

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

---

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
IZTACALA**

**HACIA UNA REFLEXIÓN ACERCA DE LAS CARACTERÍSTICAS  
Y HABILIDADES DEL PSICOTERAPEUTA**

**T E S I S I N A**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:**

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**P R E S E N T A :**

**GABRIELA SUÁREZ GODÍNEZ**

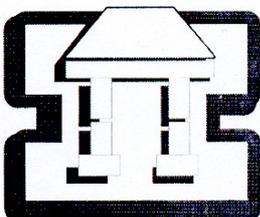
**DIRECTOR:**

**DR. JOSÉ MANUEL LUNA MILLÁN**

**DICTAMINADORES:**

**MTRO. JESÚS NAVA RANERO**

**MTRA. MARÍA DE LOURDES JACOBO ALBARRAN**



**TLALNEPANTLA, EDO. DE MÉXICO**

**2005**



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

# INDICE

	PAG.
<b>RESUMEN</b>	3
<b>INTRODUCCIÓN</b>	4
<b>CAPÍTULO. 1.</b>	
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	7
OBJETIVOS E HIPÓTESIS.	8
<b>CAPÍTULO. 2.</b>	
<b>PRINCIPALES TEORIAS DE LA PERSONALIDAD</b>	11
2.1 TEORIA DE LA PERSONALIDAD Y EL APRENDIZAJE.	12
2.2 PSICOANALISIS Y SU TEORIA DE LA PERSONALIDAD	17
2.3 EL ENFOQUE HUMANISTA Y EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD	25
<b>CAPÍTULO. 3.</b>	
<b>ESCUELAS TERAPEUTICAS REPRESENTATIVAS</b>	
<b>ORIGEN Y PRINCIPALES SUPUESTOS.</b>	31
3.1 EL MODELO CONDUCTUAL.	31
3.2 EL MODELO PSICOANALITICO.	37
3.3 MODELO HUMANISTA.	44

---

<b>CAPÍTULO. 4.</b>	
<b>COMPARACIÓN ENTRE ESCUELAS PSICOTERAPEUTICAS.</b>	51
4.1 OBJETIVOS TERAPÉUTICOS.	
CONDUCTUAL, PSICOANÁLISIS Y HUMANISTA	51
4.2 ASPECTOS TÉCNICOS Y METODOLOGICOS.	
DE LAS TEORÍAS MENCIONADAS	52
4.3 OBJETO DE ESTUDIO O CONCEPTO DE HOMBRE.	
DESCRITOS EN CADA ESCUELA	55
<b>CAPÍTULO. 5.</b>	
<b>DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS Y HABILIDADES</b>	
<b>DEL PSICOTERAPEUTA SEGÚN REFERENCIAN LAS</b>	
<b>ESCUELAS ANTES MENCIONADAS.</b>	59
5.1 CONDUCTISMO	60
5.2 PSICOANALISIS	63
5.3 HUMANISMO	66
<b>CONCLUSIONES</b>	70
<b>ANEXO</b>	77
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	88

---

---

## RESUMEN

Me intereso hacer una revisión bibliografica sobre la personalidad del terapeuta para conocer el efecto que produce en los demás, principalmente durante el proceso de la psicoterapia, ya que me parece de suma importancia que no solo los conocimientos teóricos, el manejo de entrevistas y psicodiagnostico lo inducen al logro de sus objetivos profesionales sino también, sus atributos personales, experiencias vividas, y el estilo de vida están intrínsecamente relacionados a la manera como ejecutan su labor profesional.

Así el objetivo del presente trabajo es “Sistematizar integrar y analizar las características y habilidades que se requieren en la practica profesional y ejercicio terapeuta” para el apoyo de este objetivo se realizo una revisión de tres corrientes teóricas, humanismo, conductismo y psicoanálisis, de las cuales se obtuvieron los atributos, capacidades, habilidades y requisitos que cada escuela expone en la formación y ejercicio del psicologo.

Respecto al objetivo particular que es “Revisar y sistematizar las características personales y habilidades técnicas que propone cada escuela respecto al ejercicio terapéutico” Se aprecia lo siguiente, pro lo que toca a la escuela conductista afirma que no le interesan los sentimientos ni valores personales, fue poca la información obtenida al respecto, la teoría del psicoanálisis presenta particularidades formativas técnicas y personales, referentes al tema, pero que fue de difícil comprensión por el lenguaje que maneja, y por último la escuela humanista que dada la información obtenida presenta tres aspectos que habilitan el desempeño del psicoterapeuta, congruencia, incongruencia y empatía responsabiliza la dirección del tratamiento al cliente, pero el termino mismo del proceso es responsabilidad del terapeuta.

Al trabajar la presente hipótesis “Hay mas diferencia que similitudes respecto a las propuestas sobre el perfil del psicoterapeuta” encontré que la escuela que mas define estos planteamientos fue la escuela psicoanalitica, en segundo lugar la escuela humanista y por último la escuela conductual.

Por conclusión afirmo que es necesario abrir un espacio de reflexión que incida en la parte formativa del profesional, esto es indagar reflexivamente acerca de los factores que pueden influir en la práctica de la psicoterapia.

---

---

## INTRODUCCIÓN

En este trabajo se plantea como eje central de reflexión los conocimientos, habilidades, y atributos que se juegan en la formación y ejercicio del psicólogo profesional como agente de asistencia y apoyo psicológico. El tema que he elegido está relacionado con los interrogantes suscitados en nuestra cultura en el campo de la psicología, donde cada vez es mayor la demanda social de profesionales altamente experimentados que atiendan los problemas de cada individuo propios al modelo cultural actual y, como se sabe en las instituciones de formación superior se hacen esfuerzos, cada vez más frecuentes para generar profesionales en toda la extensión de la palabra y una visión de una educación continua; un ejemplo de esto se presenta en la E.N.E.P.I la cual plantea que en los 22 años de existencia de la carrera han ingresado a la carrera de psicología 12,202 estudiantes y solo 5877 han egresado con el 100% de créditos (Manual de titulación de la carrera de Psicología, 1994), se señala enfáticamente la preocupación de que la mayoría se titule, sin embargo considero que hay poca apreciación en torno a las características y habilidades que se requieren del psicólogo práctico y en general del psicoterapeuta.

Como sabemos es de suma responsabilidad trabajar en el espacio humano.

En México se generan grandes conflictivas sociales, y solo por mencionar algunas según el XII Censo General de Población y vivienda 2000, describe que en uno de cada tres hogares en la zona metropolitana del distrito federal sufre algún tipo de violencia intrafamiliar. De los poco más de 1.3 millones de hogares en donde se detectó algún tipo de violencia: 99% reporta maltrato emocional, 16% sufren intimidaciones, 11% violencia física y 1% abuso sexual. Otro dato que se plantea es que la mayor parte de la población en México es joven y por lo tanto constituye un factor dinámico en el contexto social, económico y demográfico. Lo preocupante es que, uno de cada dos mexicanos de 15 años y más se encuentra en rezago educativo, siendo mayor el rezago de la población femenina (54.3%) que el de la población masculina (50.7%) lo cual induce a problemáticas como embarazos no deseados, prostitución, drogadicción, alcoholismo y desintegración familiar.

---

Dadas estas condiciones se prevé la necesidad de mayor demanda de profesionales de la salud en especial del psicoterapeuta, con base al entorno social se considera pertinente el abrir un espacio de reflexión que incida en la parte formativa del profesional, esto es indagar reflexivamente acerca de los factores que pueden influir para la práctica de la psicoterapia profesional.

Considero que es de suma importancia reflexionar acerca del conjunto de atributos, capacidades, habilidades y requisitos que cada escuela expone en la formación y ejercicio del psicólogo, en el supuesto, que hay más diferencias que similitudes entre las escuelas, siendo su finalidad que todas contribuyen a abrir el saber y la ayuda en el campo psicológico. A su vez estimule alguna consideración respecto a la responsabilidad de reconocer elementos que lo habiliten aun más como un futuro profesionista, en relación a esta área humana, para que en este país de cambios reflexionen respecto a lo significativo que es el efecto que causa su personalidad como profesional de la materia.

Así, se plantea la tarea de abocarnos de inicio a establecer y reconocer, por medio de lecturas especializadas en el campo de la psicología que han aportado conocimiento o parte de la verdad sobre el comportamiento humano, como el conductismo, el humanismo y el psicoanálisis, de las cuales se obtendrán las características, habilidades, éticas y formativas que se requieren para ser un psicoterapeuta profesional.

Para llevar a cabo tal efecto, en el capítulo uno se presenta el planteamiento del problema.

En el capítulo dos se plantean las principales corrientes teóricas sobre el desarrollo de la personalidad. La teoría del aprendizaje que afirma: en psicología, no hay conciencia ni mente ni introspección; sólo hay estudio y observación de la conducta.

La perspectiva humanista considera que cada individuo tiene un valor intrínseco, libertad personal y el potencial para hacer posible su autorrealización; por último la teoría psicoanalítica hace énfasis en que la motivación, la conducta y los intereses están basados en sentimientos ocultos o en el inconsciente.

---

En el capítulo tres se realiza una descripción del modelo terapéutico de las tres escuelas representativas (conductismo psicoanálisis y humanismo) señalando sus técnicas y propuestas del manejo de la personalidad del ser humano.

En el capítulo cuatro se realiza brevemente la comparación entre las escuelas respecto a objetivos terapéuticos, aspectos técnicos, metodológicos, y al objeto de estudio.

En el capítulo cinco se realiza una descripción de las características y habilidades del psicoterapeuta según la escuela que representa. A continuación en este mismo apartado se presentan tablas descriptivas por escuela en referencia a los diferentes puntos de vista, en torno a las características a considerar en el desempeño profesional del psicoterapeuta. Por lo tanto es importante destacar que si dentro de sus inquietudes el psicoterapeuta se manifiesta en la eficacia, ubicara e intuirá todo un sistema con las técnicas del campo psicológico, para desplegar una ayuda con un alto grado de sensatez, entereza, y estabilidad emocional.

Por último se describen las conclusiones del trabajo, lo cual nos permite observar cuales son las características y habilidades, formativas que pueden influir en la practica profesional del psicoterapeuta.

A continuación presentaremos el contexto del problema de este trabajo de investigación.

# CAPÍTULO 1.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Desde la más remota antigüedad el ser humano ha buscado consejo, comprensión o aliento de otras personas, a las cuales les comunicaban su frustración o angustia, este tipo de interacción personal se la puede considerar el origen de la psicoterapia. Sin duda alguna siempre existió un individuo sensible, perceptivo y empático que se preocupaba por la persona perturbada y le ayudaba a adaptarse a la situación que le brindaba la vida, dicho de otra manera la hacia las veces de consejero, con el transcurso del tiempo al parecer en las sociedades primitivas, el papel de curandero o hechicero formalizo con sus propios métodos, para las diversas aflicciones humanas.

Sin embargo no fue sino hasta finales del siglo XIX donde apareció un enfoque más sistemático y planeado de la psicoterapia, la palabra Psico proviene del griego Psiche cuyo significado es espíritu, alma o ser.” La palabra terapia proviene de la palabra griega *THARAPEUTIKOS* que significa cuidar o asistir al espíritu, corazón o al ser de otra persona”<sup>1</sup>.

Existen tantas definiciones de psicoterapia como libros sobre la misma, pero Jerome Frank (1982) nos ofrece un excelente punto de partida: “la psicoterapia es una interacción planificada, cargada de emoción y de confianza entre un sanador socialmente reconocido y una persona que sufre. Durante esta interacción el sanador busca aliviar el malestar y la discapacidad del sufridor mediante comunicaciones simbólicas, principalmente palabras, pero también a veces mediante actividades corporales”<sup>2</sup>.

El sanador puede implicar o no a los familiares y a otras personas significativas del paciente en los rituales de curación. "A menudo la psicoterapia incluye también ayudar al paciente a aceptar y soportar el sufrimiento como aspecto inevitable de la vida que puede ser utilizado como una oportunidad de crecimiento personal”.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> L. Kleine Chris. Principios comunes en Psicoterapia 1988 (p.79)

<sup>2</sup> Ibidem (p.79)

<sup>3</sup> Ibidem (p.79)

---

También se le puede definir como, “una interacción interpersonal sistemática, a través de la cual un individuo, el terapeuta, procura ayudar, modificar o mejorar el comportamiento de otra persona”<sup>4</sup> Por medio de las técnicas psicológicas, la psicoterapia supone esencialmente una relación muy especial entre el psicoterapeuta y el paciente , una relación que se distingue en ciertos aspectos de todas las demás personas, en el modo como se relaciona con el paciente, su deseo simpatizante de ayudar y la creación que hace de una atmósfera propicia para el autoanálisis y el cambio.

Además de comprender el comportamiento, el psicoterapeuta necesita estar bien informado acerca de los procedimientos terapéuticos, de las principales teorías de la psicoterapia, y acerca de los diversos problemas con que se suele tropezar.

### **1.1 OBJETIVOS E HIPOTESIS**

El elemento central en la mayoría de las formas de psicoterapia es la experiencia interpersonal, mediante la cual el paciente, con la interacción del terapeuta, logra adquirir una mayor esperanza para su situación, logra también reorganizar sus percepciones, cierto conocimiento de su problema; y posiblemente, logra también modificar su conducta en un sentido positivo.

Para poder ejercer esta disciplina los candidatos deben tener una preparación muy amplia en tres campos muy distintos, diagnóstico, investigación y teoría; pero hay asociaciones como la (APA, 1947), Asociación de Psicología Americana que considera que hay “ciertos requisitos personales y profesionales que se deben de poseer para el ejercicio de este campo, ya que las dificultades personales o la incapacidad para trabajar con las personas logran resultados muy mediocres”<sup>5</sup>.

Pero si el profesional de la materia no logra sus objetivos de trabajo, personales, familiares y monetarios debe de considerar ¿cuál? Ó ¿cuáles? son las limitantes que inhiben su desempeño. Autores como Fromm-Reichman sugirieron que “el bienestar emocional del terapeuta es un requisito previo del trabajo efectivo; Y también que la salud se caracteriza por la buena disposición para uno mismo, mas

---

<sup>4</sup> Garfield Sol Luis Psicología clínica 1979 (pag. 214)

<sup>5</sup> Ibídem cap. 1 (p.12 )

---

---

que por una ausencia artificial de los inevitables problemas que presenta la vida, o por un convencionalismo estéril”<sup>40</sup>.

Existen autores como Ester y Luborsky que realizaron una investigación sobre factores del psicoterapeuta en el resultado del tratamiento “El principal agente de una psicoterapia eficaz es la personalidad del terapeuta, especialmente su habilidad para establecer una relación cálida de apoyo”. Dos cualidades identificadas por Luborsky y sus colegas son: (1) el interés del terapeuta por ayudar a los clientes y (2) la salud y competencia psicológica del terapeuta. Aunado a esta perspectiva encontramos que “La psicoterapia es un proceso interpersonal, como consecuencia de esto, la personalidad del terapeuta es una parte integral del proceso terapéutico y supone mucho más que conocimientos puramente verbales y razonamientos intelectuales. Los sentimientos de ambas partes también entran en interacción”<sup>41</sup>

Si bien el psicoterapeuta es un ser humano también doliente con necesidades físicas y emocionales que influyen continuamente en la elaboración de su trabajo, la terapia depende casi en un cien por cien de las habilidades y cualidades del terapeuta. Como lo señala (Weiner, 1975) “es importante que los terapeutas reconozcan las áreas débiles dentro de sus vidas. La tendencia a sentir enojo o ansiedad cuando surgen ciertos temas o la incapacidad para manejar las preguntas de un cliente sin mostrarse defensivo es una señal de que algo está fuera de lugar”<sup>42</sup>.

Sabemos que no sólo la formación curricular, la elaboración del diagnóstico, la aplicación de pruebas proyectivas logran una psicoterapia eficaz, pues esto lo realiza un ser humano con un contexto cultural y una personalidad propia que se relacionan intrínsecamente.

Para obtener un cambio favorable en el paciente, el esquema teórico proporciona al terapeuta un cuerpo de conocimientos y un conjunto de orientaciones para descifrar los síntomas del sujeto, desarrollar una intervención terapéutica y evaluar

---

<sup>40</sup>Erwin Singer. Conceptos fundamentales de la psicoterapia. 1975 (p. 114)

<sup>41</sup> L. Kleine Chris. Principios comunes en Psicoterapia 1998 (pag.78)

<sup>42</sup> <sup>8</sup> Phares E. Jerry. Psicología clínica, métodos y prácticas 1992 (Pág. 303)

---

---

su trabajo. De este modo infunden comprensión, significado y seguridad a la labor frecuentemente desconcertante de la psicoterapia.

Como sabemos la psicoterapia es ejercida por varios profesionales como psiquiatras, trabajadores sociales, y médicos; en este caso nos avocaremos solo a los profesionales de la salud en el área psicológica (psicólogos y psicoterapeutas), que están en el proceso de formación y los que ya están ejerciendo. Como no es una cuestión que forme parte de curricula académica pretendemos se tome en consideración para futuras generaciones.

De la consideración de los aspectos anteriores, este trabajo tiene el interés de contestar la siguiente interrogante ¿Cuáles son las características, y habilidades, formativas que harían posible al psicoterapeuta mejorar su desempeño profesional?

Una vez que se presento el problema de investigación, se procede al desarrollo de los planteamientos teóricos que ubican el problema de investigación. Con esto se ubica el contexto conceptual el cual permite aterrizar en la problemática particular que se planteo. De esta manera en el apartado que sigue se desarrolla el tema que tiene que ver con las principales teorías de la personalidad, que interesan como referentes al tema.

## **CAPÍTULO 2.**

### **TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD**

En el área de psicología las teorías del desarrollo de la personalidad son fundamentales, el manejo y el conocimiento de estos planteamientos son una herramienta eficaz en el trabajo psicoterapéutico, de ahí su importancia. Como lo plantea G. Saranson Irwing “considera que son cuatro las razones del estudio de la personalidad. Primero, nos permite entender en forma aproximada los motivos que llevan al hombre a actuar, opinar, sentir, ser, etc., en determinada manera. Segundo, integra en un solo concepto los conocimientos que podemos adquirir por separado de aquellas que podríamos considerar facetas, experimental y didácticamente abstraídas de una totalidad (la persona), como lo son la percepción, la motivación, el aprendizaje y otras. Tercero, aumenta la probabilidad de poder predecir con mayor exactitud la conducta de un individuo. Cuarto, nos ayuda a conocer cómo se interrelacionan los diferentes factores que integran la personalidad”<sup>9</sup>

Las teorías del desarrollo aportan diferentes puntos de vista respecto a la forma en que nos desarrollamos y nos comportamos. Describen diversas técnicas y posibles soluciones al padecer psicológico humano.

“La personalidad se define como el conjunto de cualidades concretas y abstractas, de origen innato y adquirido, a través de aprendizajes controlados (conscientes) y automáticos (o inconscientes)”.<sup>10</sup> Esos aprendizajes se realizan de forma individual y social generan en la persona comportamientos estables en las diferente situaciones. Todo ello define el peculiar estilo del comportamiento de cada ser humano.

Algunos autores definen a la personalidad como un grupo de cualidades y característica únicas, que se avienen con sus fundamentos sociales e

---

<sup>9</sup> G. Saranson Irwing Teorías de la personalidad 1978 (p.13)

<sup>10</sup> Gómez Bosque Pedro. En cerebro, mente y conducta. Edit. Amarú, 1998 pag. 469.

---

---

individuales. A continuación presentaremos las posturas de las siguientes escuelas en relación al tema.

La teoría psicoanalítica afirma que gran parte de la personalidad se forma durante la infancia principalmente durante su desarrollo psico-sexual. Sigmund Freud destaca la sexualidad infantil y las motivaciones inconscientes como causas posibles de la personalidad

La personalidad del ser humano, según la psicología humanista se basa en sus necesidades personales y sentidos de libertad y seguridad personal.

Los psicólogos conductuales se centran en cómo influimos y somos influidos la interacción con nuestro ambiente. Es decir, la teoría conductual considera que la personalidad del ser humano es una suma de lo que ha aprendido y que la mayor parte de este aprendizaje lo obtiene del medio ambiente .

Explicar la personalidad en su conjunto es tarea compleja y ardua, pues intervienen en ella muchos factores y circunstancias hereditarias y ambientales, que dependen de la propia historia del sujeto.

A continuación se abordara cada una de las teorías de la personalidad, resaltando sus rasgos básicos constitutivos.

