

La mente no se circunscribe al perímetro craneal, ni tan solo a las fronteras del cuerpo individual, sino que se encuentra entre las personas, formando un ecosistema. Así, todas nuestras ideas están «interconectadas» con las de aquellos que forman nuestro tejido socioafectivo (especialmente, aunque

no únicamente, la familia), y relacionadas con el ecosistema socio-cultural más amplio [...] Al interactuar los unos con los otros, nos transmitimos ideas, nuestra construcción de las cosas, de los otros y de nosotros mismos. Y esta «transmisión» opera como confirmación o desconfirmación de las ideas que tienen los otros acerca de las cosas, de nosotros y de sí mismos. (Feixas et al., 2016, p. 42)

Por lo tanto, Bateson (1991) estableció que la totalidad del ecosistema –lo que llamó *creatura*– es una mente organizada y coherente que tiene la facultad de procesar información. No solo esta *creatura* es mente, sino que también sus componentes, a saber, todos los subsistemas que el ecosistema alberga –como la familia– tendrían procesos mentales: «la *creatura*, en todas sus manifestaciones, es mente» (Dell, 1985, p. 3).

Bateson (1991), en su obra *Espíritu y naturaleza*¹⁰², también especificó que la mente es un agregado de diferentes partes o componentes que interactúan entre sí, lo que, consecuentemente con las propiedades sistémicas de la familia referidas anteriormente, da cuenta que los procesos mentales son siempre interaccionales, por lo que su explicación debe basarse en la organización e interacción de las múltiples partes (Bateson, 1991).

A modo de síntesis. La corriente sistémica entiende que la mente emerge en un plano relacional e interaccional dentro de un sistema. Desecha, por tanto, la idea intrapsíquica de la mente sostenida por las corrientes precedentes. Dentro de todos los sistemas, el más relevante para la psicoterapia sistémica es la familia, y la mente, en cuanto emerge en la interacción, tendría sus mismas propiedades (sistema abierto, totalidad, límites, jerarquía, retroalimentación, equifinalidad y tendencia a estados constantes). Los aportes de la antropología cultural de Gregory Bateson en torno la ecología de la mente y a la

¹⁰² El título de la obra original de Bateson es *Mind and nature: A necessary unity*. Sin embargo, su traducción al español fue *Espíritu y naturaleza*. La traducción de *mind* (mente) a *espíritu*, si bien válida, no se aprecia del todo precisa y coherente a lo largo del texto, ya que en su desarrollo se hace referencia a aspectos *mentales* en relación a la naturaleza, no así a los espirituales.

relación de mente y naturaleza reafirman tales propiedades en torno a la mente desde la concepción sistémica.

Aproximación a la psicopatología

Si la mente yace en las interacciones comunicacionales de un sistema, su disfuncionalidad (enfermedad mental) también lo hace. Es por ello por lo que la corriente sistémica ofrece una comprensión relacional de la psicopatología tradicional. Normalmente, se considera que los síntomas o problemas que un consultante manifiesta se encuentran dentro de él, en un plano intrapsíquico. Sin embargo, desde la corriente sistémica el foco de atención en los síntomas particulares del consultante se desvía hacia la interacción relacional del sistema en el que este coexiste. De tal manera, el síntoma o psicopatología de un miembro es solo una forma de expresión de la disfuncionalidad del sistema como totalidad (Feixas et al., 2016; Feixas y Miró, 1993). Por lo tanto, el problema que aqueja a una persona (como miembro del sistema) es solo una pequeña ‘muestra’ de un problema interaccional que aqueja al sistema familiar completo.

El portador del síntoma cumple una función de ‘chivo expiatorio’ (Oblitas, 2008), metáfora utilizada para referir que es en él en quien recae la responsabilidad de la disfunción del sistema, como un ‘enfermo designado’, no deliberadamente. Por consecuencia, en la gran mayoría de los enfoques sistémicos se considera a todo el sistema familiar como paciente (sistema consultante), y al miembro del sistema que porta el síntoma como paciente índice (Garibay, 2013; Ochoa de Alda, 1995).

Con la conceptualización sistémica de la psicopatología, el diagnóstico tradicional (DSM-5 y CIE-11) carece de sentido y utilidad, principalmente, porque puede legitimar la responsabilidad (y culpa) del paciente índice por parte de la familia. Como se ha referido, «la conducta disfuncional es una expresión de patrones de interacción interpersonal disfuncionales» (Feixas y Miró, 1993, p. 271), por lo tanto, otorgar una etiqueta diagnóstica individual, confirma la hipótesis de la familia de que X miembro es el problema, no asumiendo

la responsabilidad que todos tienen en la interacción. Por otro lado, los terapeutas sistémicos prescinden de la clasificación, ya que, si la psicopatología yace en la relación, esta podrá observarse *in situ* en la propia sesión, en el aquí y el ahora (Feixas y Miró, 1993).

La teoría de la comunicación humana de Watzlawick et al. (1989) ofrece un entendimiento particular de la psicopatología. Esta emergería en sistemas cuyas interacciones comunicacionales transgreden los axiomas de la comunicación humana (anteriormente expuestos). De tal forma, la transgresión de cualquiera de estas reglas comunicacionales puede ser considerado un trastorno¹⁰³ de la comunicación.

El primer axioma gira en torno a la imposibilidad de no comunicar. Este sostiene que todo comportamiento o conducta es una acción que siempre tiene valor comunicativo. Incluso cuando se está haciendo ‘nada’ o guardando silencio, se está comunicando (Watzlawick et al., 1989). Por ende, no existe la ‘no conducta’. Dado este escenario, siempre se está comunicando; bajo la lógica que siempre se está llevando a cabo una conducta. El trastorno comunicacional aparece cuando una persona sostiene que su conducta no está comunicando y se esfuerza en llevar a cabo acciones para no comunicarse con los otros (López et al., 2013). Desde esta perspectiva, la esquizofrenia es entendida como la mayor transgresión a este axioma, dado que la persona niega que está comunicando e influyendo en los demás, manteniendo una conducta que carece de sentido y valor comunicativo (a través de delirios y/o alucinaciones, por ejemplo).

El segundo axioma se relaciona con los niveles de contenido y relación de la comunicación. En la comunicación existen diversos niveles de abstracción: el denotativo, que es el contenido del mensaje y el metacomunicativo, que indica cómo debe ser entendido el mensaje en la relación. De tal forma, en la comunicación se transmite información ‘objetiva’ (contenido) y también se transmiten los comportamientos de los comunicantes, definiendo así su relación (López et al., 2013). Los trastornos comunicativos de este axioma emergen con la falta de congruencia de ambos niveles en diferentes

¹⁰³ Entiéndase *trastorno* como una disfunción interaccional dada por la transgresión de algún axioma, no como una categoría diagnóstica tradicional.

configuraciones: doble desacuerdo en el contenido y relación; acuerdo en contenido, pero desacuerdo en la relación; desacuerdo en el contenido y acuerdo en la relación y; confusión de los niveles de contenido y relación.

El tercer axioma gira en torno a la comunicación analógica y digital. La comunicación analógica incluye toda la comunicación generada con un símil, semejanza o analogía con la estructura del objeto que se quiere comunicar (comunicación no verbal). La comunicación digital, se realiza cuando se comunica un objeto o evento mediante un conjunto de signos arbitrarios que no mantienen semejanza estructural con dicho objeto (comunicación verbal). Los trastornos de la comunicación en este axioma se generan cuando existen ‘traducciones’ incorrectas de ambos tipos de comunicación (Watzlawick et al., 1989). Es decir, errores al traducir el lenguaje analógico al lenguaje digital (es difícil darle una lógica lineal al contenido analógico, por lo que normalmente se pierde información) y errores al traducir el lenguaje digital al analógico (ya que hay conceptos verbales como *nada*, *infinito*, etc., que no tienen representación analógica).

El cuarto axioma se denomina puntuación de la secuencia de hechos. La puntuación es una forma de organizar los hechos en una secuencia lineal y ordenada. Sin embargo, como se ha planteado, la comunicación presenta causalidad circular, no lineal. Por lo tanto, el trastorno comunicacional ocurre cuando no hay acuerdo en las puntuaciones que cada miembro del sistema realiza (Kriz, 2012). Es decir, cuando el miembro *A* sostiene que la causa de su conducta es la acción llevada a cabo por *B*, y *B* sostiene que tal conducta es una reacción al comportamiento de *A*. En tal caso, cada integrante del sistema cuenta con información diferente para entender y explicar la interacción llevando a malentendidos e interacciones disfuncionales.

El quinto axioma dice relación con las interacciones comunicacionales simétricas y complementarias (López et al., 2013). En la primera, los comportamientos de los miembros del sistema son similares, por lo tanto, se acentúa la igualdad (compañeros de trabajo, amigos, etc.). La segunda, acentúa la diferencia, ya que se establece

cuando se intercambian comportamientos desiguales, generando así, posiciones superiores e inferiores donde el comportamiento de uno favorece la emergencia de la posición del otro y viceversa (relación padre-hijo, jefe-subordinado, etc.).

Los trastornos comunicacionales de este axioma pueden comenzar a darse en una tercera versión de relación, la metacomplementaria. Esta ocurre cuando una persona anima o impulsa a la otra a definir la relación entre ambos como una relación simétrica o complementaria. Es decir, cuando *A* hace que *B* tome una posición complementaria (superior), quedando *A* en una posición secundaria. No obstante, *A* es quien ‘domina’ la relación.

Otros trastornos asociados al quinto axioma son la escalada simétrica y la complementariedad rígida. El primero ocurre cuando *A* puntúa la relación como ‘desfavorecida para él’, por ende, *A* realiza acciones para ‘nivelarla’ (establecer una relación simétrica). Luego de esta acción, *B* se percibe como ‘desfavorecido’ y también buscará nivelar la relación, por lo que nuevamente *A* percibirá un desequilibrio que también querrá nivelar, generando así una interacción ‘sin fin’. La complementariedad rígida ocurre cuando *A* exige a *B* que confirme la definición de relación complementaria que *A* ha establecido, aun cuando *B* deba modificar la percepción que tiene de *A* o de sí mismo. Es decir, cuando una persona se ve obligada a cambiar de actitud para mantener una relación comunicacional establecida por el otro participante (Watzlawick et al., 1989).

Si bien la idea de psicopatología asociada a la transgresión de los axiomas de la comunicación es más bien transversal a los enfoques sistémicos (ya que la gran mayoría tomó las bases de la teoría de la comunicación humana para su desarrollo), también existen algunas aproximaciones conceptuales particulares para entender la psicopatología, o, más precisamente, la disfuncionalidad sistémica. Estas aproximaciones se encuentran relacionadas con las principales escuelas de esta corriente.

La escuela interaccional del *Mental Research Institute* (MRI) de Palo Alto, cuya segunda generación tomó también la teoría de la comunicación humana de Watzlawick et al. (1989), sostiene que los

problemas en un sistema se mantienen precisamente por los intentos de soluciones que los miembros ejecutan. ‘La solución es el problema’ es una de las frases más representativas de esta escuela (Feixas et al., 2012). Estas soluciones fallidas que mantienen el problema, sin modificar la estructura disfuncional, se denominan cambios tipo 1 o ‘más de lo mismo’. Es decir, cambios que no suponen ninguna transformación en la interacción de la familia. Estos se contraponen a los cambios tipo 2, que son intervenciones modificadoras de la estructura a las que debiera aspirar la psicoterapia (Hoffman, 1992).

La escuela estructural/estratégica, cuyos mayores representantes son Minuchin (1990) y Haley (1974), entienden que la disfuncionalidad familiar gira en torno a las alianzas (proximidad de dos o más miembros respecto a otros más distantes) y coaliciones (cuando la proximidad de una alianza es en contra de un tercero), siendo ambas una forma de triangulación. También, la estructura familiar presentaría límites internos (subsistemas) y fronteras externas (que la diferencian de otros sistemas). Esta escuela presenta una clasificación de familias normales o normativas (con límites claros) respecto a familias patológicas o disfuncionales (con límites difusos y rígidos). La estructura familiar patógena puede converger en: familias aglutinadas (límites difusos en subsistemas y fronteras rígidas) donde cuesta mantener la individualidad de sus miembros y familias desligadas (límites y fronteras rígidos), donde existe una excesiva individualidad.

Finalmente, la Escuela de Milán, desarrollada principalmente por Selvini-Palazzoli et al. (1989), sostiene que el síntoma presente en una familia siempre cumple una función. El trabajo terapéutico de esta escuela estuvo, desde sus inicios, enfocado al tratamiento de familias con organización muy rígida (característica representativa de familias con miembros con esquizofrenia o anorexia). Más que hablar de patologías o síntomas, esta escuela se enfoca en los ‘juegos familiares’ que han llegado a ser disfuncionales. En estos juegos «intervienen las relaciones, las creencias que tienen unos de otros (de sí mismos y de la familia en conjunto) y de los mapas de relaciones»

(Garibay, 2013, p. 61), por lo que darían cuenta de la estructura actual de las interacciones problemáticas del sistema.

En resumen. La corriente sistémica rechaza la idea tradicional de psicopatología desde una lógica intrapsíquica, estableciendo que los problemas que aquejan a un sistema son interaccionales y relacionales. El portador del síntoma solo actúa como un representante de la disfunción, por lo que el consultante es el sistema familiar completo. Esta corriente considera que la clasificación tradicional de la enfermedad mental no representa la interacción disfuncional de un sistema, llegando incluso a favorecerla, razón por la cual se prescinde de tales diagnósticos psiquiátricos. Los elementos interaccionales provistos por la teoría de la comunicación humana son clave para comprender la disfunción del sistema. De modo transversal, se considera que la transgresión de los axiomas de la comunicación puede llevar a diversos ‘trastornos’ en la interacción. También, algunas escuelas han aportado algunos elementos a la comprensión de la ‘psicopatología’ sistémica. Por ejemplo: la idea que las soluciones del sistema mantienen el problema (Escuela de Palo Alto); que las familias presentan alianzas/coaliciones y límites/fronteras cuyas diversas configuraciones hacen la diferencia entre la familia normal y la patógena (Escuela estructural/estratégica); y que los problemas pueden ser entendidos mediante diversos juegos familiares disfuncionales (Escuela de Milán).

