

Capítulo 17:

¿Cómo se lleva a cabo el diálogo interdisciplinario en la práctica de la Psicoterapia?.

Tania Zohn Muldoon¹

Introducción.

La práctica de la psicoterapia implica destrezas y capacidades en distintos ámbitos y niveles; requiere de un conocimiento amplio de las problemáticas psicológicas que los consultantes presentan a manera de demanda. También conlleva un expertise en los modos de interacción que favorecen el cambio personal que los consultantes buscan en el proceso. En la puesta en juego de estas habilidades, se pueden entrelazar diferentes marcos de referencia que brindan explicaciones acerca de la persona y su sufrimiento, así como estrategias y técnicas de intervención que pueden ayudar a generar bienestar psicológico en los consultantes. El diálogo interdisciplinario favorece la construcción de un tejido entre hilos teóricos, estratégicos y actitudinales derivados de distintas perspectivas epistemológicas. Este diálogo posibilita, en el quehacer del psicoterapeuta, integrar hipótesis e intervenciones multidimensionales, en el contexto de un vínculo particular que fomenta la transformación personal. Esta visión implica integrar conocimientos, metodologías y técnicas de diversas disciplinas para comprender y abordar los fenómenos en estudio; no hay respuestas definitivas ni completas (Enríquez, 2013; Moreno y Zohn, 2013; Zohn, 2018). El propósito de este capítulo es plantear algunas pistas para el trabajo en psicoterapia desde la perspectiva del diálogo interdisciplinario. Con la experiencia en el diseño e implementación de un programa de maestría que se dedica a la formación de psicoterapeutas que se organiza de esta manera y con la base de diversas investigaciones que se han llevado a cabo en esta temática, se pueden proponer maneras de abordar el quehacer psicoterapéutico desde una intención de interdisciplinariedad.

Interdisciplinariedad y pensamiento complejo.

De acuerdo con Morin (1997), existen una serie de condiciones que han favorecido el desarrollo de la interdisciplinariedad: "...la circulación de los conceptos o de los esquemas cognitivos... las usurpaciones y las interferencias... las complejizaciones de disciplinas en campos policompetentes... la emergencia de nuevos esquemas cognitivos y de nuevas hipótesis explicativas..." (s/p.) Estas condiciones implican movimientos epistémicos; rupturas, giros y deslizamientos que requieren disposición para concebir y conocer de forma inédita. La perspectiva de la interdisciplinariedad tiene como finalidad ensanchar la comprensión del objeto de estudio. Esto se logra al poner en interacción y reagrupar los saberes de diversas disciplinas; sus problematizaciones, conceptualizaciones, métodos de estudio e intervención (Pérez y Setién, 2008; Sánchez, 2013). Para Uribe (2012), Habermas (2003) y Gómez (2013) el ejercicio interdisciplinario implica colaboración entre las disciplinas, para repensar los fenómenos y generar una apreciación multidimensional, compleja. Para Collin (2009), esta colaboración puede manifestarse en diversas modalidades; la más radical sería el origen de una disciplina nueva -híbrida-; una segunda forma implicaría el desarrollo de puentes entre disciplinas; una variedad más, es cuando se plantea la propuesta de contribuciones específicas de componentes particulares de otros campos, sin pretender integración; y finalmente la forma menos colaborativa, que es una sumatoria de elementos de las disciplinas involucradas. Cada

¹ Dra. en Psicología, psicóloga clínica, profesora de la Maestría en Psicoterapia, Universidad ITESO, México.

