

El cambio en psicoterapia. Investigaciones realizadas en Colombia durante los años 2015-2020¹

Julieta Andrea Bedoya Moreno

Magíster en Psicología Clínica
Institución Universitaria de Envigado, Colombia
Correo electrónico: jabledoyam@correo.iue.edu.co

Emanuel Muñoz Tabares

Psicólogo
Institución Universitaria de Envigado, Colombia
Correo electrónico: emanuelmtlopez@gmail.com

Recibido: 24/09/2021
Evaluado: 26/10/2021
Aceptado: 22/02/2022

Resumen

El presente artículo toma como referencia el estudio del cambio en psicoterapia en Colombia entre los años 2015 y 2020. Debido al creciente interés por estudiar dicho fenómeno a nivel internacional, se pretende dar a conocer en qué se enfoca este tipo de investigación en el país y cómo se ha estudiado, obteniendo como resultado un conocimiento de las tendencias que se han desarrollado. Para ello, se implementó un tipo de estudio cualitativo a través de un estado del arte que constó de una fase heurística y una hermenéutica. Se concluye que es necesario continuar realizando estudios en torno al cambio en la psicoterapia en el contexto colombiano desde diferentes perspectivas y metodologías.

Palabras clave

Cambio en psicoterapia, Experiencia subjetiva, Alianza terapéutica, Colombia.

¹ Para citar este artículo: Bedoya-Moreno, J. y Muñoz-Tabares, E. (2023). El cambio en psicoterapia. Investigaciones realizadas en Colombia durante los años 2015-2020. *Informes Psicológicos*, 23(1), pp. 192-206 <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v23n1a12>

A mudança em psicoterapia. Pesquisa realizada na Colômbia durante os anos 2015-2020

Resumo

Este artigo toma como referência o estudo da mudança em psicoterapia na Colômbia entre os anos 2015 e 2020. Devido ao crescente interesse em estudar esse fenômeno em nível internacional, pretende-se dar a conhecer qual é o foco deste tipo de pesquisa no país e como tem sido estudado, obtendo como resultado uma compreensão das tendências que se desenvolveram. Para isso, implementou-se um tipo de estudo qualitativo por meio de um estado da arte que consistiu em uma fase heurística e outra hermenêutica. Conclui-se que é necessário continuar realizando estudos sobre a mudança em psicoterapia no contexto colombiano a partir de diferentes perspectivas e metodologias de estudo.

Palavras-chave

Mudança, Psicoterapia, Experiência subjetiva, Aliança terapêutica.

Change in psychotherapy. Research carried out in Colombia during the years 2015-2020

Abstract

This article takes as a reference the study of change in psychotherapy in Colombia during the years 2015 to 2020. Due to the growing international interest in the study of this phenomenon, it is intended to make known what this type of research focuses on in the country and how it has been studied, as well as the resulting understanding of the trends that have developed. For this, a type of qualitative study was implemented through a state of the art that consisted of a heuristic phase and a hermeneutic phase. It is concluded that it is necessary to continue conducting studies on the change in psychotherapy in the Colombian context from different perspectives and study methodologies.

Keywords

Change, Psychotherapy, Subjective experience, Therapeutic alliance.

Introducción

La tendencia hacia la investigación sobre la psicoterapia y sus efectos comienza a raíz de la publicación de Eysenck titulada “Los efectos de la psicoterapia: una evaluación” realizada en 1952; en dicha publicación se cuestionaba la efectividad de los procedimientos psicoterapéuticos, lo que provocó un aumento de las investigaciones sobre el tema (Krause & Dagnino, 2006). Desde ese momento, la evidencia empírica sobre la eficiencia y efectividad de la psicoterapia ha sido ratificada en múltiples oportunidades y ha impactado a los clínicos que realizan intervenciones psicoterapéuticas, pues estos hallazgos aportan conocimiento específico importante para su ejercicio (Gómez & Roussos, 2012; Muñoz & Compañadrian, 2012; Krause & Altimir, 2016; Ingeborg & Mühlmeyer-Mentzel, 2016).

Con el transcurrir de los años, la investigación en psicoterapia ha tendido a responder un cuestionamiento en función de la efectividad y la objetividad (Campo, 2004), siendo posible identificar un creciente interés en el cambio que genera la psicoterapia en los pacientes. A través de diferentes estudios, los investigadores pretenden dar respuesta a preguntas tales como: ¿qué es lo que cambia en psicoterapia?, ¿cómo percibe el terapeuta y el entorno el cambio en un paciente que asiste a psicoterapia?, ¿cómo evaluar el proceso de cambio? (Almeida, 2018). De igual forma, además de estudiar el cambio en psicoterapia, la investigación se centra en conocer cómo el paciente da cuenta del cambio a través de su experiencia subjetiva (Almeida, 2018;

Cortés, Fernández, Capella, Espinosa & Krause, 2018; Muñoz & Compañadrian, 2012; Salinas et al., 2009).