Proceso psicoterapéutico

El objetivo de la corriente psicoterapéutica sistémica no es la modificación directa de las conductas problemáticas o síntomas del paciente índice, sino el cambio en los patrones disfuncionales o problemáticos de interacción. Este cambio relacional, traerá por consecuencia la disolución del problema que aqueja al sistema. Tal objetivo es totalmente consecuente con lo expuesto en apartados anteriores en torno a la mente y psicopatología: la mente yace en la interacción, y su disfunción, también. Siguiendo tal lógica desde la corriente sistémica, focalizar la intervención en el individuo pierde

sentido, ya que lo que debe modificarse es la pauta de interacción familiar, donde se asientan los problemas.

Existen algunas estrategias consideradas transversales a los diferentes enfoques sistémicos (Kriz, 2012). 1) El *joining* corresponde a la alianza inicial de trabajo terapéutico. El terapeuta sistémico entiende que desde el primer contacto con el sistema ya se produce una transformación de este. 2) El *reframing*, o re-encuadramiento, aspira a una redefinición de los problemas familiares y su significado, buscando ofrecer una realidad familiar distinta. 3) La escultura familiar es una técnica inspirada en el psicodrama cuyo objetivo es representar las relaciones de la familia en un cuadro pantomímico realizado por los miembros del sistema. Finalmente se encuentra el uso de 4) la anamnesis y genograma. Ambos son complementarios, ya que la primera busca recabar la información histórica e importante del sistema, y el segundo, es una forma ordenar tal información mediante una representación gráfica.

No obstante lo anterior, para comprender las estrategias de cambio psicoterapéutico del enfoque sistémico es necesario abordar, nuevamente, las principales escuelas de esta corriente: la Escuela de Palo Alto, la escuela estructural/estratégica y la Escuela de Milán. Si bien no existen diferencias sustanciales entre cada una de ellas¹⁰⁴, acentúan diferentes elementos psicoterapéuticos como promotores del cambio. Por ende, es necesario abordarlas de forma particular para comprender su rol en el proceso psicoterapéutico.

La Escuela de Palo Alto (escuela interaccional del MRI) basa sus postulados en las obras de Bateson (1990) y de Watzlawick et al. (1974). Esta escuela entiende que el cambio terapéutico es similar a los procesos de transformación que ocurren en los sistemas en general, razón por la cual «su intervención se dirige fundamentalmente a investigar la funcionalidad de la conducta problema para cortocircuitar el proceso cibernético de *feedback* del que forma parte» (Feixas y Miró, 1993, p. 265).

¹⁰⁴ De hecho, la mayoría de los recursos técnicos desarrollados al alero de cada escuela sistémica son compartidos de forma transversal. Asimismo, muchos autores ícono de una escuela, participaron también en el desarrollo de otra como Jay Haley, por ejemplo (Zlachevsky, 2008).

Desde este enfoque se entiende que el problema es mantenido por las soluciones¹⁰⁵ que ha intentado el sistema familiar, por ende, la intervención va dirigida a neutralizar tales intentos de solución que no provocan cambios estructurales (cambio tipo 1). El objetivo es que el terapeuta pueda generar cambios tipo 2, es decir, cambios que modifiquen la pauta de interacción del sistema (Garibay, 2013; Hoffman, 1992). Para ello, los terapeutas interaccionales –aunque no únicamente en esta escuela– utilizan la intervención paradójica (Feixas et al., 2016). Esta consiste en que el terapeuta prescriba al sistema aquello que precisamente se configura como el problema, pero de un modo controlado y específico (pedir el cambio lento, prescribir el no-cambio o prescribir el síntoma). Este tipo de intervenciones neutraliza las soluciones intentadas por el sistema consultante, llevando a este a otro estado interaccional.

Otra característica relevante de esta escuela para el proceso psicoterapéutico es que todas las intervenciones se realizan considerando el marco referencial del sistema. Esto quiere decir que el terapeuta debe ‘encajar’ con la forma de ver la realidad y lenguaje habitual del sistema, de manera tal que sus acciones sean significativas para este. Al respecto, Watzlawick et al. (1974) refieren: «la táctica elegida ha de traducirse al propio lenguaje de la persona, es decir, se le ha de presentar en una forma que utilice su propio modo de conceptualizar la realidad» (p. 139).

La escuela estructural-estratégica, como se ha hecho mención, tiene como representantes a Minuchin (1990) para la primera, y a Haley (1974) para la segunda. No obstante, comúnmente se asocian como una gran escuela dadas sus similitudes¹⁰⁶. En esta escuela, el concepto de estructura es fundamental. Esta hace referencia a la articulación de la familia (Kriz, 2012), la que, como ya se ha referido, puede darse en torno a los límites que dividen los subsistemas y las

¹⁰⁵ Esta escuela influyó fuertemente en el desarrollo de otros enfoques psicoterapéuticos contemporáneos como la ‘terapia orientada a las soluciones’, cuyos exponentes centrales fueron William H. O’Hanlon y Steve De Shazer. Este último creó en 1978, junto a otros, el Centro de Terapia Familiar Breve en Milwaukee.

¹⁰⁶ También porque Haley, luego de trabajar en el MRI en Palo Alto, se mudó a Filadelfia a trabajar con Minuchin (Zlachevsky, 2008).

diferentes triangulaciones (alianzas y coaliciones). De tal forma, el terapeuta parte de una idea de estructura normativa que el sistema debe alcanzar, en contraposición a aquella estructura patológica (familia desligada o aglutinada) con la que el sistema llegaría (Hoffman, 1992; Ochoa de Alda, 1995).

Esta escuela considera que: la estructura de la familia influye en el individuo (y viceversa); los cambios producidos en la estructura traen cambios en el individuo y; la conducta del terapeuta es parte del contexto interventivo. Respecto a esto último, el terapeuta parte generando una alianza de trabajo terapéutica (*joining*) donde asume la conducción del sistema y gana su confianza; posteriormente, debe descubrir la estructura, síntomas y realidad familiar establecida para cuestionar al sistema y, finalmente; crear las condiciones para la reestructuración de la familia (Kriz, 2012).

Dentro de las estrategias particulares de esta escuela para lograr la reestructuración de la familia (Feixas y Miró, 1993) se encuentra la redefinición o reformulación positiva del síntoma (otorgarle un valor funcional en el sistema), la prescripción de tareas (para generar alianzas alternativas) y la desequilibración (donde el terapeuta se alía con algunos subsistemas).

La Escuela de Milán, también llamada escuela sistémica, se desarrolla, como se ha referido, de la mano de Selvini-Palazzoli et al. (1989) quienes toman las ideas de Bateson (1990) y del enfoque comunicacional y cibernético de forma similar a las demás escuelas. Sin embargo, en términos de intervención y promoción del cambio, esta escuela ofrece una serie de innovaciones respecto a las escuelas que le preceden.

En primer lugar, la intervención se realiza, normalmente, con un equipo de terapeutas, quienes desde la llamada telefónica inicial al sistema consultante –antes de su llegada a sesión–, comienzan su trabajo con la generación de hipótesis tentativas del funcionamiento familiar mediante una ficha (Feixas et al., 2016). En sesión, un terapeuta atiende al sistema y el resto del equipo se sitúa tras

un espejo de visión unilateral¹⁰⁷. En diversos momentos, el equipo mantiene contacto con el terapeuta para orientarle respecto a las diversas hipótesis que hayan ido refutando, afirmando o generando (Hoffman, 1992). Esta idea de intervención en equipo con espejo de visión unilateral busca promover la neutralidad de la intervención (Kriz, 2012; Feixas y Miró, 1993; Pote et al., 2004), ofreciendo al equipo la interacción familiar en vivo.

Tal como se mencionó en el apartado de psicopatología, esta escuela centra su idea de disfunción en torno a los juegos familiares (Kriz, 2012). De tal forma, uno de los objetivos principales es modificar aquellos juegos familiares patológicos mediante la transformación del sistema de significados de la familia. Al respecto Garibay (2013) refiere:

El cambio se produce cuando se reemplaza el juego familiar por otro menos perjudicial, ya que todo grupo familiar necesita un juego que regule su vida como sistema. Aunque el cambio afecta las dimensiones afectivas, cognitivas y conductuales, este se produce con mayor profundidad en las percepciones y creencias de la familia. La modificación del sistema de creencias familiar posibilita alterar el mapa de relaciones, cambiar la secuencia familiar de conductas y conseguir una «metarregla» del cambio (una regla para las reglas) que haga posible modificar las reglas que regulan el funcionamiento familiar. (p. 61)

Además de estos importantes aportes, la Escuela de Milán ha contribuido, también, con el desarrollo de dos importantes estrategias psicoterapéuticas: la hipótesis circular y el cuestionamiento circular (Feixas et al., 1993; Garibay, 2013; Hoffman, 1992; Ochoa de Alda, 1995). La primera, busca ofrecer una hipótesis tentativa de la función que tiene el síntoma para cada miembro del sistema familiar. Normalmente esta hipótesis se elabora mediante la ficha telefónica, buscando su comprobación/refutación al momento de la sesión. La forma de aceptar o rechazar esta hipótesis se realiza a través de una

¹⁰⁷ El espejo de visión unilateral implementado por la Escuela de Milán situaba a un equipo de terapeutas que observaban (unilateralmente) las sesiones de intervención llevadas a cabo por otro terapeuta.

serie de preguntas circulares (cuestionamiento circular) a los miembros del sistema. Estas preguntas buscan investigar las definiciones de relación entre los miembros. En palabras de Pote et al. (2004): «las preguntas circulares tienen como objetivo la observación de la diferencia y son, por lo tanto, una manera de introducir nueva información en el sistema. Son efectivas para aclarar las relaciones de los subsistemas familiares y sus respectivas ideas» (p. 14). Estas preguntas se realizan a cada miembro de la familia sobre algún aspecto de las relaciones entre los demás miembros del sistema¹⁰⁸ (Kriz, 2012). Por ejemplo, ¿qué crees que siente X cuando Y le habla de ese modo? o ¿qué crees que piensa X de tu comportamiento?

Además de estas ideas centrales en la circularidad, esta escuela desarrolla una estrategia de connotación positiva, tanto del síntoma como del contexto relacional donde adquiere su función. Al respecto Feixas et al. (2016) señalan:

La connotación positiva consiste en atribuir un significado positivo a la conducta problema o síntoma (a menudo en términos de generoso sacrificio) y del contexto relacional donde adquiere su funcionalidad, especificando la contribución de cada uno de sus miembros a la pauta circular. A menudo, se describen estos comportamientos como inspirados por algún motivo noble, como el de mantener la familia unida. Al proporcionar una explicación lógica sobre el porqué cada miembro actúa de la forma en que lo hace, el terapeuta y su equipo se sitúan en una posición de neutralidad, de no juzgar, lo que sitúa las conductas de los distintos miembros al mismo nivel, evitando descripciones del tipo «víctima-victimario», «bueno-malo» o «sano-loco». (p. 40)

A modo de síntesis. El proceso psicoterapéutico desde la corriente sistémica tiene por objetivo el cambio en los patrones disfuncionales de interacción que emergen en el sistema. Para lograr tal cambio se nutre de algunas estrategias transversales como el *joining*, *reframing*,

¹⁰⁸ Existe un amplio abanico de categorías de preguntas circulares, por ejemplo: preguntas sobre rasgos distintivos, de contextualización, para situar rasgos en movimiento, de introducción de la dimensión temporal, escalamientos, preguntas triádicas, preguntas sobre valores individuales/familiares, preguntas sobre recursos, entre otras (Stierlen y Weber, 1989).

escultura familiar, anamnesis y genograma. No obstante, las intervenciones psicoterapéuticas son fundamentalmente particulares a cada escuela. A saber, desde la escuela interaccional, se busca generar cambios tipo 2 mediante intervenciones paradójicas que permitan neutralizar las soluciones que la familia ha intentado; desde la escuela estratégica/interaccional, que basándose en una idea de estructura familiar normal/patógena, se busca conocer y luego ofrecer posibilidades de reestructuración familiar mediante la redefinición, prescripción de tareas o desequilibración, y; desde la Escuela de Milán, donde se pretende modificar los juegos familiares patológicos y el sistema de creencias del sistema mediante intervenciones basadas en la circularidad y la connotación positiva.

2. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LA CORRIENTE SISTÉMICA

Previo al análisis de los supuestos epistemológicos presentes en los postulados centrales de la corriente sistémica, es necesario referirse a una subcorriente de carácter contemporáneo que otorga un rol central a la epistemología, haciendo, por consecuencia, explícitos tales supuestos. Este movimiento, formado por diferentes aproximaciones, se agrupa bajo la etiqueta de modelos narrativos (Garibay, 2013). A pesar de que el análisis epistemológico a realizar en este apartado se base en las tres escuelas sistémicas clásicas (y, sobre todo, en cómo estas convergen en los postulados centrales de la corriente sistémica), es relevante dar cuenta, aunque sea someramente, de este movimiento narrativo perteneciente a la corriente sistémica en el que, de forma excepcional, se han priorizado y explicitado aspectos epistemológicos.

Los modelos narrativos tienen un acentuado carácter posmoderno –fundamentados epistemológicamente en el constructivismo y socio construcciónismo¹⁰⁹–, y se centran, entre otras cosas, en

¹⁰⁹ Por lo que –dados los paradigmas epistemológicos utilizados para el análisis de esta investigación– podría decirse que se sustentan bajo la epistemología de la constructividad.

la narración de historias y en la co-construcción de significados a través del lenguaje en psicoterapia. La terapia narrativa (White y Epston, 1993), la terapia dialógica-colaborativa (Anderson, 1997), los aportes sistémico-narrativos de Sluzki (1995, 1996) y Hoffman (1992), entre otros, se engloban dentro de tales modelos narrativos. En Chile, se ha desarrollado la terapia sistémica centrada en narrativas (Zlachevsky, 2003, 2015) y el modelo sistémico de realidades consensuales –conocido como el modelo de Santiago– del Instituto de Terapia Familiar (Méndez et al., 1988) que también forman parte de esta subcorriente.