una de estas modalidades de ejercicio interdisciplinario requiere una posición de apertura; considerar la aportación de elementos que incorporan ideas diferentes y esquemas cognitivos nuevos. Para trabajar en psicoterapia desde el diálogo interdisciplinario, se requiere desarrollar una mirada compleja de la realidad que se enfrenta en el encuentro con los consultantes. Esta forma de comprender los fenómenos implica generar —en palabras de Morin (2001) un “...conocimiento multidimensional” (p.23). Este conocimiento no aspira a ser completo ni acabado, pero sí a tener un carácter vasto, en tanto la consideración de múltiples facetas de la situación que se busca discernir. Asumir la complejidad en la comprensión de las situaciones problema de los consultantes, requiere la convivencia con la incertidumbre, la disposición a no tener una respuesta única y final acerca de lo que sucede. Implica aprender a configurar un panorama multifacético de la problemática, del conflicto. De entrada, habrá que reconocer que la demanda de los consultantes, si bien enmarcada en una forma limitada, se compone de diversas áreas que podemos distinguir; significados, vivencias, emociones, interacciones, comportamientos, contexto sociocultural y situación de vida, entre otros. El psicoterapeuta requiere reconocer las conexiones entre estas entidades y distinguir cada una de ellas, sin aislarlas (Morin, 2001). En este ejercicio, se permite generar hipótesis a partir de distintas perspectivas teóricas y considerando varias dimensiones, tomando en cuenta que cada acercamiento brinda explicaciones parciales de la realidad que vive el consultante (Zohn y Valencia, 2013). Requiere un ejercicio reflexivo constante acerca de su construcción de significados, una vigilancia de sí mismo, para ir más allá de lo unidimensional, más allá del reduccionismo y la fragmentación, al tiempo que se reconoce el carácter de incompletud de su saber. El pensamiento complejo llevado al trabajo psicoterapéutico, ofrece la oportunidad de soltar la seguridad que brinda la adhesión a una perspectiva y construir un conocimiento orgánico de los casos y las problemáticas. Otro punto que subraya Morin (2001), y que tiene que ver con cómo se gestiona la comprensión compleja, es la noción abierta de la relación entre lo interno y lo externo; plantea que “el mundo está en el interior de nuestro espíritu, el cual está en el interior del mundo. En ese proceso, sujeto y objeto son constitutivos uno del otro” (p.69). Puesto en el campo clínico, este acercamiento exige un entendimiento integral de los mundos interno y externo de la vida del consultante; pensamientos y emociones que reflejan y se reflejan en acciones e interacciones; un todo indivisible que se presenta en forma de motivo de consulta, de demanda de ayuda. Aceptar la visión de la complejidad implica trascender la necesidad de certezas e ideas fijas; por ello Najmanovich (2008) declara que “La estética de la complejidad es la de las paradojas que conjugan estabilidad y cambio, unidad y diversidad, autonomía y ligadura, individuación y sistema...La apertura hacia la diversidad no lleva necesariamente al relativismo vacuo, sino que abre las puertas a la afirmación responsable” (p.135). Así, para asumir una visión interdisciplinaria en la psicoterapia habrá que abrazar este pensar complejo y reflexivo que propone Morin (2001), que se sintetiza en la siguiente cita: “la concepción compleja...llama a...la autocrítica...a la revisión epistemológica; conlleva verdades biodegradables, es decir, mortales, es decir, vivientes” (p. 75). Esto no se logra únicamente con el desarrollo de las destrezas relacionadas al manejo de conceptos teóricos y la pericia metodológica o técnica; este pensar desde la complejidad requiere un talante personal particular. No es sencillo sostener una visión del ser humano desde la complejidad. “Probablemente, las barreras más difíciles de vencer son las mentales y culturales. Las condiciones personales que ayudan a la disposición para la interdiscipliniedad incluyen apertura mental, flexibilidad, fluidez, respeto a la diferencia y ética” (Uribe et al., 2012, p. 13).

Marcas del diálogo interdisciplinario en la psicoterapia.

En términos de la práctica clínica, proponemos que se trabaje con el abordaje de distintas dimensiones del ámbito psicológico y que además se integren elementos conceptuales desde otras disciplinas, tales como la antropología filosófica, la sociología y la ética, que permiten incorporar explicaciones acerca del sentido y circunstancia de vida de los consultantes, los lineamientos del entorno de trabajo profesional y las formas de desarrollar el conocimiento;