Es así como el cambio hace alusión a la transformación, acción y construcción que los sujetos que asisten a psicoterapia experimentan por medio de las intervenciones realizadas por parte de los profesionales en el campo clínico de la psicología. Su estudio ha evolucionado desde la efectividad hasta la validación empírica de tratamientos y hacia la investigación del proceso (Ávila-Espada, 2020; Banco & Riera, 2016; Castro, Krause & Frisancho, 2015; Horvath, 2016; Norcross, Krebs & Prochaska, 2011); este último contempla los factores comunes de cambio en psicoterapia que explican que tanto la alianza terapéutica, las expectativas frente al proceso, el uso de técnicas y los cambios pretratamiento son fundamentales para lograr los objetivos de la terapia (Wampold, 2015).

Los estudios del cambio en psicoterapia realizados en Latinoamérica han ido ganando espacio en el marco internacional, especialmente por su inclusión en la Society for Psychotherapy Research (SPR). Sin embargo, autores como De la Parra (2013) mencionan que aún se debe trabajar para que aumente la producción y la socialización de estos hallazgos en otros contextos. En este contexto, Chile lidera las publicaciones sobre dicha temática: diversos estudios allí realizados dan cuenta de las diferentes posturas que se han adoptado en relación al cambio en psicoterapia, tales como la mirada desde la efectividad y la inclusión desde actores, observadores, jueces y pacientes como informantes clave (Abarzúa, Trujillo, Navarro & Krause, 2016; Cortés et al., 2018; Krause &

Altimir, 2016; Painepán & Kühne, 2012; Salinas et al., 2009; Valdés, Gómez & Reinell, 2018).

En Argentina, las publicaciones muestran que el cambio en psicoterapia es entendido a partir de la significación clínica, que busca evidenciar el impacto de las intervenciones realizadas por el terapeuta a través de valoraciones estadísticas (Jacobson & Truax, 1992) y a partir de la alianza terapéutica como un favorecedor del cambio dentro de la terapia (Santibáñez et al., 2008; Santibáñez, Román & Vinet, 2009).

Otros países también han realizado contribuciones importantes sobre el tema: en un estudio realizado en Alemania, por ejemplo, se entiende en función del cumplimiento y el éxito en el proceso con respecto a la percepción que tiene el paciente sobre sí mismo y la calidad de la relación que el terapeuta y el paciente establecen (Ingeborg & Mühlmeier-Mentzel, 2016). En Estados Unidos, otro estudio muestra que el cambio se da en función del comportamiento y cumplimiento de metas dentro del proceso terapéutico, que van en etapas desde la precontemplación, pasando por la contemplación, la preparación, la acción y el mantenimiento de los cambios (Norcross et al., 2011).

De igual forma, se pueden considerar contribuciones realizadas en otros países como Portugal: allí, autores, como Miguel Gonçalves (Gonçalves, Matos & Santos, 2009; Gonçalves, Mendes, Ribeiro, Angus & Greenberg, 2010; Gonçalves, Ribeiro, Mendes, Matos & Santos, 2011; Gonçalves et al., 2012), plantean que el cambio es concebido en función de la generación y transformación de los recursos con los que cuenta un sujeto ante

una situación estresante; dichos cambios en el futuro le permitirán al paciente afrontar situaciones o problemáticas de manera distinta (Meira, Salgado, Sousa, Ribeiro & Gonçalves, 2018).

Teniendo en cuenta lo anterior, este artículo apunta a una búsqueda sobre los estudios del cambio en psicoterapia realizados en Colombia durante los últimos cinco años, incluyendo diferentes investigaciones llevadas a cabo entre el 2015 y el 2020 en el país. A través de estas investigaciones, que incluían población de nacionalidad colombiana, se quiso rastrear cómo es entendido y valorado el cambio que se produce a raíz de la asistencia al proceso psicoterapéutico. Siendo un campo de investigación con creciente interés, es necesario que en Colombia se conozca el material disponible, las temáticas ya trabajadas y su desarrollo en contexto, la identificación de las metodologías con las que se realizan los estudios, entre otros aspectos, para finalmente evidenciar el estado actual de la investigación sobre el cambio en psicoterapia en el país. Este tipo de conocimiento permite reconocer y evaluar el impacto de las intervenciones psicoterapéuticas, esperando con ello que la práctica de la psicoterapia se enriquezca a través de la reflexión sobre los efectos que tiene en los individuos asistir a dichos procesos.

Método

El presente estudio se desarrolló a partir de la metodología cualitativa con un diseño de estado del arte y con un alcance descriptivo. La metodología cua-

litativa fue entendida desde Sampieri, Fernández y Baptista (2014) como aquella que “utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (p. 7). Debido al interés particular sobre el tema del cambio en psicoterapia, el estado del arte permite recopilar la producción constitutiva de un saber, describiéndolo y contextualizándolo a través de sus referentes teóricos y sus perspectivas metodológicas (Páramo, 2013)

De esta manera, Gómez, Galeano y Jaramillo (2015) plantean que el estado del arte es:

[...] aquel que busca recuperar para describir, que pretende lograr balances e inventarios bibliográficos para dar cuenta del conocimiento actual sobre un concepto, que realiza largas lecturas y en el que su resultado es la creación de una bibliografía organizada con descripción detallada (p. 427).

