

## **CORRIENTES COGNITIVAS Y SISTÉMICAS EN PSICOTERAPIA: INTEGRACIÓN Y PARADIGMA**

## **COGNITIVE AND SYSTEMIC CURRENTS IN PSYCHOTHERAPY: INTEGRATION AND PARADIGM**

Silvia Prada Villalobos<sup>1</sup>  
silprada@gmail.com

Fecha de recepción: 23 mayo 2012 - Fecha de aceptación: 21 noviembre 2012

### **Resumen**

*El presente ensayo hace una revisión del movimiento integrador en psicoterapia cognitiva y compara esto con el movimiento sistémico. Además, se destaca la importancia de un marco epistemológico para fundamentar la integración. Para entender esto se realiza una descripción de la evolución del movimiento integrador en la práctica clínica. Luego, una breve reseña de los enfoques cognitivos que se han denominado a sí mismo, integradores. La propuesta del ensayo es resaltar el enfoque sistémico como un nivel de integración que se puede denominar meta-teórico, pues provee de un marco epistémico amplio, flexible y lo suficientemente explicativo como para poder comprender tanto el progreso de la psicología cognitiva como el esfuerzo del movimiento integrador para encontrar elementos en común en la práctica.*

**Palabras claves:** *integrador, epistémico, sistémico y meta-teórico*

### **Abstract**

*This essay makes a review of the integrative psychotherapy movement. First defines the integration and the different levels in which it manifests. Then makes a description of the evolution of the movement in clinical practice and compares the cognitive approaches that have been termed as integrative. The proposal of the essay is to highlight the systemic approach as a level of integration that can be called meta-theoretical because it provides a comprehensive, flexible epistemic framework and its explanatory enough to be able to capture the progress of cognitive psychology and the effort of the integration movement for finding common elements in clinical practice.*

**Key Words:** *integrative, epistemic, systemic, meta theory*

El trabajo integrador no es una novedad de la psicología; es una forma de entender los fenómenos en todos los saberes de la ciencia. En este sentido, no es nuevo que haya movimientos integradores en diferentes ciencias. Las mismas universidades promueven como parte de los objetivos de sus programas de mejoramiento continuo, la integración entre la Investigación la Docencia y la Extensión; y se proponen propuestas de investigación al integrar áreas afines; como por ejemplo, Trabajo Social, Psicología, Psiquiatría, Educación, entre otras. La integración como vemos puede ser tanto interdisciplinar como intradisciplinar,

Dentro de la disciplina psicológica, muchos autores han planteado sus puntos de vista acerca de la integración; y proponen que ésta se puede reflejar en diferentes niveles. Asimismo, coinciden en un nivel metodológico, técnico o incorporando conceptos de una teoría en otra, estos pueden ser principios o axiomas.

Hablando específicamente de la psicología clínica, han sido diversas situaciones las que han promovido un trabajo integrado. Una es que el profesional se enfrenta a situaciones tan diversas y complejas que le demandan tener variados recursos técnicos y marcos explicativos que le permitan trabajar con la diversidad y complejidad de problemas psicológicos. En este sentido Goldfried (2010) menciona que es la brecha entre la investigación y la práctica sobre todo en el área clínica lo que ha provocado una cierta tensión entre la investigación y la clínica.

Para lograr reducir esta brecha en el ámbito de la psicoterapia entre la investigación y la práctica surge un movimiento integrador. Según Stricker (2010), el movimiento integrador ha sido un enfoque desde la aparición del SEPI (Society for Exploration of Psychotherapy Integration) en 1983. A partir del año 1991 se inicia la publicación de la revista: *Journal of Psychotherapy Integration*.

Dentro del marco de estas publicaciones Norcross y Goldfried (2005) realizan un compendio sobre diferentes enfoques en la integración entre ellos proponen que se puede mejorar el integracionismo al identificar principios unificadores en las teorías. De igual forma, ponen como ejemplo los constructos Piagetianos, pues estos

se relacionan con las teorías diversas como por ejemplo la del apego o la de las relaciones objetivas, entre otras. Los autores lo que destacan es la necesidad de identificar principios teóricos en común que pueden unir diferentes modelos.

