

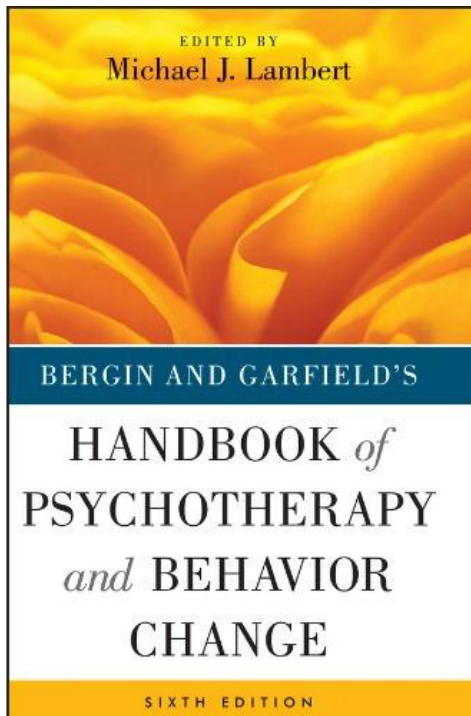
Reseñas de libros / Book reviews

Una revisión de *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (6th Ed.)

A review of *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (6th Ed.)

Nelson Valdés

Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago, Chile



Editor: Michael J. Lambert

Editorial: Wiley

Lugar de edición: New Jersey, Estados Unidos

Número de páginas: 864

Año: 2013

ISBN: 978-1-118-03820-8

Datos editor: Michael J. Lambert es psicólogo especializado en la medición del estado de ánimo y cambios conductuales. Profesor en la Brigham Young University. Lambert ha escrito y colaborado en libros de metodología en Psicología Clínica.

Cómo citar.

Valdés, N. (2014). Una revisión de *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (6th Ed.). *Revista de Psicología*, 23(2), 133-138. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2014.36154>

La investigación en psicoterapia tuvo un impulso decisivo y transformador posterior al año 1950, cuando la psicoterapia como forma de intervención pasa a formar parte de los sistemas de salud norteamericanos y británicos, una vez finalizada la Segunda Guerra Mundial. A partir de este momento surgen distintas instituciones nacionales e internacionales como una forma de respuesta a la demanda de velar por la salud mental de las víctimas. Desde entonces, la psicoterapia ha sido uno de los tipos de intervención en salud que más ha sido sometida a procedimientos confirmatorios y validaciones empíricas. Para ello, no solo tuvo que empezar a enfatizar la importancia de reforzar los programas de entrenamiento para psicólogos y psiquiatras, de manera que pudieran ser optimizadas sus capacidades y habilidades terapéuticas en beneficio de la obtención de mejores resultados; sino que además tuvo que integrar criterios poblacionales y de efectividad a sus procedimientos de investigación, en vista de que se trataba de un tipo de intervención que debía asegurar resultados de recuperación que fueran comprobables.

El contexto antes mencionado determinó no solo la necesidad de incorporar parámetros estadísticos a la investigación en psicoterapia, sino de desarrollar distintas y novedosas formas de metodología que permitieran explicar y generalizar los resultados. Esto es lo que ha permitido que aproximadamente 60 años después de verse cuestionada su eficacia, hoy sea posible explicar su efectividad a partir de las distintas variables involucradas en el proceso. A pesar de que un 40% de la varianza del resultado terapéutico sigue sin tener una explicación clara, del 60% restante un 30% se sigue atribuyendo actualmente a variables propias del cliente, y el otro 30% a la combinación de diversos factores (Norcross y Lambert, 2011)¹. Por lo tanto, no es extraño que cada vez más se siga destacando la importancia del rol del cliente, como verdadero protagonista del proceso psicoterapéutico, como alguien que participa activamente en colaboración con el terapeuta para la consecución de los resultados. No obstante,

sí llama mi atención que en esta última edición no se hayan actualizado los resultados en cuanto a las investigaciones acerca de las variables del terapeuta, y que la razón haya sido la poca cantidad de resultados publicados en relación a este tema durante los últimos ocho años.