### **2.1. Teoría de la Personalidad y el Aprendizaje.**

La clave de esta teoría está en la respuesta del sujeto al medio. En la teoría conductual del aprendizaje el proceso de cambio de conducta, se basa en estímulo, la respuesta y el refuerzo o incentivo . Estímulo es un acontecimiento o situación objetivamente discernible que incide en el comportamiento del individuo.

Lo cual provoca respuestas variables, modificables, por medio del aprendizaje, puede tomar la forma de un movimiento muscular, un cambio de las secreciones glandulares o una reacción psicológica tal como una preocupación, el experimentar una sensación de alivio o pensar en la solución de un problema. Se explican los procesos de aprendizaje de las personas desde el funcionamiento del condicionamiento clásico, operante y más modernamente imitativo o vicario. La psicología del aprendizaje se desarrolló dentro del marco de la tradición de la

---

experimentación psicológica, que pone énfasis en el uso de métodos de laboratorio cuidadosamente controlados.

Gran parte del comportamiento del hombre se aprende. Aunque la herencia y la maduración establecen ciertos límites a las potencialidades para el desarrollo de la conducta de un individuo, la mayor parte de lo que observamos del individuo, en especial en sus interacciones sociales con los demás, parece estar influido por un aprendizaje previo. Esto es especialmente verdadero cuando consideramos ciertos aspectos de la persona, tales como sus objetivos, valores, actitudes, lenguaje y características semejantes.

Esta teoría se centra en los componentes específicos de una situación, se avoca en las causas actuales. Acepta que la historicidad del individuo interfiere en su desarrollo personal.

Pavlov definía, a la personalidad, en cuatro aspectos que consideraba apoyándose en las peculiaridades del sistema nervioso que pueden ser:

*a) débiles. Con un sistema nervioso hábil y excesivamente reactivo. Les asigna a estos sistemas una actividad irritable e ineficaz.*

*b) Fuerte y equilibrado lento: Con un sistema nervioso inestable pero de transmisión nerviosa refleja lenta. Los sistemas de este bagaje nerviosos son estables pero de reacciones muy circulares, de hábitos muy repetitivos..*

*c) Fuerte y equilibrado rápido: Sistema nervioso estable y reacción refleja rápida y a tiempo.*

*e) Fuerte y desequilibrado: Sistema nervioso que reacciona reflejamente bien ante estímulos, contiene no obstante en sí mismo inestabilidades imprevisibles.*

Los experimentos y las diversas opiniones teóricas en el área del condicionamiento clásico han tenido un impacto muy evidente en la psicología. El uso de los conceptos del condicionamiento clásico permitía al investigador concentrarse sobre el comportamiento del organismo y sobre los diversos estímulos que producían tal comportamiento. La mayoría de ellas han tendido a fijarse en "La relación que hay entre el estímulo y la respuesta, a destacar el

---

---

comportamiento observable, y a limitar o a evitar por completo el uso de estructuraciones o conceptos deducidos sobre la personalidad”<sup>11</sup>.

Por lo tanto afirma, cualquier persona produce millares de respuestas diariamente, un cambio de respuesta es resultado de cierto reforzamiento. Como lo afirma Cueli José “El reforzamiento puede describirse diciendo que es un acontecimiento o estímulo que afecta la probabilidad de que ocurra una respuesta.”<sup>12</sup> Las cualidades efectivas que presenta el reforzamiento ha sido estudiadas en dos situaciones: El condicionamiento clásico ó de reacción y condicionamiento instrumental u operante.

En el condicionamiento clásico, un estímulo condicionado, indica la inminente aparición del estímulo incondicionado. Y este suscita una respuesta involuntaria o semi-involuntaria por ejemplo : al tratar de suprimir bebidas alcohólicas (EC) con un sabor desagradable (EI). El análisis conductual aplicado que se basa en el condicionamiento operante el cual supone que el ambiente determina el comportamiento, se manipulan las consecuencias de las respuestas con objeto de aminorar o aumentar las conductas finales.

La respuesta que se estudia en el condicionamiento operante es de un tipo tal que, inicialmente aparece con poca frecuencia. El condicionamiento operante también puede aplicarse a situaciones donde el problema, consiste en eliminar o reducir la frecuencia de emisión de una respuesta no deseada. Al emplearlo así se aplica un castigo o un reforzamiento negativo para hacer que decrezca la ocurrencia de la respuesta.

La ausencia de reforzamiento en una situación de condicionamiento respondiente conduce a la extinción, la cual consiste en suprimir la respuesta en base en reforzar o castigar la ocurrencia de la misma, y lo mismo sucede en el condicionamiento operante. Un programa de reforzamiento es un listado de las

---

<sup>11</sup> Garfield, Sol Luis. Psicología clínica cap. 2 y 8 1979 (p.54) <sup>12</sup> Cueli José. Teorías de la personalidad 1994 (p.60)

<sup>12</sup> Cueli José. Teorías de la personalidad 1994 (p.60)

---

---

contingencias de las cuales depende éste. El modo más rápido de determinar una respuesta es reforzarla cada vez que ocurre; pero si uno está interesado en mantener a largo plazo el comportamiento, es decir, el comportamiento resistente a la extinción, los programas parciales o intermitentes tienen más efecto que los reforzamientos continuos.

Es evidente que el aprendizaje juega un papel muy importante en el modo en el que desarrolla una persona y con el tiempo llega a ser el tipo particular de individuo que es; por lo tanto el comportamiento normal y anormal es producto de este proceso.

Observar la conducta de alguien permite determinar la frecuencia de la conducta deseada, en ocasiones esta conducta no aparece. Por lo cual se necesita reflexión y planeación para decidir qué reforzadores son los mejores para alcanzar determinados objetivos de comportamiento existen dos tipos de reforzadores que se aplican, el positivo y negativo. Un reforzador positivo es un estímulo (alabanza, atención, recompensa) que aumenta la probabilidad de que ocurran las respuestas.

Cuando se aplica un castigo para influir sobre la conducta, se está recurriendo a estímulos repelentes o a reforzadores negativos, por ejemplo ( el sacar a un niño del campo de juego, por su mala conducta).

Estos procedimientos y las teorías que los sustentan resultan tener mucha importancia para la práctica, incluyendo el área de psicología clínica. Como lo cita Sol L. Garfield " Bandura, 1969; Krasner y Ullman, 1965. "Aunque estos principios se han derivado inicialmente de estudios de laboratorio con animales, se han extendido a estudios experimentales y clínicos con seres humanos."<sup>13</sup> A menudo se piensa que el condicionamiento es un proceso que tiene lugar en el laboratorio. No obstante se encuentra en todos los acontecimientos de la vida, y, por consiguiente desempeña un papel en el desarrollo de la personalidad.

---

<sup>13</sup> *Ibidem* (p.36)

---

Otra línea que ha sido estudiada conocida como modelamiento asevera que no todo el aprendizaje depende del condicionamiento. Muchas actividades humanas, especialmente las respuestas complejas, se adquieren observando las respuestas de otras personas y, llegada la ocasión imitándolas. Como lo cita Henry Mussen Paul sobre los trabajos de Bandura, Walters y colaboradores, estos han demostrado lo común que es el aprendizaje por observación en los niños. “En un experimento característico, un niño observa un modelo de la vida real o de una película, que puede ser un niño o un adulto, mientras ejecuta una serie de acciones (por ejemplo golpear un muñeco inflado.) Más tarde se sujeta a prueba al niño para determinar el grado en que copia la conducta exhibida por el modelo. Luego la conducta del niño puede compararse con la de los sujetos de control que no han demostrado la efectividad.”<sup>14</sup> Mediante tales técnicas se ha demostrado la efectividad del aprendizaje por observación respecto de una amplia gama de conductas, como las de pegar, ayudar y compartir.

Quienes estudian el comportamiento difieren en la manera en que abordan los acontecimientos privados. Por un lado están autores que creen que un estudio científico de la personalidad, solo es válido por datos de acontecimientos observables. Por el otro lado están quienes aceptan la validez de la vida interior y tratan de describirla en los términos menos ambiguos posibles.

Las diferencias individuales de comportamiento y personalidad tienen importancia para la psicología del aprendizaje debido al interés que se ha puesto en descubrir su origen, estudiantes de la conducta infantil han demostrado con gran éxito que muchas características de la personalidad son, hasta cierto punto, una función de la historia del reforzamiento del individuo.

La teoría del aprendizaje supone que las causas del desarrollo personal se hallan en la experiencia previa. Las primeras teorías del aprendizaje y enfoque skineriano, ponen más énfasis en el proceso de reforzamiento directo en el desarrollo de la personalidad. Aunque la ampliación de la teoría del aprendizaje a

---

<sup>14</sup> Henry Mussen Paul 1984 (p.37)

---

una multiplicidad de conductas es en efecto sorprendente, existen aspectos de la conducta humana que no se reducen fácilmente a los principios del aprendizaje: los valores, las creencias, estados emocionales como el amor y el dolor, y la conducta de sacrificio de las personas que se hallan bajo tensión. Estas actitudes forman la personalidad del ser humano.

A continuación presentaremos una teoría que se avoca más a cuestiones interiores del ser humano.

## **2.2 Psicoanálisis y su teoría de la personalidad.**

Para la teoría psicoanalítica la personalidad del ser humano se encuentra en constante conflicto respecto a sus deseos íntimos y su apreciación sobre definir cual es el comportamiento correcto, a esto se unen sus valores y su cultura social. El meollo del pensamiento de Freud se encuentra en su teoría del psicoanálisis, uno de los principales métodos para el estudio de la personalidad.

El ser humano actúa de acuerdo a su necesidad y deseo si considera que su actuación no tiene consecuencia, no siente culpa, pero si cabe la más mínima duda, nace del angustia y desosiego

De esta situación surge la ansiedad que puede ser real, neurótica, o culpabilizadora. Será real si el peligro que percibe el sujeto lo es. Neurótica si existe temor a desarrollar deseos y por ello ser castigado y culpabilizadora si no se cumplen normas generalmente sociales.

En esta teoría se destacan 3 fases que Freud considera las bases que sustentan la personalidad del sujeto, y son oral, anal y fálica. La no resolución de cualquiera de estas etapas provoca desequilibrios que se observan de forma significativa. Cuando no se evoluciona correctamente según la teoría suceden regresiones a etapas anteriores, o fijaciones. De esta teoría lo normal y lo patológico dependen únicamente del equilibrio de la energía psíquica. El equilibrio que hace referencia a las relaciones entre Yo, el Ello y el super-yo o conciencia moral. La personalidad normal sería pues la que equilibra deseos y satisfacciones.

---

El psicoanálisis es un sistema teórico, un medio para recopilar datos respecto a la personalidad, y una técnica de tratamiento, Freud al mencionarle a sus pacientes que hablasen de lo que les pareciera más trivial ó lo primero que se les ocurriese, incorporaba la técnica conocida como asociación libre, este suponía que se establecía una cadena de pensamientos que llegaban hasta el inconsciente, liberándolo así de recuerdos inconscientes dolorosos, a menudo originados en la niñez. Como lo menciona Edna Heidreber. “El descubrimiento de que un incidente, inconsciente y por mucho tiempo olvidado, era sin embargo la fuente de los trastornos manifiestos en la conducta, no sólo llamó la atención sobre la importancia del inconsciente; asimismo reveló la naturaleza manifiestamente dinámica de lo inconsciente”<sup>15</sup>. A esto se le conoció como el Psicoanálisis.

Para Freud todo comportamiento tenía tras de sí una razón válida, que mezclándose con el ambiente determinaba la respuesta de cada persona. Le interesaba la parte donde las pasiones y pensamientos son inaceptables y que por lo tanto son reprimidos, por lo tanto evitamos reconocerlos pues al hacerlo serían demasiados dolorosos, sin embargo fluyen a cada instante.

Por ejemplo se menciona que los sueños son una manifestación importante de los deseos inconscientes de la gente, el contenido recordado de los sueños es una expresión censurada de estos deseos. Con frecuencia las personas se ríen de sueños ridículamente extraños y algunas veces horribles, para los psicoanalistas los sueños contienen elementos significativos que requieren explicación, al parecer la ingeniosidad del inconsciente no tiene límites tiene que evitar la censura.

Los desaciertos sugerían a Freud que lo que decimos y hacemos puede reflejar el funcionamiento de nuestra mente inconsciente. También las bromas eran a su juicio un modo de expresar las tendencias sexuales reprimidas y agresivas.

El proceso mental registra tres sistemas interactuantes, el ello, el yo y el superyo, propuestos para explicar la dinámica de la mente. El Ello existe en la mente

---

<sup>15</sup> Heidreder Edna. Psicología del siglo XX 1979 (p.281).

---

---

inconsciente, es el núcleo más íntimo de la personalidad y la única estructura presente desde el momento del nacimiento, contiene los instintos, actúa de forma irracional. Es una reserva de energía psíquica inconsciente que trata constantemente de satisfacer los impulsos básicos orientados hacia la supervivencia, la reproducción y la agresión, este opera sobre el principio del placer, esto si la realidad no lo reprime busca su gratificación inmediata.

El yo opera sobre el principio de la realidad, que intenta gratificar de manera realista los impulsos del ello, para obtener un placer a largo plazo en lugar de sufrimiento ó destrucción. El yo esta echo de percepciones conscientes, nuestros pensamientos y juicios, así como nuestros recuerdos, es el que decide acerca de nuestros actos cuando media entre las demandas impulsivas del ello, las exigencias restrictivas del super yo, y los reclamos de la vida real correspondientes al mundo externo.

El Yo se halla en contacto inmediato con la realidad y su función es cubrir las exigencias del Ello, sin poner en peligro la supervivencia del individuo en la sociedad, se encarga de razonar, de preocuparse por la seguridad, funciona a nivel conciente. Según Brenner en 1988 “La función primaria del yo, tal como la concibió hipotéticamente Freud, es preservar la integridad del organismo, observar las señales de peligro y adherirse al principio del placer solamente dentro de los límites puestos por la realidad.”<sup>16</sup>

La tercera y última estructura de la personalidad en aparecer es el superyo, a partir de los cuatro o cinco años de edad el niño reconoce las demandas del super yo que acaban de surgir, es la voz de la conciencia que nos obliga a considerar no solo lo real sino lo ideal. Su finalidad es señalar como debería uno comportarse. Este se desarrolla a medida en que internalizamos las normas, la cultura y la educación de nuestros padres.

Freud califica como ansiedad la reacción del yo al peligro. Al decir esta palabra quería indicar un estado general de “Falta de placer”. La ansiedad pone al

---

<sup>16</sup> Ibidem 1994 (p.29)

---

---

individuo alerta ante el peligro que surge de un conflicto inconsciente. La tensión y el desagrado impulsan al niño a adquirir conocimientos y dominio del mundo que lo rodea y también a inhibir la expresión de los impulsos.

El análisis de las historias de sus pacientes convenció a Freud de que la personalidad se forma durante los primeros años de vida. Los síntomas de sus pacientes provenían constantemente de los conflictos no resueltos en la niñez temprana, con esto Freud llegó a la conclusión de que los niños pasan por una serie de etapas psicosexuales.

La primera fase importante es la etapa oral, en la cual los objetos (pezones, sonajas, dedos) producen placer sensual cuando entran en contacto con los labios y la boca. Freud llamaba a los labios y los genitales zonas erógenas. Se debe considerar que la teoría freudiana del comportamiento infantil se contempla dentro del contexto general de la idea de gratificación libidinosa más que de los impulsos sexuales adultos.

En este primer periodo de vida, hasta la edad de siete u ocho meses, el bebé obtiene placeres intensos de la alimentación, del chupar y de los movimientos de la boca. Se plantea que la frustración ó negación durante el proceso de esta etapa puede acarrear problemas serios como lo menciona, A. Kimble Gregory "En esta etapa del desarrollo, la libido se expresa a sí misma en forma de impulso oral, satisfecho generalmente por la madre. Si este impulso se frustra, como cuando los bebés son privados de una maternidad adecuada, la conducta del bebé se manifiesta en forma de angustia: la respiración es breve, el llanto se exagera, y existe tensión y rigidez muscular. Otros bebés pueden caer en el letargo, los músculos de su cuerpo aflojarse, y la alimentación por sonda incluso puede ser necesaria. A menudo un retorno a la maternidad adecuada aliviará estos síntomas agudos."<sup>17</sup> Durante esta etapa se establece una relación estrecha con la madre por medio de la alimentación, el bebé vive solo a través del deseo de la misma y su vínculo.

---

<sup>17</sup> A. Kimble Gregory. Fundamentos de Psicología General. 1996 (p.480).

---

En una segunda etapa, el proceso de dar salida a las heces fecales, es placentero sensualmente al niño. Según Freud, durante la etapa anal, desde aproximadamente los 18 meses hasta los tres años, los músculos del esfínter adquieren sensibilidad y llegan a ser controlables, la retención, la alimentación del intestino y la vejiga se convierten en fuente de gratificación. Durante los primeros meses de vida, los procesos de eliminación son automáticos; aparentemente, el bebé está inconsciente de ellos. A medida que el niño madura, encuentra cada vez mayor placer en la excreción.

En esta fase el padre entrena al niño para los hábitos de evacuación, con frecuencia antes de que el niño tenga el control muscular necesario e incluso antes de que hable. Según el punto de vista freudiano, las experiencias del niño durante la habituación de ir al retrete pueden ejercer una profunda influencia sobre su ajuste posterior. Como lo describe Cueli José "Freud pensaba que los períodos prolongados de retención de heces fecales estaban vinculados frecuentemente con fantasías narcisistas y sádicas".<sup>18</sup> Estas conductas se reflejan posteriormente en la edad adulta.

Se considera que las actitudes y expectativas de la vida adulta vinculadas con comportamientos para conseguir y recibir algo proviene, en gran medida, de experiencias tenidas durante esta fase. Se cree que las actitudes que conciernen al dar y no dar, a la conformidad e inconformidad, están sumamente influidas por las experiencias tempranas parece que parte del comportamiento social proviene de esta fase; cuando el infante decide compartir o no compartir.

Otra importante experiencia temprana del niño es la percepción de su cuerpo como una fuente de gratificación libinidosa conocida como la etapa fálica. Más o menos de los 3 a los 6 años, la zona de placer se desplaza hacia los genitales. Freud creía que durante esta etapa los varones buscan estimulación genital y desarrollan deseos sexuales inconscientes en la relación con la madre y celos y

---

<sup>18</sup> Cueli José Teorías de la personalidad 1994 (p.31)

---

odio hacia el padre, a quien considera un rival. Los varones se sienten culpables y temerosos de que el padre los castigue, por ejemplo mediante la castración, a esta suma de sentimientos Freud los denominó como el complejo de Edipo. Kimble Gregory (1996) considera que “En esta fase aparecen en el niño signos definidos de sexualidad, a menudo en la forma de masturbación abierta, otras veces como un deseo de establecer un contacto con el progenitor del sexo opuesto”.<sup>19</sup>

Una vez que los sentimientos sexuales están reprimidos o reorientados, los niños entran en una etapa de latencia. Freud sostuvo que durante la latencia, que se extiende desde los seis años hasta la pubertad, la sexualidad esta adormecida, y los niños juegan sobre todo con sus compañeros del mismo sexo. En nuestra cultura son muchos los factores que conducen a la represión sexual infantil aparecen deseos e intereses sobre temas sexuales. Que los inducen a preguntar o buscar respuestas por si mismo y en muchas ocasiones, la falta de preparación cultural por parte de los padres dificulta o limita esta expresión. . Los padres pueden inquietarse por la conducta del niño, y pueden evitar contestar preguntas que les parecen incómodas e incluso castigar esta forma temprana de interés sexual.

En la pubertad, la latencia da paso a la etapa final, la etapa genital, en que los jóvenes comienzan a experimentar deseos sexuales hacia otros. Se fincan las bases de una identificación sexual adulta el individuo desarrolla la capacidad de relacionarse, madurar con el sexo opuesto.

Durante la adolescencia se considera que los impulsos o arranques sexuales y agresivos son los que la sociedad prohíbe con mayor frecuencia, éstos suelen ser potencialmente las fuentes mas fecundas del conflicto interno de cualquier persona.

---

<sup>19</sup> A. Kimble Gregory. Fundamentos de Psicología General 1996 (p.480)

---

---

El ser humano dispone de mecanismos de defensa para enfrentar esa situación . Este aspecto que se contempla en esta teoría de la personalidad es conocido como ansiedad: “la aprensión o miedo de cierto conocimiento que se prevé pero que se desconoce. En contraposición al temor, que es una reacción al peligro real, la ansiedad es más difusa y generalmente se desconoce el verdadero estímulo que lo ocasiona. Es también un estado muy doloroso.”<sup>20</sup>

A continuación describiremos algunos de estos mecanismos. Desde el punto de vista psicoanalítico, es difícil pensar en un aspecto del comportamiento que sólo esté influido por un mecanismo de defensa.