Es indiscutible como la psicología cognitiva ha ido evolucionando mediante la integración de conceptos de una teoría en otra, o el encontrar elementos en común en diferentes teorías (Caro, 1999; Feixas y Miro, 1993; Semerari, 2002). Muchos de estos procesos de integración en psicología cognitiva han dado como resultado que los marcos explicativos sean más que la suma de sus partes, pues han surgido nuevos enfoques teóricos y formas nuevas de entender los fenómenos psicológicos.

Semerari (2002) resalta la importancia de conocer los factores de cambio en psicoterapia, su influencia y su importancia, y se plantea la pregunta sobre si la efectividad de la psicoterapia radica en las técnicas específicas que responden a un enfoque o a elementos en común de valor terapéutico en las terapias en general. Algo similar plantea Norcross (2005) quien resalta la importancia de identificar principios comunes a partir de los procesos de cambio.

Según Vela (2009), hay dos líneas fundamentales para la integración: una centrada en la práctica, como lo es la de los factores comunes; y otra centrada en el nivel meta-teórico o de la construcción del conocimiento.

Castonguay y Beutler (2006) han delimitado los principios de cambio relevantes en los problemas psicológicos. Entre estos, se han mencionado los factores en relación con la alianza terapéutica, como son la creación de la relación, en la cual se hace relevante la relación afectiva que se establece con el terapeuta. Esto se ha destacado no solo en la psicología, sino también en la medicina, como la razón probable de la curación. Es además importante que en esta relación haya un factor de credibilidad por parte del terapeuta, el cual se torna en una figura con mayor conocimiento o manejo de los malestares psicológicos.

Otros factores comunes son inherentes a la persona quien asiste a terapia, tales como una visión nueva de sí mismo, el poder tener una experiencia nueva, y la posibilidad de realizar

contrastes con la realidad, además de la motivación inherente al proceso terapéutico.

De la misma manera, también hay estrategias terapéuticas en común en los enfoques. Una de estas tiene que ver con el factor cognitivo, estos son aspectos del tratamiento que trabajan con la organización del conocimiento de las personas y el significado que adjudican a las situaciones.

Otra estrategia tiene como objetivo el nivel conductual; esto es enfocarse en el hecho de que la mayoría de los procesos terapéuticos van orientados al cambio y que este cambio se traduce en acciones. Y, por último, la estrategia que tome en cuenta la toma de conciencia y expresión emocional.

El presente ensayo hace una comparación entre perspectivas cognitivas que pretenden ser integradoras y el enfoque sistémico. Primeramente, se destaca la importancia de poseer un marco epistemológico que estructure el conocimiento en todo nivel y, sobre todo, que de la posibilidad de integración en la práctica clínica, luego se va a mencionar algunos de los modelos cognitivos que se enmarcan dentro de alguna de las perspectivas de integración.

Al hacer una síntesis del enfoque sistémico, se pone de manifiesto el trasfondo de integración que da como resultado una transformación dentro de la Ciencia Psicológica, o sea un nivel meta-teórico. El enfoque sistémico como integración meta-teórica surge, tal como lo plantea Vela (2009), “de la necesidad de que la ciencia cuente con un marco teórico explicativo que sea más general, lo cual implica un salto a otro nivel explicativo de la ciencia psicológica.”

### **El movimiento integrador en el enfoque cognitivo**

Los modelos cognitivos muestran ejemplos de integración en sus diferentes niveles, algunos asimilan conceptos de otras teorías; en otros, se realiza una reformulación de conceptos, y hay además propuestas cognitivas que se enfocan en los factores comunes de cambio.

El movimiento cognitivo denominado posmoderno reconoce tener contribuciones de los constructivistas, lingüistas y narrativos. Estos proponen el concepto de un “yo” en el cual

se integran no solo conductas, sino también procesos psicológicos, producto de relaciones complejas, juegos de lenguaje y una ideología dominante.