Mediante esta metodología se profundizó la temática del cambio en psicoterapia a través de la revisión de artículos, estudios de caso y trabajos de posgrado indexados en diferentes bases de datos como EBSCO, Redalyc, Scielo y Google Académico y repositorios institucionales y nacionales de educación universitaria en Colombia. La búsqueda se realizó a

partir de palabras como: cambio en psicoterapia, cambio subjetivo, experiencia subjetiva, transformación en psicoterapia, eventos significativos del cambio y claves del cambio, episodios de cambio, alianza terapéutica y cambio, psicoterapia, efectividad y cambio.

Se incluyeron artículos de investigación publicados en revistas científicas, estudios de caso o trabajos de posgrado, cuya muestra estuviera comprendida por población colombiana y que fueran realizados en el periodo de 2015-2020. Como criterios de exclusión se contempló que la muestra no comprendiera a población de nacionalidad colombiana, además de ensayos, artículos teóricos, reseñas de libros o de capítulos de libro.

El procedimiento utilizado para la elaboración del estado del arte se fundamentó en la Guía para la elaboración de estados del arte realizada por Londoño, Maldonado y Calderón (2016), en donde el primer paso consiste en la implementación de una fase heurística, la cual permite la recolección, clasificación y sistematización de la información a través de seis momentos; para una posterior fase hermenéutica, que consiste en la lectura, análisis, interpretación, correlación y clasificación de la información según la necesidad y el grado de interés respecto del tema, tal como se ilustra en la figura 1.

Figura 1. Ilustración del proceso metodológico



Fuente: Elaboración propia.

En la fase heurística, iniciando por el momento de preparación, se realizó la identificación y selección del tema, dando cuenta de la viabilidad del estudio y la presencia de material; este primer momento fue seguido por el de exploración, en donde, a través de la lectura analítica y comprensiva del problema, se reafirmó la necesidad de realizar el estudio. De igual forma, se llevó a cabo el rastreo en las diferentes bases de datos, revistas indexadas, repositorios institucionales y nacionales de educación universitaria en Colombia, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión. En el momento descriptivo se extrajeron las unidades de análisis de los diferentes artículos y documentos, al igual que la información pertinente de cada uno, sometiendo así a un proceso de revisión, reseña y descripción ante los referentes teóricos y disciplinares a los autores, las delimitaciones temporales y contextuales y los diseños metodológicos. En la formulación, se realizó la construcción de ideas, bases e indicadores estruc-

turales y metodológicos en cada uno de los trabajos hallados, pasando así a la recolección, en donde se recopiló la información en una matriz de Excel. El último momento de la fase heurística es el de selección, en el cual se organizó el material con el fin de determinar si algo faltaba o si se podía dar por terminada la búsqueda, clasificación, organización y síntesis de la información.

En la fase hermenéutica, el primer momento es la interpretación, espacio en donde se dio un análisis de los estudios que permitió evidenciar áreas y temáticas de manera integrada, ampliando el horizonte de estudio y unidades de análisis, proporcionando así nuevas formas integrativas, permitiendo presentar la información en núcleos temáticos. Seguido de este, se dio la construcción teórica, la cual consistió en la revisión del conjunto de la interpretaciones de los núcleos temáticos, que tenía por fin formalizar el estado actual del tema para describir y contextualizar cómo se

encuentra Colombia frente al estudio del cambio en la psicoterapia y evidenciar aspectos tales como: qué se ha hecho, de qué manera se ha tratado la temática, hasta dónde se ha desarrollado la investigación, si se evidencian tendencias para su estudio, qué productos se han realizado y qué problemas se están resolviendo actualmente.

Por último, este estudio tuvo como principios dar cumplimiento de los criterios éticos de la investigación, dando especial relevancia a la tesis de la honestidad, el respeto y el reconocimiento de los aportes y trabajos realizado por diferentes personas, autores y grupos de investigación.

Resultados

Se rastrearon inicialmente 123 artículos, 95 fueron hallados en bases de datos y 28 en repositorios nacionales e institucionales. Se eliminaron aquellos que estaban repetidos y los que no trabajan el cambio dentro del campo clínico de la psicología y en psicoterapia; y se excluyeron también los que no comprendían a población colombiana, además de aquellos que no fueron realizados de forma empírica, debido a que la finalidad era conocer de qué manera se ha concebido el estudio del cambio en la psicoterapia en Colombia. Finalmente, se incluyó un total de 9 documentos (ver tabla 1).