Una de las defensas del mecanismo del yo, es la racionalización. La persona puede presentar verbalmente un análisis coherente y bien razonado de sí misma y de sus motivaciones. Lo que faltaba en este análisis intelectual es la comunicación de las emociones adecuadas y la ansiedad correspondiente.

A menudo, el que racionaliza intenta explicar sus impulsos y pensamientos irracionales en términos puramente racionales. Los psicoanalistas creen que la racionalización, si se usa con exceso, produce esquemas estereotipados en el comportamiento del individuo, debido a que la defensa le impide enfrentarse a los impulsos y tendencias que están en la base de su comportamiento. Como lo plantea G Myers David “El conocido mecanismo de racionalización nos permite dar inconscientemente explicaciones autojustificativas que ocultamos a nuestros propios ojos los verdaderos motivos de nuestros actos.”<sup>21</sup>

La racionalización suele tomar una forma superficial de los problemas propios, también puede considerarse como una barrera respecto a la conciencia de nuestras reacciones emocionales.

Otro mecanismo es la formación reactiva, es la que utiliza el individuo que se comporta de manera directamente opuesta a la que uno podría esperar si se tomara como base sus impulsos. Freud pensaba que, aunque el comportamiento lo opuesto a los impulsos sentidos, todavía podía haber una gratificación substituta

---

<sup>20</sup> Garfield, Sol Luis. Psicología clínica 1979 (p.34)

<sup>21</sup> G. Myers David. Teorías de la Personalidad 1994 (p.381)

---

e inconsciente de impulsos. La formación reactiva representa un compromiso entre las exigencias del ello y el super yo. Sin embargo, el precio que se paga con frecuencia es una distorsión de las relaciones interpersonales . Por ejemplo. en este dispositivo de defensa, una persona que es totalmente agresiva, puede mostrar hacia sus hijos una gran solicitud y paciencia exageradas.

También la sublimación envuelve sentimientos hostiles y produce en el ser humano deseos de enfocarlos a actividades socialmente aceptables. La sublimación es considerada un mecanismo de defensa, es la situación en que se bloquea la gratificación directa de los impulsos compensando la frustración correspondiente sobre la base de sustitutos socialmente útiles. Freud creía que las pulsiones se pueden expresar mediante la sublimación, pero en maneras que son útiles para la sociedad.

En algunos adultos la negación puede llegar a ser el principal medio por el cual reducen su tensión y su ansiedad. Hay dos razones para considerar la negación como una manera inmadura de defenderse en contra de la ansiedad. En primer lugar, la incapacidad que tiene el adulto para ir más allá de las técnicas de reducción de la ansiedad del niño sugiere una falta del desarrollo del yo. En segundo lugar, y esto es probablemente de mayor importancia, hay que tomar en cuenta la fragilidad de la negación, esta distorsiona seriamente la realidad y no ayuda al individuo a enfrentarse a las realidades que tiene ante sí. Principalmente este mecanismo de defensa conocido como negación, consiste en no reconocer la naturaleza del hecho, pues el admitirlo provocará estados muy fuertes de angustia.

Otra maniobra defensiva que comparte las mismas características de inmadurez que la negación es el mecanismo de proyección. Mientras que la negación representa primariamente una distorsión de la realidad externa, la proyección también entraña una distorsión de la realidad interna. En la proyección los impulsos o características personales que provocan ansiedad en un individuo se exteriorizan atribuyéndolos a los demás.

---

Por último la regresión se caracteriza por retroceder a formas anteriores de conducta que caracterizan una etapa previa del desarrollo. De todas las reacciones a la ansiedad y al peligro, la regresión extrema puede ser la más dramática y enervante. Freud creía que la regresión es el proceso por el que un individuo regresa a modos de respuesta y medios de gratificación que son más característicos de un nivel anterior de desarrollo. Un ejemplo tomado de la infancia es la regresión que se ve frecuentemente en una criatura cuando nace un hermano. La regresión no entraña necesariamente una debilitación en el comportamiento y en todas sus esferas, sino que también se puede centrar en áreas tales como el control de los intestinos y de la vejiga, la propia alimentación y las relaciones con sus compañeros. Tal vez los ejemplos más trágicos de regresión se den en aquellos individuos adultos que se encuentran recluidos en hospitales para enfermos mentales y que han regresado a niveles comparables a los de los niños.

Todos estos mecanismos funcionan de manera inconsciente e indirecta. Atenúan la ansiedad al disfrazar nuestros impulsos amenazadores. El desplazamiento desvía los impulsos sexuales agresivos del individuo hacia un objeto psicológicamente más aceptable que el que los originó. Por ejemplo: los niños no pueden expresar su sentimiento de cólera contra sus padres quizás desplacen la cólera hacia el animalito de la familia o hacia sus hermanos.

Uno de los aspectos que más se destacan en esta teoría es que los orígenes del desarrollo de la personalidad se encuentra en el desarrollo psicosexual del niño, el conflicto que se describe como el principio del placer y las exigencias de la realidad social. A continuación expondremos una teoría que se basa en acontecimientos presentes consideran al ser humano como una unidad única y tendiente a la autorrealización.

### **2.3: El Enfoque Humanista y el Desarrollo de la Personalidad.**

Las figuras más prominentes que se asocian con este movimiento son Carl Rogers y Abraham Maslow. Se valen de un enfoque fenomenológico, o sea que se ocupan

---

---

de la experiencia inmediata. Les interesa más describir lo que siente una persona ante un acontecimiento, que explicar las causas del mismo.

Este lineamiento plantea que la conducta no es una mera reacción frente a estímulos externos ante las percepciones que tiene el sujeto, de dichos estímulos. Si no sostiene que toda conducta es una respuesta a nuestra percepción de la realidad. Solo nosotros podemos conocer directamente nuestras percepciones.

Los teóricos humanistas, destacan la capacidad creativa del individuo y su necesidad de crecimiento personal. Se preocupan ante todo por ayudar a cada cual a alcanzar el sentido de dirección de sí mismo. Subrayan ante todo la importancia de la autorrealización, la tendencia a desarrollar la propia potencialidad y llegar a ser mejor.

Están profundamente convencidos de la bondad del hombre y de las necesidades de permitirle ser él mismo.. Anthony Suitich editor del Journal of humanistic psychology describe la esencia de este movimiento “Las psicologías existencialista y fenomenológica, entre otras cosas, sugirieron en el curso de nuevos intentos para abrir la vasta y crucial vida interior del hombre, con vistas a liberar sus potencialidades y lograr la máxima autorrealización.”<sup>22</sup> Los humanistas tienden a subrayar la autorrealización, y los existencialistas a poner de relieve la responsabilidad y autodeterminación del individuo.

Su concepto de naturaleza humana es positivo y humanista. Considera que el ser humano posee una tendencia innata hacia la autorrealización, la cual al ser liberada lo hace esforzarse por alcanzar la perfección personal. No considera que el ser humano sea solo fruto del pasado ó del presente, si no de ambos tiempos.

El ser humano es capaz de elegir entre diversas opciones. Según este enfoque el mundo debe percibirse en función del modo como se presenta a cada persona en el marco de su experiencia individual, pues si halló lo que el mundo significa para mí, comprendo simultáneamente quien soy y que soy.

---

<sup>22</sup> Sánchez Barranco Ruiz Antonio . Historia de la psicología. 1988 (p.408)

---

El hombre está impulsado por una tendencia, la cual se demuestra como lo siguiente. "El enfoque humanista considera que la naturaleza humana no puede ser una maravilla en su desarrollo físico y un caos en el desarrollo psíquico. Por el contrario, sostiene y prueba la tesis de que hay un pleno paralelismo entre ambos aspectos."<sup>40</sup> El hombre muestra capacidad, y también deseo, de desarrollar sus potencialidades. Parecería que esto se debiera a una motivación suprema: una necesidad o motivo fundamental que orienta, da energía e integra el organismo humano. Este impulso natural lo guía hacia su plena autorrealización, lo lleva a organizar su experiencia y, si lo puede hacer en ausencia de factores perturbadores graves, esta organización se orientará en el sentido de la madurez y del funcionamiento adecuado, es decir, en el sentido de la conducta racional y social subjetivamente satisfactoria y objetivamente eficaz.

El hombre posee la capacidad de autorrepresentarse; contemplarse a sí mismo desde afuera, de autoproyectarse, de autoduplicarse, de autorreproducirse, tomar conciencia plena de sí mismo es una característica distintiva del hombre y es la fuente de sus cualidades más elevadas.

Este tipo de personas se caracteriza por sentir una libertad interior, son independientes y sus decisiones siempre favorecen su desarrollo. Esta capacidad le permite distinguirse a sí mismo del mundo exterior, le posibilita vivir en un tiempo pasado o futuro, le permite hacer planes para el porvenir, utilizar símbolos, utilizar abstracciones, verse a sí mismo como lo ven los demás y tener empatía con ellos, comenzar a amar a sus semejantes, tener sensibilidad ética, ver la verdad, crear la belleza, dedicarse aun ideal y, quizá, morir por él. Realizar estas posibilidades es ser *persona*.

Dos teóricos precursores ilustran esta tendencia al destacar la importancia del potencial humano y ver el mundo a través de los ojos de la persona (no de los

---

<sup>40</sup> Martínez Miguel La psicología Humanista: Fundamentación Epistemológica, estructura y método 1980(p.73)

---

ojos del experimentador): Abraham Maslow (1908-1970) y Carl Rogers (1902-1987).

Abraham Maslow (1908-1970), propuso la idea de que estamos motivados por una jerarquía de necesidades fisiológicas, (alimento, reposo y seguridad) si alcanzamos cierto sentido de la seguridad, después buscamos el amor, ser amados y a amarnos a nosotros mismos. Dada la autoestima, en definitiva buscamos la autorrealización, el proceso de realización de nuestro potencial.

El hombre como todo ser vivo requiere satisfacer sus necesidades básica , pero a diferencia del animal se debe de sustentar en su capacidad de tomar sus decisiones con responsabilidad.

Este autor concibe la personalidad como una tendencia a resolver necesidades de diferente nivel. Primero estarían las primarias: hambre, sed, sexo y compañía. Después reconocimiento y afecto, y por último las de realización personal y espiritual. El principio básico de Maslow es que cuando se satisfacen las necesidades fundamentales, otras de orden superior aparecen.

En la misma época en Maslow efectuaba estudios C. Rogers descubría que todo ser humano es positivo y confiable, desarrolló la técnica de grabar las sesiones de consulta y métodos elaborados para el estudio de las respuestas de sus clientes.

Para Rogers, el campo fenomenal de la experiencia es el reino total de las experiencias psicológicas. Define el concepto de organismo, como centro y lugar de todas las experiencias.

Describe un elemento central de la personalidad, que él denominaba el Si mismo, es decir; la estructura del sí mismo es una configuración organizada de las percepciones del sí mismo que son admisibles a la conciencia. Se conforma de elementos como las percepciones de las propias características y capacidades; los preceptos y conceptos de sí mismo relacionados con los demás y con el ambiente; las cualidades de valor que son vistas como asociadas con las vivencias y con los objetos, y las metas ideales que se perciben como positivos y negativos

---

---

Fundamental en la teoría de Rogers es su concepción de una tendencia actualizante que se concibe como “la tendencia inherente del organismo por desarrollar todas sus capacidades de tal manera que sirvan para conservar o fortalecer el organismo.”<sup>24</sup> Destaca el papel que juega la experiencia en la personalidad, la define como todo aquello que está pasando dentro del individuo y que es potencialmente accesible a la conciencia del mismo individuo .

La experiencia se refiere a la situación actual, a la que estimula el organismo, idealmente, la persona debería estar abierta a su propia experiencia y a experimentar plenamente sus sentimientos.

Para Rogers cuando una persona no percibe que esas tendencias naturales del ser humano se realizan, se provoca en él la incongruencia y la desorganización. Se experimenta amenaza, ansiedad o depresión. Como lo describe A. Kimble 1996 “La congruencia es un estado de armonía interna; la incongruencia de inarmonía. El logro de un estado congruente supone que nuestro autoconcepto es compatible con lo que uno experimenta. La consistencia bien lograda es lo que hace a una persona “integrada” o completa”<sup>25</sup>

Como defensa de estos sentimientos desagradables, aparece la negación y distorsión, donde se impide que parte de la realidad, ingrese a la conciencia y, en consecuencia, no puede contribuir al autoconcepto. Se experimenta amenaza, ansiedad o depresión.

La necesidad de aceptación personal, se concibe como una necesidad universal, esta se provee por parte de nuestra familia o personas significativas y debe ser incondicional, esto le ayudara al ser humano a adaptarse plenamente.

El concepto del “yo” o el “autoconcepto” es un componente tan importante en la teoría de la personalidad de Rogers que se la ha llamado la teoría del yo. ¿Cómo aparece el yo?. Sus raíces básicas deben buscarse en las primeras interacciones con los padres, ya que éstas constituyen el fondo del cual surgen las percepciones, los valores, las actitudes las cogniciones que determina las

---

<sup>24</sup> Brazier David. Más allá Carl Rogueis. (1997) p.26

<sup>25</sup> A.Kimble Gregory. Fundamentos de Psicología General 1996 (p.492).

---

relaciones de una persona con las demás. Pero el sentido del yo no es fijo e inmutable. Las malas relaciones paternas son modificables por la experiencia subsiguiente si la persona puede ser abierta y no defensiva, flexible y no rígida, y lucha por obtener libertad de los controles externos.

Rogers cree que el crecimiento personal entraña el autoconocimiento, la autorrealización y las relaciones sociales cada vez más maduras y significativas. De acuerdo a esta orientación, la situación de la psicoterapia es tal, que la gente que padece ansiedad y trastornos, una baja autoestima y que sostienen percepciones discrepantes y subjetivas acerca del mundo propio acude a buscar ayuda en ella. La tarea le compete al terapeuta o al asesor cuando acepta al individuo como una persona valiosa, esta aceptación tiene que estar en función de un respeto, confianza y empatía reales del terapeuta por la persona que esta confiando en él.

La principal tarea el terapeuta consiste en crear una atmósfera terapéutica en que los clientes se puedan integrar totalmente de nuevo, creando un ambiente de libertad y comprensión, esto solo se puede lograr si los clientes reducen sus condiciones de valía y aumentan su auto consideración incondicional positiva.

Las tres principales perspectivas sobre la teoría del desarrollo de la personalidad ha amplificado nuestra comprensión de la conducta humana, cada una maneja aspectos de la personalidad que en algunos puntos difiere de la otra, pero que nos sirven de marco teórico en el campo profesional psicoterapéutico. A continuación describiremos los orígenes de estas posturas, sus principios, y sus técnicas.

Para que de este apartado como del anterior, derivar los elementos que dan cuenta del objetivo en general. Análisis de las características y habilidades, formativas que se requieran para la formación de los psicoterapeutas.

## **CAPÍTULO 3.**

### **ESCUELAS TERAPEUTICAS REPRESENTATIVAS ORIGEN Y PRINCIPALES SUPUESTOS**

En este apartado se presentan en forma resumida las escuelas que se consideran representativas en la esfera de la psicoterapia; conductismo, humanismo y psicoanálisis centrandó el análisis en los conceptos básicos, estrategias y técnicas en estas teorías; para que de este apartado como del anterior; derivar los elementos que dan cuenta del objetivo central; análisis de las condiciones sociológica éticas y formativas de personalidad que se requieren para la formación de psicoterapeutas.

#### **3.1 El Modelo Conductal.**

El punto de partida de la terapia de la conducta es la consideración de que la mayor parte de la conducta incluyendo la conducta inadaptada, es aprendida y, por tanto, los principios derivados de las teorías del aprendizaje son aplicables a los tratamientos

La terapia de la conducta apareció para intenta explicar científicamente los cambios en el comportamiento humano. A finales del siglo XIX , fueron Pavlov y su colaboradores quienes demostraron los principios básicos del aprendizaje por contigüidad y los procesos de adquisición por extinción y generalización de nuevas asociaciones.

En Estados unidos, primero fue Thorndike y más tarde Skinner y cols. quienes demostraron que el ambiente podía modificar la conducta e introdujeron los principios del refuerzo, el castigo y el control de estímulos. En término generales podría decirse que Skinner postulo que las consecuencias que la conducta genera en el entorno determinarán que acciones se verán reforzadas y cuales se verán debilitadas a lo largo del tiempo.

Otro paradigma de la teoría del aprendizaje, es el condicionamiento operante, hacia el tiempo en que Pavlov estaba comenzando sus experimentos sobre condicionamiento clásico en Rusia, el trabajo sobre el condicionamiento operante, se inicio en los Estados Unidos. Edward Lee Thorndike, (1874-1948) universidad de Columbia, estaba colocando pollitos, gatos, perros, y mon

---

---

toda una variedad de situaciones experimentales. El trabajo mejor conocido de Thorndike fue el de los gatos en una caja de laberinto, la medida más común que utilizaba Thorndike era el tiempo necesario para que el gato escapara del laberinto. Con esta práctica, esta medida disminuía de manera constante. Este tipo de experimento fue uno de los primeros sobre el condicionamiento operante o instrumental, ya que el salir del laberinto y recibir recompensa con alimento dependía de que el gato hiciera una respuesta específica. “Este aprendizaje se conoce como experimental, La respuesta que se aprende es instrumental, para resolver un problema y para obtener una recompensa”<sup>26</sup>

Posteriormente, Burrhus Frederick Skinner, de Harvard, escogió el término condicionamiento operante para este tipo de aprendizaje porque ocurre mientras el aprendiz está actuando en el ambiente. Probablemente Skinner sea el psicólogo de más influencia del siglo XX, en términos del impacto que ejerció sobre el campo. En los años treinta, Skinner comenzó una extensa serie de estudios, primero sobre ratas que aprendían a oprimir una barra, y luego con pichones que aprendían a picotear una ventana iluminada.

Este comportamiento llamado por Skinner comportamiento respondiente procura producir un nuevo comportamiento o modelar su conducta. El aprendizaje exacto que se busca muy bien puede no encontrarse en el repertorio conductual del organismo o en su conjunto de hábitos, pero ciertamente está dentro de sus capacidades. Si un determinado comportamiento es reforzado, tenderá a continuar y a fortalecerse.

Por consiguiente el condicionamiento operante se refiere esencialmente al fortalecimiento que se administra a la asociación que existe entre un estímulo determinado y una respuesta determinada, mediante un refuerzo. Como lo menciona Statt A. David “mediante las mismas técnicas de recompensa y castigo para incrementar o extinguir ciertas conductas, el terapeuta conductual trata de

---

<sup>26</sup> A. Gregory Kimble. Fundamentos de Psicología General, 1996 (p.170)

---

---

fomentar lo que el y sus pacientes consideran una forma saludable de encarar sus problemas”.<sup>27</sup>

La terapia aplica principios de aprendizaje bien definidos para eliminar el comportamiento indeseado. Como lo afirma G. Myers David “Para tratar las fobias o disfunciones sexuales, los terapeutas de la conducta no profundizan mucho buscando causas internas. Más bien tratan de reemplazar los pensamientos problemáticos y las formas de conducta que implican inadaptación por modos de pensamiento y comportamiento más constructivos”<sup>28</sup>

La participación profesional del terapeuta en relación al cliente se limita al conocimiento actual de sus pensamientos, indicándole como revalorar su posición ante determinado problema.

Una de las características esenciales de la terapia de la conducta es el énfasis que pone en la técnica. La relación terapéutica, sin ser desperdiciada, no es considerada tan determinadamente y central como en otros modelos terapéuticos. El terapeuta tiende a ser visto mas como instructor o un reforzador social. No interviene con críticas , ni se coloca tras un diván su relación es activa.

Otra forma de aplicación de este método consiste en eliminar o reducir la frecuencia de emisión de una respuesta no deseada (por ejemplo el que un niño emplee palabras obscenas). Al emplearlos así, se aplica un castigo o un reforzamiento negativo para hacer que decrezca la ocurrencia de la respuesta. Para aplicar con certeza este procedimiento es necesario establecer la conducta a cambiar o reforzar.

Las técnicas del condicionamiento clásico son la desensibilización sistemática y el condicionamiento asertivo.

La técnica de DS consiste en extinguir las conductas desaptativas por adaptativas, desarrollada por el psiquiatra Joseph Wolpe (1958-1982), el cual, supuso que, “uno no puede sentirse ansioso y simultáneamente relajado. Por consiguiente, si

---

<sup>27</sup> A Statt David La Psicología Pag. 140 1978.