Estos modelos narrativos representan una excepción dentro de la corriente sistémica por transparentar y relevar sus supuestos epistemológicos¹¹⁰. Sin embargo, tal hecho no ocurre con tanta frecuencia en las escuelas sistémicas clásicas, las que, como se ha visto en este capítulo, confluyen en los postulados centrales de la corriente sistémica. Por tal razón se procede a su análisis epistemológico.

Naturaleza de la mente

Como se señaló en el apartado anterior, la mente para la corriente sistémica emerge en un plano relacional e interaccional dentro de un sistema. De tal forma, se concibe la idea de una mente que trasciende las barreras individuales, situándose entre las personas, en sus interacciones. Se desestima, por tanto, la idea de una mente intrapsíquica que emerja únicamente dentro del cerebro humano.

La idea relacional/interaccional de la mente se fundamenta en algunos elementos de la epistemología de la constructividad¹¹¹, par-

¹¹⁰ Aunque no se enmarque directamente dentro de los modelos narrativos, la terapia orientada a las soluciones, desarrollada fundamentalmente por los trabajos de De Shazer (1990) y O'Hanlon y Werner-Davis (1993), también otorga un rol central al lenguaje y a la construcción activa de la realidad psicoterapéutica que él permite. Por consecuencia, y al hacer sus supuestos epistemológicos constructivistas y constructivistas explícitos, también representa una excepción.

¹¹¹ Téngase en consideración que la constructividad engloba una síntesis de las ideas constructivistas/construccionistas, de la posmodernidad en psicoterapia, de la teoría biológica del conocimiento y del movimiento antipsiquiátrico (Zlachevsky, 2015).

ticularmente, en torno a las ideas posmodernas aplicadas a la psicoterapia. Al igual que la mente sistémica, la constructividad pone el acento en el carácter relacional de los sistemas humanos, rechazando la posibilidad de conocer los fenómenos psicológicos desde una lógica intracerebral. Esto representa, a su vez, una importante crítica a las ideas dominantes y hegemónicas de la tradición psicológica moderna que situaban lo mental en un plano intrapsíquico. Tal objetivo de la constructividad es sumamente congruente con la ruptura teórica que la corriente sistémica buscó respecto a las corrientes fundamentales que le precedieron.

De tal manera, las ideas posmodernas (pilar esencial de la constructividad) encuentran representación en la noción sistémica de la mente. Específicamente respecto a su posición crítico-rupturista en contra de la noción moderna de mente (intrapsíquica) y a la consideración sistémico-relacional del conocimiento de los fenómenos psicológicos. Esta idea también encuentra eco en la epistemología de la teoría crítica, dado su carácter rupturista con la tradición psicológica de la época. Sin embargo, se prioriza el análisis de la epistemología de la constructividad –que no es incompatible con los postulados de la teoría crítica– como analogado principal¹¹², ya que en esta se aprecia mayor congruencia teórica.

Por otro lado, la idea sistémica de causalidad circular –*A* influye en *B* y *B* influye en *A*– de la que la mente es parte¹¹³, opuesta a la causalidad lineal propuesta por la modernidad –*A* es causa de *B* y *B* de *C*–, se configura como otro antecedente posmoderno que fundamenta a la constructividad en la idea de mente sistémica.

¹¹² Recuérdese que dentro de la red interpretativa propuesta en el capítulo cuatro, el analogado principal es aquel que responde con mayor robustez a una determinada pregunta hermenéutica sobre algún aspecto epistemológico. Aquellos que son congruentes, pero con menor fuerza, se consideran analogados secundarios.

¹¹³ Como se refirió con anterioridad, los principios de equifinalidad y equicausalidad rechazan la idea de causalidad lineal en la mente sistémica. Es por ello por lo que, bajo esta concepción, un estado mental puede ser causado por múltiples estados iniciales, y un estado inicial puede converger en diferentes estados mentales finales, respectivamente. Por tal razón, la mente sistémica debe entenderse dentro de una causalidad circular.

Por otro lado, y como se explicitó anteriormente en este capítulo, de todos los sistemas existentes, el más relevante para la corriente sistémica es la familia. La familia como sistema tiene propiedades que gobiernan su interacción. La mente, que emerge en la interacción de tal sistema, se rige por las mismas propiedades. Tales propiedades dan lugar a una amalgama conceptual que es fundamental para la corriente sistémica: totalidad, sistema abierto, límites, fronteras, jerarquía, *feedback* positivo/negativo, equifinalidad, equicausalidad, morfostasis, morfogénesis, etc.

Todos estos conceptos –propiedades de los sistemas familiares y, por ende, de lo mental que yace en ellos– se fundamentan epistemológicamente en algunos elementos del racionalismo. La mayoría de tales conceptos son ‘importados’ de campos de conocimiento ajenos a las ciencias sociales y humanas –desde la teoría general de sistemas, la cibernética o la teoría de la información, por ejemplo–, siendo su adaptación a las relaciones humanas más bien metafórica. Tal ajuste conceptual requiere, necesariamente, un ejercicio racional. Ninguno de aquellos conceptos racionalmente creados –o adaptados– se sitúa como un hecho real, susceptible de ser captado mediante la experiencia sensible, sino que se construyen con fundamento en la razón.

La gran mayoría de este *set* conceptual sistémico emerge, en primer término, como un esfuerzo intelectual mediante el cual se busca relevar ciertas regularidades características de los sistemas familiares. Se espera que tales propiedades sistémicas de la familia –y de la mente sistémica– tengan validez universal. Es decir, que sean representativas de los diversos sistemas familiares, configurándose, tal característica, como otro argumento a favor de la tesis epistemológica racionalista.

La corriente sistémica, en cuanto buscó ofrecer un abordaje radicalmente distinto de los fenómenos psicológicos respecto al propuesto por otras corrientes, necesitó de un lenguaje propio del que servirse. Los conceptos lineales, intrapsíquicos y tradicionales de la época no eran suficientes para la nueva –y compleja– comprensión de realidad interaccional sistémica que la corriente anhelaba. No obstante, tal lenguaje conceptual, en su mayoría, no emerge de

hechos naturales y observables, sino, como se refirió, de adaptaciones racionales provenientes de teorías de otras disciplinas. Aunque muchos constructos sistémicos son sumamente útiles para distinguir una gran cantidad de interacciones sistémicas (reales y observables), su origen sigue siendo racional, no empírico. Es por ello por lo que se postula su base epistemológica en el racionalismo.

A modo de síntesis es posible referir que el carácter relacional e interaccional de la noción de mente en la corriente sistémica se fundamenta en la epistemología de la constructividad, dada su congruencia con las ideas posmodernas (la ruptura teórica con la tradición y énfasis en los aspectos relacionales no intrapsíquicos) y en el racionalismo, particularmente, respecto a la naturaleza inmaterial y racional de los constructos que fundamentan las propiedades de los sistemas familiares de los cuales la mente sistémica es parte.

Aproximación a la psicopatología

Para la corriente sistémica, la psicopatología emerge en la disfuncionalidad de las relaciones e interacciones que se generan en un sistema. La ‘enfermedad mental’, al igual que la mente, se concibe en un plano relacional, generándose entre las personas, no en un plano intrapsíquico e individual. Dadas tales similitudes, no es extraño que tanto la mente como su disfunción presenten supuestos epistemológicos análogos. Por consecuencia, la epistemología de la constructividad –y en parte la teoría crítica– y el racionalismo se presentan como los supuestos epistemológicos que sustentan la noción psicopatológica en la corriente sistémica. Sin embargo, tal similitud epistemológica –entre la mente y su disfunción– no implica igualdad en los argumentos que justifican su interpretación.

La epistemología de la constructividad se encuentra representada en la comprensión relacional de la psicopatología tradicional (intrapsíquica). La corriente sistémica introdujo una comprensión de la enfermedad mental sustancialmente distinta respecto a las corrientes coetáneas de la época, desplazando la disfunción del portador del síntoma al sistema familiar. Los trabajos iniciales de

Bateson (1990) en torno a la esquizofrenia fueron trascendentales para el fundamento de tal concepción de la enfermedad psicológica. Ninguna de las ‘tres grandes fuerzas’ de la psicología (psicoanálisis, conductismo y humanismo) tenía una teoría sólida para explicar la psicosis (esquizofrenia).

Sin embargo, Bateson et al. (1956), investigando los estilos comunicacionales de familias con un miembro esquizofrénico, lograron explicar que tales síntomas eran producto de una forma particular de relación comunicacional llamada doble vínculo. A pesar de que en la actualidad esta teoría haya sido reemplazada por comprensiones más acertadas sobre tal psicopatología, su aporte fue fundamental: por primera vez se hablaba, con considerable aceptación, que la enfermedad mental no se encontraba dentro de quien porta el síntoma, sino en un tipo de relación particular que se establece en un sistema.

El propio Bateson (1990), desarrollando las ideas de la primera cibernética (de los sistemas observados), defendió la idea de causalidad circular por sobre la lineal en la explicación de los comportamientos sistémicos (consecuentemente con sus explicaciones sobre la esquizofrenia). Incluso, en los desarrollos de la segunda cibernética (de los sistemas observantes), el giro constructivista se acentúa aún más, vertiendo el foco hacia el observador como un constructor activo en la realidad observada (Bateson, 1990; Keeney, 1987; Von Foerster, 1991). Por ello, la epistemología de la constructividad es congruente con la concepción relacional y no intrapsíquica de la psicopatología, desarrollada inicialmente por Bateson y aprehendida posteriormente por gran parte del movimiento sistémico.

Al igual que en el apartado anterior sobre la naturaleza de la mente, los supuestos de la constructividad no se presentan incongruentes con la epistemología de la teoría crítica. De hecho, también se aprecian supuestos de tal índole en la propuesta de ‘psicopatología’ de la corriente sistémica. Estos supuestos giran en torno a la oposición de la visión lineal-causal (positivista) reinante en las comprensiones psicopatológicas precedentes. Además, la corriente sistémica, en la mayoría de sus abordajes, prescinde de los sistemas de clasificación de la enfermedad mental (DSM-V y CIE-11) por

considerar que estos limitan la concepción relacional del síntoma y porque su uso favorecería la legitimación de la responsabilidad del portador de este (chivo expiatorio) dentro del sistema.

El racionalismo, tal como se anticipó, se identifica como otro supuesto epistemológico que sustenta la aproximación a la psicopatología desde la corriente sistémica. Para justificar su interpretación es necesario remontarse al concepto *axioma*. Recuérdese que la mayoría de los abordajes sistémicos se edifican en base a la teoría de la comunicación humana, donde la transgresión de las reglas comunicacionales –o axiomas de la comunicación– converge en diversas disfunciones interaccionales. Pero ¿de dónde surgen tales axiomas? Para responder tal pregunta se debe indagar en su definición. Según la RAE (2014), un axioma es una «proposición tan clara y evidente que se admite sin demostración» (p. 252), además de representar «los principios fundamentales e indemostrables sobre los que se construye una teoría» (RAE, 2014, p. 252).

De tal forma, una característica sustancial –y epistemológica– de los axiomas, incluyendo los referidos a la comunicación humana propuestos por Watzlawick et al. (1989), radica en su cualidad indemostrable. Por lo tanto, un axioma, en cuanto es un principio fundamental, no puede ser corroborado empíricamente. No obstante, se admite como verdad, siendo producto de un ejercicio racional. Por lo tanto, la imposibilidad de no comunicar; los niveles de contenido y relación de la comunicación; la comunicación analógica y digital; la puntuación de la secuencia de hechos y; las interacciones simétricas y complementarias– todos axiomas de la comunicación humana–, no pueden verificarse ni demostrarse en hechos naturales, ya que, en su calidad axiomática, no representan ni tienen origen en la experiencia sensible, sino, por el contrario, emergen de la razón. Además, tales reglas de la comunicación –no así su transgresión– se presentarían en cada instancia comunicativa (López et al., 2013), independiente de las características idiosincráticas de los miembros que las generen, por lo que denotan algún grado de validez universal. De tal modo, el origen racional, la cualidad indemostrable y la validez universal, sitúan a los axiomas de la comunicación humana

y, por ende, a la disfunción generada por su transgresión, bajo una epistemología racionalista.

No solo los axiomas de la comunicación humana –y la consecuencia de su transgresión– se configuran como racionalistas, sino también lo son una serie de constructos provenientes, principalmente, de la escuela estructural/estratégica. Los constructos de alianza, coalición, fronteras o límites desarrollados por Minuchin (1990) –todos utilizados para comprender la disfunción del sistema– presentan un origen racional, y, al igual que los axiomas, no se configuran como hechos empíricos. Por otro lado, esta –la escuela estructural/estratégica– es una de las pocas aproximaciones sistémicas que presenta algunos elementos que pueden ser interpretados bajo la epistemología positivista. Para la escuela estratégica/estructural, sobre todo para Minuchin (1990), existirían familias funcionales o normales (con límites y fronteras claras) y otras familias disfuncionales o patológicas (con límites y fronteras difusas o rígidas, categorizándolas como aglutinadas o desligadas).

Dentro de esta escuela, la noción dicotómica de función/disfunción familiar es establecida por el terapeuta, quien toma el rol de experto y conductor del proceso de cambio, además de llevar a cabo la labor de discriminar si una familia ‘posee’ una estructura familiar patógena –quien mediante la intervención debe llevarla hacia una estructura familiar normal–. De tal manera, la facultad del terapeuta de establecer ‘la’ realidad familiar normativa a la que una familia debe aspirar; la lógica reduccionista implícita que mantiene el concepto de estructura (al concebir solo un limitado número de estructuras familiares posibles) y; la idea de que tal estructura existe como un hecho real que debe ser develado por un experto, sitúan a esta escuela cerca de la epistemología positivista. Además, siguiendo la filosofía positiva de Comte, tales estructuras familiares –y la serie de interacciones entre los miembros de un sistema que lleva a delimitarlas– podrían considerarse como hechos positivos. ¿Por qué? Porque la noción de estructura familiar representa una gran cantidad de comportamientos e interacciones –que se configuran como

hechos regulares— que las rigen. Tales hechos deben ser descubiertos, clasificados y modificados por el terapeuta.

