

Jornadas de Actualización en Psicoterapia: Cómo ser un buen terapeuta

Competencias terapéuticas nucleares y esenciales para la práctica de una psicoterapia eficaz.

Durante el transcurso de las últimas décadas ha tenido lugar en el campo de la psicoterapia, una proliferación asombrosa de modelos teóricos, a punto tal de haberse alcanzado a la fecha más de 400 de ellos, de los cuales solamente 135 han sido validados empíricamente. En este contexto, resulta pertinente recordar las palabras de Félix Guattari al decir que “las prácticas psicoterapéuticas y sus formulaciones teóricas se hallan actualmente en un estado de dispersión casi total. Esta situación no puede considerarse como un signo de libertad, un estímulo a la invención y a la creatividad, sino que es la consecuencia del sectarismo que reina en este ámbito y del desconocimiento, que en ocasiones alcanza extremos irritantes, acerca de todo cuanto sucede en el interior de cada uno de esos cotos cerrados”. En este sentido, se podría agregar que tal vez sea difícil encontrar una disciplina en la que impere tanta controversia como en la nuestra, por lo que estimamos fundamental que esta acumulación creciente de corrientes teóricas tenga un control de calidad a los fines de evaluar su verdadero impacto en la recuperación del bienestar y en el incremento de los niveles de calidad de vida de los colectivos sociales. También en nuestra disciplina, lamentablemente, carecemos todavía de una articulación adecuada entre los avances de la producción científica acerca de cómo mejorar nuestro trabajo y la práctica psicoterapéutica. Al decir de Beutler (2000), ya sea por la dificultad para extraer información útil de los datos de investigación, por los problemas de interpretación estadística y de comprensión del diseño del estudio o quizás por los resultados no siempre coincidentes que a menudo se encuentran en las investigaciones publicadas, lo que se comprueba es un escaso impacto de los datos aportados por el mundo científico sobre la práctica del profesional. Cabe señalar también que este crecimiento de modelos teóricos ha sido más de tipo cuantitativo que cualitativo, como muestran los resultados de

los diversos estudios de meta-análisis sobre efectividad en psicoterapia. Esto implica que la aparición de nuevos enfoques no se ha traducido en mejores efectos terapéuticos. Más aún, todavía no se ha podido constatar, salvo algunas excepciones, que un modelo teórico fuese superior a otro. Es así que, en lugar de postular que un modelo de psicoterapia sea más efectivo que otro, resultaría más apropiado plantear que existen terapeutas más efectivos que otros. Por consiguiente, si aceptamos esta aseveración resulta pertinente formular la siguiente pregunta: ¿Qué características tienen aquellos terapeutas que son capaces de conseguir mejores resultados que otros con sus pacientes? La respuesta a esta pregunta nos sitúa en el campo de las competencias clínicas nucleares y esenciales que se desarrollaran durante la jornada, ilustradas con la presentación de una viñeta clínica.