todos estos conceptos presentes en las problemáticas y el malestar que viven los consultantes. Además de Morin, se puede tomar como referencia para esta propuesta, lo que Bauman (2003) plantea en torno a la Modernidad Líquida. Este autor considera que, en la era posmoderna, estamos viviendo procesos de disolución de maneras de vivir y de conocer, características de la modernidad; con ello se generan nuevas configuraciones y, sobre todo, nuevos modos de configurar. Esta circunstancia implica el despliegue de distintos recursos individuales y sociales para enfrentar un mundo cambiante e impreciso. En el contexto de la psicoterapia, es imprescindible que el profesional desarrolle flexibilidad y versatilidad; en su comprensión de los problemas, en su interacción con los consultantes, en sus intervenciones. Con un proceso de pensamiento fluido, que le permita favorecer la resignificación y la reconfiguración de la experiencia del consultante. Así, el conocimiento clínico, puede ser entendido como una construcción que se genera en la interacción multidimensional, ya no es un resultado rígido y solidificado en una teoría, sino que deviene una actividad, una experiencia. Partimos de la certeza de que la práctica psicoterapéutica se enriquece cuando se toman las aportaciones de distintos enfoques y perspectivas teóricas. También, que nos interesa trascender los debates y las pugnas entre las diversas escuelas o enfoques psicoterapéuticos. Así, dejar de centrar la discusión en determinar cuál de esos enfoques es el verdadero o el mejor, y, enfocarnos en destacar aproximaciones innovadoras para trabajar en pro del bienestar, de la manera más integral posible. Lograr lo que propone Olabarria (2001), en términos de la coexistencia de paradigmas diversos, asumiendo que esto no implica una contradicción, sino un ejercicio de complementariedad epistémica. Buscamos llevar a cabo un ejercicio para amalgamar los saberes. De acuerdo con Fernández Pérez (1994), para construir un trabajo interdisciplinario, es necesario contar con un conocimiento multidisciplinario; implica “la competencia para, desde una disciplina particular, asumir las relaciones necesarias, distintivas y diferenciadores con otras, para otras y desde otras posiciones del conocimiento; es una actitud nueva para asumir abiertamente otros métodos de abordaje de la realidad” (p. 72). De manera que, lo que caracteriza el trabajo psicoterapéutico desde el diálogo interdisciplinario es romper con la realidad construida a partir de las abstracciones teóricas y la pulcritud de las técnicas, para contactar con la problemática sociocultural y leer a la persona de una manera completa e integral (Tobón, Núñez, Rojas y Vinaccia, 2004; Gómez, 2013). Gómez (2013) propone tres competencias para llevar a cabo el trabajo interdisciplinario en el campo de la psicoterapia; la creatividad, la reflexividad y el pensamiento sistémico y estratégico. La creatividad involucra una forma nueva de mirar la psicoterapia, al mismo tiempo que se sostiene el rigor y la seriedad en los procesos de intervención, “se pone en marcha en la búsqueda sistemática y acuciosa de información en relación a la problemática abordada por el consultante, desde la apertura y el diálogo hacia los descubrimientos y cuerpos teóricos de otros campos de conocimiento, para ampliar la mirada, para leer de manera más compleja la realidad enfocada” (Gómez, 2013 p. 40). El desarrollo de la reflexividad, por otra parte, implica ir más allá de los métodos y las teorías, abordar las diferentes habilidades, lenguajes, acercamientos epistémicos y culturas (Collin, 2009). La reflexividad, para Giddens (1997), es el proceso meditado de una acción, y está estrechamente vinculado con la flexibilidad. “Es la forma de estar en el mundo pensando y haciendo, pensándose y haciéndose” (Gómez, 2013 p. 40). Por último, está el pensamiento sistémico y estratégico, básico como competencia en el abordaje interdisciplinario. En la apertura interdisciplinaria es menester tener claros los propósitos del trabajo clínico, así como una estructura organizativa que posibilite no perderse en los diversos aportes particulares y puntos de vista de las diferentes teorías y disciplinas, de tal manera que se integren desde una visión global (Collin, 2009; Gómez, 2013). En síntesis, una certeza de la práctica psicoterapéutica basada en el diálogo interdisciplinario—que es al mismo tiempo desafío— es lo que plantean Moreno y Zohn (2013), al hablar de los procesos de formación desde esta perspectiva: “No era a nivel teórico, metodológico ni técnico como podíamos aprender a dialogar; ...si no a partir de la descripción, comprensión y análisis de casos concretos de psicoterapia ...reflexionar, compartir perspectivas y experiencias como psicoterapeutas y dialogar con diversos autores y disciplinas” (p. 94).

Construcción del vínculo psicoterapeuta-consultante.