<sup>28</sup> G. Myers David. Teorías de la Personalidad 1994 (p.439)

---

---

uno puede relajarse repetidas veces cuando afronta estímulos que provocan ansiedad, podrá eliminar gradualmente el sentimiento de ansiedad.”<sup>29</sup>

El secreto de la desensibilización sistemática consiste en proceder gradualmente, implica una serie graduada de contactos con el objeto fóbico(en general mediante imaginarlo), con base en jerarquía de formas posibles de contacto desde la menor a la más atemorizante .El contacto debe presentarse por ejemplo, mediante una relajación sistemática profunda , presentando el objeto que le da pavor al paciente, poco a poco mitigará su ansiedad.

Una de las técnicas utilizadas por el psicoterapeuta conductual es la desensibilización sistemática, Rachman y Wilson y Mc Glynn y colaboradores, “Consideran que la DS es definitivamente efectiva, aunque la efectividad es mayor para el tratamiento de fobias menores (por ejemplo, fobias a animales), que en el tratamiento de la agorafobia, con pacientes que pueden aprender habilidades de relajación y tienen imaginaciones con la suficiente viveza como para poder conjurar las fuerzas de su temor”. 30Esta técnica ayuda a desarrollar confianza en la persona para enfrentarse con la exposición de su problema.

El condicionamiento asertivo tiene como finalidad el tratamiento de la ansiedad ante situaciones interpersonales. La suposición en que está basada esta técnica es la de que algunas personas tienen exagerado autocontrol y la restricción hasta un grado que resulta inadaptativo. El tratamiento empieza por hacer ver al paciente la necesidad y las ventajas de comportarse asertivamente. El terapeuta propone los patrones de comportamiento para que el paciente deje su modelo de conducta, avanza en la jerarquía de la ansiedad con esta técnica de relajación progresiva, utilizando el estado de relajación para desensibilizar al individuo frente a cada situación imaginada.

La técnica del condicionamiento aversivo. Consiste en desensibilizar sistemáticamente a un paciente, trata de reemplazar una respuesta negativa (temerosa) por otra positiva, (relajada) ante un estímulo inofensivo.

---

<sup>29</sup>D. Gross Richard. La Ciencia de la mente y la conducta 1998 (p.874)

---

Estos modelos no intentan ayudar al sujeto a conocer más profundamente la causa subyacente del miedo, por el contrario consideran que al superar su modelo de conducta que implica una adaptación defectuosa ayuda a la gente a sentirse mejor consigo misma.

La implosión e inundación consiste en exponer al paciente a lo que , en DS se encontraría al tope de la jerarquía; no existe una exposición graduada acompañada de relajación, sino que el paciente se le arroja en el lado “profundo” desde el principio. Se logra al hacer imaginar la manera mas aterrizante de contacto. Mark y colaboradores utilizaron con mucho éxito la inundación con agarafóbicos, y otros estudios han informado una mejoría continua hasta por nueve años después del tratamiento, sin la aparición de problemas “sustitutos” .Observar la conducta de alguien permite determinar la frecuencia de la conducta deseada, se necesita reflexión y planeación para decidir que reforzadores son los mejores para alcanzar determinados tipos de comportamiento.

En los diversos experimentos que se han realizado en el área del condicionamiento operante, se han utilizado diversos programas o patrones de refuerzo. Por ejemplo, un programa continuo de refuerzo significa premiar o reforzar a un sujeto cada vez que produce el comportamiento deseado. Cuando se retira el refuerzo, los sujetos suelen intensificarse por breve tiempo su comportamiento de respuesta, pero luego disminuye notablemente la respuesta conductual específica. En el programa de intervalos fijos, el comportamiento es reforzado después de un período determinado de tiempo.

Además de programas fijos y continuos de refuerzo, también pueden darse programas de refuerzo variable o intermitente. Estos se pueden dividir en categorías de programas de refuerzo de intervalos variables o de razón variable. En la primera categoría, la duración de tiempo varía entre los refuerzos sucesivos ordinariamente alrededor de una cantidad promedio. En los programas de razón variable, el número de respuestas por cada refuerzo ordinariamente varía alrededor de cierta razón promedio. Autores como Ayllon y Kazdin “(utilizaron técnicas para formar una conducta apropiada donde antes no existía ó para

---

---

aumentar la frecuencia de ciertas respuestas y disminuir la frecuencia de otras”<sup>31</sup>  
Una de estas técnicas se basa en la economía de fichas como refuerzo secundario, donde las fichas (reforzadores condicionados); se dan inmediatamente para conductas deseables en términos sociales; estas fichas se pueden cambiar por un rango de premios y privilegios.

Tal vez se justifica el empleo de esta técnica por su efectividad y su condición humana ya que fortalece el autocontrol por medio de las recompensas positivas pero cabe preguntarse si parte de esta nueva forma de vivir y actuar se prolongara toda su vida y si la aprobación social es mas importante que la auto aprobación personal.

El modelamiento es otro tipo de aprendizaje. Un observador puede incorporar a su repertorio una conducta compleja por la observación de cómo ejecuta esa conducta modelo (por ejemplo: Un niño aprende a manipular un juguete viendo como lo hace un adulto). Como lo menciona Bandura, “Este aprendizaje no solamente es muy común entre la gente, sino que además de aprender muy eficaz. A este aprendizaje se le ha llamado, aprendizaje vicario o aprendizaje por modelo. En estos casos, la persona aprende o modifica su comportamiento observando a alguna persona, más que mediante su propia participación directa en el proceso del comportamiento que se trata de aprender.”<sup>32</sup>

Se aprende en base a la experiencia y con ayuda de los demás. En el aprendizaje basado en la observación, la conducta se modifica como función de las oportunidades de observación del sujeto que puede observar una conducta positiva o negativa.

En una investigación llevada a cabo por Bandura y sus colegas, un grupo de niños de una escuela de párvulos observó a un modelo agresivo que manifestaba diversas formas de agresión física y verbal respecto a una muñeca de plástico, inflada y de tamaño grande. Otro grupo observó al mismo modelo, pero comportándose en una forma muy controlada y sumisa; finalmente, un grupo de control no observó ningún modelo. A los niños de los dos primeros grupos se les

---

<sup>31</sup> D. Gross Richard. La Ciencia de la mente y la conducta 1998 (p.877)

<sup>32</sup> Sol L. Garfield . Estudio de la Personalidad y la Conducta. 1979 pag. 57

---

---

permitía observar el comportamiento del modelo, pero no se les permitía reproducir el comportamiento exhibido por el modelo. Después de esto, a todos los niños se les administró una ligera frustración y luego se les sometió a prueba para anotar la cantidad de comportamiento imitativo o agresivo que manifestaban concluyo que “Los niños que habían observado modelos agresivos exhibieron una gran cantidad de respuestas imitativas, tanto de palabras como físicas, mientras que este tipo de conducta apenas si apareció ni en el grupo de modelo no agresivo ni en el grupo de control”<sup>33</sup>. Los niños que habían observado los modelos agresivos tendían a manifestar un comportamiento lo doble de agresivo que los otros dos grupos.

En resumen, siguiendo a José Luis Martorell,<sup>34</sup> podemos mencionar cuatro puntos comunes a las terapias de la conducta:

1. El interés se centra fundamentalmente en la conducta por la que persona ha acudido a terapia. A la conducta no se le supone una simple señal de un proceso psicodinamico intrapsíquico.  
Para encontrar las verdaderas causas de la conducta, se basan en hechos observables que se pueden encontrar en el medio ambiente y en los antecedentes del aprendizaje del sujeto.
2. La consideración de que hay una continuidad entre la conducta normal y la anormal: ambas se mantienen y se modifican por los mismos principios. La conducta desadaptativa puede desaprenderse y sustituirse por otra conducta que sea adaptativa.  
Esta teoría afirma que la conducta adaptativa y desaptativa se aprende por influencias del ambiente y el tipo de reforzadores, estos factores pueden lograr modificar a su vez la conducta .
3. Se pretende aplicar a la práctica clínica los datos de la psicología experimental, y desarrollar técnicas terapéuticas a partir de teorías concretas.  
Esta teoría es derivada de estudios experimentales específicamente diseñados para someter a prueba la teoría básica y las deducciones sacadas de ella.
4. La terapia de conducta hace un especial hincapié en mantenerse dentro de la tradición experimental en la evaluación de la conducta y en la evaluación del tratamiento.  
Como se basa en hechos observables, el método experimental y la evaluación son los medios de valoración y avance en el tratamiento.

---

<sup>33</sup> Ibidem pag. 57)

<sup>34</sup> Martorrell José Luis .Psicoterapia escuelas y conceptos básicos. 1996 ( p.62)

---

---

Consideran que las personas emiten respuestas diferentes dependiendo básicamente del aprendizaje social, o imitación. A continuación describiremos la teoría psicoanalítica que trabaja con lo que el paciente habla inconsciente en sesión a través de técnicas como la asociación libre y basa su interés en descubrir parte de la historia del sujeto.

### **3.2. Modelo Psicoanalítico.**

Esta postura busca ayudar a la persona a tener un mayor acceso a su propia experiencia. Esta teoría considera que la sintomatología y trastornos neuróticos del sujeto, están determinados por su historia y su comportamiento es producto de sus actos inconscientes. Freud estaba convencido de que todo comportamiento tiene alguna causa o fuente de motivación. Según él nada sucede por casualidad e inclusive los errores y equivocaciones comunes, los accidentes y el olvido, no son cosas fortuitas; por el contrario, cada uno de estos acontecimientos tiene una causa psicológica específica, aun cuando por lo general no somos conciente de ella.

Hacia los años (1893-1895) llegó a asociarse con un investigador mayor, el Dr. Josef Breuer pronto llegó Freud a interesarse por los desordenes neuróticos, y fue en su trato con estos casos, como elaboró gradualmente la práctica y la teoría del psicoanálisis. Tal procedimiento fue el comienzo de la técnica psicoanalítica. En este procedimiento se incluyó la catarsis, que se hizo esencial, y se descartó la hipnosis por considerarla superficial, sustituyéndola por el método del relato o como se le llamo más tarde, el método de la asociación libre. "En él, Freud explicaba dos características esenciales de su tratamiento: la asociación libre que constituía en pedir a los pacientes que expresaran todos los pensamientos y sentimientos que les vinieran a la mente, sin ejercer ninguna censura ni juzgar de antemano su relación, la importancia lógica o propiedad; y la interpretación que implicaba señalarles qué aspectos de su personalidad y experiencias previas influyen en su conducta de manera inconsciente."<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup> B. Weiner Irving. Métodos en Psicología Clínica 1992 (p.404)

---

---

En la evolución del psicoanálisis fue lenta y a fuerza de constancia venció fuertes dificultades. Una de ellas la denominó transferencia, este término se refiere al eco de que el paciente, durante largas e íntimas conversaciones personales en que se exploran excitan sus emociones, contrae un fuerte vínculo afectivo con el psicoanalista, se enamora del francamente y sin rodeos o bien asume una actitud negativa y hostil a la que Freud considera como el mero reverso del enamoramiento y en definitiva el mismo tipo de respuesta. Este fenómeno es exclusivo de lo que sucede dentro del análisis, así lo declara Romero Díaz. “La transferencia es un modo de producción propio y exclusivo del análisis, es algo que se produce exclusivamente en un análisis, dentro de un análisis”<sup>36</sup>.

La transferencia se suscita cuando el paciente puede proyectar y desplazar sus sentimientos reprimidos hacia el analista y en particular los concernientes a los padres.

Hacia 1914 Freud se ocupó de las respuestas que la transferencia del paciente pone en marcha en el psicoanalista, lo que llamó contratransferencia, ó lo que expresa el terapeuta hacia el paciente a lo cual dispuso lo siguiente, “resalto la necesidad de seguir las reglas de neutralidad y la abstinencia para impedir que los fenómenos contratransferenciales contaminaran a los transferenciales. Ello, además exigía un autoanálisis del terapeuta”<sup>37</sup>.

En el proceso llamado contratransferencia el terapeuta expresa sentimientos de desagrado, irritación o atracción sexual hacia el paciente. Forma parte del trabajo del psicoanalista experto en esclarecer esta emoción y manejarla para causas apropiadas susceptibles de lograr una salud mental del paciente. Durante este proceso de análisis se presentan obstáculos que se definen como resistencias, por parte del paciente, pues en el proceso de la asociación libre se encuentran paso, a paso recuerdos escabrosos que terminan por conocer la causa del trastorno, tarde o temprano se llegan al punto donde el paciente no quiere terminar o proseguir su análisis pues quizás han descubierto algo muy doloroso, la falta de voluntad e

---

<sup>36</sup> Díaz Romero Ricardo (p.63) 1992.

<sup>37</sup> Sánchez Barranco Antonio. Historia de la Psicología 1988 (p.270)

---

---

incapacidad son dos características o grado de resistencia el último considerado como el mas difícil, estos medios el paciente los utiliza para protegerse del dolor y esto denuncia que se ha llegado a una verdadera herida, por lo tanto la resistencia muestra como el tratamiento va en la dirección correcta, y que se debe continuar por la línea que se ha contemplado.

En el curso de análisis completo la resistencia no se presenta una única vez sino muchas y en cada caso es necesario enfrentarla sin contemplaciones; la resistencia condujo a Freud a elaborar la Teoría de la represión, la cual expone que una experiencia desagradable pero olvidada, sea un recuerdo o un deseo, se torna inconsciente no solo porque caduca o se desliza pasivamente fuera de la conciencia, sino porque es expulsada de ella y mantenida aparte por la violencia. “ La teoría de la represión dice Freud es el pilar fundamental sobre el cual descansa el edificio del psicoanálisis; En ella están implícitos los distintos aspectos de la visión psicoanalítica: la concepción de un inconsciente activo e impulsivo, y de la lucha entre un yo consciente y el deseo inconciente”<sup>38</sup>

Para los psicoanalistas los sueños son aspectos significativos del comportamiento que requieren de explicación Como lo afirma Martorel “Todo sueño tiene un contenido manifiesto y un contenido latente; el contenido manifiesto es la historia que cuenta el sujeto al relatar el sueño en su significado literal, pero el contenido latente oculta su verdadera significación.”<sup>39</sup>

Freud hizo una distinción entre el contenido de los sueños y lo que llamó trabajo onírico. El primero hace referencia a lo que parece ser el objeto del sueño; el último es el proceso mediante el cual los mecanismos de defensa distorsionan el verdadero significado del sueño.

En el sueño según los deseos prohibidos se disfrazan, y así, subrepticamente, se introducen en la conciencia; los disfraces son variados y en extremo ingeniosos. A esto se le conoce como simbolismo; en el cual las personas, objetos o sucesos que figuran en el contenido manifiesto del sueño representan en rigor otra cosa, su

---

<sup>38</sup> Heiderberg Edna Psicología siglo XX 1979 (p. 283)

<sup>39</sup> Martorell Jose Luis. Psicoterapias escuelas y conceptos básicos. (p. 20) 1996

---

significado depende de experiencias personales del soñador que expresa al momento de relatarlas.

Fue también durante el periodo formativo del psicoanálisis cuando se desarrolló la Teoría de la sexualidad infantil, poco a poco llegó a la convicción de que los impulsos sexuales operan energéticamente ya antes de la madurez sexual, y con el tiempo concluyó que inclusive operan ya en la infancia.

La libido que es una parte de la vida y se destaca en la teoría del psicoanálisis, porque comprende la energía sexual, y como esta se concibió como algo que se encuentra en todo, afirma que se presenta ya desde la infancia; Freud interpretó que el niño satisfacía sus deseos sexuales con prácticas autoeróticas, y que estas prácticas, prohibidas y consideradas vergonzosas, se ocultaban al consciente, mediante fantasías de seducción que eximían al yo de toda culpa. Esta cuestión se concibió como la clave para descubrir la vida sexual infantil; ninguna escuela ha acentuado tanto como el psicoanálisis la tremenda importancia de los primeros años en la determinación del carácter adulto. La energía libidinal del infante se concentra en la boca y en la cavidad bucal, de ahí que la primera fase se le llame fase oral, cuando el niño se encuentra en esta fase (desde el nacimiento al destete), la fuente pulsional prevaleciente es la mucosa bucal, aunque también se incluyen los órganos fonatorios, así como sus respectivas funciones (visión, audición, tacto, habla, etc.) y las actividades donde participa la boca, (la alimentación, respiración etc).

El primer placer sexual del niño recién nacido es el de la lactancia, placer que Freud considera sexual, a esta edad el niño no está consciente de su realidad, por lo cual no controla sus impulsos.

Freud describió una serie de fases, en las cuales señala el desarrollo sexual del niño. En la fase anal, que transcurre en el segundo y tercer año de vida, toma primacía la fuente pulsional ligada a la mucosa ano recto-sigmoidea. Por ejemplo, durante la etapa anal, la forma en que la madre le enseña a su hijo a ir al baño influye sobre ciertos tipos o rasgos de personalidad; si la madre es exageradamente estricta en este entrenamiento, el niño puede llegar hasta negarse a “cumplir con su deber” y rehusar desprenderse de sus heces. Puede

---

---

convertirse en un tipo de personalidad “retentivo-anal”, según la terminología de Freud, y puede manifestar más tarde patrones obstinados y mezquinos de comportamiento. Otro tipo de trato materno durante estas etapas pueden conducir también a diferentes tipos de personalidad.

La fase anal es la segunda parte del desarrollo. El proceso de dar salida a las heces fecales , es placentero sensualmente para la criatura y debido a esto, el niño suele resistirse al control de esfínteres.

En la fase fálica los órganos se convierten en el centro de la energía libidinal y nace la actividad autoerótica. “Aquí la fuente pulsional que toma primacía es la mucosa de los genitales externos, persistiéndose en la búsqueda de un placer narcisista, siendo la masturbación la actividad más representativa de este período”<sup>40</sup>.

Se cree que el narcisismo, sentimiento erótico suscitado por el propio cuerpo, aumenta durante este período, puesto que la criatura misma es la fuente principal de gratificación de placer.

También en esta fase aparece el tan universalmente conocido complejo de edipo, Durante el cual el niño manifiesta una marcada afición hacia el otro progenitor del sexo opuesto mantiene sentimientos hostiles o negativos hacia el otro progenitor. Esta etapa surge mas allá del tercer año de vida, durando hasta el quinto o sexto año. El resultado del complejo de Edipo es que puede amar y odiar su mismo objeto de deseo en este caso el padre o la madre.

Desde la cuna, el niño se enamora de su madre, pero la sociedad se encarga de que ese interés sexual no se exprese ni se reconozca como tal. Ciertamente el goce que experimenta el niño con su madre no se produce sin tropiezo. De una parte, el padre tiene derechos sobre la madre y es en este respecto rival del niño. El resultado es el complejo de Edipo: El niño ama a su madre y odia a su padre; es verdad que el niño también puede amar a su padre, adoptando una actitud ambivalente, ama y odia la misma persona. La situación entera, con sus amores y sus celos violentos, con sus conflictos y represiones inevitables, contiene una

---

<sup>40</sup> Barranco Sánchez Antonio. Historia de la Psicología (p.289) 1986.

---

enorme cantidad de tensión y esfuerzo psíquicos que pueden ser una fuente de interminables trastornos emocionales.

Con la represión de los impulsos sexuales que ocurre durante el complejo edipal, el individuo entra en período de latencia: (etapa pregenital) Los deseos del sexo se expresan en formas afectivas aprobadas por la sociedad y el niño pasa gran parte de su tiempo con compañeros de su misma edad y sexo. En esta etapa se fincan las bases de una identificación sexual adulta.

Hacia la adolescencia, el interés sexual se hace nuevamente prominente y se orienta, ya definitivamente a personas del sexo opuesto; al llegar a la pubertad suele dar la cara la crisis de la adolescencia, en la que hay una reactivación pulsional, puesta en marcha por maduración neuroendocrina. Este periodo se caracteriza por la represión de los impulsos sexuales y por una aparente falta de interés por tales cuestiones, en esta etapa (genital), el individuo convierte sus intereses y energías hacia las demás personas y los aparta de su propia persona y de su propio cuerpo. La energía libidinal se orienta ahora hacia los demás.