La publicación de una nueva edición del *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* se vuelve una tarea cada vez más compleja de realizar si consideramos los acelerados cambios en los que vivimos. Resulta más que evidente el gran trabajo realizado por todos aquellos involucrados en el proceso de estructurar e integrar la enorme producción de conocimiento generado a partir de numerosos estudios, realizados todos con el objetivo de seguir demostrando la efectividad de la psicoterapia. Desde la publicación de la primera edición en 1971, ha sido y sigue siendo una excelente estrategia de difusión que permite a psicoterapeutas en ejercicio, profesionales del área clínica dedicados a la docencia, psicoterapeutas en proceso de formación, y claro está, a los investigadores en psicoterapia, tener la posibilidad de contar con un único documento que permita actualizar exhaustivamente nuestro quehacer profesional basados en evidencia empírica.

Antes de referirme a la manera como está estructurada la sexta edición de este manual, quisiera detenerme a reflexionar un poco acerca de tres elementos que logro identificar como relevantes para el campo de la investigación en psicoterapia. El primero de estos tiene que ver con los principales hallazgos en materia de neurociencia y su relación con la psicoterapia. Vivimos en una era caracterizada cada vez más por el desarrollo tecnológico, y un ejemplo de ello es la manera cómo la tecnología de las neuroimágenes está permitiendo estudiar el cerebro 'vivo', tanto en condiciones normales como patológicas. Existen resultados interesantes y novedosos que muestran cómo ciertos trastornos psíquicos se ven acompañados de modificaciones cerebrales específicas que son posibles de observar a partir de cierto tipo de actividad metabólica en determinadas regiones del cerebro, y en ciertos cambios en la experiencia y la conducta del individuo. Pero además, están todos los hallazgos en materia de la

¹ Norcross, J. C. y Lambert, M. J. (2011). Psychotherapy relationships that work II. *Psychotherapy*, 48, 4-8.

neurobiología y la investigación de genes, cuyo impacto más inmediato sobre la psicoterapia parece traducirse básicamente en la necesidad de un giro desde un aprendizaje orientado al *insight*, hacia un aprendizaje más de tipo procedimental. Estoy completamente seguro que estos resultados van a determinar las características de las investigaciones en psicoterapia que se realicen durante los próximos años, por lo que encuentro oportuno que tópicos como estos hayan sido considerados en esta última edición.

El segundo aspecto que llama mi atención es cómo se ha ido superando cada vez más la excesiva simplificación que solía caracterizar al tipo de investigación en psicoterapia que se realizaba décadas atrás, las cuales habitualmente se desarrollaban bajo la errónea concepción de que un número limitado de variables eran las responsables de influir de manera simple y directa en el resultado terapéutico. Cada uno de los estudios presentados en esta última edición de este manual, da cuenta de la utilización de diseños, métodos estadísticos y nuevas tecnologías de análisis que permiten explicar la complejidad de la gran cantidad de datos diádicos recolectados a partir de procesos terapéuticos. Sin embargo, también se incluyen cada vez más estudios realizados con metodología cualitativa, reconociéndose de esta manera el amplio legado de este tipo de metodología en relación a la investigación del proceso, tanto sus aportes en materia del descubrimiento de nuevas teorías como la confirmación de las mismas. En otras palabras, queda claro que actualmente se realizan estudios que suelen ser mucho más cuidadosos al considerar, por ejemplo: la importancia del contexto en el cual se producen ciertos comportamientos específicos de clientes y terapeutas; la necesidad de considerar los eventos y las relaciones externas al contexto terapéutico; la conveniencia de estudiar la interacción diádica en lugar de analizar por separado las acciones de cliente y terapeuta; el estudio de sesiones específicas o episodios al interior de sesiones, elegidos por considerarse relevantes y no por el simple azar, entre otros.