Tabla 1
Estudios seleccionados y sus principales características

| Título del estudio | Año | Lugar del estudio | Objetivo general | Metodología empleada | Instrumentos utilizados |
|--|------|-------------------|--|--|---|
| El cambio a partir de un proceso psicoterapéutico sistémico, de las narrativas sobre sí misma asociadas a crisis emocional en una mujer adulta. | 2015 | Bogotá | Comprender el proceso de cambio que se evidencia en las narrativas sobre sí misma, asociadas a crisis en la adultez de una mujer, a partir de un proceso terapéutico sistémico. | Estudio Cualitativo con alcance descriptivo. Estudio de caso único. 1 participante mujer | Grabación y transcripción de las sesiones. |
| Relación terapéutica como eje de cambio en jóvenes con problemas de alcohol, anorexia y videojuegos. | 2017 | Bogotá | Comprender las pautas que se configuran en la relación terapéutica y la manera como dicha relación influye en la construcción del cambio, tomando como modelo la reconfiguración de identidad de los consultantes en tres procesos intervenidos asociados al consumo de alcohol, juego online y trastornos de la conducta alimentaria. | Estudio cualitativo con alcance descriptivo. 3 participantes (dos mujeres y un hombre) | Grabación y transcripción de las sesiones. |
| Comunicación terapéutica y su relación con la resolución exitosa o fracasada de las rupturas en la alianza terapéutica. | 2017 | Bogotá | Determinar qué aspectos del control relacional, de la naturaleza de la ruptura y de algunas variables de personalidad se asocian a la reparación de las rupturas en la Alianza Terapéutica (AT). | Estudio cualitativo correlacional. 11 participantes (3 hombres y 8 mujeres). | Pruebas diagnósticas (TRS). Grabación y transcripción de las sesiones. Análisis con software RCCCS. Jueces expertos. |

| Título del estudio | Año | Lugar del estudio | Objetivo general | Metodología empleada | Instrumentos utilizados |
|---|------|---|--|--|--|
| Cuestionario de efectividad de la psicoterapia outcome questionnaire. Validación en muestra clínica colombiana | 2017 | Armenia, Manizales, Barranquilla, Bogotá, Ibagué y Medellín | Establecer las propiedades estructurales y psicométricas del OQ-45.2 e identificar la sensibilidad al cambio y diferencias según género en población clínica colombiana. | Estudio cuantitativo. Validación de un instrumento. 214 participantes (111 hombres y 103 mujeres). | Administración de un pretest y post OQ 45.2. |
| Evaluación del cambio en psicoterapia con niños institucionalizados. | 2018 | Medellín | Evaluar el cambio en las dificultades psicológicas de niños institucionalizados, que recibieron tratamiento psicoterapéutico de corta duración. | Estudio cualitativo con alcance descriptivo. Estudio de caso múltiple. 10 participantes (4 niños, 4 familiares y 2 terapeutas). | Pruebas diagnósticas (el SDQ). Entrevista diagnóstica. Entrevista postterapéutica. Transcripción de las sesiones. |
| Cambio terapéutico percibido y la relación con las acciones terapéuticas empleadas: la experiencia de terapeutas y consultantes adultos | 2018 | Medellín | Describir los cambios que promueve la terapia a partir de la perspectiva de terapeutas y consultantes adultos en dos momentos del proceso terapéutico. | Estudio cualitativo con alcance descriptivo. 70 participantes (20 terapeutas y 40 consultantes). | Entrevista postterapéutica. Análisis de las entrevistas en el software Atlas ti. |
| Formulación de caso a partir del método clínico psicológico: aproximación crítica a los momentos de cambio. | 2018 | Medellín | Ilustrar el aprendizaje logrado en el método clínico a través de elementos de la teoría fundada. | Estudio cualitativo con alcance descriptivo. Estudio de caso único. 1 participante mujer. | Entrevista inicial y postterapia. |
| La alianza terapéutica como predictor de resultado en psicoterapia en una adolescente con problemas parentales: reporte de caso clínico. | 2019 | Pereira | Mostrar cómo el terapeuta mediante sus habilidades y actitudes a nivel personal y profesional puede favorecer la alianza terapéutica, mantener una actitud equilibrada para comprender, dilucidar, desentrañar lo que está sucediendo con la paciente. | Estudio cualitativo con alcance descriptivo. 1 participante mujer. | Entrevista postterapéutica. Informes de autoobservación. Pruebas diagnósticas (cuestionario para la depresión de Beck y la prueba de Alabama Parenting Questionnaire). |
| Momentos significativos en psicoterapia con niños: un estudio sobre procesos de cambio. | 2020 | Medellín | Identificar y describir momentos significativos en psicoterapia con niños para comprender el proceso de cambio en psicoterapia infantil a partir de la vivencia subjetiva de los participantes y la observación de sesiones. | Estudio cualitativo con alcance descriptivo. Estudio de caso múltiple. 10 participantes (4 niños, 4 padres de familia y 2 terapeutas) | Entrevista postterapéutica. Transcripción de las sesiones. Análisis en software MAXQDA. |

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 1 es posible identificar que, de acuerdo con el lugar de realización de la investigación, cuatro de los estudios fueron llevados a cabo en Bogotá, seguido por otras ciudades como Medellín (3) y Pereira (1), mientras que otro fue llevado a cabo en múltiples ciudades ya que consistía en la validación de un cuestionario. La metodología fue cualitativa en su mayoría (8) y la totalidad de los estudios fueron transversales, con un tiempo de ejecución de entre uno y nueve meses.

En cuanto a los instrumentos utilizados para la recolección de información, cuatro de los estudios realizaron entrevistas post y preterapéuticas, en seis de ellos se realizaron grabación y transcripciones de sesiones de psicoterapia, las cuales posteriormente fueron analizadas por jueces y *softwares* como el MAXQDA, el Atlas ti y el RCCCS; además, algunos implementaron pruebas para va-

lorar el cambio en psicoterapia como la S-WAIO-O y el OQ.