En ellos varía, entonces, también el objetivo de la terapia; parafraseando a Gonçalves (1997), ya no es el sustituir pensamientos y emociones, sino permitir que se incrementen los múltiples puntos de vista sobre el mundo, significados y experiencias.

Otro ejemplo de este movimiento posmodernista cognitivo es el modelo de psicoterapia cognitivo analítica, donde se puede reconocer la integración en la cual se reformulan conceptos de una teoría en otra. El cognitivo analítico tiene dos fuentes importantes de influencia, las terapias cognitivas centradas en esquemas y las psicoterapias psicodinámicas breves. Se ve en este caso como el enfoque articula conceptos de dos teorías y también distintos aspectos del funcionamiento del ser humano, tanto cognitivos al tomar en cuenta la teoría de procesamiento secuencial, como también psicodinámicos con respecto a la definición del “self”. A nivel de proceso terapéutico, da énfasis a la reformulación, concepto que puede analogarse al de foco terapéutico (Mira-peix, 2004).

Otro ejemplo en la teoría cognitiva de integración de conceptos de una teoría en otra es la terapia cognitiva centrada en esquemas de Young (2003). Su enfoque representa una innovación del modelo de terapia cognitiva tradicional propuesta por Aaron Beck que se refería a los esquemas como un principio organizativo amplio e inmutable que sirven como guía para interpretar y resolver problemas. Para Young (2003), estos esquemas se desarrollan principalmente como resultado de experiencias traumáticas en la niñez y pueden ser el núcleo de muchos de los trastornos de personalidad, como también características de ésta.

El modelo centrado en esquemas además reconoce los factores comunes en las estrategias de cambio, cognitivos, experienciales y de comportamiento e interviene con técnicas diversas, pero proponiendo un modelo teórico explicativo común. Según lo afirma Semerari (2000), los esquemas no son representaciones, sino estructuras que generan representaciones; y en este

sentido, son inconscientes, implican un componente afectivo y un componente que guía y dirige la acción. El concepto de “esquema del self” que puede analogarse a la organización de uno mismo; y el esquema relacional u organización frente a los demás son conceptos que se usan con diferentes terminologías en casi todos los enfoques psicoterapéuticos.

Por otro lado, la terapia de constructos personales de Kelly (1995), quien consideró como unidad básica del sistema cognoscitivo las estructuras bipolares que llamó constructos, propone que estos se van generando a partir de un proceso cognitivo de búsqueda de diferencias a lo largo de la vida. Tal como lo propone este autor, el trabajo con pacientes parte de una formulación de hipótesis el cual propone que son los procesos de construcción de cada persona los que le dan significado a su problemática actual. El resultado de la intervención terapéutica es el lograr crear una construcción nueva que provea de herramientas para enfrentar las múltiples y diversas situaciones de vida de cada persona; al ser flexible y coherente, dejará de ser fuente de conflicto. Desde esta concepción, se justifica la intervención metafórica al ser una figura de lenguaje que posibilita que la persona genere múltiples significados.

Pareciera que el enfoque de Kelly (1995) utiliza elementos técnicos de otros enfoques, como también lo hace la terapia cognitivo narrativa siendo una de las figuras relevantes Gonçalves (2003). Este autor plantea que el objetivo es que el cliente construya, en conjunto con el terapeuta, una realidad múltiple de experiencias sensoriales, cognitivas, emocionales y de significación. En síntesis, trata de facilitar la construcción narrativa en todos sus niveles de experiencia. Se intenta recurrir a métodos más analógicos y menos racionalistas para acceder a la modificación de la organización del conocimiento. El paciente debe ser capaz de tener un discurso diversificado complejo y coherente. El modelo integra conceptos de la narrativa y además utiliza técnicas comportamentales y experienciales.

El enfoque Posracionalista de Giudano (1997) propone una interdependencia entre lo objetivo y lo subjetivo, entre la emoción y la cognición. Lo afectivo se considera como un sistema que responde a determinada percepción

del mundo; existe una interdependencia entre la comprensión de uno mismo y la vivencia. Giudano (1997) menciona que “El ciclo vital debería considerarse como una progresión orto genética, es decir un proceso abierto y en espiral en el que el reordenamiento continuo de la dinámica de la identidad personal genera la emergencia discontinua de patrones de coherencia de significados mas estructurados e integrados”.