La culminación del desarrollo psicosexual es la etapa genital, durante la cual el individuo desarrolla la capacidad de relaciones maduras con el sexo opuesto. Cuando el desarrollo procede relativamente sin ningún contratiempo, el individuo llega al nivel genital de adaptación y se queda en este nivel. Logra mantener una relación heterosexual normal, que es lo más característico de la vida adulta típica. Más tarde Freud formuló teorías que describen la opción entre lo consciente y lo inconsciente; que se centralizo en torno a tres conceptos: el ello, el yo, y el super yo para poder explicar esta conflictiva que se supone en los seres humanos. "La teoría supone que es posible tener una vida más saludable y menos angustiada cuando el paciente libera la energía que antes consagraban a los conflictos entre el ello, el yo y el super yó".<sup>41</sup>

De los tres conceptos mencionados, el ello (El id latino) es probablemente revolucionario; corresponde con bastante aproximación a la antigua noción de lo inconsciente. El ello es la parte más íntima y primitiva de la personalidad. Contiene

---

<sup>41</sup> G. Myers David. Teorías de la Personalidad (P. 434) 1995

---

---

como principal componente los impulsos sexuales instintivos, e incluye también tendencias que el individuo ha enfocado, así como una suerte de ciega sabiduría heredada de la raza, busca solo los placeres momentáneos. Lo que define Statt A David como “los impulsos primitivos de la sexualidad y la agresión que requieren de una satisfacción inmediata. Generalmente no estamos conscientes del ello, pues es inconsciente”.<sup>42</sup>

Esta representación esta gobernada por el principio del placer, sería el depositario de los instintos : Freud lo describe como desorganizado, emocional, oscuro y difícilmente accesible. El yo conoce la realidad, percibe ahí donde el ello anhela ciegamente. La percepción junto con la capacidad para manipular el medio y regular el ello con referencia a él, es la actividad característica del yo. Como lo describe Statt A. David en “El ego llamado también el yo, es algo de lo que estamos conscientes. Es lo racional, la conciencia, la parte pensante de nuestra personalidad, lo que hemos llamado la imagen de nosotros mismos”.<sup>43</sup>

El yo vendría a ser identificado con el consciente y, en palabras de Freud, representaría a la razón y al sentido común, y se gobernaría por el principio de la realidad.

Por último, El superyo, que procede de la introyección de las figuras de los progenitores, esto es la interiorización o asimilación de los sistemas moral y ético propios de la cultura del individuo y según se los interpretan los padres, el súper ego se desarrolla como resultado de las prohibiciones y premios parentales relacionados con modelos específicos de conducta. El niño aprende a distinguir lo que es bueno y es malo, y poco a poco lo va integrando en su propio sistema de valores; en suma, el super yo soy la moralidad inconsciente del individuo.

El super-yo incluye elementos consciente e inconscientes, los mandatos e inhibiciones que derivan de él, al pertenecer al pasado del individuo, pueden estar en conflicto con sus valores actuales, la conducta con el super-yo produce culpa.

Dentro de esta concepción , se consideran que los síntomas neuróticos o comportamiento perturbados son el resultado de los conflictos interiores o

---

<sup>42</sup> Statt A David. La Psicología (P136) 1978

---

---

reprimidos. Como consecuencia existe un desequilibrio emocional inconsciente en el individuo perturbado con respecto a las causas de su dificultad, puede buscar ayuda en primer termino para sus síntomas particulares, (la psicoterapia en este caso el análisis se preocupara en parte por ayudar el individuo a que encuentre poco, a poco en forma retrospectiva la relación que existe entre el síntoma y el conflicto de represión que lo origina).

### **3.3. El Modelo Humanista.**

La psicología nace en Estados Unidos a finales de la década de los cincuenta de este siglo, mostró una evidente oposición tanto al conductismo en cualquiera de sus variantes como al psicoanálisis freudiano, por todo lo cual la psicología humanística fue calificada como tercera fuerza en el campo de conocimiento humano.

A mediados de los años sesenta, este movimiento psicológico enraíza en Europa, llegando a tener un relativo prestigio a comienzos de los sesenta en todo el mundo occidental, llegando sus supuestos filosóficos y metodológicos a Estados Unidos dentro de las cabezas de una serie de psiquiatras y psicólogos germanos, en forma de pensamiento existencialista y fenomenológico. La mayoría de tales profesionales tuvieron que emigrar por su condición judía, habida cuenta por el antisemitismo que los nazis iban imponiendo en Alemania, hay que resaltar que dos de las figuras principales de la psicología humanista no fueron europeos sino norteamericanos, como son los casos de Abraham H. Maslow y Carl R. Rogers.

En este contexto, la conducta no fue considerada como algo constituido en último término por unidades elementales, sino como algo global, tanto en lo que respecta a sus integrantes psicológicos, como a los factores somáticos con relación a lo mental y al echo de que siempre implica una interrelación individuo-sociedad.

Por otro lado rechazaron el enfoque experimental del conductismo de su época, así como su énfasis en la psicología animal oponiéndose igualmente al psicoanálisis freudiano, al entender que los principales móviles de una conducta humana pertenecen a la esfera de lo intencional consciente y no al campo de

---

<sup>43</sup> Ibídem (p.136) 1978

---

---

determinismo inconsciente, resaltando el echo de la libertad humana. Así el interés de los psicólogos humanistas era, pues, la búsqueda, en los actos llamados normales, de los significados o sentidos a la luz de lo consciente y no de las causas deterministas (fisiológicas, inconscientes o de otro orden), dejando igualmente de lado las relaciones funcionales entre estímulos y respuestas.

El individualismo norteamericano vio con agrado las propuestas humanísticas, que señalaban la importancia, por encima de las riquezas materiales y de la tecnología, de necesidades e ideales de tipo superior, rellenándose de esta forma el hueco dejado por la pérdida de valores tradicionales, como la religión, el patriotismo y la familia: las ofertas humanísticas, poniendo en primer plano aspectos como el desarrollo, la autorrealización, la libertad y el amor eran acordes con la angustia e inseguridad del alienado hombre de los años sesenta y setenta, que vislumbró un camino de salvación que no se percibía en el conductismo, ni en el psicoanálisis.

Los psicólogos humanistas concentran su atención en aquellos aspectos de la conducta humana que son única y particularmente humanos, como la creatividad y el amor; “considera al hombre en sí mismo como un ser libre y creativo, cuyo comportamiento depende más de su marco de conceptual interno que de la coacción de impulsos internos o de la presión de fuerzas exteriores” .<sup>44</sup>

El interés del desarrollo del yo es típico de los psicólogos humanistas, uno de los principales proponentes de la psicología humanista fue Abraham Maslow, quien argumento que “la gente tiene el impulso de la autorrealización, realización del yo. Maslow sugirió que existe una jerarquía de motivaciones, y que después de satisfacer los impulsos fisiológicos básicos, las personas tienen necesidades más específicamente humanas, siendo la autorrealización la más alta de ellas, a partir de la cual, la persona transforma todo aquello de lo que es capaz” .<sup>45</sup>

---

<sup>44</sup> Martínez Miguel M. La psicología Humanista: Fundamentación Epistemológica, Estructura y método. p. 2 1982

<sup>45</sup> Statt A. David La Psicología pag. 225. 1980.

---

El trabajo en terapia va dirigida a aumentar la auto-consideración positiva de las personas y acortar así la distancia entre el yo real y el yo ideal. Es conocida como TCC terapia centrada en el cliente. Propone la reorganización del mundo subjetivo del cliente, a través de la relación que establece con el terapeuta.

Uno de los autores más representativos de esta corriente es Carl Rogers. (1902-1987), se basa en la premisa de que todas las personas poseen capacidades innatas para una conducta intencional y dirigida a objetivos que los convierten en seres humanos, amables, amistosos, responsables y que se aceptan así mismos. Sin embargo, en una atmósfera donde no se fomenta el crecimiento personal, el aprendizaje defectuoso da lugar a que los individuos sean aborrecibles, egoístas, pasivos y antagónicos. La terapia debe corregir los efectos de este tipo de aprendizaje y ofrecer a los clientes una oportunidad de mejorar su conocimiento de sí mismos y autoestima.

La obra realizada por Rogers en niños y adultos lo condujo a elaborar un punto de vista “centrado en el paciente” (auto directivo), como lo plantea Sánchez Barranco Ruiz Antonio 1988 “La responsabilidad de la dirección del proceso terapéutico se sitúa en el cliente y de aquí el termino de no directividad para calificar el tipo de psicoterapia: el terapeuta debe aceptar los objetivos que delimite su cliente, el cual ha de guiar el proceso terapéutico como estime más oportuno, comprometiéndose el terapeuta en la potenciación de la independencia y la libertad de la persona que solicite su ayuda, no imponiendo ni sugiriendo ningún tipo de actitudes, creencias, opiniones o valores”<sup>42</sup> El termino cliente se enfatiza para implicar la propia responsabilidad de la persona y “centrado en el cliente” significa que se alienta al cliente a dirigir su proceso terapéutico completo, cualquier cambio que ocurra es gracias al cliente.

Rogers siempre ha conferido gran importancia a la autenticidad del terapeuta como Parte elemental del proceso terapéutico, como lo describe Brazier David “Lo genuino en terapia significa que el terapeuta sea el mismo, durante su encuentro con el cliente. Sin fachadas, abiertamente muestran los sentimientos y las actitudes que le fluyen en el momento. Esto implica darse cuenta de uno mismo; o

---

---

sea, los sentimientos del terapeuta le son accesibles-a su conciencia- y es capaz de vivirlos, experimentarlos en la relación, y comunicarlos si persisten. El terapeuta se encuentra con su cliente directamente, persona a persona. Él es él mismo, sin negarse a sí mismo.”<sup>47</sup>

Existen tres cualidades o actitudes particularmente significativas por parte del terapeuta, que debe comunicarlas al cliente para obtener el cambio terapéutico: Legitimidad, Consideración incondicional positiva y comprensión empática.

- Legitimidad (autenticidad o congruencia). El terapeuta debe mostrarse a sí mismo como una persona real con sentimientos que se deben expresar cuando es apropiado. El cliente necesita sentir que el terapeuta tiene una participación emocional y no que se oculta en una fachada impersonal.
- Consideración incondicional positiva. El terapeuta debe mostrar completa aceptación y consideración hacia el cliente, como una persona independiente por derecho propio.
- Comprensión empática. El terapeuta debe tratar de entrar al mundo interior del cliente a través de escucharlo en forma genuina y atenta, lo cual implica concentración intensa. Debe ser sensible a lo que ocurre en la actualidad dentro del cliente y a los significados que encuentra debajo del nivel de conciencia.

El aprendizaje del ser humano en relación a su formación psicosocial determina su capacidad de alternar con las persona, esta teoría considera que si no fue buena su relación familiar, puede ser modificable solo a partir de su flexibilidad y autoconocimiento.

Si en la terapia se establecen condiciones antes mencionadas, el cliente hablará sobre sí mismo de manera sincera y esto conseguirá un restablecimiento de la congruencia que será suficiente para producir cambios en la conducta.

Debido a su creencia de que la mayoría de la gente tiene su propia personalidad y los recursos necesarios para crecer, Rogers alentó a los terapeutas a manifestar autenticidad, aceptación y empatía

La persona debería estar abierta a su propia persona y a conocer plenamente sus sentimientos. Si el individuo, o más bien el yo, es congruente con su experiencia, entonces la tendencia actualizante resulta relativamente unificada.

---

<sup>42</sup> Sanchez Barranco Ruiz Antonio. Historia de la Psicología. 1988 (p. 420)

<sup>47</sup> B. Weiner Irving. Metodos en Psicología Clínica. 1992. (p. 410)

---

---

La tendencia de actualización se expresa en una variedad de motivos que tienen el propósito común de mantener e impulsar al organismo. Cuando el ambiente y el organismo están a tono, el organismo se enriquece y satisface sus potenciales. Un ambiente de tensiones o un organismo poco saludable dificultarán la tendencia a la actualización. La operación de la propia actualización puede observarse en el deseo de establecer nuestra identidad o de conservar nuestro amor propio.

La gente saludable está motivada para satisfacer sus potenciales. El yo que se desarrolla es un componente significativo del organismo total e impone más y más sus propios requerimientos de motivación. Satisfacer los requerimientos del yo contribuye al bienestar de la persona, tanto como satisfacer los requerimientos del organismo.

De especial importancia es la relación que tiene el yo con la experiencia del individuo, la cual debe ser congruente con la forma en que se percibe así mismo, si esto no es así, puede suscitarse una discrepancia (incongruencia) que conduce a la tensión o discusión interna (frustración). Para Rogers incongruencia se refiere a una discrepancia entre el concepto del yo y las experiencias reales del yo. La persona que sufre de incongruencia puede ser particularmente afectada a demostrar emociones negativas, tiene un concepto propio distorsionado, un punto de vista de sí mismo incompleto o bastamente fuera de tono con el resto de su personalidad.

Debido a su creencia de que la mayoría de la gente tiene su propia personalidad y los recursos necesarios para crecer, Rogers alentó a los terapeutas a manifestar autenticidad, aceptación y empatía. “Si bien previamente se había dicho mucho acerca de lo que los terapeutas deben hacer, antes de Rogers se había puesto muy poca atención en como deben ser”<sup>48</sup>

Carl Roguéis destacó una serie de características que deben conformar la personalidad del terapeuta para llevar a cabo una terapia eficaz.

La legitimidad o autenticidad, en la cual debe mostrarse a sí mismo como una persona real, con sentimientos que se deben de expresar cuando es apropiado.

---

<sup>48</sup> B. Weiner Irving. Métodos en Psicología clínica (p.410) 1992

---

La consideración incondicional positiva: El terapeuta debe mostrar completa aceptación y consideración hacia el cliente, como una persona real, con sentimientos que se deben expresar por derecho propio.

*Comprensión empática:* El terapeuta debe tratar de entrar al mundo interior del cliente a través de escucharlo en forma genuina y atenta, lo cual implica concentración intensa. Esto puede requerir que se vuelva a afirmar lo que ha dicho el cliente, como una forma de tratar de aclarar su significado emocional (más que su contenido verbal) y esto implica que el terapeuta debe ser sensible a lo que ocurre en la actualidad dentro del cliente y los significados que se encuentran justo por debajo del nivel de conciencia.

En el marco humanista, el tratamiento es en esencia un proceso de experiencia en el que los clientes, gracias a una relación abierta con el terapeuta, van incrementando su conciencia de sí mismos y su capacidad para vincularse tanto con otra gente como con sus propias necesidades, aptitudes y prospectos futuros. A pesar de carecer de una unidad de escuela, se pueden señalar algunas características comunes de este enfoque los cuales tienen que ver con una cierta concepción psicológica del ser humano como las describe Martorell José Luis (1996) :

- El ser humano es superior a la suma de sus partes. Debe ser concebido globalmente: sentimiento, pensamiento y acción forman un todo integrado.
- La conducta humana es intencional. La búsqueda de sentido, libertad dignidad, y no solo las materiales, son aspectos fundamentales del ser humano.
- La existencia humana se realiza en un contexto interpersonal.
- El hombre es autónomo, es decir, tiene la capacidad y responsabilidad de tomar decisiones que dirijan su propio desarrollo. Este principio es complementario con el anterior: sólo un individuo autónomo puede asumir su responsabilidad interpersonal.
- EL hombre tiende a la autorrealización. Ésta es la tendencia inherente del organismo hacia el crecimiento y la diferenciación.
- El ser humano está presente a sí mismo en términos de una experiencia interior. Esta vivencia inmediata y el significado que le da la persona son elementos fundamentales en la comprensión del ser humano.<sup>49</sup>

A continuación se realizará una breve descripción comparativa entre preceptos, métodos de cada una de las escuelas.

---

<sup>49</sup> Jose Luis Martorell. Psicoterapia escuelas y conceptos básicos. 1996 (p. 64)

## **CAPÍTULO 4. COMPARACIÓN ENTRE ESCUELAS PSICOTERAPEUTICAS**

### **4.1 Objetivos Terapéuticos. Conductual, Psicoanálisis, y Humanista.**

Todas las psicoterapias alivian la desmoralización al aumentar las esperanzas y expectativas de mejoría a través de infundir sentimientos de confianza y autovalía. Son tratamientos a base de dialogo y conversación. Las terapias conductuales emanadas de las teorías del aprendizaje, se basan más bien en la acción, en el condicionamiento y en los métodos tendientes a aumentar o aminorar la fuerza de determinados tipos de respuestas.

Un aspecto relevante en las intervenciones conductuales no es el “control” o el dictado de objetivos, sino apoyar las intervenciones conductuales en las muchas metas de los individuos, familias y sociedad en su conjunto. Ejemplos obvios de tales metas son la educación de gente joven, minimización del delito y prevención de la enfermedad.

Los terapeutas del comportamiento tratan de deshacerse de los síntomas fortaleciendo las respuestas que los inhiben. Cuando los síntomas de un paciente son ansiedad, miedo y tensión como en una fobia, el terapeuta del comportamiento pondera el uso de los incentivos procedimiento basado en el principio de la inhibición recíproca de Wolpe. De conformidad con este principio “si se puede lograr que ocurra una respuesta que inhiba la ansiedad en presencia de estímulos que evocan la ansiedad, el hacerlo debilitará la relación que media entre estos estímulos y la ansiedad (Wolpe y Lazarus) “. <sup>50</sup>

Wolpe, por ejemplo, aunque a todas luces trata con síntomas manifiestos, describe a sus pacientes como que se vuelven mas productivos, tienen un mejor ajuste y placer en el sexo, mejores relaciones interpersonales, etc. desvaneciendo todas las causas subyacentes. El argumento de que la supresión, de un síntoma problemático en cierta forma “se generaliza” a todas las otras áreas da por echo lo mismo que se arguye” . <sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Cueli José Teorías de la personalidad 1994 cap. 4 (p.75)

<sup>51</sup> Yates J. Aubrey Terapia del Comportamiento pag. (451) 1983.

---

El Instituto de Higiene Mental del estado de Minnesota (USA) ha propuesto, y posteriormente adoptado, algunos criterios sobre la práctica de la modificación de la conducta:

- Prohibición de utilizar contingencias aversivas en los programas aplicados a grupos de pacientes.
- Abstenerse de emplear técnicas de privación.
- La única técnica de refuerzo recomendada es la del refuerzo positivo.<sup>52</sup>
- Se rechaza tanto el uso de la información como empleo de técnicas psicológicas con criterios coercitivos.<sup>53</sup>

La psicoterapia psicoanalítica, al respecto, se preocupa en parte por ayudar al individuo a que encuentre poco a poco y en forma retrospectiva la relación que existe entre el síntoma y el conflicto de represión que lo origina. Esencialmente, lo que se pretende es superar gradualmente las represiones y resistencias que se oponen a estas exploraciones, para poder colocar el material conflictivo al nivel de conciencia.

La terapia centrada en el cliente (TCC) es un proceso donde los individuos tienen la oportunidad de reorganizar su mundo subjetivo, de modo que se integre y vuelva real en sí mismo. Por tanto el proceso real es la facilitación de la experiencia de volverse una persona más autónoma, espontánea y confiada.

#### **4.2 Aspectos Técnicos y Metodológicos de las Teorías Mencionadas.**

Un aspecto de técnica que es de profunda importancia en la relación terapéutica, es si el terapeuta hace o no sugerencias o da consejos al paciente-cliente.

En las terapias directivas se hacen sugerencias concretas y con frecuencia se instruye a los clientes a hacer algunas cosas, por ejemplo, se les puede dar una "tarea" a realizar entre sesiones o pueden tener que ejecutar ejercicios específicos bajo la supervisión del terapeuta.

---

<sup>52</sup> Doma Alejandro, Méndez Heman. En Ideología y conductismo. (P. 99) 1979.

<sup>53</sup> Ibidem (p. 99)

---

Estas difieren en términos de qué sugieren que haga el cliente y en como esto conduce al cambio deseado (lo cual, depende desde un inicio de lo que el terapeuta considere como un problema). Por ejemplo, la terapia conductual se concentra de manera directa en cambiar la conducta de las personas (y cualesquier cambios deseados en pensamientos sentimientos se arreglarán solos), de modo que se instruye a los clientes a hablar sobre sí mismos en diferentes formas, a darse instrucciones en cuanto a conducta, a poner por escrito patrones angustiantes y negativos de pensamiento y así sucesivamente.

En esta teoría se utilizan diversos métodos científicos con el propósito de describir, explicar, predecir y controlar el objeto de estudio; el cual es el comportamiento de los organismos vivos, y para poder cumplir con estas metas existen dos procedimientos para la obtención de datos del comportamiento :la observación directa y la observación indirecta.

La observación directa, que consiste en registrar datos en situaciones controladas como las del laboratorio, en función de la frecuencia, duración, geografía, topografía, y magnitud.

Para estudiar otro tipo de conducta de las personas que no es visible a simple vista como creencias, pensamientos , emociones, no pueden ser registradas por los procedimientos de observación directa por lo que ha sido necesario utilizar métodos de observación indirecta, que consisten básicamente en cuestionarios, entrevistas y pruebas psicológicas.