El último aspecto que me gustaría precisar tiene que ver con la necesidad de buscar continuamente los mecanismos que sean necesarios

para permitir que los resultados de la investigación en psicoterapia sean no solamente de fácil acceso para todos aquellos interesados en el tema (psicoterapeutas, profesores y estudiantes), sino que además se presenten en un lenguaje que facilite la comprensión de los mismos. Desde mi punto de vista, y basado en mi experiencia como investigador en psicoterapia, la realización de estudios de procesos terapéuticos que sean diseñados e implementados de forma científicamente rigurosa en contextos clínicos ‘naturalistas’, es una estrategia que ha permitido ir reduciendo cada vez más ese innecesario abismo que suele separar a investigadores y clínicos. Esto justamente porque ha permitido abrir la posibilidad de realizar trabajos colaborativos con al menos dos propósitos claros: por un lado, tener la impagable oportunidad como investigadores de generar evidencia empírica a partir de preguntas clínicamente significativas desde la percepción de los propios clínicos pero, por otro lado, también se propicia la participación de estos últimos a lo largo de las distintas etapas relacionadas con la planificación e implementación de las investigaciones, aprovechando para ello la experiencia y experticia de cada una de las partes involucradas, la cual es definitivamente complementaria.

Anteriormente eran más frecuentes las investigaciones de resultado que eran realizadas con el objetivo de explicar el éxito terapéutico, así como las investigaciones de proceso centradas en el análisis por separado de las acciones específicas de clientes y terapeutas durante determinados segmentos de la sesión. Sin embargo, estas últimas eran realizadas independientemente de cualquier forma de interacción entre ambos participantes del proceso, e independientemente de cualquier forma de asociación con el resultado de la terapia. Las nuevas investigaciones de proceso no solo consideran las acciones complementarias realizadas por la díada terapéutica con el objeto de describir lo que sucede al interior de las sesiones, sino que además son tomadas en cuenta para predecir el resultado y explicar cómo se produce el cambio psicoterapéutico. No hay que olvidar que el quehacer terapéutico como tal es una acción que se desarrolla durante la sesión y a lo largo de toda la terapia, pero que existen numerosos y distintos tipos de segmentos con características relevantes, los cuales han permitido aumen-

tar nuestra comprensión acerca de cómo se construye el cambio del cliente dentro y fuera de la sesión, a partir del análisis de macro y micro-unidades específicas del proceso. Todo esto ha dado pie a la identificación y diferenciación de distintos tipos de intervenciones terapéuticas que preceden y subsiguen a dichos momentos de cambio. En otras palabras, el desafío seguirá siendo poder desarrollar sistemas de análisis que permitan dar cuenta del proceso terapéutico a nivel general, pero considerando a su vez una mirada más microscópica y genérica del mismo.

En cuanto a la estructura de esta sexta edición de *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, los contenidos han sido organizados en 19 capítulos los cuales se han agrupado en cuatro grandes áreas, de acuerdo a una lógica de denominador común. Sin embargo, ni los capítulos ni las áreas están ordenados siguiendo una secuencia lógica, por lo que pueden ser revisados de manera independiente.

Los primeros cinco capítulos conforman la Primera Parte del manual, titulada: “Fundamentaciones históricas, metodológicas y conceptuales”. El Capítulo 1 está a cargo de Lambert, quien nos entrega antecedentes históricos que permiten contextualizar a la psicoterapia en función de los grandes cambios sociales experimentados, de manera que podamos hacernos una idea de las razones que determinaron los diseños de las investigaciones realizadas durante la última década. Incluye además temas como: la necesidad de una integración entre la investigación y una práctica clínica basada en la evidencia; la existencia de un eclecticismo que facilita la inclusión de cualquier resultado empírico indistintamente del enfoque o paradigma a su base; el aumento de profesionales en el ejercicio de la psicoterapia y los programas de entrenamiento; el interés y preocupación por los aspectos éticos a considerar cuando se investiga en psicoterapia, entre otros.