La integración en este autor se da más a través de un cambio de percepción del objeto de estudio, y es el mismo Giudano (1997) quien propone un nuevo marco epistémico posracionalista que, según él, es lo suficientemente flexible para poder explicar su modelo. Este marco propone tres supuestos fundamentales. El primero es claro, sigue los postulados de Maturana y Varela (1980, citados por Semerari (2002), pues dicen buscar isomorfismo entre la organización dinámica de un organismo y la organización de su sistema cognoscitivo. El segundo es considerar la conciencia como un organismo dinámico, y el tercero es sobre la dinámica del sistema

Es interesante que este nuevo marco epistémico corresponde en cada uno de sus supuestos al paradigma sistémico. Ahora resulta importante reconocer cuál de estas dos posiciones tiene las características de paradigma.

### **Unificación Cognitiva o Paradigma sistémico**

Es interesante hacer mención de lo propuesto por Semerari (2002) cuando plantea las características del programa cognitivo constructivista radical, “no es tanto la importancia concedida a las estructuras cognoscitivas, si no el intento de construir dentro de un sistema fuertemente coherente una teoría clínica que proceda directamente por vía deductiva de algunos supuestos epistemológicos básicos.” Según lo menciona el autor, los conceptos de equilibrio, perturbación autorregulación, auto-organización y determinismo estructural son los que sugieren un hilo de continuidad entre los procesos biológicos y cognitivos.

Estos conceptos ya han sido propuestos por uno de los fundadores de la teoría General de Sistemas, Bertalanffy (1955), quien

claramente hace alusión a “conceptos como equilibrio, homeostasis, retroalimentación y estrés, son términos tecnológicos que están exitosamente aplicados al campo de la psicología”.

Por su parte, Semerari (2002) además propone una teoría unificada del conocimiento: “Las preguntas subyacentes aquí tienen que ver con un isomorfismo de fondo de los procesos cognitivos”. De nuevo, se visualiza el concepto sistémico propuesto por Bertalanffy en 1955: “Una consecuencia de la existencia de propiedades generales de los sistemas es la aparición de isomorfismos o similitudes estructurales en los diferentes campos teóricos”.

Semerari (2002), por otro lado, hace alusión a que existe una vertiente dentro de los enfoques cognitivos constructivistas que desarrollan la metáfora de la mente como organismo vivo y propone tres elementos fundamentales: 1. La naturaleza activa y motora de la mente 2. La distinción entre aspectos nucleares y periféricos y 3. La naturaleza autoorganizada de los sistemas.

Es evidente de nuevo el paralelismo con los postulados de Bertalanffy (1955): “los teóricos de sistemas están de acuerdo que el concepto de sistema puede aplicarse a cualquier “totalidad” consistente de partes interactuantes”, en los cuales en la noción de organismo, la clave es su naturaleza de ser un sistema activo y la personalidad misma es un sistema, en el cual lo importante en la psicoterapia en una toma de conciencia de los conflictos presentes, la orientación hacia metas y la anticipación simbólica. Esto lo menciona otro autor precursor del enfoque sistémico, Bateson (1951) cuando propone el concepto de comunicación como un sistema explicativo para entender una multiplicidad de aspectos de la conducta humana.

En la actualidad, son varias escuelas de psicoterapia con influencia de los postulados sistémicos, escuelas estratégicas, narrativistas y centradas en soluciones. Todas ellas enfocadas en los procesos de cambio. Las escuelas estratégicas además destacan procesos interpersonales que mantienen los problemas y estrategias diversas para modificarlos.

Gonçalves, (2003) se refiere a la práctica cognitiva constructiva en la cual reconoce que el poder del cambio recae en los procesos más que

en los procedimientos, y que los procesos semejantes pueden afectarse por ejercicios concretos. Este énfasis en los procesos es también relevante en el enfoque sistémico que parte del supuesto teórico que la totalidad es más que la suma de sus partes y que las partes interactuantes reflejan esa particularidad del fenómeno.