Recapitulando. Los supuestos epistemológicos que sustentan la aproximación a la psicopatología desde la corriente sistémica se basan en la constructividad, dado el carácter relacional, no intrap-síquico y constructivo de los fenómenos que aquejan al sistema; en la teoría crítica, fundamentalmente en torno a la oposición de la corriente sistémica a la clasificación de la enfermedad mental y a la noción de causalidad circular (opuesta al positivismo); en el racionalismo, dado el origen racional, universal y no demostrable de los axiomas de la comunicación humana, cuya transgresión da origen a diversos trastornos comunicacionales; y en el positivismo, aunque vale referir que este se acota solo a algunas ideas provenientes de la escuela estructural de Minuchin, no representando a todo el movimiento sistémico.

Proceso psicoterapéutico

El objetivo principal del proceso psicoterapéutico de la corriente sistémica es la modificación de la pauta de interacciones que se precisan como problemáticas dentro de un sistema, no focalizándose en el portador del síntoma, sino en los aspectos relacionales. En total congruencia con los supuestos epistemológicos presentes en la mente sistémica y en su disfunción (psicopatología), el proceso psicoterapéutico (o la modificación de la disfunción interaccional) también posee supuestos epistemológicos basados en la constructividad. Sin embargo, y como es de esperar, estos se justifican basándose principalmente en las intervenciones y estrategias utilizadas por las diferentes escuelas.

En las intervenciones sistémicas, a modo general¹¹⁴, es posible apreciar una premisa básica y transversal: para lograr el cambio terapéutico es factible y necesario modificar los significados que

¹¹⁴ Exceptuando los planteamientos de la escuela estructural de Minuchin y la idea de neutralidad planteada por la Escuela de Milán, cuyos fundamentos yacen en el positivismo.

el sistema consultante atribuye a los hechos (problemáticos), por otros significados que promuevan la emergencia de una realidad familiar distinta. Ahora bien, el medio para llevar a cabo esta nueva significación no es otro que el lenguaje. Esta premisa es totalmente congruente con los supuestos de la constructividad, y vale decir también, con la hermenéutica gadameriana, ya que sostendría que no es posible acceder a los hechos de forma objetiva y neutral sino solo a las interpretaciones y significados que son atribuidos a ellos, los que, gracias al lenguaje, pueden ser distinguidos y modificados, posibilitando, así, la emergencia de una nueva realidad psicoterapéutica para el sistema.

Lo anterior se ve reflejado en varios principios que rigen al proceso psicoterapéutico de la corriente sistémica. El concepto de *reframing* (re-encuadramiento) es uno de ellos. Este se basa en la idea de que es posible –y necesario– redefinir los problemas familiares cambiando los significados otorgados por el sistema (Kriz, 2012).

Asimismo, la Escuela de Palo Alto propone que las intervenciones psicoterapéuticas deben realizarse considerando el marco referencial del sistema. Es decir, aprehendiendo la forma que cada sistema tiene de *ver* la realidad y el lenguaje que utiliza para ello. Concebir que cada sistema tiene una forma de conceptualizar la realidad que vive, acentúa el carácter constructivo (y difícilmente objetivo) de la misma.

Por otro lado, la Escuela de Milán supone que la intervención efectiva (o, en sus palabras, la modificación de los juegos patológicos del sistema), se sustenta en la transformación del sistema de creencias y significados del sistema familiar, considerando que esta es la forma de alterar las relaciones e interacciones problemáticas.

Del mismo modo, el cuestionamiento circular (preguntas que buscan promover la diferencia de información en el sistema), también desarrollado por la Escuela de Milán, es una manera de demostrar que cada miembro del sistema puede tener diferentes interpretaciones sobre los hechos que forman parte del problema, cuestionando, de tal forma, la objetividad intrínseca de los mismos. Bajo la misma lógica, esta escuela desarrolla también la estrategia de connotación positiva del síntoma. Esta consiste en atribuir un significado positivo

o funcional a la conducta problema o síntoma de un miembro del sistema. Es decir, se concibe como factible y pertinente la resignificación de los hechos a través del lenguaje.

No obstante la constructividad rija epistemológicamente a gran parte del movimiento sistémico, el positivismo –aunque de modo marginal– también se encuentra presente como supuesto epistemológico en algunos elementos del proceso psicoterapéutico sistémico provenientes de algunas escuelas particulares.

Desde la escuela estructural de Minuchin (1990), y en consecuencia con lo referido en el apartado anterior, se concibe una realidad familiar normativa (estructura funcional) y otra patógena (estructura disfuncional, o sea, familias aglutinadas y desligadas) que el terapeuta debe descubrir e intervenir. En primer lugar, en esta idea se concibe la existencia de *una* realidad objetiva, establecida *a priori* y externamente por un experto, otorgando un parámetro de lo ‘normal’ al que debiera aspirar cualquier proceso psicoterapéutico. Por otro lado, la estructura patógena debe ser ‘descubierta’. Es decir, se parte de la premisa de que ya existe, de que está dada. Esta idea se contrapone con la proposición constructiva de la realidad, referida anteriormente.

Del mismo modo, y bajo el mismo supuesto epistemológico, la escuela de Milán¹¹⁵ fundamenta el uso del espejo de visión unilateral bajo el supuesto de neutralidad. Es decir, existiría una idea implícita de que, si un mayor número de personas observa del mismo modo un fenómeno psicológico¹¹⁶, tal observación sería más certera y real. Esta idea yace bajo un supuesto positivista, ya que tal acción es precisamente uno de los principios fundamentales que profesa esta corriente epistemológica: dar cuenta de las regularidades que rigen a los hechos (psicoterapéuticos, en este caso) de forma neutral median-

¹¹⁵ Es importante aclarar que en esta escuela solo se aprecian supuestos positivistas en torno a la idea de neutralidad, ya que, en su mayoría, los postulados de esta escuela se sustentan en la constructividad.

¹¹⁶ La convergencia de subjetividades particulares al interpretar un fenómeno (o acuerdo) se ha llamado *intersubjetividad*, lo que acercaría tal acción a la filosofía de Husserl, y, por consecuencia, a la *fenomenología*. Sin embargo, acá se releva la idea de neutralidad, la que presenta mayor congruencia con el positivismo.

te un método de observación rigurosa. Si bien tal observación por el equipo de terapeutas no conlleva experimentación ni utilización del método científico, sí se realiza mediante la experiencia sensible –congruentemente con las raíces empiristas del positivismo– en búsqueda de neutralidad.

A modo de síntesis. Los supuestos epistemológicos que están a la base del proceso psicoterapéutico sistémico giran, principalmente, en torno al paradigma de la constructividad y, de forma más bien anecdótica, al positivismo. Respecto al primero, se fundamenta en la premisa implícita de diversos abordajes sistémicos de que es necesario y posible otorgar nuevos significados a los hechos, de manera tal que una nueva realidad familiar pueda ser construida. Respecto al segundo, se aprecia fundamentalmente en la idea de estructura patógena y normativa de Minuchin y en la aspiración de neutralidad propuesta por la Escuela de Milán.

Como resumen global de este capítulo, en la Tabla 4 se presentan, de forma resumida, los elementos teóricos de la corriente sistémica y los supuestos epistemológicos que los sustentan.

TABLA 4
CUADRO RESUMEN. SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS
DE LA CORRIENTE SISTÉMICA

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Naturaleza de la Mente	<p>Mente interaccional/relacional</p> <ul style="list-style-type: none"> • No es intrapsíquica. • Mente emerge en la interacción. <p>Sistema por excelencia: familia</p> <p>Propiedades sistémicas de la familia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sistema abierto, totalidad, jerarquía, retroalimentación, equifinalidad, homeostasis. <p>Aportes de Bateson.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ecología de la mente [<i>creatura-ecosistema</i>]. • Mente y naturaleza. 	<p>Constructividad* [Posmodernidad]</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carácter relacional de la mente y los fenómenos. • Ruptura con la modernidad (lógica intracerebral). • Causalidad circular. <p>Racionalismo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Necesidad de nuevo lenguaje. • Gran variedad de constructos importados racionalmente desde otras áreas del saber. • Constructos sistémicos sirven para interpretar hechos (empíricos), pero su origen es racional.

POSTULADO CENTRAL	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Aproximación a la Psicopatología	<p>Psicopatología relacional</p> <ul style="list-style-type: none"> Estudios de Bateson sobre el doble vínculo. No intrapsíquica. Síntoma como expresión del sistema. Oposición a la clasificación de la enfermedad mental. <p>Transgresión de axiomas de la comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> Trastornos de la comunicación. <p>Escuela de Palo alto</p> <ul style="list-style-type: none"> La solución es el problema (cambios tipo 1). <p>Escuela Estructural/estratégica</p> <ul style="list-style-type: none"> Alianza/coalición límite/frontera. Estructura familiar normal/patógena. Escuela de Milán: Juegos familiares disfuncionales. 	<p>Constructividad*</p> <ul style="list-style-type: none"> Concepción de la esquizofrenia en Bateson. Enfermedad mental relacional, no intrapsíquica. Segunda cibernética (giro constructivista). <p>Teoría Crítica*</p> <ul style="list-style-type: none"> Oposición a lógica lineal-causal del positivismo. <p>Alejamiento de la categorización diagnóstica.</p> <p>Racionalismo</p> <ul style="list-style-type: none"> Constructo de Axioma (proposición racional no demostrable empíricamente). Universalidad de axiomas. Constructos de origen racional en Minuchin. <p>Positivismo (Escuela Estructural)</p> <ul style="list-style-type: none"> Terapeuta experto que determina lo normal/anormal de una estructura familiar. Estructura existe, debe descubrirse y tratarse.
Proceso Psicoterapéutico	<p>Objetivo</p> <ul style="list-style-type: none"> Cambio en patrones de interacción. Resignificación (<i>reframing</i>). <p>Escuela de Palo Alto</p> <ul style="list-style-type: none"> Funcionalidad del problema. Generar nuevas soluciones (cambios tipo 2). Considera marco referencial del sistema. <p>Escuela Estructural/estratégica</p> <ul style="list-style-type: none"> Alcanzar Estructura normal (vs patógena). (Límites y triangulaciones). <p>Escuela de Milán</p> <ul style="list-style-type: none"> Innovaciones (llamada, equipo terapéutico, visión unilateral). Promover neutralidad. Cuestionamiento circular. Connotación positiva del síntoma. Construcción de nueva realidad familiar (sin juegos patológicos). 	<p>Constructividad*</p> <ul style="list-style-type: none"> Es factible y necesario modificar los significados que el sistema le atribuye a los hechos. Es factible una construcción de realidad familiar distinta mediante el lenguaje (diferentes versiones de un mismo problema): <ul style="list-style-type: none"> o <i>Reframing</i>, marco referencial del sistema, cuestionamiento circular y connotación positiva del síntoma. <p>Positivismo</p> <ul style="list-style-type: none"> Existencia <i>a priori</i> de una realidad normal vs patógena. Terapeuta experto (Escuela Estructural). Supuesto de neutralidad (Escuela de Milán).

Fuente: elaboración propia.

Nota: los supuestos epistemológicos marcados con asterisco (*) corresponden a analogados principales.

REFLEXIONES FINALES

Previo a presentar cualquier reflexión sobre lo realizado a lo largo de este libro es oportuno ofrecer una panorámica descriptiva, global y resumida de los supuestos epistemológicos de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales –agrupados en torno a sus postulados centrales–.

TABLA 5
SUPUESTOS EPISTEMOLÓGICOS DE LAS CORRIENTES PSICOTERAPÉUTICAS
FUNDAMENTALES CON BASE EN POSTULADOS CENTRALES.

	CORRIENTE PSICOTERAPÉUTICA	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Naturaleza de la Mente	<i>Psicodinámica</i>	Modelo estructural. Modelo topográfico.	Racionalismo Positivismo Fenomenología Pragmatismo
	<i>Cognitivo–conductual</i>	Mente como conducta.	Empirismo Positivismo
		Mente como cognición.	Racionalismo Fenomenología Constructividad
	<i>Humanista</i>	Mente como <i>Dasein</i> y <i>Gestalt</i> . Oposición al dualismo cartesiano.	Teoría Crítica Constructividad Fenomenología
	<i>Sistémica</i>	Mente interaccional/relacional. Propiedades sistémicas de la familia.	Constructividad Racionalismo

	CORRIENTE PSICOTERAPÉUTICA	DIMENSIÓN TEÓRICA	SUPUESTO EPISTEMOLÓGICO
Aproximación a la Psicopatología	<i>Psicodinámica</i>	Neurosis. Modelo Genético.	Empirismo Racionalismo
	<i>Cognitivo–conductual</i>	Condicionamiento Clásico. Condicionamiento Operante. Modelado.	Empirismo Positivismo Racionalismo
		Terapia Cognitiva. Terapia Racional-Emotiva.	Racionalismo Hermenéutica Constructividad
	<i>Humanista</i>	Problemas humanos. Oposición a nosología mental. Mecanismos de defensa (Perls). Incongruencia (Rogers).	Teoría Crítica Constructividad Racionalismo Empirismo Fenomenología
	<i>Sistémica</i>	Psicopatología no intrapsíquica. Oposición a la clasificación de la enfermedad. Axiomas de la comunicación. Estructura familiar patógena/ normal.	Constructividad Teoría Crítica Racionalismo Positivismo
Proceso Psicoterapéutico	<i>Psicodinámica</i>	Hacer consciente lo inconsciente. Análisis. Asociación Libre. Regla de abstinencia y neutralidad.	Fenomenología Hermenéutica Positivismo
	<i>Cognitivo–conductual</i>	Modificación conductual. Contra condicionamiento. Desensibilización sistemática. Refuerzo-castigo.	Racionalismo Hermenéutica Constructividad
		Modificación cognitiva. Modelos de Beck y Ellis. Empirismo colaborativo. Diálogo Socrático.	Constructividad Positivismo Empirismo Fenomenología
	<i>Sistémica</i>	Resignificación. Construcción de realidad familiar. Estructura familiar. Neutralidad.	Constructividad Positivismo

Fuente: elaboración propia

Dada la cualidad hermenéutica de este libro, gran parte de las reflexiones y discusiones teóricas en torno a los hallazgos (los que en sí mismos son producto de tales reflexiones y discusiones) fueron desarrolladas en cada uno de los capítulos hasta aquí expuestos. No obstante a ello, se presenta, a continuación, una serie de reflexiones a modo de cierre de este escrito.