Con respecto a la interacción que se entabla con los consultantes, nuestra propuesta retoma aportaciones de diversas perspectivas; aproximaciones que buscan favorecer la construcción de un vínculo fuerte entre el psicoterapeuta y el consultante, y con ello el desarrollo de la alianza terapéutica. La relación en el contexto de la psicoterapia es un tema ampliamente estudiado en este campo y se ha demostrado que es uno de los ingredientes fundamentales en el proceso de cambio, independientemente del enfoque teórico que se trabaje. Por ello, las propuestas integrativas se apoyan en el modelo de los Factores Comunes; que son aquellas dimensiones del marco de la psicoterapia (psicoterapeuta, proceso, consultante) que no pertenecen a un enfoque en específico. La investigación que se ha realizado en torno a estos factores comunes, revela que existen circunstancias que favorecen el cambio, tales como las expectativas de mejoría del consultante, la seguridad que muestra el terapeuta y la relación terapéutica, caracterizada por confianza, calidez, comprensión, aceptación, amabilidad y sabiduría (Lambert, 2005). Desde mediados del siglo pasado, el tema de los factores comunes ha interesado a teóricos, profesionales e investigadores en el campo de la psicoterapia. En 1952, John Black escribió un artículo en el que describe los factores comunes de la relación psicoterapeuta-consultante en diversos tipos de psicoterapias. En el texto, el autor insiste en que, para zanjar el conflicto entre distintos enfoques, se tendría que centrar la atención –y la investigación– en las características comunes de la práctica. Y señala que uno de los elementos básicos comunes a todas las formas de psicoterapia, es la relación interpersonal que se dispone entre paciente y psicoterapeuta. Tanto si la relación está centrada en el cliente en un sentido estrictamente Rogeriano, como si el psicoterapeuta utiliza sugerencias, consejos, persuasión, reflexiones, trabaja con los sentimientos, usa la asociación libre o cualquier otra técnica de interacción, existen ciertos elementos comunes en la relación que ayudan a explicar el por qué tantos métodos distintos funcionan (Black, 1952). De acuerdo con Black (1952) esta relación entre psicoterapeuta y consultante tiene algunos elementos básicos, habilidades vinculares que no son propiedad de ningún enfoque teórico, pero sí, un reflejo del expertise relacional del psicoterapeuta. El rapport es uno de ellos. Esta habilidad requiere que el profesional genere un marco relacional de intimidad y armonía que le ayude al consultante a sentir confianza "...el paciente necesita sentir que el terapeuta está interesado en él como persona y que puede confiarle pensamientos y sentimientos que ordinariamente se guardaría hacia los demás" (p. 303). Otro componente básico de esta relación es la aceptación. Esta implica una actitud positiva de parte del psicoterapeuta, que no juzga, no condena y no critica al otro. Para Black (1952), lo esencial de la aceptación en psicoterapia es lograr transmitir un mensaje de que se aprecia el valor del consultante, a pesar de lo que este exprese, en términos de sus sentimientos, pensamientos o actitudes. Requiere del psicoterapeuta, una capacidad para resolver sus propias opiniones o posturas, y con ello comunicar al consultante que merece respeto y ayuda. Un tercer elemento de la relación, según Black (1952) es el apoyo. Cuando una persona busca ayuda psicoterapéutica, requiere un proceso en el que cuente con el apoyo de un profesional que le acompaña en la búsqueda de formas distintas de enfrentar su situación problema. Se podría pensar que el apoyo no favorece el desarrollo de independencia y crecimiento en el consultante; es, al contrario. Se requiere de apoyo para lograr sobrellevar y finalmente resolver la condición de sufrimiento. Black (1952) menciona un par de aspectos más a cuidar en la relación en psicoterapia. Uno de ellos es la conciencia –del psicoterapeuta– de la asimetría en la relación. Es fundamental que esto se tenga en cuenta en la construcción de la relación. El profesional tiene una posición jerárquicamente superior que la del consultante. Esto puede ser malinterpretado como algo negativo; nada más alejado de esa interpretación. Ya que, en virtud de esa desigualdad es posible la relación de ayuda. El psicoterapeuta puede ser alguien en quien confiar, que sabe lo que hace, que conoce su oficio. Por ello, es crucial que el consultante lo considere con un estatus superior. Este es un tema sensible, que se puede pensar políticamente muy incorrecto. No se está planteando que el psicoterapeuta sea mejor que el consultante. Es distinto, y debido a esa diferencia, tiene la posibilidad de ayudar, de acompañar y de favorecer el cambio. Un último aspecto referido por