Gonçalves (2003) sigue proponiendo que la meta principal de los ejercicios en la terapia narrativa consiste en ser metafóricamente equivalentes a tener una base segura. La importancia de la metaforización como proceso es también un concepto sistémico el cual tiene su fundamento epistémico en los postulados de Watslawick (1983) sobre la comunicación digital y analógica y su mención al valor de la metáfora como lenguaje de cambio.

El concepto de construcción de George Kelly (1995) se va dando a partir de búsqueda de diferencias; igualmente lo había propuesto Bateson en 1950 cuando explica el concepto de circularidad como una búsqueda de diferencias entre los miembros de un grupo o sistema.

## Discusión

Es la Teoría General de Sistemas la cual propone un marco epistémico integrador para todas las ciencias, pues claramente influencia autores como Gregory Bateson el cual ya en el año 1950 es precursor de la Teoría de la Comunicación Humana y la Teoría del Cambio de Paul Watslawick (1983). Son ellos los que formulan conceptos como: isomorfismo, circularidad, homeostasis y procesos de realimentación y cambio.

Ambas nociones, la del cambio y la comunicación, subyacen a todo proceso terapéutico como procesos transversales o factores genéricos. El factor de la comunicación explica los fenómenos de la relación terapéutica, la Teoría del Cambio fundamenta la aplicación de técnicas metafóricas que son la base de la narrativa. El cambio es, de acuerdo con Watslawick (1983), una reconstrucción del sistema de percepción de la persona, este es un concepto claramente expresado por las corrientes constructivistas y narrativistas.

Se ha logrado encontrar que los enfoques cognitivos de corte constructivista son integradores, pero además manejan un marco teórico compatible con los propuestos por la Teoría General de Sistemas. Ellos se ubican dentro de un programa de investigación que denomina posracionalista y posestructuralista, un programa de investigación que comparte conceptos sistémicos. No obstante, se debe tomar en cuenta que un marco epistémico debe ser no solamente integrador, sino además dar respuesta al movimiento de la ciencia como totalidad, debe además ser flexible para explicar lo novedoso. El marco epistémico sistémico provee al “programa” posracionalista un marco explicativo de muchos de sus presupuestos, pero además lo hace con múltiples ciencias y programas de investigación (biología, física, matemática, sociología).

Esta amplitud en la aplicación de los conceptos y la posibilidad de crear programas de investigación desde diversas ciencias puede hacer de lo sistémico un marco epistémico; por lo tanto, se puede concluir que estamos ante un nuevo nivel meta teórico dentro de la ciencia psicológica que claramente ha influenciado la aparición de diversos enfoques integradores.

Bien lo dice Bertalanffy (1955): “Teorías de conducta y psicología deben ser similares en su estructura formal, o isomórfica. Posiblemente los conceptos sistémicos son el comienzo de este lenguaje común. En el futuro remoto esto puede llevar a una teoría unificada”.