Un proceso importante en la terapia conductual, implica ofrecer a los clientes la oportunidad de practicar nuevas competencias, los clientes registran los progresos hechos en la practica de nuevas competencias, y a continuación trabajan con el terapeuta en la superación de problemas con los que hayan podido encontrarse, un método común para establecer la práctica de nuevas competencias, es mediante el empleo de tareas para casa, se proporciona una continuidad en las sesiones de terapia. Las tareas para casa también pueden ayudar a los clientes a generalizar lo que han aprendido en las sesiones de terapia, a su vida cotidiana.

Por otra parte las terapias no directivas se concentran en entender que sucede en la relación entre terapeuta-cliente; el mejor ejemplo es el Psicoanálisis y la terapia

---

---

centrada en el cliente . El terapeuta representa un papel mas pasivo y en general no hace sugerencias al cliente si no que escucha, y se une al cliente en la exploración y experiencia de lo que sucede en su vida cotidiana o en su pasado. el psicoanálisis se desarrolló dentro de un ambiente clínico y el punto de partida fue un esfuerzo que se hizo para explicar los fundamentos de una conducta anormal.

En el análisis clásico, el analista debe de permanecer despersonalizado y anónimo, es decir no debe mostrar ninguna emoción o revelar cualquier información personal. Así el paciente puede proyectar y desplazar los sentimientos reprimidos sobre él, en particular aquellos concernientes a los padres (transferencia) y el proceso se ayuda de que el paciente yazca sobre un diván con el analista sentado detrás, fuera del campo de visión del analizado.

Otras dos técnicas importantes utilizadas para revelar la mente inconsciente del cliente son la interpretación de sueños y la asociación libre en la cual el paciente dice aquello que se le viene a la mente, no importa que tan ridículo o irrelevante parezca.

El enfoque humanista concentra la atención en nuestras cualidades interiores de crecimiento y autorrealización. A diferencia de los terapeutas psicoanalistas, los terapeutas humanistas tienden a concentrar la atención en “ .<sup>54</sup>

- El presente y no en el pasado.
- El conocimiento de los sentimientos a medida que se manifiestan en lugar de adquirir cierta percepción de los orígenes infantiles de los sentimientos: en otras palabras se enfatiza la expresión, no la causa.
- La responsabilidad inmediata por los sentimientos y los actos de los individuos en lugar del descubrimientos de los determinantes ocultos.
- La promoción del crecimiento y la realización en lugar de la curación de la enfermedad, es común a ambas escuelas. Aunque el psicoanálisis pretenda incluso la curación de la enfermedad.

---

<sup>54</sup> G. Myers David. Teorías de la Personalidad 1994 (p.436)

---

---

Los psicólogos humanistas evalúan la personalidad a través de cuestionarios, en los que la gente expresa su autoconcepto.

### **4.3 Objeto de Estudio o Concepto de Hombre Descritos en cada Escuela.**

#### **4.3.1 En el modelo conductual.**

Se puede describir al hombre en forma acertada basándose en su comportamiento. El hombre es predecible, es un transmisor de información, vive en un mundo objetivo, es racional, tiene rasgos en común con los demás hombres, se le puede describir en términos absolutos, sus características se pueden estudiar independientemente unas de otras, es una realidad y es cognoscible en términos científicos.

Los estudios en seres humanos abarcan desde las investigaciones de un desarrollo normal de la personalidad hasta el cambio de actitudes entre los adultos y los esfuerzos que se hacen para modificar conductas indeseables en niños y adultos. Los estudios hechos con seres humanos son importantes por su relación directa con la personalidad. Los estudios en animales tienen valor por su propio derecho y también por su perspectiva sugerente hacia la conducta de los humanos. La investigación acerca de la evitación informada y las respuestas al miedo en los animales han influido grandemente en el estudio de la personalidad.

En esta perspectiva, la conducta, ya sea que se ajuste a la realidad o que entrañe percepciones neuróticas o psicóticas de la misma, puede describirse en términos de tendencias de respuesta que se forman a través del condicionamiento, la imitación y el aprendizaje de discriminación (o discernimiento).

Los estudios que se hicieron a personas gravemente perturbadas tratadas en base a estos principios indican que a menudo se pueden provocar cambios radicales de conducta por medio del reforzamiento selectivo que tienen los individuos (Levis,1970; Murria y Jacobson,1971).<sup>55</sup> Uno de los aspectos de mayor trascendencia que caracteriza a estos profesionales es su relación del organismo con el medio ambiente, como lo afirma G. Myers David. “Los psicólogos

---

<sup>55</sup> *Ibidem* (p.75)

---

---

conductuales se centran en describir en cómo influimos y somos influidos por la interacción con nuestro ambiente”.<sup>56</sup>

Y a diferencias de los psicólogos humanistas, los psicólogos conductuales no suponen que el “yo es innato, y que espera que se lo “descubra” o “actualice”. Mas bien suponen que nuestro ambiente plasma nuestra comprensión del yo.

Para el conductismo y el psicoanálisis interpretan en forma determinista el comportamiento. Ya que las dos reconocen que los objetivos, los planes y los propósitos influyen en el comportamiento, tanto la teoría del aprendizaje como el psicoanálisis los tratan como productos del historial de experiencias.

#### **4.3.2 Psicoanálisis.**

La teoría psicoanalítica de Sigmund Freud destaca la sexualidad infantil y las motivaciones inconscientes como causas posibles de la personalidad. El conocimiento psicoanalítico no corresponde a hechos puramente empíricos (aunque los posea), sino a un material conformado por acontecimientos históricos (acontecidos ó fantaseados por la persona), que han sido alterados o deformados por la acción del inconsciente, de tal manera que lo que básicamente interesa es la traducción del último significado que tal materia tuvo y tiene para el sujeto, exigiendo ello de una reconstrucción histórica y de su oportuna explicación dinámica profunda (interpretación) y no de una explicación causalista, como el conductismo .

Para la postura psicoanalítica Freud hace énfasis en la naturaleza traumática de los acontecimientos que conducen a la neurosis así como en sus raíces, que se hunden en la primera infancia.

La teoría freudiana considera que los síntomas neuróticos son mecanismos de adaptación que significan señales de represión; son “el resultado visible de causas “inconscientes”.

---

<sup>56</sup> G. Myers David. Teorías de la Personalidad 1994 (p.445)

---

### 4.3.3 Escuela Humanista.

Según su concepto de hombre se puede describir a este basándose en su conciencia. El hombre es impredecible, es generador de información, vive en un mundo subjetivo, es irracional, es único al lado de millones de otras personalidades únicas, se le puede describir en términos relativos, tiene que estudiársele de manera holística, es una potencialidad y él es más de lo que nunca podamos llegar a saber de él.

De acuerdo a Rogers al comparar su tarea con la de los psicoanalistas, afirmó en 1966<sup>57</sup>. El analista, con otras palabras, trabaja en el de la conciencia de su cliente. Facilita la irrupción en su conciencia de aquellos sentimientos que estén a punto de hacerse conscientes en cualquier momento, gracias al proceso terapéutico. El terapeuta centrado en el cliente actúa hasta cierto punto de un modo similar. No repite simplemente las palabras o sentimientos de su cliente. Mas bien busca el significado implícito en el –experiencing– íntimo y presente hacia el cual apuntan las palabras o conceptos de su cliente.”

Rogers nunca terminó de especificar los perfiles concretos que indicasen o contraindicasen su terapia desde la perspectiva de la estructura personal del paciente, poniendo la responsabilidad de los fracasos mas bien en la persona del terapeuta que en los rasgos del cliente, incluso tras percatarse de la serie de limitaciones que los psicóticos portaban. En todo caso, parece deducirse que algunas de sus reflexiones que han de ser descartados de su tratamiento los niños pequeños, los caracterópatas graves, los psicóticos cuyo trastorno esté en actividad, los deficientes mentales y todos los sujetos portadores de anomalías físicas o psíquicas que impidieran una interrelación mínimamente constructiva (por ejemplo, sorderas importantes, franca imposibilidad para hablar, etc).

Se ha acusado a los psicólogos humanistas de que no han sabido apreciar la realidad de la capacidad humana para hacer el mal. Ante los ataques al ambiente, la sobrepoblación y la amenaza de guerra nuclear, dos racionalizaciones pueden promover la apatía. Una es un ingenuo optimismo que niega la amenaza (La gente

---

<sup>57</sup> Sánchez Barranco Ruíz Antonio. Historia de la Psicología 1988. (p.428)

---

es esencialmente buena, todo se arreglará). La otra es una sombría desesperación no hay esperanza; ¿para que intentarlo?. La acción exige un realismo suficiente para alimentar la preocupación y optimismo suficiente para suministrar esperanza. Esto que la psicología humanista alienta la esperanza necesaria, pero no el realismo igualmente necesario.

Observamos que si algunas teorías trabajan directamente sobre el comportamiento y procuran en todos los casos posibles evaluarlo, otras trabajan sobre las condiciones necesarias para llegar al cambio personal, existe otra que se avoca a las causas (subyacentes como el Psicoanálisis).

A continuación se describirá de forma breve algunas características y habilidades que cada escuela expone en referencia al psicoterapeuta.

## **CAPÍTULO 5. DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS Y HABILIDADES DEL PSICOTERAPEUTA SEGÚN REFERENCIAN LAS CORRIENTES ANTES MENCIONADAS.**

Con el objeto de obtener información adecuada con la cual trabajar, los terapeutas deben de disponer de una formación profesional, un repertorio de métodos y técnicas, cubrir ciertos aspectos formativos dependiendo de su marco teórico. Para motivar a su cliente o paciente a hablar, recordar revelar sus experiencias tanto cercanas como remotas de alguna contrariedad previa y auxiliarlos para que continúen hablando de sí mismos a pesar de que cada vez les resulte doloroso y vergonzoso. Por lo que estos aspectos mientras mas completos y eficaces sean, mas datos elucidará para poder alcanzar los objetivos del tratamiento El terapeuta como todo ser humano tiene necesidades tanto de tipo físicas como psíquicas que deberá satisfacer para poder desempeñarse de una manera eficiente en su trabajo, de lo contrario éstas interferirán en el mismo, no logrando así, los resultados esperados de su trabajo. Como lo declara Peterson Gail, w. “la actitud en función de la orientación influye al aconsejar, destaca que el dominio ético de la confidencialidad absoluta del paciente, aumenta la integridad y valor del psicoterapeuta”.<sup>58</sup>

Al respecto, Maslow (citado por Goble, 1979), señala que “el ser humano esta motivado por cierto número de necesidades básicas que abarcan a todas las especies; es decir, urgencias aparentemente inmutables y, por su origen, genéricas o instintivas”.<sup>59</sup> Señala, que en el hombre existen necesidades de índole psíquica más que puramente fisiológicas; constituyendo éstas la verdadera naturaleza interior de la especie humana, muchas veces distorsionadas e inclusive vencidas por el aprendizaje erróneo, los hábitos y la tradición.

---

<sup>58</sup> Peterson G. (1980) “Counselor Orientation and Theoretical Attitudes Toward Counseling: Historical Perspective and New Data”. *Journal of Counseling Psychology*, 27 (6) 554-560

<sup>59</sup> Martorell José Luis. Psicoterapias escuelas y conceptos básicos. 1996 (p.76)

---

---

Algunas de las necesidades fisiológicas que menciona, son el sexo, el hambre, la sed, el sueño, la necesidad de resguardo etc. Considera que si estas son satisfechas, el hombre siente seguridad, amor y pertenencia. De lo contrario se puede mostrar como una persona insegura, con una irrefrenable necesidad de orden y estabilidad. Esto lo sustenta Chadoff Paul, al describir “Las negligencias éticas pueden causar problemas en el desempeño profesional del psicoterapeuta, como la necesidad de ejercer control y dominación, la necesidad financiera, la gratificación sexual y la satisfacción patológica; propone que estos aspectos se pueden regir en cuatro principios, la justicia, la benevolencia, la autonomía y el bien común, opina que la malversación del trabajo siempre deberá ser condenado e incluso sancionado legalmente.”<sup>60</sup>

Ahora presentaremos algunos de los lineamientos que describen las habilidades esperadas en los terapeutas, desde tres perspectivas psicoterapéuticas.

## 5.1 CONDUCTISMO

Los científicos de la conducta están inmersos en una sociedad determinada y sufren los efectos de diversas contingencias de refuerzo del medio en que se desenvuelven, y lógicamente, tendrán juicios, valores, creencias y preferencias de diversos tipos.

- De cuando en cuando se atacado a la terapia del comportamiento con el argumento de que representa un enfoque no ético del tratamiento y se ha caracterizado a los terapeutas en el sentido de que posiblemente elaboran tendencias sádicas con sus pacientes. Es desde luego afrentoso que se trate de insinuar sin ninguna evidencia, que los terapeutas del comportamiento, sean menos compasivos que los psicoterapeutas orientados por otros enfoques.

---

<sup>60</sup> Chodoff. M.D.P. (1996). “Ethical Dimensions of Psychotherapy: A Personal Perspective”. *American Journal of Psychotherapy*, 50 (3) 298-308

- 
- Lo importante de todas formas, es que los terapeutas del comportamiento hacen una clara distinción entre comprender y explicar el comportamiento por una parte, por otra el terapeuta cree que hay que hacer todo lo que se pueda por el paciente que se esta presentando en la actualidad utilizando el conocimiento disponible, también es esencial que siempre se tenga el avance del conocimiento de tal forma que al tratar al paciente futuro se den pasos hacia adelante.
  - Esto quiere decir que al paciente hay que tratarlo no solamente en la forma más afectiva posible, sino que el tratamiento debe llevarse a cabo de tal forma que el siguiente paciente que se vaya a tratar se beneficie de los resultados.
  - El objetivo del terapeuta es servir como un buen modelo de la realidad y de comportamiento adulto. “Para ser un modelo efectivo, el terapeuta debe establecer una relación de confianza y aceptación”<sup>61</sup>; por ejemplo: En lugar de decir a los clientes cómo deben de solucionar sus problemas, los terapeutas trabajan con ellos en la definición de opciones y soluciones posibles. Al servir como un buen modelo, los terapeutas pueden demostrar competencias y estrategias de afrontamiento eficaces para manejar problemas. Se argumenta que las habilidades son expresiones conductuales de actitudes, el conjunto de conflictos de actitudes prioritarias puede interferir con el trabajo del consejero esto obliga al psicoterapeuta a reconocer y delimitar su vida personal y profesional.
  - Los terapeutas condicionan de forma operante a sus clientes al ignorar, reforzar o desafiar de manera selectiva temas, comportamientos y tópicos de la conversación.<sup>62</sup>
  - Que el terapeuta no oriente su accionar bajo criterios coercitivos.

---

<sup>61</sup> L. Kleine Chris. Principios comunes en Psicoterapia 1988 (p.44)

<sup>62</sup> Ibidem Pag. 43.

- 
- 
- Debe tener en cuenta que los tratamientos no son una cura, sino un medio eficaz que puede propiciar un cambio de conducta deseado.<sup>63</sup>
  - Poseer la habilidad de manejar la conducta como una tarea terapéutica, como un problema en el cual se trata de eliminar hábitos inadaptativos, y evaluarlos antes y después de la terapia.
  - La mayor responsabilidad del terapeuta es el manejo de la entrevista pues es la fuente principal de información, así como el registro y el uso de imágenes.
  - La labor del terapeuta es utilizar medios para evaluar al paciente, como lo son el informe, la observación clínica, las observaciones de los allegados del paciente, y estudios psicofisiológicos.
  - Su intervención debe ser sistemática y la aplicación de refuerzos deben ser adecuados.
  - Debe implementar la selección de tareas que en colaboración y mutuo acuerdo con el cliente se deben llevar a cabo para establecer un cambio conductual.
  - Promoverá expectativas de cambio.
  - Poseerá suficiente capacidad de observación e inteligencia práctica.
  - Tendrá conocimiento de la comunicación no verbal del paciente.
  - Manejará conocimientos teóricos y capacidad intelectual de las diversas manifestaciones humanas.
  - Debe poseer un agudo sentido de la estrategia y la táctica.
  - Tener la capacidad de ver a su paciente con objetividad y no involucrarse con su dinámica personal.
  - El principal componente que el terapeuta conductista debe manejar en la experiencia emocional correctiva es la empatía. Heinz Kohut (1984)<sup>64</sup>.

---

<sup>63</sup> J. Mahoney Michel. La Comunicación Terapéutica Principios y Práctica eficaz. Cap. IV. XI. 1992. (p. 339)

<sup>64</sup> L. Kleine Chris. Principios comunes e Psicoterapia. 1988. (p.36)

- 
- 
- El terapeuta ignora comportamientos depresivos tales como la autculpa, la pasividad y el autonegativismo, mientras que recompensan los comportamientos incongruentes como la depresión, la actividad, experimentar placer y la solución de problemas. Las recompensas pueden incluir aquello que prefiera que prefiera el paciente (atención, elogios, e incluso dinero) <sup>65</sup>

Por ejemplo, a una persona que se siente desesperanzada porque nunca encontrara trabajo se le propone la tarea de comprar un periódico. La siguiente tarea consiste en mirar únicamente los anuncios de ofertas, sólo de después de elaborar una lista d posibles trabajos y escribir una carta para solicitar un empleo acudirá al lugar mas probable.

## **5.2 PSICOANALISIS**

A continuación intentaremos dar una descripción de las características y habilidades que según la psicoterapia psicoanalítica se requieren para una psicoterapia .

Debe completar los seminarios dedicados al desarrollo mental, estructura, y significado del sueño, la teoría psicoanalítica de la neurosis, metapsicología básica y los fundamentos de la técnica psicoanalítica.

- Manejar el tono y entonación adecuada durante la sesión.
- Debe poseer la destreza del manejo del silencio, debe administrarse reflexivamente en calidad y en cantidad. <sup>66</sup>
- El analista no debe tomar una actitud de superioridad, autoritarismo ni misterio.
- Deberá tener un cerebro de investigador siempre en busca de conocimiento, averiguador de causas y orígenes. <sup>67</sup>
- Deberá poseer una gran inteligencia y un elevado nivel cultural. En un estudio hecho a 67 consejeros sobre la flexibilidad de la respuesta en

---

<sup>65</sup> Honing . Conducta Operante 1996 (p.533)

<sup>66</sup> Greenson Ralph R. Técnica y Práctica del Psicoanálisis. 1992 (p.368)

<sup>67</sup> Greenson Ralph R. Técnica y Práctica del Psicoanálisis. 1992 (p.372)

---

---

función de la experiencia se encontró que esta flexibilidad difiere según los niveles de experiencia y preparación, encontrando que los de nivel doctoral por ser mas experimentados son mejores o mas deseables que los menos experimentados o preparados para el trabajo psicoterapéutico.<sup>68</sup>

- Destreza (entender lo inconciente). El talento mas importante que debe tener el psicoanalista es la facultad de traducir los pensamientos, sentimientos, fantasías, impulsos y modos de proceder conscientes del paciente a sus antecedentes inconcientes. Tiene que ser capaz de advertir lo que está detrás de los diversos temas que toca el paciente en la sesión analítica.<sup>69</sup>
- Establecer empatía, establecer contacto íntimo en términos de emociones e impulsos, es la base para captar significados inconcientes que oculta el material conciente.
- Deben de poseer el conocimiento y manejo de técnicas psicoanalíticas, como la asociación libre y la interpretación.<sup>70</sup> Con respecto a la asociación libre, la psicoterapia sólo puede favorecer el cambio de conducta cuando los terapeutas logran inducir a sus clientes a que hablen de si mismos. Si éstos no revelan sus pensamientos y sus sentimientos, poco se puede hacer para que los terapeutas lleguen a comprender sus problemas que tratan de ayudar a resolver.
- Que el terapeuta debe adoptar una actitud de atención flotante en el encuentro clínico (no tomar notas, no fijar su atención en nada particular, etc.).