En lo que refiere al apartado de objetivos en los artículos seleccionados, es posible identificar que los estudios tienden a emplear palabras como evaluación, identificación, descripción, comprensión y diferenciación. Y en relación con elementos propios del estudio del cambio en la psicoterapia se mencionan aspectos tales como: momentos significativos, promoción de cambios, relación terapéutica, transformación, narrativa y sensibilidad.

Los objetivos específicos de los estudios pretenden responder preguntas como: ¿de qué manera se generan los cambios?, ¿qué, quién y quiénes dan cuenta del cambio?, ¿qué percepciones se tienen acerca del cambio? y ¿de qué manera se generan, promueven y mantienen los cambios?

Tabla 2

Estudios y posturas adoptas en torno al estudio del cambio

| Título del estudio | Marco conceptual del estudio frente al cambio | Qué es el cambio | Quién refiere el cambio |
|---|---|--|--|
| Evaluación del cambio en psicoterapia con niños institucionalizados. | El cambio se entiende como la evolución de las dificultades psicológicas luego de recibir psicoterapia de corta duración. | El cambio es preconcebido a través de un paso a paso que debe seguir el paciente. Se generan cambios adicionales que no se esperaban. | Los terapeutas, el entorno (familia y terceros), el consultante y el resultado del cuestionario pre y postterapia. |
| Momentos significativos en psicoterapia con niños: un estudio sobre procesos de cambio. | El cambio es generado a partir de los momentos significativos. | El cambio se da por el cumplimiento de metas terapéuticas que no son consecutivas pues el fin es el establecimiento de una relación terapéutica. | Los terapeutas, el entorno (familia y terceros) y el consultante. |
| Cambio terapéutico percibido y la relación con las acciones terapéuticas empleadas: la experiencia de terapeutas y consultantes adultos. | El cambio se da a partir de la relación terapéutica y del cumplimiento de los Indicadores Genéricos de Cambio. | El cambio es preconcebido a través del cumplimiento de un paso a paso relacionado con los Indicadores Genéricos de Cambio. Se generan cambios adicionales que no se esperaban. | El terapeuta. |

| Título del estudio | Marco conceptual del estudio frente al cambio | Qué es el cambio | Quién refiere el cambio |
|--|--|--|---|
| Relación terapéutica como eje de cambio en jóvenes con problemas de alcohol, anorexia y videojuegos. | El cambio se da a partir de la relación terapéutica que tiene el psicólogo con su paciente, la cual debe generar rupturas y resoluciones que permitan la generación de una transformación en las conductas relacionales. | El cumplimiento de metas terapéuticas sin un paso a paso, ya que el fin es el establecimiento de una buena relación terapéutica que genere rupturas y resoluciones y de esta manera se genere el cambio. | El terapeuta y el consultante. |
| El cambio a partir de un proceso psicoterapéutico sistémico, de las narrativas sobre sí misma asociadas a crisis emocional en una mujer adulta. | El cambio se da en la narrativa. Se modifica la visión que tiene el sujeto sobre su problemática y la concepción que tiene sobre sí mismo. La transformación en las visiones y percepciones genera diferentes patrones de comportamiento ante la problemática. | El cambio es preconcebido a través del cumplimiento de un paso a paso sostenido que permite la generación de nuevos significados ante la forma de narrarse. | El terapeuta y el consultante. |
| Comunicación terapéutica y su relación con la resolución exitosa o fracasada de las rupturas en la alianza terapéutica. | El cambio es generado a partir de la relación terapéutica en la cual se generan rupturas y resoluciones que permiten la generación de nuevos significados ante la problemática enunciada por el consultante. | El cumplimiento de metas terapéuticas, el establecimiento de una relación terapéutica que genera rupturas y resoluciones. Se generan cambios adicionales que no se esperaban. | El terapeuta y el consultante. |
| Cuestionario de efectividad de la psicoterapia outcome questionnaire. Validación en muestra clínica colombiana. | A través de un pretest y postest se evalúa la sensibilidad en diferentes componentes de la persona, los cuales deben haberse modificado después de la intervención. | El cumplimiento de un paso a paso por parte del paciente, por lo tanto, el cambio es preconcebido. | Los resultados del cuestionario. |
| La alianza terapéutica como predictor de resultado en psicoterapia en una adolescente con problemas parentales: reporte de caso clínico | El cambio es entendido a través de cómo la alianza puede generar nuevos significados y diluciones. | El cumplimiento de un paso a paso por parte del paciente, siendo un cambio preconcebido. Se evidencian cambios adicionales que no se pretendían. | Los terapeutas, el entorno (familia y terceros) y el consultante. |
| Formulación de caso a partir del método clínico psicológico: aproximación crítica a los momentos de cambio. | El cambio es dado a partir del cumplimiento de unas fases que facilitan los movimientos y el mantenimiento en cuanto a las acciones de cambio. | El cumplimiento de un paso a paso por parte del paciente, siendo un cambio preconcebido. Se evidencian cambios adicionales que no se pretendían. | El terapeuta y el consultante. |

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a los resultados y conclusiones hallados en los estudios, estos hacían referencia a que el cambio en la psicoterapia es concebido como: la disminución en la cronicidad e intensidad de los síntomas o como el cumplimiento de un proceso que involucra diferentes

pasos durante la psicoterapia, lo que le permiten al consultante darse cuenta de sus diferentes problemáticas, tomar una posición frente a las mismas y resignificar la situación (Castrillón, Hidalgo, Carmona & Vásquez, 2018; Castrillón, 2020; Forero & Medina, 2015; Uribe, 2018). Se

identifica que los elementos necesarios para la adquisición y mantenimiento de los cambios a lo largo del tiempo son la escucha, la implementación de técnicas, una relación colaborativa, el respeto y la construcción de un vínculo seguro.