### Referencias bibliográficas

- Bateson G y Ruesch J. (1951). *Communication: The Social Matrix of Society*. New Jersey: Transaction Publishers.
- Bertalanffy, L. (1955). *General System Theory*. New York, NY. George Brazillier.
- Caro, I. (2003). *Psicoterapias Cognitivas*. España: Editorial Paidós.
- Caro, I. (1997). *Manual de Psicoterapias Cognitivas*. España: Editorial Paidós.
- Caro, I (1999). El origen cultural de la integración y del eclecticismo en psicoterapia. *Psiquiatría Pública*. 11(1), pp. 19-26
- Castonguay, Louis G., Boswell, J., Zack, S., Baker, S., Boutselles, M., Chiswick, N., (2010) Helpful and Hindering Effect in Psychotherapy a practice research Network Study. *Psychotherapy, Theory, Research and Practice*. Vol.47, N.3, pp. 327-344.
- Castonguay, Louis G. (2006) Personal Pathways in psychotherapy. *Journal of Psychotherapy* Vol. 16, No. 1, 36–58 DOI: 10.1037/1053-0479.16.1.36
- Feixas, G. y Miró, M. (1995). *Aproximaciones a la psicoterapia: Una introducción a los tratamientos psicológicos*. Barcelona: Editorial Paidós
- Florenzano, R. (1997). *Técnicas de Psicoterapias Dinámicas*. Chile: Editorial Universitaria.
- Fiorini, H. (1985). *Teoría y técnica de psicoterapias*. Argentina: Ediciones Nueva Visión.
- Freedheim, D. (1992). *History of psychotherapy a century of change*. American Psychological Association. Washington, D.C.
- Giudano, V. (1997). El estado de la cuestión en la terapia cognitivo posracionalista, en I. Caro (comp.) *Manual de Psicoterapias cognitivas* (pp. 371-379), Barcelona, España Ediciones Paidós
- Goldfried, Marvin R. (2010) The future of psychotherapy Integration. Closing the gap between research and practice. *Journal of Psychotherapy Integration*. Vol. 20 (4). pp.386-396. DOI: 10.1037/a0022036
- Gonçalves, O y Rosas, M. (2003). *Elaboración de los aspectos postraumáticos del Infarto del Miocardio en Caro. I. (Comp.)*. España Ediciones Paidós.
- Gonçalves, O. (1997). El estado de la cuestión en la psicoterapia cognitivo narrativa, en I. Caro (comp.) *Manual de Psicoterapias cognitivas* (pp. 339-369). España: Ediciones Paidós
- Karasu T. (1986). The specificity versus nonspecificity dilemma: toward identifying therapeutic change. *Am J Psychiatry*. 143: pp. 687-695
- Kelly, G. (1995). *The psychology of personal constructs*. London: Rutledge editors.
- Kuhn, T. (1971). *La estructura de las revoluciones científicas*. Fondo de Cultura Económica. México

- Lakatos, I. (1972). *The methodology of scientific research programme*. Cambridge University Press.
- Mahoney, M. (1997). El estado de la cuestión en la psicoterapia constructivista, en I. Caro (comp.) *Manual de Psicoterapias cognitivas* (pp. 399-410). España Ediciones: Paidós.
- Mirapeix, C. (2004). *Psicoterapia cognitivo-analítica. Un modelo integrador de intervención*” Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000310&a=Psicoterapia-cognitivo-analitica-Unmodelo-integrado-de-intervencion>.
- Mirapeix, C. (2003). *Psicoterapia Cognitivo Analítica* I. Caro (comp.) *Manual de Psicoterapias cognitivas*. España: Ediciones Paidós.
- Mirapeix, C. (sf). *El Desarrollo del Self Múltiples Estados Mentales y Metodología de Evaluación de la Psicoterapia Cognitivo analítica*.
- Semerari, A. (2002). *Historia Teoría y Técnicas de la Psicoterapia Cognitiva*. España: Ediciones Paidós.
- Stricker, G. (2010) *A Second Look at Psychotherapy Integration*. *Journal of Psychotherapy Integration* . Vol. 20, No. 4, 397–405 DOI: 10.1037/a0022037
- Vela Miranda, Oscar Manuel. *Un proceso de integración de la psicoterapia basado en los aportes de la neurociencia*. *Rev. Psicol.* [online], nov. 2009, no.11 [citado 05 Enero 2012], p.141-146. Disponible en la World Wide Web: <[http://revistas.concytec.gob.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1990-67572009000000012&lng=es&nrm=iso](http://revistas.concytec.gob.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-67572009000000012&lng=es&nrm=iso)>. ISSN 1990-6757.
- Watslawick, P., Beavin, J., y Jackson, D. (1983). *Hacia una teoría de la Comunicación Humana*. Argentina: Editorial Herder.
- White M y Epston, D. (1991). *Guía para una terapia familiar sistémica*. Buenos Aires: Gedisa
- Young, J, Klosko, J, Weishaar, M. (2003). *Schema Therapy*. England The Guilford Press.