En el Capítulo 2, Comer y Kendall presentan un resumen de los conceptos básicos en investigación, así como de los principales procedimientos y métodos estadísticos tradicionalmente utilizados para estudiar las variables

predictoras, moderadoras y mediadoras del resultado psicoterapéutico.

En el Capítulo 3, McLeod tuvo la interesante tarea de destacar las principales ventajas y limitaciones al utilizar una metodología cualitativa para investigar el resultado y el proceso psicoterapéutico. Es interesante no solo porque posibilita estudiar determinados fenómenos desde la percepción subjetiva de los involucrados, sino que además permite un nivel de profundización tal, que hace posible la emergencia de nuevas preguntas de investigación. Debo admitir que este es mi capítulo preferido, ya que es la primera vez que se incluyen en el *Manual* estudios diseñados con una metodología cualitativa, pero además porque esta es una de las áreas en las cuales mayor producción científica ha habido en Latinoamérica durante los últimos años.

Castonguay, Barkham, Lutz y McAleavey presentan, en el Capítulo 4, tres enfoques distintos al interior del paradigma de investigación orientada a la práctica. Uno de estos tiene que ver con la realización de investigaciones en forma de redes que sean producto de un trabajo colaborativo entre clínicos e investigadores, como una forma que permitiría obtener hallazgos que puedan ser usados para asegurar un mejor resultado terapéutico del cliente, ya que se estaría generando respuestas originadas a partir de preguntas que surgen desde la práctica clínica misma.

En el Capítulo 5, Ogles presenta los métodos y estrategias utilizadas actualmente para medir las principales variables asociadas con el resultado psicoterapéutico. Menciona aspectos prácticos como confiabilidad, validez, sensibilidad del cambio, utilidad clínica, investigación basada en la práctica y validez social, entre otros. Pero, además, incluye resultados de estrategias novedosas tales como el uso de medidas fisiológicas, neurológicas y neurocognitivas. Lo que resulta muy interesante es que deja clara su posición respecto a la necesidad de un cambio de paradigma que sea capaz de explicar el resultado terapéutico a partir de los avances generados cuantitativa y cualitativamente.

Los siguientes cuatro capítulos conforman la Segunda Parte del manual, titulada: “Evaluación de los Componentes de la Eficacia Terapéutica”. En el Capítulo 6, nuevamente Lambert tiene la tarea de realizar una actualización en cuanto a la eficacia y efectividad de la psicoterapia, considerando temas como la permanencia en el tratamiento, efecto placebo, factores comunes, cambios estadísticamente significativos y clínicamente relevantes, efectos positivos y negativos de la terapia, entre otros.

En el Capítulo 7 se presentan los principales hallazgos en cuanto a las variables propias del cliente que han demostrado tener una influencia sobre el resultado terapéutico. Bohart y Greaves incluyen, en este apartado, variables del cliente, tales como la motivación, estilo de apego, estilo de afrontamiento, preferencias, expectativas y sentido de agencia, entre otras. Concluyen acerca de la necesidad de integrar las variables cliente, terapeuta, teoría y técnica, como única forma de aumentar nuestra comprensión acerca de la complejidad del proceso terapéutico.

En el Capítulo 8, y como contraparte del capítulo anterior, Baldwin e Imel actualizan al lector en cuanto a las variables propias del terapeuta que tienen un efecto en el resultado terapéutico del cliente, profundizando en el rol que tienen estos para la conformación de la alianza terapéutica, y el logro de la adherencia del cliente al tratamiento. Una de las conclusiones que plantean estos autores es la necesidad de identificar aquellos elementos que permiten diferenciar a un buen terapeuta de uno no tan bueno, con el objetivo de perfeccionar los programas de formación de manera de mejorar su desempeño.