Black (1952) es el carácter controlado y limitado de la relación entre terapeuta y consultante. El terapeuta ha de esforzarse por controlar cuidadosamente su implicación emocional con el consultante y establecer fronteras claras en la relación. El autor hace alusión a la definición de Rogers “un vínculo afectivo con límites definidos”. De manera que el psicoterapeuta trabaja con aquellos aspectos personales que se movilizan en su relación con el otro (sus identificaciones, sus contrastes, etc.), para que estos no obstaculicen la relación de ayuda. Esto no quiere decir que el psicoterapeuta no vive su relación con el otro; ha de desarrollar la habilidad para reconocer lo que le ocurre en su lazo con el consultante y trabajar sus propios procesos, para estar en situación de atender al otro, quitándose -metafóricamente- de en medio. Autores más recientes como Brown (2015), Lundh (2019) y Swift y Callahan (2010), entre otros, coinciden con la propuesta de Black, en cuanto a la relevancia y centralidad que la construcción del vínculo tiene, para el éxito de un proceso de psicoterapia. Brown (2015) refiere que uno de los factores sustantivos que enlazan las psicoterapias en el nivel del proceso es esta relación entre terapeuta y consultante. El autor reporta numerosas investigaciones en las que se ha demostrado que la alianza terapéutica es un ingrediente decisivo en el proceso de cambio. La cualidad del vínculo que se entabla está directamente relacionada con el resultado, independientemente del foco que tenga el tratamiento. Por su parte, Lundh (2019) refiere que las destrezas de comunicación son esenciales más allá del tipo de psicoterapia que se practique. Swift y Callahan (2010) han encontrado que, en la elección de un proceso de psicoterapia, los consultantes valoran mucho más los factores comunes -tales como una robusta relación de trabajo, que es facilitada por un clínico empático y experimentado- que los aspectos documentados de eficacia terapéutica de ciertos enfoques.

Proceso de interacción e intervención ¿Cómo se articula la estrategia de acompañamiento y la intervención? De entrada, se precisa evaluar la situación de los consultantes, asumiendo una postura multidimensional. Esto requiere una valoración de las distintas áreas y ámbitos de la vida de los consultantes; sus pensamientos, emociones, formas de relacionarse con otros y consigo mismo, comportamientos, situación de vida y contexto sociocultural. De acuerdo con los hallazgos de un estudio realizado con egresados de un programa de formación en psicoterapia desde el diálogo interdisciplinario, un saber fundamental en el quehacer del psicoterapeuta, es que la escucha es la intervención por excelencia; “una escucha atenta, abierta, total; implica hacerse a un lado de sí mismo para brindarse al consultante. En ese mismo tenor, se considera que las técnicas no ocupan un lugar central en la intervención” (Zohn, 2018 p.37). En este mismo estudio, se destaca el trabajo de intervención multidimensional, que aborda las experiencias, las vivencias, los significados y las emociones del consultante. Así, en las tareas de evaluación y diagnóstico que se realizan como parte del proceso, se busca conocer y comprender las diversas esferas de la vida la persona (Zohn, 2018). Se propone utilizar conceptos provenientes de distintos enfoques en psicología. Aportes desde las perspectivas psicodinámica, humanista, sistémica y cognitivo-conductual. Se considera que estas perspectivas abarcan el paisaje multidimensional, en tanto brindan explicaciones del ser humano y de las problemáticas contemplando aspectos del mundo interno y externo de los consultantes; hipótesis que engloban las dinámicas intrapsíquicas, el universo simbólico, los recursos y potencial personal para el cambio; además, los patrones de interacción preponderantes, las maneras de enfrentar las dificultades y resolver situaciones de conflicto, los procesos de construcción de significados, los relatos o narrativas dominantes, y los comportamientos recurrentes y característicos. Desde luego, otro componente fundamental del que se ha de tener información es del contexto sociocultural del consultante; desde los elementos más concretos del entorno que se habita y por supuesto lo que este representa y el impacto recíproco que se experimenta. Para ello, resultan de utilidad algunos conceptos provenientes de otras disciplinas, como la sociología; por ejemplo, la Teoría del Intercambio Social (Nakonezny y Denton, 2008). Este planteamiento busca explicar el desarrollo, mantenimiento y deterioro de las relaciones de intercambio, en términos del equilibrio entre los costos y beneficios que los participantes tienen en una relación, derivados de su implicación en ella. Esta perspectiva sociológica puede ayudar a descubrir pautas de interacción que los consultantes construyen, así como aspectos por