Existe una metaepistemología que actúa como guía de la investigación. Normalmente, el prefijo *meta-* es utilizado para dar cuenta de un nivel de abstracción superior de un concepto o categoría. En este caso, el concepto *metaepistemología* es usado para referir que este libro –en el que confluye una investigación sobre epistemología– se realiza, necesariamente, desde una perspectiva epistemológica. Si se utilizase la misma categoría de paradigmas epistemológicos adoptados y tratados en el texto, podría declararse que la constructividad y hermenéutica configuran la epistemología que sustenta el trabajo realizado. Esto conlleva importantes consecuencias.

Tal orientación epistemológica (constructividad y hermenéutica) implica, particularmente para este libro, que los supuestos epistemológicos analizados en cada una de las corrientes psicoterapéuticas fundamentales no sean ‘descubiertos’ sino ‘interpretados’. Esta es una distinción epistemológica fundamental, ya que no se parte de la premisa de que existe una verdad epistemológica en las corrientes psicoterapéuticas que puede o debe ser descubierta como un hecho que está dado (que existe per se), sino, por el contrario, se reconoce en cada análisis una labor interpretativa que está influida por el sistema de significados del autor. Por consecuencia, los resultados y análisis presentados en este escrito –e incluso estas reflexiones–, no apelan a convertirse en una verdad indiscutible, sino solo a representar la interpretación activa de un hermenauta particular que utiliza un determinado método interpretativo en un momento dado.

No es factible interpretar íntegramente los paradigmas epistemológicos. Como es sabido, el procedimiento metodológico utilizado se basó en la interpretación del texto (postulados centrales de las corrientes psicoterapéuticas) a la luz de categorías conceptuales previamente establecidas (paradigmas epistemológicos). Sin embargo, en ningún postulado central de ninguna corriente psicoterapéutica fue posible interpretar algún paradigma epistemológico en su totalidad, sino solo alguna parte de él.

Resulta complejo y poco factible –dada la variabilidad interna de planteamientos de las corrientes psicoterapéuticas y de los propios paradigmas epistemológicos– afirmar la presencia total de las ideas

planteadas por algún supuesto epistemológico (o paradigma) frente a alguno de los postulados centrales analizados. Por consecuencia, los resultados presentados en la Tabla 5 (y a lo largo del texto), deben entenderse como aproximaciones epistemológicas, las que no pretenden –ni pueden– representar la totalidad de los principios de un paradigma epistemológico en el análisis. Serán solo algunos elementos de estos paradigmas los que darán sustento epistemológico a los postulados centrales de las corrientes psicoterapéuticas, no así su totalidad.

Existe incongruencia epistemológica intracorrientes psicoterapéuticas. La incongruencia epistemológica a la que se hace referencia aquí debe entenderse como la presencia de paradigmas epistemológicos que provienen de tradiciones gnoseológicas opuestas y que fueron interpretados dentro de una corriente psicoterapéutica. La pugna del racionalismo/empirismo, positivismo/constructividad o positivismo/teoría crítica, entre otros, son ejemplos de esta incongruencia. Estas dicotomías epistémicas están presentes en cada una de las corrientes psicoterapéuticas analizadas, e incluso, en varias ocasiones, dentro de un mismo postulado central.

Sin embargo, tal incongruencia no es necesariamente un problema, sino más bien, una consecuencia esperable del acto interpretativo –y de la selección racional de ciertos paradigmas epistemológicos que necesariamente excluyen a otros–. Como se ha referido, las corrientes psicoterapéuticas no fueron fundadas tomando en cuenta aspectos epistemológicos, sino, por el contrario, son tales aspectos epistemológicos los que en esta investigación pretenden ser ‘leídos’ en las corrientes psicoterapéuticas. Tal lectura –o interpretación–, en consecuencia con el método hermenéutico utilizado, no pretende alcanzar verdades objetivas e inamovibles, sino comprender la complejidad de los fenómenos psicoterapéuticos, que es plural y diversa. Tal diversidad de la que da cuenta esta investigación, o ‘pluralismo epistemológico’ como diría Feyerabend (1981), implica que no existe una única forma de comprender y explicar los fenómenos del mundo psicoterapéutico, incluso dentro de una misma corriente psicoterapéutica, lo que orienta la reflexión al siguiente punto.

Las corrientes psicoterapéuticas condicionan el conocimiento de los fenómenos psicológicos. Las corrientes psicoterapéuticas no son neutrales epistemológicamente hablando. Es decir, se conocerá –y, por consecuencia, abordará– distantemente un fenómeno psicológico dependiendo de cuál corriente se adopte en la *praxis* clínica.

En este libro se ha transparentado que cada corriente psicoterapéutica *conoce* de forma distinta la *psiquis* humana (naturaleza de la mente), se posiciona de forma particular respecto a su funcionamiento inadecuado (aproximación a la psicopatología) y, en base a esas comprensiones, lleva a cabo diversas formas de solución a tales dificultades (proceso psicoterapéutico). De tal manera, no es superfluo qué corriente psicoterapéutica se utiliza ya que abre o cierra distintas posibilidades de comprensión de los fenómenos psicológicos que aquejan el bienestar de las personas que acuden a psicoterapia.

En lo anterior radica parte de la importancia de este libro, el cual, si bien teórico, supone la apertura de nuevas interrogantes e hipótesis en torno a una actividad (la elección y práctica clínica de un enfoque psicoterapéutico, por ejemplo) que se ha basado fundamentalmente en el interés personal o dominio dado por la formación profesional de cada terapeuta. Sin embargo, tal elección no es inocente ya que implica importantes consecuencias epistemológicas.

La importancia de explicitar un método de interpretación y no solo un producto interpretado. En la diversa literatura revisada, fundamentalmente aquella enmarcada en las humanidades, la presencia de ensayos, opiniones o reflexiones es muy común, tanto en artículos como en libros. Y, sin desmerecer sus invaluable aportes, una buena parte de ellos tiene una característica común: no presentan un método explícito. Esto implica que no se declara el conjunto de procedimientos que le permiten al autor llegar a la respuesta de una pregunta de investigación, mostrando solo un producto, no su proceso.

En este texto, también enmarcado en las humanidades, se propuso plantear un método riguroso para aquello que parece banal y que en muchas ocasiones simplemente ‘se hace’ y no se enuncia: interpretar. La red interpretativa basada en la hermenéutica analógica

propuesta en este libro se configura como un método útil, sistemático y adaptable a todo aquello que pueda ser considerado un texto. De hecho, y con relación a la primera reflexión, tal método puede ser aplicado, incluso, a este mismo escrito para corroborar el paradigma epistemológico que le rige. Se considera que la declaración y propuesta de un método que guíe la interpretación, junto a sus fundamentos filosóficos, le otorga mayor rigurosidad a –y facilita la comprensión de– la actividad interpretativa realizada en este texto.

Los resultados permiten la apertura de nuevas posibilidades de investigación. Tal como se esbozó en los capítulos tercero y cuarto, la investigación filosófica inserta en este libro, al enmarcarse en aquellas de tipo exploratorio-descriptiva (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) se sitúa en aquel conjunto de investigaciones preliminares que yacen sobre temas o fenómenos poco estudiados de los cuales no existe suficiente literatura o que son abordados desde nuevas perspectivas.

Si bien el alcance de las investigaciones exploratorio-descriptivas es, en primer término, limitado, gozan de un potencial importante para aportar en la elaboración de nuevos problemas de investigación, cuestionamientos y/o hipótesis. Es decir, analizar los supuestos filosóficos de tipo epistemológicos presentes en las corrientes psicoterapéuticas fundamentales –objetivo de este libro– es solo la primera parada de un recorrido más amplio. La epistemología de la psicoterapia, como aquí ha sido planteada, no es una línea de investigación que se agote solo en el objetivo propuesto.

Conocer los supuestos epistemológicos de cada corriente psicoterapéutica, actividad que en principio es fundamentalmente teórica, pudiera converger, posteriormente, en diferentes acciones investigativas de tipo prácticas. Por ejemplo, estudiar el efecto que generan los supuestos epistemológicos en la alianza terapéutica, efectividad de la terapia o en el nivel sintomático del consultante, cuando el psicoterapeuta conoce los fundamentos epistemológicos de las teorías que practica. O, por otro lado, comprender los significados del consultante o psicoterapeuta, que emergen en diversos procesos psicoterapéuticos donde se transparentan los supuestos

epistemológicos. Lo anterior solo representa sucintas posibilidades investigativas –cuantitativas y cualitativas, respectivamente– que podrían abrirse en torno a los resultados presentados en este libro.

La interdisciplinariedad entre filosofía y psicología es relevante y útil. Finalmente, este escrito buscó contribuir a la psicología desde la vereda filosófica; campo de conocimiento que constantemente se ha eludido y, no en pocas ocasiones, desacreditado.

Esta confluencia otorga una posibilidad de apertura metodológica. La reflexión filosófica crítica y rigurosa no es una actividad que goce de fama desde la línea dominante, hegemónica y habitual en psicología, así como tampoco lo es el uso de métodos filosóficos de investigación. Es indudable que algunos fenómenos son inaccesibles desde los métodos tradicionales de investigación y es en torno a ello que servirse de la filosofía es útil y necesario. Los supuestos epistemológicos –de la forma en la que en este texto fueron abordados– formarían parte de esta amplia gama de fenómenos que no pueden ser estudiados, por ejemplo, desde los métodos tradicionales provenientes –y forzosamente adaptados a las ciencias humanas– desde las ciencias naturales. En el caso de este escrito, la hermenéutica, como método proveniente de la filosofía, permitió alcanzar el objetivo planteado, además de responder consecuentemente a la pregunta de investigación, con lo que se justifica y legitima como método.

Por otro lado, este libro, dada la relación interdisciplinaria de la que es fruto, puede ofrecer un producto útil a los y las psicoterapeutas en formación, noveles o experimentados, mediante una serie de elementos epistemológicos que orienten su práctica. Además, este libro, dada su estructura, puede concebirse como un manual de consulta sobre psicoterapia, epistemología, corrientes psicoterapéuticas y, por supuesto, sobre los fundamentos epistemológicos que las rigen.

De todas las posibles actividades de investigación que reúnen a la filosofía y a la psicología, en este libro se optó, como ya es sabido, por una en particular: la epistemología de la psicoterapia. Sin embargo, la forma en la que aquí ha sido abordada no es la única. No cabe duda de que dar cuenta de los supuestos epistemológicos presentes en las corrientes psicoterapéuticas fundamentales no agota

las posibilidades de comprensión de la epistemología de la psicoterapia, así como tampoco de la filosofía de la psicología. Hay una ontología, una ética, una estética, una lógica, una semántica, una antropología, una política y una axiología de la psicología –entre muchas otras áreas de la filosofía–, todas esperando ser investigadas.

Promover la interacción de la psicología, y particularmente la psicoterapia, con otras disciplinas como la filosofía, recibiendo y, sobre todo, buscando activamente sus aportes, y no tributando, necesariamente, a la convergencia intra-disciplina que sugiere la tradición en psicoterapia fue el desafío que tomó este libro. Se ha podido demostrar que tales campos de conocimiento de las ciencias humanas –filosofía y psicología– distan de ser excluyentes, pudiendo complementarse, e incluso, enriquecerse mutuamente.

REFERENCIAS

- Abbagnano, N. (1994). *Historia de la Filosofía* (Vol. 1). Hora.
- Acosta, M. (2009). Binswanger y el análisis existencial. *Revista Escuela de Administración y Negocios*, 67, 121-138. <https://www.redalyc.org/pdf/206/20612971009.pdf>
- Aguilar, L. (2004). La hermenéutica filosófica de Gadamer. *Revista Electrónica Sinéctica*, 24, 61-64. <https://www.redalyc.org/pdf/998/99815918009.pdf>
- Aksoy, G. (2005). *Epistemology and psychotherapists: clarifying the link among epistemic style, experience, and therapist characteristics* [Tesis de maestría]. University of Florida. <https://ufdc.ufl.edu/UFE0013330/00001>
- Alarcón, L. (Ed.). (2003). *El legado de Rubén Ardila. Psicología: de la Biología a la Cultura*. Universidad Nacional de Colombia.
- American Psychological Association (2013). Recognition of Psychotherapy Effectiveness. *Psychotherapy*, 50 (1), 102-109. <https://doi.org/10.1037/a0030276>
- American Psychological Association (2020). *APA Dictionary of Psychology*. <https://dictionary.apa.org>. Consultado el 20 de diciembre de 2020.
- Anaya, G. (2014). Antropocentrismo ¿un concepto equívoco? *Entretextos*, 17, 1-12. <http://entretextos.leon.uia.mx/num/17/PDF/ENT17-1.pdf>
- Andersen, T. (1996). El lenguaje es poderoso y puede ser peligroso. *Psicoterapia y Familia*, 9(1), 14-20.
- Anderson, H. (1997). *Conversaciones, lenguaje y posibilidades. Un enfoque postmoderno de la terapia*. Editorial Amorrortu.
- Angarita, J. (2009). El nivel filosófico en psicología. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 3(1), 81-107. <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297225173005.pdf>
- Ardila, R. (2013). Los orígenes del conductismo, Watson y el manifiesto conductista de 1913. *Revista Latinoamericana de psicología*, 45(2), 315-219. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80528401013.pdf>
- Arráez, M., Calles, J. y Moreno de Tovar, L. (2006). La Hermenéutica: una actividad interpretativa. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 7(2), 171-181. <https://www.redalyc.org/pdf/410/41070212.pdf>