Otros estudios determinaron que el cambio es resultado de la alianza terapéutica (Almeida, 2018, Bedoya & Cucatelo, 2019; Dueñas & Riveros, 2017; Sánchez-Solarte, 2017), afirmando que el acompañamiento por sí mismo es un agente propiciador del cambio y que la relación terapéutica es un sistema referencial que posibilita al consultante darse cuenta del problema y ponerlo a prueba en un espacio seguro, como es la psicoterapia.

Discusión

El cambio en psicoterapia en el contexto internacional ha sido concebido de dos formas: una en función de la efectividad y la objetividad frente al proceso terapéutico y la segunda desde la experiencia subjetiva que vive y describe el paciente (Duarte, Martínez & Tomicic, 2019). La primera se sostiene en una postura en la que el cambio es dado a conocer por el terapeuta o por un agente externo. En esta postura, el cambio es definido en función de una progresión por diferentes etapas, las cuales son valoradas por un terapeuta, un juez o una prueba psicométrica; el cambio es el resultado de dicho proceso y que define, a su vez, la afectividad que ha tenido la psicoterapia respecto a la movilización y generación de cambios en el paciente.

La segunda, desde la experiencia subjetiva, hace referencia a hechos, experiencias y conductas en los que el mismo paciente narra el cambio debido a la intervención realizada por parte del terapeuta. Esta ha venido cobrando un mayor protagonismo, tal como lo narra Almeida (2018): “[...] en los últimos años ha habido un mayor reconocimiento de la función del consultante como un participante activo en la psicoterapia” (p. 16); ya que es el propio consultante quien da cuenta de su proceso de cambio. Sumado a lo anterior, autores como Cortés et al. (2018) plantean que, para el estudio del cambio en psicoterapia, es de suma importancia poderle dar una voz a la vivencia que tienen los pacientes acerca de sus procesos, debido a que esto posibilita la realización de un contraste entre las conceptualizaciones teóricas acerca del cambio y la experiencia de los pacientes.

A diferencia del contexto internacional, el estudio del cambio en Colombia no está enmarcado por una postura clara, ya que cada estudio encontrado define el cambio de una manera distinta, siguiendo el propósito de su estudio; por lo tanto, la definición que se ha venido construyendo en torno a este concepto es ambigua, incluso autores como Castrillón (2020) y Castrillón et al. (2018) mencionan en sus investigaciones lo transicional y ambiguo que es el estudio del fenómeno del cambio en psicoterapia con población colombiana, debido a que no es definido ni como una experiencia completamente objetiva ni completamente subjetiva, sino más bien como un fenómeno que comprende ambas dimensiones.

Por lo tanto, se evidencia que en Colombia se han adoptado formas de estudiar el cambio en las que las propias

preguntas están dirigidas a la disminución o extinción de la sintomatología y no a si la terapia en realidad permite generar cambios y transformaciones en la vida de las personas que consultan.

Las investigaciones en el país se aproximan a la efectividad de la psicoterapia y a la disminución de síntomas, los cuales tienden a ser relatados por el terapeuta, el entorno e incluso evidenciados en las baterías psicométricas, muchas veces sin tener en cuenta la experiencia subjetiva del consultante. Esta posición centrada en la efectividad de la psicoterapia como descriptor del cambio se sostiene en el contenido expuesto en diferentes estudios en los que se ponen de manifiesto acciones y guías que permitieron a terapeutas, jueces y observadores dar cuenta del cambio (Forero & Medina, 2015; Dueñas & Riveros, 2017; Almeida, 2018; Bedoya & Cucatelo, 2019). De igual forma, la validación de una batería psicométrica que tiene como fin valorar las acciones y cambios dentro de la psicoterapia, reafirma dicha forma de entendimiento del cambio en psicoterapia desde la efectividad (Londoño et al., 2017).

Los estudios acá descritos fueron realizados en su mayoría a través de metodologías cualitativas, lo cual pone de relieve, inicialmente, la naturaleza de la variable del cambio en psicoterapia que es igualmente cualitativa (Almeida, 2018; Bedoya & Cucatelo, 2019; Castrillón et al., 2018; Castrillón, 2020; Sánchez-Solarte, 2017; Uribe, 2018); y, en segunda instancia, el hecho de que se objetiva la presencia o no de cambios en la implementación de test y baterías psicométricas (Londoño et al., 2017). En todos los estudios acá incluidos se contempló al terapeuta como quien

identifica los cambios, en compañía de observadores externos o de pruebas psicológicas, mientras que en ninguno de los estudios se contempló que solo el consultante diera cuenta de estos.