los cuales viven las relaciones como un escenario de pérdidas o ganancias, de acuerdo a la manera en que se establecen los intercambios. En el contexto de la psicoterapia, estos conceptos sirven, no solo para entender cómo se viven los costos o las gratificaciones que traen consigo las relaciones significativas que entablan los consultantes (con su pareja, sus padres, sus hijos, sus pares, sus figuras de autoridad, etc.), sino para integrar en la evaluación del caso otros elementos, tales como la vivencia y los significados en cuanto a la reciprocidad, la confianza y el poder. Otros ejemplos de conceptos sociológicos que podríamos considerar en la evaluación multidimensional, son los derivados de los debates en torno al tema del género y de las masculinidades, por las implicaciones para la construcción de las relaciones sociales. Al evaluar la situación de los consultantes, es evidente el impacto que el contexto sociocultural tiene en su vida. Es necesario que hagamos lugar para comprender cómo viven los consultantes los asuntos económicos y políticos, las cuestiones relacionadas con la constitución de los grupos según su edad, el impacto de la violencia estructural, los aspectos sociodemográficos y socio históricos (historia familiar, patrones intergeneracionales), el peso de las instituciones sociales, el consenso social, las circunstancias ideológicas y religiosas, las variables del ambiente familiar. Desde la filosofía, también tenemos nociones importantes que resultan valiosas para el trabajo de evaluación e intervención. Particularmente, la antropología filosófica, que atiende la realidad de lo humano, en tanto el ser en el mundo y la dimensión trascendental, del sentido de vida: “su propia realidad y definición, la pregunta acerca de su ser” (Beorlegui, 2009 p. 23). De acuerdo con este autor, la Antropología filosófica “...constituye un saber acerca de lo humano que se sitúa en el punto convergente entre las aportaciones científicas...y la reflexión filosófica. Por tanto, constituye un intento de dar cuenta de la compleja realidad de lo humano, en su dimensión meramente fáctica ... como también en su dimensión proyectiva, utópica, o de sentido...” (Beorlegui, 2009 p. 276). En el contexto del trabajo psicoterapéutico, un contenido central son las preguntas que se plantean en torno a la existencia, tanto en su dimensión fáctica (de cómo es), y en su dimensión utópica (como podría ser, cómo se querría que fuera). Estos contenidos son susceptibles de un proceso de evaluación, de un proceso de elaboración. Y es importante comprenderlo desde esta perspectiva que nos brinda la antropología filosófica; dialogar con el saber de lo humano que, más allá de las problemáticas o síntomas particulares de los consultantes, están las preguntas por su ser en el mundo, su sentido existencial. Además de lo anterior, una disciplina filosófica que atraviesa de manera fundamental la práctica de la psicoterapia, es la ética. La claridad que se desarrolle a propósito de la relación de trabajo, es básica para el proceso y resultado del tratamiento. El psicoterapeuta ha de tener siempre presente el bienestar de sus consultantes como un principio que ordena su quehacer. En el cuidado del encuadre se busca guardar una vigilancia de la circunstancia particular del encuentro psicoterapéutico, de manera que no se borren las fronteras del trabajo profesional y se eviten conductas que alteren el carácter del dispositivo de atención. El aspecto ético implica, no solamente la claridad de las fronteras del encuadre terapéutico, sino también un proceso de revisión constante por parte del psicoterapeuta, en torno a las razones que lo llevan a ejercer la práctica clínica. Zoja (2007) insiste en que los consultantes no deben ser usados para llenar necesidades personales del psicoterapeuta. Y relaciona con este planteamiento, la sugerencia de que los psicoterapeutas tengan un equilibrio entre las funciones profesionales de ayuda, con sus actividades sociales y de vinculación en su ámbito privado de vida.

Reflexividad del psicoterapeuta. Otra pieza fundamental en la práctica de la psicoterapia desde el diálogo interdisciplinario, es el ejercicio reflexivo del psicoterapeuta en torno a lo que ocurre en el contexto del trabajo clínico; resulta crucial que este identifique el carácter de la comunicación que tiene con el consultante, los efectos de las intervenciones que realiza, identificar con claridad cuál es el propósito del trabajo, qué cambios ocurren y cómo se generan. Asimismo, es básico que se abra la posibilidad al proceso reflexivo en torno a las propias vivencias y experiencias, en tanto constituyen filtros del ejercicio profesional, que pueden obstaculizar su quehacer. En nuestra propuesta de formación, un aspecto esencial para favorecer esta introspección del psicoterapeuta es a través de plantear ciertas preguntas en torno al trabajo con los casos que se supervisan. El proceso reflexivo conlleva el reconocimiento de