- Arteta, M. (2016). La hermenéutica crítica de Habermas: una «profundización» de la hermenéutica gadameriana. *Contrastes. Revista Internacional de Filosofía*, 21(2), 27–39. <https://doi.org/10.24310/Contrastescontrastes.v21i2.2338>
- Ayllon, T. y Azrin, N. (1968). *The token economy: a motivational system for therapy and rehabilitation*. Appleton.
- Bacal, H. (2017). Más allá de la transferencia y contratransferencia: la especificidad diádica del proceso psicoanalítico. *Clínica e Investigación Relacional*, 11(2), 246-257. <http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2017.110203>
- Bandura, A. (1977). *Teoría del aprendizaje social*. Espasa-Calpe.
- Bareiro, J. (2016). El oficio de analista en psicoanálisis: de Freud a Winnicott. *Anuario de Investigaciones*, 23, 23-31. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3691/369152696039>
- Barrena, S. (2014). El pragmatismo. *Factótum*, 12, 1-18. <https://studylib.es/doc/4918870/el-pragmatismo---factótum.-revista-de-filosof%C3%ADa>
- Barrera, M. (2008). *Modelos epistémicos en investigación y educación*. Quirón.
- Bateson G. (1990). *Espíritu y Naturaleza*. Amorrortu editores.
- Bateson G. (1991). *Pasos hacia una ecología de la mente: Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del hombre*. Planeta/ Carlos Lohle.
- Bateson, G. (1979). *Mind and nature: A necessary unity*. Dutton.
- Bateson, G., Jackson, D., Haley, J. y Weakland, J. (1956). Toward a theory of Schizophrenia, *Behavioral Science*, 1(4), 251-254.
- Bautista, N. (2011). *Proceso de la investigación cualitativa. Epistemología, metodología y aplicaciones*. Manual moderno.
- Beck, A. (1970). Cognitive Therapy: Nature and relation to Behavior Therapy. *Behavior Therapy*, 1(2), 184-200. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(70\)80030-2](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(70)80030-2)
- Beck, A. (1976). *Cognitive Therapy and the emotional disorders*. University of Pennsylvania Press.
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. y Emery, G. (1979). *Terapia cognitiva de la depresión*. DDB.
- Benito, E. (2009). Las Psicoterapias. Psiencia. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 1(1), 1-9. <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333127084005.pdf>
- Bermúdez, J. (2005). *Philosophy of psychology. A contemporary introduction*. Routledge.
- Bernstein, D. y Nietzel, M. (1995). *Introducción a la psicología clínica*. McGraw-Hill.

- Beuchot, M. (2002). *Tratado de hermenéutica analógica. Hacia un nuevo modelo de interpretación*. Itaca.
- Beuchot, M. (2015). Potencialidad y vigencia de una hermenéutica analógica. *Conhecimento & Diversidade*, 16–27. <http://dx.doi.org/10.18316/1797>
- Beuchot, M. (2016). *Hechos e interpretaciones. Hacia una hermenéutica analógica*. Fondo de cultura económica.
- Binswanger, L. (1946). *L'indirizzo antropoanalitico in psichiatria. Il caso Ellen West e altri saggi*. Bompiani.
- Bolio, A. (2012). Husserl y la fenomenología trascendental: Perspectivas del sujeto en las ciencias del siglo XX. *Reencuentro. Análisis de Problemas Universitarios*, 65, 20-29. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34024824004>
- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 16(3), 252–260. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0085885>
- Boss, M. (1963). *Psychoanalysis and Daseinanalysis*. Basic Books.
- Boswell, J., Sharpless, B., Greenberg, L., Heatherington, L., Huppert, J., Barber, J., Goldfried, M. y Castonguay, L. (2014). Schools of psychotherapy and the beginnings of a scientific approach. En D. Barlow (ed.), *The Oxford handbook of clinical psychology* (pp. 98-127). Oxford University Press.
- Braun, R. (2005). Filosofía y psicología: ¿Nuevamente juntas? *Persona*, 8, 127-143. <https://doi.org/10.26439/persona2005.n008.897>
- Briones, G. (2002). *Epistemología de las ciencias sociales*. ARFO. <https://cordescorporacion.cl/wp-content/uploads/2018/03/epistemolog%C3%ADa-briones.pdf>
- Bueno, R. (2014). El conductismo y lo mental: una historia y un marco conceptual. *Cultura*, 28, 165-187. https://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_28_1_el-conductismo-y-lo-mental-una-historia-y-un-marco-conceptual.pdf
- Bunge, M. (2002). *Epistemología*. Siglo XXI editores.
- Bunge, M. y Ardila, R. (2002). *Filosofía de la psicología*. Ariel.
- Burlando, G. (2015). Un análisis interno del *dasein* ontológico de Heidegger: críticas externas de Edith Stein. *Mirabilia*, 20(1), 364-382. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5180531>
- Cabaniss, D., Cherry, S., Douglas, C. y Schwartz, A. (2011). *Psychodynamic Psychotherapy: A Clinical Manual*. Wiley-Blackwell.
- Campagne, D. (2014) El terapeuta no nace, se hace. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 34 (121), 75-95. <https://dx.doi.org/10.4321/S0211-57352014000100005>
- Campo-Redondo, M. (2004). Epistemología y Psicoterapia. *Opción*, 20 (44), 120-137. <https://www.redalyc.org/pdf/310/31004407.pdf>

- Cárcamo, H. (2005). Hermenéutica y Análisis Cualitativo. *Cinta Moebio*, 23, 204–216. <https://cintademoebio.uchile.cl/index.php/CDM/article/view/26081/27386>
- Cárdenas, M. (1999). Algunas consideraciones sobre epistemología. *Revista Mexicana de Enfermería Cardiológica*, 7(1), 81-82. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfe/en-1999/en991r.pdf>
- Cassirer, E. (2016). *Filosofía de las formas simbólicas I. El lenguaje*. Fondo De Cultura Económica.
- Castanedo, C. (2008). *Seis enfoques psicoterapéuticos*. Manual moderno
- Castellanos, B. (2011). *La crítica de Deleuze al psicoanálisis: el proyecto de un deseo políticamente constituyente*. [Tesis doctoral]. UNED.
- Castellanos, S. (2013). Una aproximación al desarrollo psicosexual desde la perspectiva de la metapsicología freudiana. *Pensamiento Psicológico*, 11(2), 157-175. <https://www.redalyc.org/pdf/801/80131178010.pdf>
- Castro, A. (2001). ¿Son eficaces las psicoterapias psicológicas? *Psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 3, 59-90. <https://doi.org/10.18682/pd.v3i0.503>
- Cazau, P. (2011). Evolución de las relaciones entre la epistemología y la metodología de la investigación. *Paradigmas*, 3(1), 109-126. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3798214>
- Cerda, M. (2012). *Cielo azulado. Psicología y psicoterapia humanista y transpersonal*. RIL editores.
- Cifuentes-Muñoz, A. (2021). Supuestos epistemológicos en corrientes psicoterapéuticas fundamentales: Una propuesta metodológica. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 38(2), 149-166. <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.10>
- Cifuentes-Muñoz, A. (2019a). Tendencias en metodología de investigación en Psicoterapia: Una aproximación epistemométrica. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(2), 25-34. <https://doi.org/10.15332/22563067.3856>
- Cifuentes-Muñoz, A. (2019b). Epistemología implícita en el código de ética profesional del colegio de psicólogos de Chile. *Cinta de moebio*, 64, 51-67. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-554x2019000100051>
- Cifuentes-Muñoz, A. y Rojas-Jara, C. (2018). La fotografía como medio narrativo para la co-construcción de identidades alternativas en contexto de abuso de drogas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 16(1), 89-100. <https://doi.org/10.11600/1692715x.16104>
- Clavel de Kruyff, F. (2004). Las críticas de Popper al psicoanálisis. *Signos Filosóficos*, 11(6), 85-99. <https://www.redalyc.org/pdf/343/34309906.pdf>

- Colegio de Psicólogos de Chile (1999). *Código de Ética Profesional*. http://colegiopsicologos.cl/web_cpc/wp-content/uploads/2014/10/CODIGO-DE-ETICA-PROFESIONAL-VIGENTE.pdf
- Comte, A. (2017). *Discurso sobre el espíritu positivo*. Alianza Editorial.
- Consuegra, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Ecoe Ediciones.
- Corsini, R. (Ed.). (2001). *Handbook of innovative therapy*. Wiley.
- Corsini, R. y Wedding, D. (Eds.). (2008). *Current Psychotherapies*. Thompson.
- Cuevas, A. (2002). Consideraciones en torno a la investigación cualitativa en psicología. *Revista cubana de psicología*, 19(1), 47-56. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v19n1/06.pdf>
- Da Trinidad, Y. y López, Y. (2015). La Hermenéutica en el pensamiento de Wilhelm Dilthey. *Griot. Revista de filosofía*, 11(1), 324-341. <https://core.ac.uk/download/pdf/188606491.pdf>
- De la Maza, L. (2005). Fundamentos de la filosofía hermenéutica: Heidegger y Gadamer. *Teología y Vida*, 46, 122-138. <http://dx.doi.org/10.4067/S0049-34492005000100006>
- De Loyola, I. (2003). *Ejercicios espirituales*. Lumen.
- Dell, P. (1985). Understanding Bateson and Maturana: Toward a biological foundation for the social sciences. *Journal of marital and family therapy*, 11(1), 1-20. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1752-0606.1985.tb00587.x>
- Demicheli, G. (1995). *Comunicación en terapia familiar sistémica*. Ediciones Universitarias de Valparaíso.
- Descartes, R. (2010). *Discurso del método*. FGS.
- De Shazer, S. (1990). *Claves para la solución en terapia breve*. Paidós.
- Dilthey, W. (1949). *Introducción a las ciencias del espíritu*. Fondo De Cultura Económica.
- Dilthey, W. (2000). *Dos escritos sobre hermenéutica: el surgimiento de la hermenéutica y los esbozos para una crítica de la razón histórica*. Istmo.
- Donnet, J. (2001). De la regla fundamental a la situación analizante. *Psicoanálisis*, 23(1), 23-41. <https://www.psicoanalisisapdeba.org/descriptores/situacion-analitica/de-la-regla-fundamental-a-la-situacion-analizante/>
- Egan, G. (1986). *The Skilled Helper. A Systematic Approach to Effective Helping*. Brooks/Cole.
- Ellenberger, H. (1970). *The discovery of the unconscious: The history and evolution of dynamic psychiatry* (Vol. 1). Basic Books.
- Ellis, A. (1974). *Humanistic Psychotherapy: the rational-emotive approach*. McGraw-Hill.

- Ellis, A. (1979). The theory of rational-emotive therapy. En A. Ellis y J.M. Whiteley (Eds.), *Theoretical and empirical foundations of rational-emotive therapy* (pp. 33-60). Brooks/Cole.
- Ellis, A. (1993). Changing rational-emotive therapy (RET) to rational emotive behavior therapy (REBT). *Behavior Therapist*, 16, 257-258. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF02354453>
- Ellis, A. y Grieger, R. (1997). *Manual de terapia racional-emotiva*. DDB.
- Esteban, K. (2015). Una evaluación epistemológica de la psicología como ciencia. *Horizonte de La Ciencia*, 5(8), 47-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5420480>
- Esteban, K. (2016). *Fundamentos filosóficos de la psicología científica*. *Horizonte de La Ciencia*, 6(11), 71-84. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/316>
- Estévez, A. y Calvete, E. (2007). Esquemas cognitivos en personas con conducta de juego patológico y su relación con experiencias de crianza. *Clínica y Salud*, 18(1), 23-43. <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v18n1/v18n1a03.pdf>
- Eysenck, H. J. (1952). The effects of psychotherapy: An evaluation. *Journal of Consulting Psychology*, 16(5), 319-324. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0063633>
- Feixas, G. y Miró, M. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia: una introducción a los tratamientos psicológicos*. Paidós.
- Feixas, G. y Villegas, M. (2000). *Constructivismo y psicoterapia*. DDB.
- Feixas, G., Muñoz, D., Compañ, V. y Montesano, F. (2016). *El modelo sistémico en la intervención familiar*. Universidad de Barcelona.
- Fernández-Abascal, E., Martín, M. y Domínguez, J. (2010). *Procesos psicológicos*. Editorial pirámide.
- Fernández, L. (2018). Sigmund Freud. *Praxis Filosófica*, 46, 11-41. <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i46.6201>
- Ferro, J. (2001). Filosofía y psicología en el análisis existencial de Ludwig Binswanger. *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte*, 7(1), 47-59. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21300704>
- Feyerabend, P. (1981). *Tratado contra el método: esquema de una teoría anarquista del conocimiento*. Tecnos.
- Figuroa, G. (2002). Cognitive therapy in the treatment of major depression. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 40(1), 46-62. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272002000500004>
- Florenzano, R. e Igor, S. (2016). Freud, Jung y la competencia maestro-discípulo. *Psiquiatría universitaria*, 2, 208-215. <http://hdl.handle.net/11447/1180>
- Frank J. D. y Frank J. B. (1991). *Persuasion and healing: a comparative study of psychotherapy*. Johns Hopkins University Press.
- Frankl, V. (1987). *El Hombre doliente*. Herder.