Finalmente, aunque la inclusión de los estudios acá citados es pequeña debido al acceso restringido de trabajos de posgrado, principalmente, es posible afirmar que en Colombia no hay una tradición en el estudio del cambio en psicoterapia puesto que no existe suficiente investigación para determinar inclinaciones, referencias o posturas claras. Los estudios encontrados son exploraciones y descripciones frente a las formas de evaluar la psicoterapia y lo que en ella se genera, tendiendo a exponer resultados hacia la efectividad que tiene dicho proceso y no en relación al cambio que la misma psicoterapia genera a nivel subjetivo.

R

Referencias

- Abarzúa, M., Trujillo, M. S., Navarro, D., & Krause, M. (2016) Psicoterapia desde la perspectiva de pacientes chilenos con esquizofrenia. *Estudios de Psicología*, 37(02-03), 425-431.
<http://dx.doi.org/10.1080/02109395.2016.1189204>
- Almeida, E. (2018). *Cambio terapéutico percibido y la relación con las acciones terapéuticas empleadas: La experiencia de terapeutas y consultantes adultos* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional, Colombia]. Repositorio Institucional Universidad Nacional.
<https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/64123>
- Ávila-Espada, A. (2020). La Psicoterapia y el cambio psíquico, entre las Evidencias basadas en la Práctica, y la Práctica basada en las Evidencias. Una reflexión relacional sobre la Psicoterapia en el Siglo XXI. *Revista de Psicoterapia*, 31(116), 29-52. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i116.401>
- Banco, L. & Riera, R. (2016). El proceso de cambio en psicoterapia. *Clínica e Investigación Relacional*, 10(3), 793-814. <http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2016.100314>
- Bedoya, D. & Cucatelo, P. (2019). *La alianza terapéutica como predictor de resultado en psicoterapia en una adolescente con problemas parentales: reporte de caso clínico*. [Tesis de Especialización, Universidad Católica de Pereira, Colombia]. <https://repositorio.ucp.edu.co/handle/10785/5561>
- Campo, M. (2004). Epistemología y psicoterapia. *Opción*, 20(44), 120-137.
<https://www.redalyc.org/pdf/310/31004407.pdf>
- Castrillón, C. (2020). Momentos significativos en psicoterapia con niños: un estudio sobre procesos de cambio. *Revista CES Psico*, 13(3), 88-106. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.3.6>
- Castrillón, L., Hidalgo, C., Carmona, D., & Vásquez, C. (2018). Evaluación de cambio en psicoterapia con niños institucionalizados. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (55), 36-53.
<http://hdl.handle.net/10495/12097>
- Castro, P. J., Krause, M. & Frisancho, S. (2015). Teoría del cambio subjetivo: aportes desde un estudio cualitativo con profesores. *Revista Colombiana de Psicología*, 24(2), 363-379.
<http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v24n2.44453>
- Cortés, A., Fernández, O., Capella, C., Espinosa, H., & Krause, M. (2018). ¿Qué es lo que cambia en la Psicoterapia? La perspectiva de pacientes adolescentes con síntomas depresivos, sus terapeutas y observadores externos. *Psykhé*, 27(2), 1-15. <https://doi.org/10.7764/psykhe.27.2.1134>
- De la Parra, G. (2013). Psychotherapy research in developing countries: The case of Latin America. *Psychotherapy Research*, 23(6), 609-623. <https://doi.org/10.1080/10503307.2013.830794>
- Duarte S., Martínez G. & Tomicic, S. (2019). Revisión teórica y metodológica de los eventos relevantes en psicoterapia para el estudio del cambio. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 28(3), 253-265. <https://doi.org/10.24205/03276716.2019.1141>
- Dueñas, L. & Riveros, M. (2017). Relación terapéutica como eje de cambio en jóvenes con problemas de alcohol, anorexia y videojuegos. *Drugs and Addictive Behavior*, 2(1), 17-37.
<https://doi.org/10.21501/24631779.2260>
- Eysenck, H. J. (1952). The effects of psychotherapy: An evaluation. *Journal of Consulting Psychology*, 16, 319-324. <https://doi.org/10.1037/h0063633>
- Forero, R. & Medina, A. (2015). *El cambio a partir de un proceso psicoterapéutico sistémico, de las narrativas sobre sí mismas asociadas a crisis emocional en una mujer adulta*. [Tesis de Especialización, Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia].
<https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/16618>