---

<sup>68</sup> J.T:T. A.H.K., Malone J. and Herman B. "Changes in Counselor Response as a Function of Experience". *Journal of Counseling Psychology*, 35 (2), 119-126

<sup>69</sup> Greenson Ralph R. *Técnica y Practica del Psicoanálisis*. 1992 (p. 562)

<sup>70</sup> B. Weiner Irving. *Metodos en Psicología Clínica*. 1992. (p.342)

- 
- 
- Por último las reglas de la neutralidad y la abstinencia, que fueron explicitadas repetidamente por Freud, persiguen favorecer los fenómenos transferenciales y controlar los contratransferenciales. Se refirió así, en lo que toca a la neutralidad, a la necesidad de actuar ante el paciente como lo hace un cirujano al llevar a cabo una operación.
  - Respecto a la abstinencia, que incluye a paciente y analista, acoge particularmente el hecho de evitar la aparición de actos derivados de los deseos inconscientes.
  - Debe tener presente que para poder ejecutar un tratamiento debe analizarse. Se enfatiza este aspecto de acuerdo a lo planteado por B. William Stiles, “la terapia les ayuda a entenderse a si mismos, entienden su trabajo, al ser humano; ponen atención a sus obstáculos éticos y personales. A través de su propia terapia como experiencia, se enseñan a ser sensibles y comprensivos con lo que dicen y hacen, conocen sus límites sobre que no hacer, distinguen entre lo que se les atribuye a ellos mismos y de estos al cliente.”<sup>71</sup>
  - El análisis del futuro psicoterapeuta se asocia a los buenos resultados del tratamiento pues revela su propia naturaleza, fortalece el carácter, desarrolla la habilidad en la neutralidad respecto a la transferencia y la contratransferencia es el armazón moral del psicoterapeuta. Su propio sistema de valores.<sup>72</sup>
  - El analista al inicio de cualquier tratamiento, conocido como análisis de prueba, fijará aspectos del contrato terapéutico (las sesiones evaluatorias) frecuencia de la consulta, cuestión de honorarios, uso de diván.
  - El analista debe mantener al mínimo las acciones que podrían revelar sus verdaderas características.

---

<sup>71</sup> Macran S., B: Stiles William, and A.J.S. (1999). “How Does Personal Therapy Affect Therapists Practice”. *Journal of Counseling Psychology*, 46 (4), 419-431

<sup>72</sup> Holmes J. M.D. (1996). “Values in Psychotherapy” *American Journal of Psychotherapy*. 50 (3), 250-272

- 
- 
- Para ser analítico el resultado terapéutico debe derivar de un modo específico del conocimiento de sí.
  - La autorrevelación de un psicoterapeuta tiene un impacto potencial en el proceso terapéutico. Según Mathews “No solo el paciente tiene un pasado sino también el terapeuta, una de las cualidades que se obtienen en este proceso, es que se mejora la capacidad de observación en el paciente, habilita la neutralidad del consejero, esta atento a la conducta verbal y no verbal que ocurre en una pausa conocido como estado de animo.”<sup>73</sup>
  - Debe atender que el criterio esencial de un candidato reside en sus motivaciones presentes y pasadas, concientes e inconscientes, que lo orientarán hacia el análisis personal y la formación psicoanalítica.

### 5.3 HUMANISMO

- Uno de los principales expositores de esta corriente Carl Rogers, se opuso a considerar al terapeuta como una “pantalla en blanco”. Diseñó una terapia de tipo “cara-a-cara”, en la que el terapeuta se implica en gran medida con el mundo experiencial del cliente, y en la que él, consecuentemente, muestra poco de sí mismo.
- La gran ventaja que el autor plantea es que el terapeuta sirve como modelo: su congruencia motiva al cliente a tomar sus propios riesgos con el fin de llegar a ser él mismo.
- La congruencia del terapeuta requiere más que nada, que “sea un individuo bien desarrollado e integrado psicológicamente, suficientemente completo” y en contacto consigo mismo”.<sup>74</sup>
- Debe ser capaz de funcionar en su trabajo eficazmente dentro de las relaciones personales e íntimas sin la interferencia de los propios problemas personales.

---

<sup>73</sup> Mathews, B. (1988) “The Role of Therapist Self-Disclosure in Psychotherapy: A Survey of Therapists”. *American Journal of Psychotherapy*, 52 (4), 521-310

<sup>74</sup> Brazier David. “Mas alla de Carl Rogers”. 1997. (p. 28)

- 
- Carl Rogers (1972), para quien las actitudes y sentimientos del terapeuta son más importantes que las técnicas y la orientación teórica. El menciona tres características del terapeuta que forman el corazón de una relación terapéutica positiva:
  - La congruencia o la autenticidad: se refiere a adoptar una postura sincera y transparente, la segunda nos plantea una aceptación plena y total del cliente y sus sentimientos cualquiera que sea su signo ya sean referidas a personas actividades o cosas, y la última es la disposición y la capacidad de percibir el marco interno de referencia del cliente.
  - Un respeto incondicional hacia el paciente: Si los terapeutas son capaces tendrán éxito en la creación de un clima de aceptación y cuidado, entonces los pacientes se moverán en esa dirección. Así, ellos experimentarán el sentimiento de ser personas mejor integradas y capaces de funcionar más eficientemente, convirtiéndose en personas más abiertas a nuevas experiencias.
  - Un cierto entendimiento empático: Los hallazgos relativos al grado de empatía, cordialidad y autenticidad que los terapeutas son capaces de demostrar a sus clientes se relaciona directamente con la preparación y experiencia que hayan adquirido a través de sus vivencias, los terapeutas principalmente obtienen la pericia para comprender mejor los mensajes que los pacientes tratan de transmitir, y para formular y programar sus intervenciones.<sup>75</sup>
  - Es su responsabilidad dominar el lenguaje corporal y gesticular. Hay evidencia en la cual se afirma que la conducta no verbal del consejero puede reforzar o alterar el mensaje que se comunica dependiendo de su congruencia o inconsistencia en las declaraciones verbales, en aspectos tales como la entonación vocal, postura inclinada, conducta fría o sensible, contacto ojo a ojo, y ceño fruncido. Debe habilitar su

---

<sup>75</sup> B. Weiner Irving. "Metodos en Psicología Clínica". Cap. 7 1992. (p. 421)

---

---

conocimiento en su expresión verbal y corporal ya que estos atributos aumentan o disminuyen el impacto en la comunicación y efectividad del proceso terapéutico. A Tyson Judy y M. Wall. En 1983. <sup>76</sup>

- La voluntad de trabajar sobre el desarrollo de la propia personalidad no debería limitarse al período de entrenamiento o formación sino que debería enfocarse como tarea “vital”. Por tanto, parece muy recomendable mantener revisiones regulares entre colegas, tanto dentro del propio equipo como fuera del mismo. Como lo plantea Brazier David “Como terapeutas deberíamos prestarnos un cuidado especial a nosotros mismos y estar atentos a las señales de agotamiento, soledad, alineación y bloqueo de los problemas personales” <sup>77</sup>
- Trabajaré sobre el conocimiento de si mismo será una base para entender a su cliente y su propia experiencia terapéutica generará confianza en sí mismo, minimizará su tendencia a satisfacer sus propias necesidades en la relación del tratamiento. <sup>78</sup>
- ¿Qué podríamos hacer para evitar estos callejones sin salida? Se recomienda reducir las horas de trabajo y dedicar más tiempo a estar con nosotros mismos, todo esto además de la adecuada supervisión, puede favorecer mucho estas cuestiones.
- Debe ser cordial esta cualidad le permite a los terapeutas crear una atmósfera en la que sus clientes puedan sentirse a salvo, seguros y respetados como personas.
- Mantendrá una actitud amistosa y receptiva.
- Será auténtico, franco y sincero.
- Por lo que respecta a la formación y a la práctica profesional. La madurez personal junto a las actitudes clínicas básicas pueden ser

---

<sup>76</sup> Tyson J. A. and Shavaun M. Wall. (1983) “Effect of Inconsistency Between Counselor Verbal and Nonverbal Behavior or Perceptions of Counselor Attributes” *Journal of Counseling Psychology*, 30 (3), 433-437

<sup>77</sup> Brazier David. “Mas alla de Carl Roguéis”. 1997 (p. 33)

<sup>78</sup> Haas W: M. (199). “Psychotherapy: Some Guiding Principles”. *American Journal of Psychotherapy*, 51 (4) 1997. 593-606

---

---

consideradas por tanto como el principal instrumento del terapeuta en su terapia centrada en el cliente. No solo estos aspectos se consideran, autores como Von y Reimer consideran que la apariencia física, edad y género tienen efectos en la competencia y expectativas de resultados en la psicoterapia.<sup>79</sup>

- Poseerá la habilidad del uso y manejo de la técnica para extraer información.
- Establecerá un clima de libertad interés y confianza.
- Deberry S. And Baskin.D. Mencionan que “los terapeutas de experiencia tienden a ser mas conservadores con respecto a la confidencialidad, que los menos experimentados; se cree que la falta de practica ética se debe a la falta de conocimientos, así como a la discordancia de problemas complejos y ambiguos”<sup>80</sup>

---

<sup>79</sup> Von K.S. and Reimer CH. (1998) “Attitudes Toward Psychotherapists, Psychologists, Psychiatrists, and Psychoanalysts”. American Journal of Psychothpy, 52 (4) 463-488

<sup>80</sup> . Conte. R. Hope.(1989) “Ethics in the Practice of Psychotherapy” American Journal of Psychotherapy.52 (1). 32-42.

## CONCLUSIONES

La psicoterapia, término genérico para todas las curaciones “a través del habla”, constituye un conjunto de técnicas destinadas a promover situaciones de cambio personal en individuos que requieren ayuda en su inestabilidad personal, a través de comprensión, respeto y deseos de ayudar. Por lo tanto considero que además de comprender el comportamiento, el terapeuta necesita estar bien informado de los procedimientos terapéuticos, de las principales teorías de la psicoterapia, y acerca de los diversos problemas con que se suele tropezar.

Respecto al objetivo general que dice “sistematizar integrar y analizar las características y habilidades que se requieren para la práctica profesional y ejercicio del terapeuta”. Se encontró que:

- a) Al tratar de sistematizar la información planteada por las tres escuelas intente una clasificación que resulto medianamente organizada a lo que me había propuesto, pues al revisar los diversos materiales, en la información de la escuela conductual fue necesario sustraer los aspectos formativos formales y los aspectos personales de los artículos, ya que no viene detallado específicamente el tema que se planteó, en comparación de la escuela humanista y psicoanalítica las cuales definían los conceptos y aptitudes requeridas para sustentar parte del objetivo
- b) Para proceder a la integración de la información fue necesario definir lo que era características de personalidad y una habilidad o destreza técnica. La primera se define como (palabra griega charakte = instrumento para marcar \_marca). Conjunto de las maneras habituales de reaccionar de un individuo, en un aspecto muy particular de la personalidad que permite una valoración positiva o negativa en relación con las normas aceptadas en una sociedad. Esto me condujo a reflexionar sobre mis propios

---

aspectos negativos y personales que pudiesen afectar mi desempeño laboral. Por otro lado, el concepto de habilidad o destreza técnica significa, “dispuesto para cualquier actividad, cosa ejecutada con gracia y destreza; que tiene que ver con el tipo determinado de tarea y que puede realizarse en el momento si las circunstancias externas requeridas están presentes “Esto me condujo a intentar ubicar y definir los aspectos que conformarían las tablas comparativas por escuela, y reconocer la falta de conocimiento y preparación en el lenguaje utilizado, en la escuela psicoanalítica y humanista; en conceptos como neutralidad, interpretación e insight, aunque no fue mi labor analizar la definición y uso de los conceptos, me causaron incertidumbre, por lo que tengo la tentativa de realizar un análisis posterior de este tema .

- c) Al analizar y revisar tanto características de personalidad como habilidades o destrezas técnicas, reconozco que solo logre un moderado análisis por lo que se requieren cursos para el manejo de la información psicoanalítica (seminarios), pienso que hubiese sido mejor manejar los aspectos y requisitos de una sola escuela ya que en el transcurso de la investigación observe que la información tanto en conceptos como criterios es muy amplia.
- d) Probablemente hubiese manejado un tema mas concreto como por ejemplo: “La comunicación no verbal como una habilidad en la ejecución de la psicoterapia”, ó “La neutralidad y la empatía como habilidades en la labor psicoterapéutica”.Estos temas surgen como parte de la inquietud y las lecturas revisadas pues considero que la expresión corporal fue un tema muy poco revisado durante mi formación , el segundo tema me parece interesante pues principalmente el punto sobre que es neutralidad y cual es su

---

---

principal función opino me ubicaría en la posibilidad de llevar a buen termino el trabajo clínico.

Respecto a los objetivos particulares señalo que:

a) Al “Revisar y sistematizar las características personales y haidades técnicas que propone la escuela conductista respecto al ejercicio terapéutico” no les interesan aspectos como los sentimientos , valores, emociones por lo que es pobre la información al respecto.

b) Analizar y documentar lo que propone el psicoanálisis acerca de las particularidades formativas del psicoterapeuta, sentía cierta angustia al no manejar el vocabulario, pues en ocasiones había palabras que no están definidas. Los artículos en este sentido fueron amplios y abundantes.

c) “Considerar los aspectos psicológicos (rasgos de personalidad) que se requieren para la practica profesional de la escuela humanista”, falto buscar información mas actualizada, aunque intente hacerlo los artículos solo se referían a tres aspectos congruencia. incongruencia, y empatía. Temática original de Rogers, pienso que actualmente debe haber variantes y me hubiese gustado conocerlas y analizarlas

En relación a la primera hipótesis, que describo de la siguiente manera” hay más diferencias que similitudes entre las escuelas respecto a las propuestas sobre el perfil del psicoterapeuta ” Se concluye que la escuela que mas define estos aspectos es la escuela psicoanalítica, en segundo lugar se coloca la escuela humanista , por último la escuela conductual.

Ahora bien, de las teorías revisadas en relación a la serie de habilidades y rasgos de personalidad que se plantean para el mejor desempeño profesional mayoritariamente, el psicoanálisis enuncia varios aspectos, tales como el conocimiento de si mismo (analizarse), estudio de los seminarios de Freud, y

---

dominio de algunas técnicas como la atención flotante, la abstinencia, vivenciar y reconocer las relaciones transferenciales y contratransferenciales, , en comparación de las otras dos corrientes que son aspectos mínimos, por ejemplo el conductismo que no reconoce la introspección, solo propone el dominio de la técnica, la aplicación de programas, análisis de tareas, reforzamientos positivos y negativos. El humanismo sustenta que el buen terminó de un trabajo psicoterapéutico se le responsabiliza totalmente al profesional que lo desempeña el cual debe tener las siguientes cualidades: congruencia, respeto incondicional por el paciente y cierto entendimiento empático, ésta se basa en la creencia de ese actuar positivo de todo ser humano, que constantemente se esta actualizando.

Las tres escuelas reconocen la importancia del dominio de la empatía desde su punto de vista particular, definida como (dentro de , sufrir algo, experimentar) que significa la concordancia entre lo que es una cosa y la manera como un sujeto consciente la siente, implica al psicoterapeuta en el dominio de esta habilidad como uno de los principales momentos que permiten el inicio de nuestra labor.

Resulta interesante que la teoría del psicoanálisis afirma que a través de análisis o terapia propia se conocen los límites y alcances personales que surgen durante el tratamiento terapéutico, las otras dos corrientes solo confían en las capacidades de análisis de las demandas racionales e irracionales de su actuar.

En la segunda hipótesis que plantea que la “ escuela psicoanalítica ha abordado de manera mas profunda las características esenciales del psicoterapeuta” , se encontró un número mayor de requisitos propuestos que deben ser de mayor dominio en el aspecto personal y manejo técnico para desempeñarse como futuro analista por parte de esta misma teoría.

En algunos aspectos sobre las características de personalidad que se define como (del latín, persona máscara teatral), “La personalidad es un proceso comunicacional permanente que pone al individuo en conexión con sus propias

---

sensaciones, que generan una autoconciencia y con ello a su forma de actuar ante la vida. estas características pueden ser innatas ,y adquiridas, automáticas ó inconcientes y controladas o concientes”. Pareciera que hay cierta similitud sobre las características de personalidad, en la cual la escuela psicoanalitica, menciona que el psicoterapeuta será capaz de reconocer y analizar su propio inconciente, mientras que para el conductismo este debe tener la capacidad de deslindar cuestiones personales de su labor profesional mantener equilibrio en sus emociones, debe haber un limite entre la vida personal y privada; en la primera escuela se describe que el psicoterapeuta debe ser inteligente, poseer destreza y carácter; el conductismo plantea que se debe tener capacidad de planeación y organización sistemática, las dos corrientes concilian en que se debe ser observador, e investigador. La escuela humanista sugiere que se debe ser amigable, cordial, franco y sincero, para el conductismo personalmente propone comportarse ni tan neutral ni tan anónimo; en comparación a estas propuestas, en la teoría psicoanalítica se debe ser anónimo, y dominar su afán de proximidad. Las tres plantean el vivo interés por las personas.

En relación a las habilidades técnicas, ya definida previamente encontramos que la teoría conductual y humanista deben dominar las técnicas para extraer información, poseer la habilidad de planeación de tareas, desarrollar la auto-observación del cliente. En el psicoanálisis se deben dominar habilidades como el manejo del silencio en calidad y en cantidad, la regla de la atención flotante, saber fijar las condiciones de encuadre ,y completar el estudio de los seminarios de Freud. habilidad de interpretación de los contenidos psíquicos, , modificar el tono de voz, poseer el placer de escuchar ser y cultivar el anonimato

En referencia a la bibliografía revisada es abundante en aspectos generales sobre la psicoterapia, habilidades y técnicas, dependiendo de la escuela, fue escasa sobre todo en la escuela conductual singularmente en el área sobre la personalidad del terapeuta.

---

Ahora bien, como sugerencia si el psicoterapeuta es un ser humano con necesidades y problemas, en todos los ámbitos, es importante que considere la necesidad de reflexionar exclusivamente no en los conocimientos teóricos o operativos, sino además en aspectos como las habilidades no académicas, rasgos y características personales, por lo que se sugiere una preparación constante, procurar ampliar su cultura (preparación personal y educativa) en un sentido general que reflexione en relación a un conocimiento integral, teórico, técnico y personal, para el desarrollo sobre el objetivo de su trabajo, que es lograr que el ser humano sea una persona independiente y libre. Creo que se debe invitar a la población escolar, y a los que ya ejercen a considerar lo expuesto para desarrollar más eficientemente su profesión lo que significa (hacer mejor todas las cosas que se tienen que hacer).

Por lo cual se recomienda que debemos incidir en el conocimiento personal, el nos permite el escrutinio y el límite entre la vida personal y privada, insisto en que debemos hacer esfuerzos deliberados para darnos cuenta de cómo la personalidad del candidato a terapeuta es un factor fundamental en el ejercicio profesional.

Por lo tanto no es la cantidad de requisitos que se solicitan en cada corriente, lo importante es conocer el sustento de la condición que nos habilita o nos dispone hacia los elementos necesarios que permitan desenvolvernos profesionalmente.

Además se pretende que se tome a consideración en cuanto al desarrollo o fortalecimiento de las características y habilidades que se requieren en el futuro psicólogo, aspecto no curricular ni académico, ya que en nuestro desempeño se manifiestan aspectos personales, como la actitud, la personalidad y la ética, que en algunas situaciones pueden demeritar nuestro trabajo

Se dice que el valor de la duda incita a la investigación, a la búsqueda de respuestas, así como a la mejora de nuestro actuar, se que en el medio cultural,

---

es necesario cada vez tener herramientas que nos permitan competir y desarrollarnos adecuadamente por lo que deseo se tome a consideración esta investigación como una pequeña aportación a los cambios y demandas en nuestra sociedad.