- Frankl, V. (2002). *La voluntad de sentido*. Herder.
- Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Herder.
- Frankl, V. (2008). *Teoría y terapia de la neurosis*. Herder.
- Frankl, V. (2014). *Psicoanálisis y existencialismo*. Fondo de Cultura Económica.
- Freud, A. (1965). *El yo y los mecanismos de defensa*. Paidós.
- Freud, S. (1893). *Sobre la psicoterapia de histeria*. *Obras completas* (Vol. 2). Amorrortu.
- Freud, S. (1901). *Fragmento de análisis de un caso de histeria (Caso «Dora»)*. *Obras completas* (Vol. 7). Amorrortu.
- Freud, S. (1979a). *La interpretación de los sueños*. *Obras completas* (Vol. 5). Amorrortu.
- Freud, S. (1979b). *Sobre psicoterapia*. *Obras completas* (Vol. 7). Amorrortu.
- Freud, S. (1979c). *Lo inconsciente*. *Obras completas* (Vol. 14). Amorrortu.
- Freud, S. (1979d). *El yo y el ello, y otras obras*. *Obras completas* (Vol. 19). Amorrortu.
- Freud, S. (1998a). *Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico*. *Obras completas* (Vol. 12). Amorrortu.
- Freud, S. (1998b). *Sobre la iniciación del tratamiento*. *Obras completas* (Vol. 12). Amorrortu.
- Gadamer, H. (1988). *Verdad y método: fundamentos de una hermenéutica filosófica*. Ediciones Sígueme.
- Galimberti, H. (2002). *Diccionario de psicología*. Siglo XXI.
- García-Baró, M. (2015). *Husserl y Gadamer. Fenomenología y hermenéutica*. Editorial Bonal letra Alcompas.
- García, J. (2014). El empirismo y la filosofía hoy. *Contrastes. Revista internacional de filosofía*, 19, 159-177. <https://doi.org/10.24310/Contrastescontrastes.v19i3.1104>
- García, R. (2006). Epistemología y teoría del conocimiento. *Salud colectiva*, 2(2), 113-122. <https://doi.org/10.18294/sc.2006.60>
- Garibay, S. (2013). *Enfoque sistémico: una introducción a la terapia familiar*. Manual Moderno.
- Gergen, K. (2006). *Construir la realidad: el futuro de la psicoterapia*. Paidós.
- Gergen, K. y McNamee, S. (1996). *La terapia como construcción social*. Paidós.
- Gimeno-Bayón, A. (2017). Experiencia y existencia en las Psicoterapias Humanistas. *Revista de Psicoterapia*, 28(107), 207-229. <https://doi.org/10.33898/rdp.v28i107.177>
- Goldenberg, I. y Goldenberg, H. (2008). *Family therapy: an overview*. Thompson.
- Goldfried, M. y Wolfe, B. (1996). Psychotherapy practice and research. Repairing a strained alliance. *American Psychologist*, 51(10), 1007-1016. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.51.10.1007>

- González-Rey, F. (2009). Epistemología y Ontología: un debate necesario para la Psicología hoy. *Diversitas: Perspectivas En Psicología*, 5(2), 205–224. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2009.0002.01>
- Granados, E. (2013). La categoría mente y el concepto individuo en la terapia Gestalt. *Psicología para América Latina*, 24, 206-239. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n24/a13.pdf>
- Greenberg, L. (2002). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. American Psychological Association.
- Guerra, M. (2015). *Jürgen Habermas. La apuesta por la democracia*. Editorial Bonalitra Alcompas.
- Guidano, V. y Liotti, G. (1983). *Cognitive process and emotional disorders*. Guilford Press.
- Guthrie, W. (1999). *Historia de la filosofía griega. Los primeros presocráticos y los pitagóricos* (Vol. 1). Editorial Gredos.
- Gutiérrez-Peláez, M. y Villamil-Díaz, L. (2015). La psicoterapia de orientación psicodinámica en el tratamiento integral de pacientes con esquizofrenia y sus familias, *Clínica Contemporánea*, 6(2), 69-83. <http://dx.doi.org/10.5093/cc2015a7>
- Guyon, H., Kop, J., Juhel, J. y Falissard, B. (2018). Measurement, ontology, and epistemology: Psychology needs pragmatism-realism. *Theory & Psychology*, 28(2), 1-23. <https://doi.org/10.1177%2F0959354318761606>
- Haack, S. (2001). Viejo y nuevo pragmatismo. *Diánoia*, 46(47), 21-59. <https://doi.org/10.21898/dia.v46i47.462>
- Habermas, J. (1982). *Conocimiento e Interés*. Taurus.
- Habermas, J. (2007). *La lógica de las ciencias sociales*. Tecnos.
- Haley, J. (1974). *Tratamiento de la familia*. Toray.
- Hamlyn, S. (2007). An Historical Overview of Psychotherapy. En C. Listerd-Ford (Ed.), *A short introduction to psychotherapy* (pp. 3-21). Sage.
- Heidegger, M. (1951). *El ser y el tiempo*. Fondo de Cultura Económica.
- Heidegger, M. (2008). *Ontología hermenéutica de la facticidad*. Alianza.
- Henaó, M. (2013). Del surgimiento de la psicología humanística a la psicología humanista-existencial de hoy. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4(1), 83-100. <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/951>
- Herink, R. (1980) *The Psychotherapy Handbook: The A to Z more than 250 therapies in use today*. New American Library.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación*. Sexta Edición. Editorial Mc Graw Hill.
- Hidalgo, A. (2006). Materialismo filosófico. *Eikasia. Revista de Filosofía*, 2, 1-8. <https://revistadefilosofia.org/MATERIALISMOFILOSOFICOesp.pdf>

- Hill, C. y Corbett, M. (1993). A perspective on the history of process and outcome research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 40(1), 3-24. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.40.1.3>
- Hillman, J. y Ventura, M. (1992). *We've had a hundred years of psychotherapy and the world's getting worse*. Harper.
- Hoffman, L. (1992). *Fundamentos de la terapia familiar*. Fondo de Cultura Económica.
- Hubble, M., Duncan, B. y Miller, S. (1999). *The Heart and Soul of Change: What works in Therapy*. APA.
- Husserl, E. (1979). *Meditaciones cartesianas*. Ediciones Paulinas.
- Husserl, E. (2012). *La idea de la fenomenología*. Herder
- Ingram, R. (ed.). (1986). *Information processing approaches to clinical psychology*. Academic.
- James, W. (2017). *Pragmatismo. Un nuevo nombre para algunos antiguos modos de pensar*. Biblioteca Nueva.
- Jaramillo, L. 2003. ¿Qué es epistemología? *Cinta de moebio*, 18, 174-178. <https://cintademoebio.uchile.cl/index.php/CDM/article/view/26135/27433>
- Karasu, T. (1986). The specificity versus nonspecificity dilemma: Toward identifying therapeutic change agents. *American Journal of Psychiatry*, 143(6), 687-695. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1176/ajp.143.6.687>
- Keeney, B. (1987). *La estética del cambio*. Paidós.
- Keeney, B. y Ross, J. (1987). *Construcción de terapias familiares sistémicas. «Espíritu» en la terapia*. Amorrortu.
- Kelly, G (1955). *The Psychology of Personal Constructs*. Norton.
- Kleinke, C (2002). *Principios comunes en psicoterapia*. Editorial Desclée De Brouwer.
- Krause, M. (2011). La Psicoterapia: ¿Oficio sin Ciencia y Ciencia sin Oficio? *Revista colombiana de psicología*, 20(1), 89-98. <https://psycnet.apa.org/record/2012-24039-006>
- Kriz, J. (2012). *Corrientes fundamentales en psicoterapia*. Amorrortu.
- Kuhn, T. (2013). *La estructura de las revoluciones científicas*. Fondo de cultura Económica.
- Lakatos, I. (1983). *La metodología de los programas de investigación científica*. Alianza.
- Lambert M. (1992). Implications of outcome research for psychotherapy integration. En J. Norcross y M. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 94-129). Basic Books.
- Laso, S. (2004). La importancia de la teoría crítica en las ciencias sociales. *Espacio Abierto*, 13(3), 435-455. <https://www.redalyc.org/pdf/122/12213305.pdf>

- Laznik, D., Lubián, E. y Kligmann, L. (2011). Fundamentos y límites de la primera tópica freudiana. *Anuario de Investigaciones*, 17, 77-80. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3691/369139947059>
- López, A., Parada, A. y Simonetti, F. (2013). *Psicología de la comunicación*. Ediciones UC.
- López, L. (2014). Contribución de la filosofía para la constitución de la psicología como ciencia. *Sophia Colección de Filosofía de La Educación*, 16(1), 171-188. <https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846097008.pdf>
- Loredo, J. (2008). *Psicología y Epistemología. Un cruce de caminos*. UNED.
- Lowen, A. (1977). *Bioenergética*. Diana.
- Luborsky, L. (1975). Comparative studies of psychotherapies: is it true that «everywon has one and all must have prizes»? *Archives of General Psychiatry*, 32(8), 995-1008. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1975.01760260059004>
- Magalhães, D. (2015). *Epistemología y ciencias humanas más allá del mecanicismo: hacia una reconciliación con la dimensión humana de la ciencia*. *Alternativas cubanas en Psicología*, 3(9), 44-52. <https://acupsi.org/articulo/116/epistemologa-y-ciencias-humanas-ms-all-del-mecanicismo-hacia-una-reconciliacin-con-la-dimensin-humana-de-la-ciencia.html>
- Mahoney, M. y Gabriel, T. (1987). Psychotherapy and the cognitive sciences: An evolving alliance. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1(1), 39-59. <https://psycnet.apa.org/record/1989-12682-001>
- Marín, R., Ramírez, N. y Valderrama, K. (2016). Aproximación a la noción de posmodernidad en Terapia Familiar Sistémica. *Revista Fundación Universitaria Luis Amigó*, 3(1), 51-67. <https://doi.org/10.21501/23823410.1894>
- Marks, S. (2017). Psychotherapy in historical perspective. *History of the Human Sciences*, 30(2), 3-16. <https://doi.org/10.1177%2F0952695117703243>
- Martínez-Salgado, C. (2012). El muestreo en investigación cualitativa. Principios básicos y algunas controversias. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(3), 613-619. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300006>
- Martínez, A. y Ríos, F. (2007). Los conceptos de conocimiento, epistemología y paradigma, como base diferencial en la orientación metodológica del trabajo de grado. En F. Osorio (Ed.) *Epistemología de las ciencias sociales. Breve manual* (pp. 169-186). Ediciones UCSH.
- Martorell, J. (2014). *Psicoterapias. Escuelas y conceptos básicos*. Pirámide.
- Maturana, H. (1997). *La objetividad. Un argumento para obligar*. Dolmen.
- Maturana, H. (2006). *Desde la biología a la psicología*. Editorial Universitaria.

- Maturana, H. y Varela, F. (2016). *El árbol del conocimiento. Las bases biológicas del entendimiento humano*. Editorial universitaria y editorial Lumen.
- Mayor, J. y Labrador, F. (1984). *Manual de modificación de conducta*. Alhambra.
- Méndez, C., Coddou, F y Maturana, H. (1988). The Bringing forth of Pathology. *The Irish Journal of Psychology*, 9(1), 144-172. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/03033910.1988.10557711>
- Méndez, I. (2018). La teoría biológica del conocimiento como puente de articulación entre las ciencias naturales y sociales. *Humanidades Médicas*, 18(2), 176-194. http://humanidadesmedicas.sld.cu/index.php/hm/article/view/1232/pdf_40
- Minici, A., Rivadeneira, C. y Dahab, J. (2001). ¿Qué es la Terapia Cognitivo Conductual? *Revista de Terapia Cognitivo Conductual*, 1, 1-6. <http://cetecic.com.ar/revista/pdf/que-es-la-terapia-cognitivo-conductual.pdf>
- Minuchin, S. (1990). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.
- Moulines, U. (2015). *Popper y Kuhn. Dos gigantes de la filosofía de la ciencia del siglo XX*. Editorial Bonallettera Alcompas.
- Murguía, D. y Reyes, J. (2003) El psicoanálisis. Freud y sus continuadores. *Revista de Psiquiatría del Uruguay*, 67(2), 127-139. <https://www.worldcat.org/title/psicoanalisis-freud-y-sus-continuadores/oclc/70034197>
- Napolitano, G. (2013). *El campo de la neurosis en la obra de Freud*. EDULP.
- Navarro, J. (1992). *Técnicas y programas en terapia familiar*. Paidós.
- Navarro, J. (2014). *Epistemología y metodología*. Grupo editorial patria.
- Neisser, V. (1967). *Psicología cognoscitiva*. Trillas.
- Neuman, W. (2009). *Understanding Research*. Pearson.
- Noblejas, M. (2018). Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención. *Revista de Psicoterapia*, 29(109), 69-87. <https://doi.org/10.33898/rdp.v29i109.231>
- Núñez, A. y Tobón S. (2005). *Terapia cognitivo-conductual*. Editorial Universidad de Manizales.
- Oblitas, L. (2008). *Psicoterapias contemporáneas*. Cengage Learning.
- Ochoa de Alda, I. (1995). *Enfoques en Terapia Familiar Sistémica*. Herder.
- Ochoa, H. (2009). El carácter dialógico de la hermenéutica de Schleiermacher. Su fundamento y sentido. *Estudios Filosóficos*, 39, 81-95. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=379835818005>
- O'Hanlon, W. y Werner-Davis, M. (1993). *En busca de soluciones*. Paidós.
- Oquendo, O. (2009). La psicología cognitiva: un manual para compartir, divertirse y aprender. *Poiésis*, 17, 1-7. <https://doi.org/10.21501/16920945.176>
- Ortega y Gasset, J. (1987). *Meditaciones del Quijote*. Alianza Editorial.