- Jacobson, N. S. & Truax, P. (1992). Clinical significance: a statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(1), 12-19. <https://doi.org/10.1037/10109-042>
- Gómez, M., Galeano, C. & Jaramillo, D. (2015). El estado del arte: una metodología de investigación. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(2), 423-442. <http://dx.doi.org/10.21501/issn.2216-1201>
- Gómez, J. & Roussos, A. (2012). ¿Cómo sabemos si nuestros pacientes mejoran? Criterios para la significancia clínica en psicoterapia: Un debate que se renueva. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(2), 173-190. <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/2756>
- Gonçalves, M., Matos, M. & Santos, A. (2009). Narrative Therapy and the nature of “innovative moments” in the construction of change. *Journal of Constructivist Psychology*, 22(1), 1-23. doi: 10.1080/10720530802500748
- Gonçalves, M., Mendes, I., Ribeiro, A., Angus, L., & Greenberg, L. (2010). Innovative moments and change in emotion focused therapy: The case of Lisa. *Journal of Constructivist Psychology*, 23(4), 267-294. <https://doi.org/10.1080/10720537.2010.489758>
- Gonçalves, M., Ribeiro, P. A., Mendes, I. Matos M., & Santos, A. (2011). Tracking novelties in psychotherapy process research: The Innovative Moments Coding System. *Psychotherapy Research*, 21(5), 497-509. <https://doi.org/10.1080/10503307.2011.560207>
- Gonçalves, M. M., Mendes, I. Cruz, G., Ribeiro, A., Sousa, I., Angus, L., & Greenberg, L. (2012). Innovative moments and change in client-centered therapy. *Psychotherapy Research*, 22(4), 389-401. <https://doi.org/10.1080/10503307.2012.662605>
- Horvath, A. (2016). Emerging trends in psychotherapy process research. *Estudios de Psicología*, 37(2-3), 226-259. <https://doi.org/10.1080/02109395.2016.1189208>
- Krause, M. & Dagnino, P. (2006). Evolución del cambio en el proceso psicoterapéutico. *Revista Gaceta Universitaria*, 2(3), 287-298. <https://sodepsi.cl/wp-content/uploads/2020/09/GU-2006-3.pdf#page=57>
- Krause, M. & Altimir, C. (2016). Introduction: current developments in psychotherapy process research. *Estudios de Psicología*, 37(2-3), 201-225 <https://doi.org/10.1080/02109395.2016.1227574>
- Londoño, N., Agudelo, D., Martínez, E., Anguila, D., Aguirre, D., & Mogollón, C. (2017). Cuestionario de efectividad de la psicoterapia Outcome Questionnaire. Validación en muestra clínica colombiana. *Psychología*, 11(1), 97-108. <https://doi.org/10.21500/19002386.3105>
- Londoño, O., Maldonado, L. & Calderón, L. (2016). *Guía para construir estados del arte*. International Corporation of Network Knowledge (ICONK).
- Meira, L., Salgado, J., Sousa, I., Ribeiro, A., & Gonçalves, M. (2018). Psychological change in everyday life: An exploratory study. *Journal of Constructivist Psychology*, 31(3), 257-272. <https://doi.org/10.1080/10720537.2017.1304300>
- Muñoz, D. & Compañadrian, V. (2012). *La evaluación del cambio terapéutico*. [Tesis de maestría, Universidad de Barcelona, España]. <https://bit.ly/3Ep9tLx>
- Norcross, J. C., Krebs, P. M. & Prochaska, J. O. (2011). Stages of change. *Journal of clinical Psychology*, 67(2), 143-154. <https://doi.org/10.1002/jclp.20758>
- Painepán, B. & Kühne, W. (2012). Efectividad según duración de la psicoterapia en un centro de atención psicológica para universitarios. *Summa Psicológica UST*, 09(01), 47-52. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/summa/v9n1/a05.pdf>
- Páramo, P. (2013). *La investigación en ciencias sociales: estrategias de investigación*. Universidad Piloto de Colombia.

- Salinas, P., Fernández, O., Krause, M., Vilches, O., Valdés, N., & Dagnino, P. (2009). Revisión teórica y metodológica de las dificultades en psicoterapia: propuesta de un modelo ordenador. *Terapia Psicológica, 27*(2), 169-179. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082009000200003>
- Sampieri, R., Fernández, C. & Pilar, M. (2014). *Metodología de la Investigación, Sexta edición*. Interamericana Editores S. A. de C. V.
- Sánchez-Solarte, A. (2017) *Comunicación terapéutica y su relación con la resolución exitosa o fracasada de las rupturas en la alianza terapéutica*. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá]. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/59433>
- Santibáñez, P., Román M., Chenevard, C., Espinoza, A., Iribarra, D., & Müller, P. (2008). Variables inespecíficas en psicoterapia. *Terapia Psicológica, 26*(1), 89-98. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082008000100008>
- Santibáñez, P., Román, M. & Vinet, E. (2009). Efectividad de la psicoterapia y su relación con la alianza terapéutica. *Interdisciplinaria, 26*(2), 267-287. <https://www.redalyc.org/pdf/180/18011827006.pdf>
- Schürmann, I. & Mühlmeyer-Mentzel, A. (2016). What leads to success in the change process from a client perspective? *Estudios de Psicología, 37*(2-3), 260-281 <https://doi.org/10.1080/02109395.2016.1189211>
- Uribe, A. (2018). *Formulación de caso a partir del método clínico psicológico: aproximación crítica a los momentos de cambio*. [Tesis de Maestría, Universidad CES, Colombia]. <https://repository.ces.edu.co/handle/10946/3882?locale-attribute=en>
- Valdés, N., Gómez, D. & Reinel, M. (2018). Momentos de ruptura y resolución de la alianza terapéutica en el caso de una adolescente diagnosticada con difusión de identidad: su impacto en el resultado terapéutico. *Psyche, 27*(2), 1-20. <http://dx.doi.org/10.7764/psyche.27.2.1136>
- Wampold, B. E. (2015). ¿Cuán importantes son los factores comunes en psicoterapia? Una actualización. *World Psychiatry, 14*, 270-277. <https://doi.org/10.1002/wps.20238>