**ANEXO**

---

## **INFORMACIÓN SOBRE EL ANEXO**

**-ESQUEMA SOBRE LAS CARACTERISTICAS DE PERSONALIDAD DEL PSICOTERAPEUTA POR ESCUELA.**

**-ESQUEMA SOBRE LAS HABILIDADES TECNICAS Y FORMATIVAS DEL PSICOTERPEUTA POR ESCUELA.**

**CUADRO 1 ESQUEMATIZACION DE LOS RASGOS DE PERSONALIDAD POR ESCUELA**

<b>RASGOS DE PERSONALIDAD</b>	<b>PSICOANÁLISIS</b>	<b>CONDUCTISMO</b>	<b>HUMANISMO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• SERÁ EMPÁTICO.</li> <li>• SERÁ INTUITIVO.</li> <li>• ANALÍTICO</li> <li>• SERÁ NEUTRAL</li> <li>• SER CAPAZ DE RECONOCER Y DE ANALIZAR SU PROPIO INCONCIENTE.</li> <li>• CAPACIDAD DE INTERPRETACION DE LOS PROCESOS INCONCIENTES.</li> <li>• SER Y CULTIVAR EL ANONIMATO.</li> <li>• SER INTELIGENTE.</li> <li>• DESTREZA Y CARÁCTER.</li> <li>• POSEER JUICIO CLÍNICO.</li> <li>• SALVAGUARDAR EL RESPETO POR SI MISMO Y LA DIGNIDAD DEL PACIENTE.</li> <li>• NO EXPRESAR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SER OBSERVADOR.</li> <li>• SER DETALLISTA.</li> <li>• SER OBJETIVO.</li> <li>• INTELIGENCIA PRACTICA.</li> <li>• INTERES POR LAS PERSONAS.</li> <li>• SER PERSONALMENTE TAN NEUTRAL NI TAN ANÓNIMO.</li> <li>• SER PERSUASIVO.</li> <li>• EQUILIBRIO EN SUS EMOCIONES.</li> <li>• RESPETO A SI MISMO.</li> <li>• RESPETO AL PACIENTE.</li> <li>• CAPACIDAD DE ANÁLISIS DE LAS DEMANDAS RACIONALES E IRRACIONALES.</li> <li>• CAPACIDAD DE EMPATIA.</li> <li>• CAPACIDAD DE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MUCHO INTERES POR LOS VALORES.</li> <li>• SER EMPÁTICOS.</li> <li>• SER PASIVO Y NO DIRECTO.</li> <li>• SER CORDIAL.</li> <li>• SER AMIGABLE Y RECEPTIVO.</li> <li>• SER AUTÉNTICO.</li> <li>• SER FRANCOS Y SINCEROS</li> <li>• SER EMPÁTICO.</li> </ul>	

<p>UNA ACTITUD DE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUPERIORIDAD NI AUTORITARISMO.</li> <li>• SERA TOLERANTE Y HUMANO.</li> <li>• TENER VIVO INTERES POR LAS PERSONAS.</li> <li>• SER UN INVESTIGADOR, AVERIGUADOR DE CAUSA Y ORIGEN.</li> <li>• PLACER DE ESCUCHAR.</li> <li>• TENER SENTIDO DEL HUMOR.</li> <li>• PLACER POR CONTAR.</li> <li>• DOMINAR SU AFÁN DE PROXIMIDAD.</li> <li>• MANEJARA UN ALTO GRADO DE MOVILIDAD Y FLEXIBILIDAD EMOCIONALES.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PLANEACION Y ORGANIZACIÓN SISTEMÁTICA.</li> <li>• SERA DEMOCRÁTICO EN EL TRATO TERAPÉUTICO.</li> <li>• SERA RESPONSABLE.</li> <li>• CAPACIDAD DE DESLINDAR CUESTIONES PERSONALES DE SU LABOR PROFESIONAL</li> <li>• .POSSER AGUDO SENTIDO DE LA ESTRATEGIA Y LA TÁCTICA</li> <li>• RECONOCE EL PROBLEMA Y MODIFICA SU CONDUCTA EN UN SENTIDO POSITIVO.</li> <li>• SERA UN PESONA INTEGRAL</li> </ul>	
---	---	--

**Fuente:** para la elaboración de este cuadro se consultaron los siguientes autores: Sánchez Barranco Ruíz. Historia de la Psicología. Edit. Biblioteca Eudema. 1988. Grinberg León. La supervisión Psicoanalítica, teoría y práctica. Edit. Paidós Buenos Aires Argentina. 1975. Grinberg León. Evaluación de los Candidatos en la Promoción Psicoanalítica, (Informe de un Coloquio. Edit. Paidós Buenos Aires Argentina. 1975.

**CUADRO 2**

<b>RASGOS DE PERSONALIDAD</b>	<b>PSICOANÁLISIS</b>	<b>CONDUCTISMO</b>	<b>HUMANISMO</b>
		<ul style="list-style-type: none"><li>▪ RECONOCE PROBLEMA Y MODIFICA SU CONDUCTA EN UN SENTIDO POSITIVO</li><li>▪ SERA UNA PERSONA INTEGRRA.</li><li>▪ ES UN INSTRUCTOR O REFORZADOR SOCIAL.</li></ul>	

**Fuente:** para la elaboración de este cuadro se consultaron los siguientes autores: Sánchez Barranco Ruíz. Historia de la Psicología. Edit. Biblioteca Eudema. 1988. B. Weiner Irving. Métodos en Psicología clínica. Edit. Limusa cap. 7 .1992. L. Kleine Chris.Principios comunes en Psicoterapia. Edit. Descleé Brouwer. 2a. Edic.1988. Garfield, Sol Luis. Psicología clínica. Cap. 2 y 8 Edit. Manual moderno. 1979, y Erwin singer. Conceptos fundamentales de la psicoterapia. Edit. Fondo cultura económica.1975

**CUADRO 2 ESQUEMATIZACION DE LAS HABILIDADES TECNICAS Y FORMATIVAS POR ESCUELA.**

<b>HABILIDADES TECNICAS</b>	<b>PSICOANÁLISIS</b>	<b>CONDUCTISMO</b>	<b>HUMANISMO</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ QUE EL CANDIDATO TENGA LA HABILIDAD DE DARLE UNA INTERPRETACIÓN A LOS CONTENIDOS PSÍQUICOS COMO SÍNTOMAS, SUEÑOS, ACTOS, ETC.</li> <li>▪ HABILIDAD PARA VIVENCIAR Y RECONOCER RELACIONES TRANFERENCIALES CONTRATRANSFERENCIALES.</li> <li>▪ DOMINIO DE LAS REGLAS DE ABSTINENCIA.</li> <li>▪ DOMINIO DE LAS REGLAS ANALÍTICAS (COMO LA REGLA DE LA ATENCIÓN FLOTANTE).</li> <li>▪ COMPLETAR EL ESTUDIO DE LOS SEMINARIOS DE FROID</li> <li>▪ FORMULAR PALABRAS CLARAS Y PRECISAS</li> <li>▪ SER SUJETO DE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ DOMINIO DE TÉCNICAS COMO HIPNOSIS, SUGESTION, RELAJACIÓN PROGRESIVA, DROGAS Y MANIPULACIÓN MANIFIESTA.</li> <li>▪ CENTRARA INTERES A RESPUESTAS MUSCULARES MANIFIESTAS Y A REACCIONES AUTONOMAS MANIFIESTAS PERIFERICAS.</li> <li>▪ DOMINIO DE LA TEORIA CONDUCTUALY EXPERIMENTAL DEL COMPORTAMIENT O HUMANO.</li> <li>▪ POSEER CONCIMIENTO DE LA COMUNICACIÓN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ HABILIDAD DE TÉCNICAS PARA EXTRAER INFORMACIÓN.</li> <li>▪ HABILIDAD PARA ESTABLECER UN CLIMA DE CONFIANZA Y DE LIBERTAD</li> <li>▪ INDUCIR PROCESOS DE CATARSIS.</li> <li>▪ DOMINIO E INTERPRETACIÓN DE FENÓMENOS DE INSIGHT.</li> </ul>	

<p>ANÁLISIS PERIÓDICAMENTE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ SABER Y FIJAR CON PRESICION LAS CONDICIONES DEL ENCUADRE (SESIONES EVALUATORIAS, RECUENCIA DE LA CONSULTA, HONORARIOS, DIVAN, ETC).</li> <li>▪ MODIFICAR EL TONO DE VOZ DE ACUERDO AL MOMENTO.</li> <li>▪ POSEER LA DESTREZA DEL MANEJO DEL SILENCIO, EN CALIDAD Y EN CANTIDAD.</li> <li>▪ DOMINARA AL PACIENTE EN MOMENTOS DE ANGUSTIA Y FRUSTRACIÓN.</li> <li>▪ ANÁLISIS DE LAS DEFENSAS.</li> </ul>	<p>NO VERBAL DEL PACIENTE O PROPIA.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ TENER DOMINIO DEL TRABAJO EN LA SESION TERAPEUTICA.</li> <li>▪ HABILIDAD DE TRANSMITIR INFORMACIÓN UTIL PARA EL CLIENTE.</li> <li>▪ HABILIDAD DE EMPLEO CONGRUENTE Y EFECTIVO DE REFORZADORES VERBALES.</li> <li>▪ HABILIDAD DE PLANEAR TAREAS ADECUADAS A LA PROBLEMÁTICA TERAPEUTICA.</li> <li>▪ HABILIDAD DE DESARROLLAR LA AUTOOBSERVACION DEL CLIENTE</li> <li>▪ MANEJO DE LA TERAPIA COMO MEDIO DE AJUSTE CONDUCTUAL, MAS QUE COMO "CURA".</li> </ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ HABILIDAD EN EL MANEJO DE MEDIOS DE EVALUACIÓN (INFORME DEL PACIENTE, OBSERVACIÓN CLINICA, ALLEGADOS DEL PACIENTE Y ESTUDIOS PSICOFISIOLOGICO</li> <li>▪ HABILIDAD EN EL MANEJO DE LA ENTREVISTA.</li> </ul>	
--	---	--

**Fuente:** para la elaboración de este cuadro se consultaron los siguientes autores: Sánchez Barranco Ruíz. Historia de la Psicología. Edit. Biblioteca Eudema. 1988. B. Weiner Irving. Métodos en Psicología clínica. Edit. Limusa cap. 7 .1992. L. Kleine Chris.Principios comunes en Psicoterapia. Edit. Descleé Brouwer. 2a. Edic.1988. Garfield, Sol Luis. Psicología clínica. Cap. 2 y 8 Edit. Manual moderno. 1979, y Erwin singer. Conceptos fundamentales de la psicoterapia. Edit. Fondo cultura económica.1975

---

---

## GLOSARIO

Asociación libre. Procedimiento técnico en el que se conmina al paciente a hablar lo mas libremente que pueda, suspender los juicios de valor y a decir lo primero que le venga a la mente. Es un procedimiento que se cumple relativamente. Requiere informar al paciente.

Condicionamiento Operante: se refiere esencialmente fortalecimiento que se administra a la asociación que existe entre en un estímulo determinado y una respuesta determinada, mediante un refuerzo.

Condicionamiento clásico.:Un estímulo previamente neutral, conocido como estímulo condicionado (EC) sirve como señal de que está a punto de aparecer un estímulo incondicionado (EI):

Conducta. Pensamientos (cogniciones), sentimientos (afectos), fantasías y acciones.

Contingencia. Es la relación que establece entre el estímulo reforzador y la conducta deseada.

Contratranferencia. V. también *Contratransferencia complementaria* y *Contratranferencia concordante*. Experiencia emocional del psicoterapeuta respecto al paciente. Puede ser una ayuda o un impedimento para el tratamiento. El terapeuta puede sentirla como una presión para actuar de determinada manera con el paciente.

Desplazamiento. Acción de centrar la ansiedad o los sentimientos sobre una persona u objeto distintos a aquellos con lo que están realmente relacionados, por ejemplo, pegar al perro cuando se esta enfadado con la pareja.

Discriminación.. Sucede solo cuando la conducta condicionada operantemente responde ante un estímulo en particular

Empatía: significa compartir, sentir lo que siente otro ser humano: Uno participa de la índole; no de la cuantía de los sentimientos. Es un modo de establecer contacto íntimo en términos de intuiciones e impulsos.

Ello. Porción de los deseos en el modelo tripartito de personalidad psicoanalítico.

---

Extinción::Es la disminución de fuerza de la respuesta condicionada que ocurre en ausencia del reforzamiento.

Formación reactiva. Acción de hacer lo contrario de lo que uno siente (p. Ej., mostrarse jovial con alguien con quien se está furioso).

Habilidades. Psic. Disposición que muestra el individuo para realizar tareas o resolver problemas en áreas de actividad determinadas, basándose en una adecuada percepción de los estímulos externos y en una respuesta activa que redunde en una activación eficaz.

Habilidad técnica. Es una actividad, una destreza encaminada a dominar una serie de recursos especializados, estandarizados, en determinados procedimientos.

Idealización primitiva. Sobrevaloración del poder, la capacidad y el prestigio de otra persona con la finalidad de paliar la propia ansiedad.

Identificación con el agresor. Comportamiento parecido al empleado con una persona significativa del pasado que ha sido violenta o agresiva con uno.

Identificación proyectiva. Defensa primitiva que consiste en proyectar los propios sentimientos en otra persona e intentar después controlarlos en el otro.

Intelectualización. Utilización excesiva de mecanismos intelectuales, racionales y cognitivos para disminuir la ansiedad.

Interpretación. Procedimiento técnico que consiste en hacer consciente lo inconsciente (lo que está fuera del conocimiento del paciente). Puede incluir relacionar la transferencia con una experiencia presente y con una figura significativa del pasado.

Mecanismos de defensa. Maneras de pensar (cogniciones) dirigidas a reducir los estados afectivos desagradables (ansiedad) y a mantener los conflictos inconscientes fuera de la conciencia. Algunos ejemplos serían la intelectualización, la represión, la externalización, la somatización, la disociación, la negación y la escenificación.

Negación. Acción de ignorar la realidad dolorosa y pretender que no existe. Por ejemplo, un hombre en cuidados intensivos después de un infarto de miocardio se niega a pensar que ha tenido un ataque al corazón y continúa intentando dirigir su negocio desde la cama como si no hubiese pasado nada.

---

Neurosis. Término antiguo utilizado en los escritos psicoanalíticos para hacer referencia al conflicto interno.

.Personalidad: es un proceso comunicacional permanente que pone al individuo en conexión con sus propias sensaciones, que generan una autoconciencia y con ello a su forma de actuar ante la vida.

Estas características pueden ser innatas ,y adquiridas, automáticas ó inconscientes y controladas o conscientes.

Proyección. Defensa primitiva en la que se atribuyen a otra persona los propios sentimientos y deseos conflictivos.

Psicoanálisis. Tratamiento psicoterapéutico de gran intensidad, normalmente de varios años de duración, dirigido a elaborar la realidad psíquica del paciente y su mundo de significados a través del análisis de la transferencia. Se centra en como estas áreas afectan a la conducta. Término que también se utiliza para descubrir la teoría del funcionamiento mental que procede de esta técnica.

Psicoterapia. Término genérico para todas las “curaciones a través del habla”. Intercambio verbal entre un experto y alguien que busca ayuda con la finalidad de modificar los patrones característicos de conducta que causan dificultades a este último. Incluye la psicoterapia cognitiva, la psicoterapia interpersonal y el psicoanálisis, entre otras.

Reforzador.:Estímulo que incrementa la probabilidad de una respuesta.

Regresión. Retorno a una modalidad de funcionamiento previa con la finalidad de evitar las experiencias conflictivas del presente.

Resistencia :Término clínico utilizado para describir la experiencia del terapeuta ante la dificultad inconsciente del paciente de experimentar algunos afectos relacionados con los conflictos de la infancia. Incluye los mecanismos de defensa, la ganancia secundaria, la naturaleza reforzante de la actuación, la necesidad autopunitiva y la necesidad de boicotear el proceso.

## BIBLIOGRAFÍA

1. A. Gregory Kimble. Fundamentos de Psicología General, Edit. Limusa. 1996.
2. Tysm J.A. and Shavaun M. Wall (1963) "Effect of Inconsistency between Counselor Verbal and Nonverbal Behavior on Perceptions of Counselor Attributes". Journal of Counseling Psychology. 30 (3) 433-437.
3. Bellar. N.M. Leopoldo. Y Smak. S.D. Leonard. Psicoterapia Breve y de emergencia Edit. Pax. Mex.
4. B. Weiner Irving. Métodos en Psicología clínica. Edit. Limusa cap. 7 .1992.
5. Bernard Schneider Pierre . Propedéutica de una psicoterapia. Edit. Nau Llibres 1976.
6. Brazier David. Más allá de Carl Roguéis. Edit. Descleé de Brouwer.1997.
7. Chodoff. M.D.P. (1996). "Ethical Dimensions of Psychotherapy: A Personal Perspective!". American Journal of Psychotherapy. 50 (3) 298-308.
8. Cueli José. Teorías de la personalidad. Edit. Trillas. 1994.
9. Dorna Hernán Méndez Alejandro. Ideología y Conductismo. Edit. Barcelona 1979.
10. D. Groos Richard.La ciencia de la mente y la conducta. Edit. El manual moderno. S.A de C.V. 1998.

- 
11. Erwin singer. Conceptos fundamentales de la psicoterapia. Edit. Fondo cultura económica.1975.
  12. E. Smith Ronald Psicología: Fronteras de la Conducta. Edit. Contemporáneo 1983.
  13. Ewald H. Englert y Armando Suaréz. El psicoanálisis como teoría critica y la critica política al psicoanálisis. Compiladores siglo Veintiuno editores S.A. de C.V. 1992.
  14. Fernández Álvarez Héctor. Fundamentos de un modelo integrativo en psicoterpia. Edit. Paidos Iberica S.A. 1992.
  15. Fraisse Paul. El porvenir de la Psicología. Ediciones Morata S.A.1985
  16. Freud Anna. Estudios Psicoanaliticos. Edit. Paidos.1985.
  17. Freud Sigmund. Vol. 13 (1913-1914) Amorrourto Editores.
  18. G. Myers David. Teorías de la Personalidad. Cap. 14 y 16. Edit. Panamericana México.1994.
  19. Gómez, M.M.(1985).“El terapeuta como persona y profesional consideraciones éticas en la practica de la psicoterapia”.Tesis no publicada, Universidad Nacional Autónoma de México México.
  20. Grinberg León. La supervisión Psicoanalítica, teoría y practica. Edit. Paidos Buenos Aires Argentina. 1975.

- 
21. Grinberg León. Evaluación de los Candidatos en la Promoción Psicoanalítica, (Informe de un Coloquio. Edit. Paidós Buenos Aires Argentina. 1975.
  22. G. Saranson .Teorías de la Personalidad. Edit. Limusa, 1978.
  23. Garfield, Sol Luis . Psicología clínica. Cap. 2 y 8 Edit. Manual moderno. 1979.
  24. Gómez María Magdalena. Tesis. El Terapeuta como persona y como profesional: consideraciones, 1985.
  25. Greenson R. Ralph. Técnica y Practica del Psicoanálisis. Edit. Siglo XXI. 1987.
  26. Heidreder Edna. Psicología del siglo XX. Edit. Paidós Buenos Aires. 1979.
  27. Hisch A.P. (1982) "Attitudes and Behavior in Counseling Skill Development". Journal of Counseling Psychology. 29 (5) 516-522.
  28. Holmes. J. M.D. (1996) "Values in Psychotherapy" American Journal of Psychotherapy. 50 (39) 250-272.
  29. J. Mahoney Michel. La Comunicación Terapéutica principios y Práctica eficaz. Cap. IV. Y XI. Edit. Desclée de Brouwer, S.A. 1992.
  30. J.T:T., A.H.K., Malone J. and Herman B. "Changes in Counselor Response as a Function of Experience". Journal of Psychology. 35 (2) 119-126.
  31. Linn Jay Steven y John P. Garske. . Psicoterapias contemporáneas de los y métodos. Edit. Bibliotecas de psicología Desclee de Brouwer. Cap. 14. 1988.

- 
- 
32. L. Kleine Chris. Principios comunes en Psicoterapia. Edit. Descleé Brouwer 2a.Edic.1988.
  33. Macran S., B. Stilles William, and A.J.S.(1999) "How Does Personal Terapy Affect Therapists' Practice". Journal of Counseling Psychology, 46 (4) 419-431.
  34. M.H.H. (1997). "Psychotherapy: Some Guiding Principles". American Journal of Psychotherapy. 51 (4) 593-606.
  35. Martorell José Luis. Psicoterapias escuelas y conceptos básicos. Ediciones Pirámide 1996.
  36. Martínez M. Miguel. La psicología Humanista: Fundamentación Epistemológica, estructura y método. México Editorial Trillas 1982.
  37. Mathews B.(1998) "The Role of Therapist Self-Disclosure in Psychotherapy: A Survey of Therapists". American Journal of Psychotherapy, 52S (4) 521-310.
  38. Peterson G. (1980) "Counselor Orientation and Theoretical Attitudes Toward Counseling: Historical Perspective and New Data" Journal of Counseling Psychology. 27 (6) 554-560.
  39. Phares. E. Jerry . Psicología clínica, métodos y practica. Edit. M/M Manual moderno. 1992.
  40. S. Dicaprio Nicholas. Teorias de la personalidad. Edit. Interamericana. 1987.
  41. Sánchez Barranco Ruíz. Historia de la Psicología. Edit. Biblioteca Eudema. 1988.

- 
42. Statt David. La Psicología. Edit Harla Mex. 1978.
  43. Pérez Gómez Augusto. Psicología clínica problemas fundamentales. Edit. Trillas México 1981. Sah. 6 y 7.
  44. Yates J. Aubrey. Terapia del comportamiento. Edit. Trillas .1983.
  45. Von K.S. and Reimer CH. (1998) "Attitudes Toward Psychotherapists, Psychologists, Psychiatrists, and Psychoanalysts". American Journal of Psychotherapy. 52 (4) 463-488.
  46. Wachtel, Paul L. C. Cap. IV. La comunicación Terapéutica Principios y práctica Eficaz. Edit. Desclée de Brouwer, S.A. 1996.