- Ortiz, D. (2008). *La terapia familiar sistémica*. Ediciones Abya-Yala.
- Ortiz, O. (2015). *Epistemología y ciencias humanas*. Ediciones de la U.
- Osorio, A. (2009). *Fundamentos filosóficos de la Psicología actual*. *Revista Española de Pedagogía*, 67(242), 149–168. <https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2009/01/242-05.pdf>
- Otero, E. y Gibert, J. (2016). *Diccionario de epistemología*. RIL editores.
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017) Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Oviedo, G. (2004). La definición del concepto de percepción en psicología con base en la teoría *Gestalt*. *Revista de Estudios Sociales*, 18, 89-96. <https://doi.org/10.7440/res18.2004.08>
- Paredes, G. (2007). Críticas epistemológicas y metodológicas a la concepción positivista en las Ciencias Sociales. *Academia*, 6(12), 24-42. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5777158>
- Parloff, M. (1982). Psychotherapy research evidence and reimbursement decisions: Bambi meets Godzilla. *American Journal of Psychiatry*, 139(6), 718-727. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1176/ajp.139.6.718>
- Peirce, C. (2008). *El pragmatismo*. Ediciones Encuentro.
- Pepper, S. (1942). *World hypotheses*. University of California Press.
- Pérez, J. (2015). El positivismo y la investigación científica. *Revista Empresarial*, 9(35), 29-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6419741>
- Perls, F. (1975). *Yo, hambre y agresión*. Fondo De Cultura Económica.
- Perls, F., Hefferline, R. y Goodman, P. (2003). *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. Centro de Terapia y Psicología.
- Perry, M. y Furukawa, M. (1986). Métodos de modelado. En Kanfer y Goldstein (ed.), *Cómo ayudar al cambio en psicoterapia* (pp. 167-217). DDB.
- Pool, A (2005). Conductismo Radical o Acerca del Vino Nuevo y el Odro Viejo. *Psykhé*, 14(1) 79-87. <https://psycnet.apa.org/doi/10.4067/S0718-22282005000100007>
- Popper, K. (1985). *Realismo y el objetivo de la ciencia*. Tecnos
- Popper, K. (2008). *La lógica de la investigación científica*. Tecnos
- Puente, A. (2015). *Psicología contemporánea básica y aplicada*. Editorial Pirámide.
- Puerta, J. y Padilla, D. (2011). Terapia cognitiva-conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del Arte. *Duazary*, 8(2), 251-257. <https://doi.org/10.21676/2389783X.224>
- Quitmann, H. (1989). *Psicología humanística. Conceptos fundamentales y trasfondo filosófico*. Herder.

- Real Academia Española (2014). *Diccionario de la lengua española. Edición tricentenario*. Espasa.
- Reich, W. (1957). *Análisis del carácter*. Paidós.
- Reich, W. (1989). *Materialismo dialéctico y psicoanálisis*. Siglo XXI.
- Rey, C., Martínez, J. y Guerrero, S. (2009). Tendencias de los artículos en *psicología clínica* en iberoamérica. *Terapia psicológica*, 27(1), 61-71. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082009000100006>
- Rivera, J., Murillo, J. y Sierra, M. (2007). El concepto de neurosis de William Cullen comorevolución científica. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(1), 157-178. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29212111>
- Riveros, E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu*, 12(2), 135-186. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545458006>
- Rizo, M. (2011). Reseña de Teoría de la comunicación humana de Paul Watzlawick. *Razón y Palabra*, 16(75), 1-14. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199518706028.pdf>
- Rodríguez, N. (2018). Más allá de los enfoques: tendencias en *Psicología Clínica* que trascienden las barreras teóricas. *Trans-Pasando Fronteras*, 11, 143-147. <https://doi.org/10.18046/retf.i11.2684>
- Rodríguez, A. (2004). La investigación de resultados y el futuro de la psicoterapia: alternativas a los tratamientos empíricamente validados. *Papeles del Psicólogo*, 25(87), 45-55. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77808706>
- Rodríguez, A. (2011). *Fundamentos Filosóficos de la psicología*. Manual Moderno.
- Rogers, C. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0045357>
- Rogers, C. (1975). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Paidós.
- Rogers, C. (1978). *Orientación Psicológica y Psicoterapia: Fundamentos de un enfoque centrado en la persona*. Narcea.
- Rosal, R. (2017). Logros, errores y responsabilidades para el futuro de la Psicología Humanista. *Revista de Psicoterapia*, 28(107), 85-126. <https://doi.org/10.33898/rdp.v28i107.171>
- Rosenzweig, S. (2002). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 12(1), 5-9. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1053-0479.12.1.5>
- Rosso, M. y Lebl, B. (2006). Terapia humanista existencial fenomenológica: estudio de caso. *Ajayu*, 4(1), 90-117. <https://www.redalyc.org/pdf/4615/461545473005.pdf>
- Royce, J. (1964). *The encapsulated man: An interdisciplinary search for meaning*. Van Nostrand.

- Royce, J. y Powell, A. (1983). *Theory of personality and personal differences: Factors, systems, processes*. Prentice Hall.
- Rubin, S. y Humphreys, C. (2016). Humanistic Psychotherapy. En H. Friedman (ed.), *Enciclopedia of mental health* (pp. 337-342). Elsevier.
- Ruíz, J. (2013). Transferencia y contratransferencia. Del Psicoanálisis a la Psicoterapia Analítica Funcional. *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1(2), 52-58. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4766802>
- Ruiz, M., Díaz, M. y Villalobos, A. (2012). *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. DDB.
- Saferstein, J. (2006). *The relationship between therapists' epistemology and their therapy style, working alliance, and use of specific interventions* [Tesis doctoral]. University of Florida. http://ufdcimages.uflib.ufl.edu/UF/E0/01/51/41/00001/saferstein_j.pdf
- Sales, C. (2009). Aspectos metodológicos de la investigación de la psicoterapia. Panorama histórico. *Revista Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 29(104), 383-403. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/07.pdf>
- Santander, P. (2011). Por qué y cómo hacer análisis de discurso. *Cinta de moebio*, 4, 207-224. <https://www.moebio.uchile.cl/41/santander.html>
- Santibáñez, P., Román, M., Chenevard, C., Espinoza, A., Iribarra, D. y Müller, P. (2008). Variables Inespecíficas en Psicoterapia. *Terapia Psicológica*, 26(1), 89-98. <https://psycnet.apa.org/record/2008-12716-008>
- Sassenfeld, A. y Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista de psicología de la universidad de Chile*, 15(1), 89-104. <https://revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/17146>
- Schaefer, H. (2014). Psicoterapias postestructuralistas y factores de cambio: posibilidades para una práctica efectiva. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*. 52(3), 177-184. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272014000300005>
- Schleiermacher, F. (1998). *Hermeneutics and Criticism and Other Writings*. Cambridge University Press.
- Schraml, W. (ed.). (1975). *Psicología Clínica*. Herder.
- Selvini-Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. y Prata, G. (1989). *Paradoja y contraparadoja*. Barcelona: Paidós.
- Sendrail, M. (1983). *Historia cultural de la enfermedad*. Espasa Universitaria.
- Shannon, C. y Weaver, W. (1949). *The Mathematical Theory of Communication*. University of Illinois.
- Shedler, J. (2010). The Efficacy of Psychodynamic Psychotherapy. *American Psychologist*, 65(2), 98-109. https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/978-1-60761-792-1_2

- Silva, A. (2011). *Fundamentos Filosóficos de la psicología*. Manual Moderno.
- Skinner, B. (1938). *The behavior of the organisms*. Appleton.
- Skinner, B. (1953). *Ciencia y conducta humana*. Fontanella.
- Skinner, B. (1975). *Sobre el conductismo*. Fontanella.
- Sluzki, C. (1995). Transformaciones: una propuesta para cambios narrativos en psicoterapia. *Revista de psicoterapia*, 6(22-23), 53-70. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2966674>
- Sluzki, C. (1996). *La red social. Frontera de la práctica sistémica*. Editorial Gedisa.
- Summers, F. (2015). Los Fundamentos del Psicoanálisis en la Filosofía Fenomenológica y la Evolución de la Teoría Psicoanalítica. *Clínica e Investigación Relacional*, 9(1), 1132. https://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V9N1_2015/01_Summers_Fundamentos%20del%20Psicoanalisis%20en%20la%20Filosofia%20Fenomenologica%20y%20Evolucion%20de%20la%20Teoria%20Psicoanalitica_CEIR%20V9N1.pdf
- Szasz, T. (1994). *El mito de la enfermedad mental. Bases para una teoría de la conducta personal*. Amorrortu.
- Sztajnszrajber, D. (2018). *Filosofía en 11 frases*. Paidós.
- Tee, J., y Kazantzis, N. (2011). Collaborative empiricism in cognitive therapy: A definition and theory for the relationship construct. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 18(1), 47–61. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2010.01234.x>
- Teixeira, R. y Noack-Napoles, J. (2010). Hermenêutica objetiva e sua apropriação na pesquisa empírica na área da educação. *Linhas Críticas*, 16(31), 305–326. <https://doi.org/10.26512/lc.v16i31.3618>
- Tobías, C. y García-Valdecasas, J. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos. *Revista Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 29(104), 437-453. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265019649010>
- Uribe, M. (2008). Factores comunes e integración de las psicoterapias. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(1), 14-28. <https://www.redalyc.org/pdf/806/80615420002.pdf>
- Villegas, M. (1986). La psicología humanista: historia, concepto y método. *Anuario de psicología. The UB Journal of psychology*, 34, 7-46. <https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/64549>
- Völker, U. (1980). *Humanistische Psychologie*. Beltz.
- Von Bertalanffy, L. (1976). *Teoría General de los Sistemas*. Fondo de Cultura Económica.
- Von Foerster, H. (1991). *Las semillas de la cibernética*. Gedisa.

- Wachtel, P. (2014). On the limits of theoretical fundamentalism. *Journal of Psychotherapy Integration*, 24(2), 95-98. <http://doi.org/10.1037/a0036973>
- Waldenfels, D. (2017). Fenomenología de la experiencia en Edmund Husserl. *Arété*, 29(2), 409-426. <https://doi.org/10.18800/arete.201702.008>
- Wampold, B. (2001). *The great psychotherapy debate: Models, methods, and findings*. Erlbaum.
- Watson, J. (1913). Psychology as the behaviorist views it. *Psychological Review*, 20(2), 158-177. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0074428>
- Watson, J. (1930). *Behaviorism*. Norton.
- Watson, J. y Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3(1), 1-14. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0069608>
- Watzlawick, P., Beavin B. y Jackson, D. (1989). *Teoría de la Comunicación Humana*. Herder.
- Watzlawick, P., Weakland, J. y Fisch, R. (1974). *Cambio*. Herder.
- White, M. (2015). *Práctica narrativa. La conversación continua*. Pranas Chile Ediciones.
- White, M. y Epston, D. (1993). *Medios Narrativos para fines terapéuticos*. Paidós.
- Wiener, N. (1967). *The human use of human beings: Cybernetics and society*. Aron.
- Wolpe, J. (1958). *Psicoterapia por inhibición recíproca*. DDB.
- Wundt, W. (1979). Wilhelm Wundt (1832-1920). *Revista Latinoamericana de Psicología*, 11(1), 170-172. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80501114.pdf>
- Yáñez, J., Gaete, P., Harcha, T., Kühne, W., Leiva, V. y Vergara, P. (2001). Hacia una metateoría constructivista cognitiva de la psicoterapia. *Revista de psicología de la Universidad de Chile*, 10(1), 97-110. <https://revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/view/18556>
- Zabala, X. (2007). *Epistemología y psicología: preguntas cruzadas*. Ediciones UCSH.
- Zamudio, J. (2012). *Epistemología y educación*. Red tercer milenio.
- Zeballos, R. (1993). El enfoque sistémico en terapia familiar. *Psicología*, 10(2), 169-177. <https://doi.org/10.18800/psico.199302.005>
- Zeig, J. y Munion, W. (Eds.) (1990). *What is psychotherapy? Contemporary perspectives*. Josie Bass.
- Zlachevsky, A. (2003). Psicoterapia sistémica centrada en narrativas: una aproximación. *Revista Universitaria Límite*, 10, 47-64. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2031231>
- Zlachevsky, A. (2008). Historia de la Psicoterapia sistémica cibernética: una forma de entenderla, en Kaulino y Stecher, *Cartografía de la*

- psicología contemporánea. Pluralismo y modernidad* (pp. 297-331). Editorial LOM.
- Zlachevsky, A. (2009). *El lenguaje —visto desde Ortega y Heidegger—, y la fundamentación filosófica de la psicoterapia conversacional* [Tesis Doctoral]. Universidad de Chile. <https://www.academia.edu/39398118>
- Zlachevsky, A. (2011). *Psicoterapia Conversacional: Una mirada desde Heidegger y Ortega: Aportes a la fundamentación filosófica de la praxis psicoterapéutica*. Editorial Académica Española.
- Zlachevsky, A. (2015). *Relatos Clínicos, filosofía y terapia narrativa*. Ediciones Mayor.
- Zumalabe, J. (2012). La transición del conductismo al cognitivismo. *EduPsykhé*, 11(1), 89-111. <https://journals.ucjc.edu/EDU/article/view/3861>
- Zych, I., Buela-Casal, G., Sierra, J. y Gómez-Rodríguez, S. (2012). El conocimiento y la difusión de las terapias conductuales de tercera generación en psicólogos españoles. *Anales de Psicología*, 28(1), 11-18. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16723161002>

Este libro se terminó de imprimir
en Santiago de Chile,
diciembre de 2021

Teléfono: 22 22 38 100 / ril@rileditores.com

Se utilizó tecnología de última generación que reduce el impacto medioambiental, pues ocupa estrictamente el papel necesario para su producción, y se aplicaron altos estándares para la gestión y reciclaje de desechos en toda la cadena de producción.

Imagina a una persona que siente angustia y que va a consultar a cuatro psicoterapeutas distintos para entender qué le ocurre. El primero le dice que presenta un conflicto no resuelto entre algunos mecanismos de defensa y ciertos impulsos libidinales (corriente psicodinámica). El segundo, que su angustia representa una conducta disfuncional aprendida y reforzada por ciertas creencias irracionales (corriente cognitivo-conductual). El tercero, que tal persona carece de un sentido de vida, lo que limita su tendencia inherente a la autorrealización (corriente humanista). El último, que su angustia es una manifestación particular e interaccional del sistema del que es parte (corriente sistémica). Pero ¿quién tiene razón? Todos y ninguno.

La forma en que cada corriente psicoterapéutica permite conocer los fenómenos psicológicos es diversa, aunque el hecho (la angustia) sea el mismo. Eso conlleva que un psicoterapeuta, al aferrarse a una u otra teoría, tenga comprensiones distintas del problema y, por ende, formas distintas de actuar sobre él.

Las teorías o corrientes psicoterapéuticas no son neutrales, epistemológicamente hablando o, en otras palabras, sus supuestos influyen en cómo se conocen los fenómenos psicológicos que aquejan a las personas. Transparentar y analizar tales supuestos mediante un método hermenéutico, sistemático y riguroso es el desafío de este libro.



RiL editores