En el Capítulo 9, Crits-Christoph, Gibbons y Mukherjee hacen una actualización acerca de los principales mecanismos de cambio identificados a partir de las investigaciones de proceso y resultado. Es interesante que los autores hayan decidido focalizar su atención en estudios que además de describir lo que ocurre durante la sesión, relacionan esto con el resultado terapéutico. Sin embargo, parece un poco inconsistente que se haya dejado fuera algunos estudios cualitativos, estudios de microanálisis de se-

cuencia y estudios de momentos relevantes durante la psicoterapia, por el hecho de ser “otras formas de investigación de proceso que resultan especulativas y con poco impacto para la práctica y formación clínica” (p. 299).

Los siguientes cuatro capítulos conforman la Tercera Parte, titulada: “Principales Enfoques Terapéuticos”. En estos capítulos, distintos autores tienen la compleja tarea de actualizar los avances en materia de investigación al interior de los principales enfoques psicoterapéuticos. Así, Emmelkamp inicia presentando los resultados en el campo de la Terapia Conductual para Adultos (Capítulo 10), seguido de Hollon y Beck en relación a la Terapia Cognitiva y la Terapia Cognitiva-Conductual (Capítulo 11). Barber, Murrin, McCarthy y Keefe se encargan de actualizar al lector en cuanto a las investigaciones realizadas en el campo de la Psicoterapia Psicodinámica (Capítulo 12) y, por último, Elliot, Greenberg, Watson, Timulak y Freire, lo hacen en relación a la Psicoterapia Humanista-Experiencial (Capítulo 13).

Finalmente, los últimos seis capítulos conforman la cuarta y más extensa parte del manual, la cual está dedicada a la presentación de los más recientes hallazgos como resultado de investigaciones aplicadas al estudio de grupos y *settings* especiales. Así, los Capítulos 14, 15 y 16 se refieren, respectivamente, a las investigaciones en materia de Psicoterapia para Niños y Adolescentes (Weiz, Ng, Rutt, Lau y Masland), en Terapia de Pareja y de Familia (Sexton, Datchi, Evans, LaFollette y Wright), y en Terapia de Grupo (Burlingame, Strauss y Joyce); mientras que los Capítulos 17, 18 y 19 hacen referencia, respectivamente, a los principales resultados de estudios sobre Medicina Conductual y Psicología Clínica de la Salud (Smith y Williams), la utilización combinada de medicación y psicoterapia para el tratamiento de problemas psicológicos (Forand, DeRubeis y Amsterdam), y los principales efectos de la formación y supervisión sobre los resultados psicoterapéuticos (Hill y Knox).

No cabe duda que cada uno de los estudios incluidos en la presente edición, con sus respectivos diseños, hallazgos y conclusiones, permitirá abrir la discusión acerca de aspectos

conceptuales, filosóficos y metodológicos que terminarán influyendo en las investigaciones que se realicen durante la próxima década. Sin embargo, desde mi punto de vista, uno de los grandes desafíos sigue siendo lograr la estandarización de los instrumentos y sistemas de clasificación, desarrollados con el propósito de explicar y fundamentar nuestro quehacer psicoterapéutico, más allá de los enfoques subyacentes. Y afirmo que se trata de un desafío, porque esta es una tarea que no ha resultado para nada fácil, si consideramos que continuamente están surgiendo nuevos y distintos enfoques terapéuticos, que dificultan la generación y utilización de sistemas que permitan evaluar, no solo los aspectos específicos propios de cada enfoque, sino también la evaluación de los componentes transversales o comunes a los mismos.

Para finalizar, quiero agradecer profundamente la oportunidad que me dieron para expresar algunas opiniones en relación a un tema que me apasiona, y al cual he venido dedicándome durante los últimos años. Espero que mis comentarios permitan que otros investigadores latinoamericanos se sientan motivados a seguir diseñando e implementando estudios, sobre la base de novedosas y tradicionales formas de acercarnos a la psicoterapia como fenómeno de estudio. Para los que hacemos investigación en este campo, resulta más que gratificante ver el alto nivel de calidad que tienen muchas de las investigaciones realizadas en algunos países de Latinoamérica.