los pensamientos que se suscitan al estar en el encuentro con el consultante; el psicoterapeuta ha de identificar qué consideraciones tiene acerca las personas a las que atiende, más allá de las hipótesis que construye en torno al caso y la demanda de ayuda. De la misma manera, es necesario que el psicoterapeuta detecte con claridad lo que experimenta con las reacciones de los consultantes en la sesión; sus emociones, sus respuestas a los señalamientos o preguntas que le hace en sesión. Se requiere distinguir los afectos y juicios que generan la interacción y las narrativas del consultante (Guía de Aprendizaje Supervisión del Trabajo Psicoterapéutico. Maestría en Psicoterapia. ITESO, 2019). El proceso reflexivo de la intervención conlleva una aguda autoobservación, la evaluación constante del propio trabajo; revisar con cuidado qué tipo de intervenciones se están realizando, los propósitos que se buscan al utilizarlas y, muy importante, los efectos o resultados de las mismas, con base en evidencias claras e identificables. Esto da la posibilidad de detectar recurrencias en formas de intervención que no facilitan la comprensión del caso ni el cambio buscado; también, permite valorar las vías de entrada en la intervención que podrían resultar más pertinentes, de acuerdo con las características del consultante y la problemática planteada (Moreno y Zohn, 2013). Sabemos que, conforme se avanza en la trayectoria de la práctica clínica, se generan ciertos hábitos y patrones en la intervención, que muchas veces no son tan visibles para el psicoterapeuta; por ello se torna fundamental esta reflexión sobre el propio quehacer. De manera que se mantenga la versatilidad y la posibilidad de dialogar con otras formas de mirar los problemas y abordar la intervención.

Conclusiones.

Nuestra forma de comprender el diálogo interdisciplinario en el campo de la psicoterapia, está en continuo desarrollo; en congruencia con la mirada compleja que la sustenta. Ciertamente, tenemos algunas respuestas. Sabemos, por ejemplo, que sí se puede articular el trabajo clínico con un caso en psicoterapia, tomando en cuenta distintas explicaciones y atendiendo diversas dimensiones de la situación problema del consultante (Zohn, 2018). En la propia experiencia de trabajo, así como en los procesos formativos que acompañamos, podemos constatar que los estudiantes logran concebir la realidad de los consultantes de manera multidimensional, analizando y trabajando los diversos ámbitos de las problemáticas. También entendemos que una formación y un trabajo profesional que se arroge ser interdisciplinario, ha de plantear de manera muy clara los límites disciplinarios en cuanto a su aportación para la comprensión del caso y su correspondiente tratamiento. No se trata pues, de una mezcla de explicaciones o usos de las técnicas. Se trata de construir una mirada completa del otro, de su humanidad, de su sentido de vida, de sus pensamientos, emociones, conducta, patrones de interacción, contexto de vida... se trata, ante todo, de partir del caso para hacerle preguntas a las teorías, posicionarnos desde diferentes perspectivas para ver el cuadro lo más completo posible. No comprendemos la interdisciplinariedad como sentarse a trabajar con otros profesionales de distintas disciplinas para resolver un problema. Desde luego, no está excluida la posibilidad; sin embargo, a lo que aspiramos es a ser capaces, como profesionales, de conocer y utilizar los saberes de distintas disciplinas, en un profundo ejercicio reflexivo, para enfrentar problemáticas de carácter psicológico y confrontar nuestra identidad, romper con nuestros paradigmas, con nuestras explicaciones conocidas; ir más allá de lo que consideramos a primera vista. Intuimos que queda mucho camino por recorrer, respuestas e interrogantes nuevas para desarrollar; son grandes los desafíos que trae consigo una propuesta que rompe con las formas convencionales de construir conocimiento acerca de la práctica psicoterapéutica. Seguimos en construcción, con la disposición para fortalecer nuestro oficio; para persistir en su descubrimiento.

Referencias:

- Bauman, Z. (2003). *Modernidad Líquida*. México: Fondo de Cultura Económica
- Beorlegui, C. (2009) (3ra edición). *Antropología filosófica. Nosotros: urdimbre solidaria y responsable*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Black, J. D. (1952). Common factors of the patient-therapist relationship in diverse psychotherapies. *Journal of Clinical Psychology*. Vol. 8 Issue 3, p302-306.
- Brown, J. (2015). Specific Techniques Vs. Common Factors? Psychotherapy Integration and its Role in Ethical Practice. *American Journal of Psychotherapy*, Vol. 69, No. 3.
- Collin, A. (2009). "Multidisciplinary, interdisciplinary, and transdisciplinary collaboration: implications for vocational psychology". En *International Journal Educational and Vocational Guidance*, vol.9, núm.2. Dordrecht: Springer Science, Business Media.
- Enríquez, R. (2013). Regularidades y transformaciones en las familias mexicanas: Una mirada transdisciplinaria y vinculante con la práctica psicoterapéutica contemporánea. En T. Zohn, N.; E.N. Gómez y R. Enríquez (coords.) *Psicoterapia Contemporánea: Dilemas y Perspectivas*. México: ITESO, IBERO Puebla, IBERO León y UdeG.
- Fernández Pérez, P. (1994) *Las tareas de la profesión de enseñar*. Madrid: Siglo XXI
- Giddens, A. (1997). *Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Barcelona: Ediciones Península.
- Gómez, E.N. (2013) La interdisciplinarietà. Hacia nuevos derroteros en la formación de psicoterapeutas. En T. Zohn, N.; E.N. Gómez y R. Enríquez (coords.) *Psicoterapia Contemporánea: Dilemas y Perspectivas*. México: ITESO, IBERO Puebla, IBERO León y UdeG.
- Habermas, J. (2003) *La Ética del discurso y la cuestión de la verdad*. Madrid: Paidós.
- Lambert, M.J. (2005) Early Response in Psychotherapy: Further Evidence for the Importance of Common Factors Rather Than "Placebo Effects" *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 61(7), 855– 869.
- Lundh, L.G (2019). Three modes of psychotherapy and their requisite core skills. *Counselling & Psychotherapy Research*. Vol. 19 No. 4, p399-408.
- Moreno, S. y Zohn, T. (2013). Diálogo interdisciplinario y psicoterapia. Implicaciones para la formación y la práctica. En T. Zohn, N.; E.N. Gómez y R. Enríquez (coords.) *Psicoterapia Contemporánea: Dilemas y Perspectivas*. México: ITESO, IBERO Puebla, IBERO León y UdeG.
- Morin, E. (1997). Sobre la interdisciplinarietà. Trabajo presentado en Medellín, del 24 al 28 de febrero, en el curso internacional sobre: La complejidad y la transdisciplinarietà. Organizado por la Dirección de Investigaciones de la U.P.B. Uneseo, Colciencias, CNRS. Embajada Francesa y Unisalle. Publicaciones_ICESI_No_62_Ene-Mar
- Morin, E. (2001). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona: Gedisa
- Najmanovich, D. (2008) *Mirar con nuevos ojos. Nuevos paradigmas en la ciencia y pensamiento complejo*. Buenos Aires: Biblos.
- Nakonezny, P.A. y Denton, W.H. (2008) *Marital Relationships: A Social Exchange Theory Perspective*. *The American Journal of Family Therapy*, 36:402–412
- Olabarría González, B. (2001). Reflexiones acerca de la psicoterapia, la formación y el movimiento de la integración. En *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, vol. XXI, núm. 80pp. 61-69. Asociación Española de

Neuropsiquiatría España. Encontrado en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265019675006>

- Pérez Matos N.E. y Setién Quesada E. (2008) La interdisciplinariedad y la transdisciplinariedad en las ciencias. Una mirada a la teoría bibliológico-informativa. *Acimed*. 18(4). Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/aci/vol18_4_08/aci31008.htm
- Sánchez, A. (2013) La influencia de las dimensiones históricas, sociales, culturales y epistemológicas en la concepción de la psicoterapia; griegos, modernos y retos posmodernos. En T. Zohn, N.; E.N. Gómez y R. Enríquez (coords.) *Psicoterapia Contemporánea: Dilemas y Perspectivas*. México: ITESO, IBERO Puebla, IBERO León y UdeG.
- Swift, J. K., & Callahan, J. L. (2010). A comparison of client preferences for intervention empirical support versus therapy common factors. *Journal of Clinical Psychology*, 66, 1217–1231.
- Tobón, S.; Núñez Rojas, A. y Vinaccia, S. (2004) Diseño de un modelo de intervención psicoterapéutica en el área de la salud a partir del enfoque procesal del estrés. *Revista de Estudios Sociales*, núm.18. Bogotá: Universidad de los Andes.
- Uribe M., C. (2012) Interdisciplinariedad en investigación: ¿colaboración, cruce o superación de las disciplinas? *Universitas humanística* no.73 enero-junio pp: 147-172. Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia
- Zohn, T. y Valencia, D. (2013) La supervisión del trabajo psicoterapéutico: Una mirada reflexiva de la complejidad. En T. Zohn, N.; E.N. Gómez y R. Enríquez (coords.) *Psicoterapia Contemporánea: Dilemas y Perspectivas*. México: ITESO, IBERO Puebla, IBERO León y UdeG.
- Zohn, T. (2018) Identidad profesional de psicoterapeutas formados desde el diálogo interdisciplinario: el caso de la Maestría en Psicoterapia del ITESO. En T. Zohn; E.N. Gómez; y R. Enríquez, R. (coords.) *Los estudios de caso en psicoterapia. Desafíos y posibilidades*. México: ITESO.
- Zoja, L. (2007) *Ethics & Analysis: Philosophical Perspectives and Their Application in Therapy*. College Station. Texas: A & M University Press, College Station.