



Técnicas y relación terapéutica: Evolución y debates en la psicoterapia del siglo XX

Autorxs	Contacto	DNI
Lic. Insaurralde Sebastián	seb.insaurralde@gmail.com	40.747.235
Lic. Leandro Sebastián Oliver	leans.oliver@gmail.com	32.383.054
Dr. Luis Alberto Moya	luigimoya02@gmail.com	30.295.926

Eje: XIX “Historia y posibles desarrollos de la Psicología”

Palabras clave: Técnicas; relación terapéutica; enfoques psicoterapéuticos

Resumen

Hay consenso en señalar que la psicoterapia se inició a fines del siglo XIX, asociada al nacimiento del psicoanálisis y su autor principal Sigmund Freud. Sin embargo, a lo largo de más de cien años de existencia, esta disciplina fue evolucionando en muchos sentidos sin que ello haya requerido un consenso manifiesto en torno a un enfoque único y un modo singular de trabajo, dentro de este ámbito. La cuestión ha residido en que existe una pluralidad de enfoques psicoterapéuticos y una amplia gama de definiciones respecto de lo que los terapeutas hacemos. En esa línea, diferentes teorías han adoptado enfoques que oscilan entre lo técnico y lo relacional, desde la utilización de técnicas específicas para modificar cogniciones, emociones o comportamientos a la calidad de la relación terapéutica como el principal motor de cambio. Por mencionar algunos ejemplos: el conductismo particularmente en su variante skinneriana, puede considerarse el paradigma más técnico dentro de la psicoterapia. Este enfoque se centra casi exclusivamente en la modificación del comportamiento a través de principios de aprendizaje. El terapeuta emplea estrategias como el refuerzo positivo y negativo, así como el castigo y la extinción, con el objetivo de moldear conductas específicas. En este contexto, la intervención se fundamenta en técnicas precisas y medibles, sin recurrir a motivaciones introspectivas o inconscientes, lo cual es consistente con la afirmación de Watson respecto de que la psicología debía ser un campo de estudio objetivo y científico. En la orilla contraria, las corrientes humanísticas-existenciales, junto a autores como Rogers, May y Yalom dirigen su atención hacia la experiencia subjetiva y el significado que el individuo otorga a su vida. Para estas aproximaciones, la relación terapéutica se entiende como un espacio de encuentro genuino, en el que el terapeuta acompaña al paciente en la exploración de su existencia. En este



contexto, la conexión emocional y el diálogo se reconocen como elementos esenciales, contrastando con la aplicación de técnicas estructuradas o protocolizadas. Como expresa Yalom, la relación terapéutica es la piedra angular de la psicoterapia, subrayando así la importancia de la interacción humana en el proceso terapéutico. No obstante, algunas vertientes han posicionado sus premisas teóricas y prácticas en un camino intermedio a las posiciones anteriormente desarrolladas. La psicoterapia cognitivo-conductual y las terapias psicodinámicas de tinte psicoanalítico han concentrado su atención tanto en los aspectos técnicos como en los relacionales, abordando conceptos clave como la alianza terapéutica y la transferencia. Según Bordin la alianza terapéutica es el factor de mayor predicción de éxito de un tratamiento, asimismo Freud afirmaba que la transferencia entre paciente y psicoanalista era el medio por el cual se reproducía el conflicto, siendo el motor del análisis. Estos enfoques reconocen la importancia de la relación terapéutica en el proceso de cambio, integrando técnicas específicas con la dinámica interpersonal entre el terapeuta y el paciente. Comprendiendo entonces que el desarrollo histórico de la psicoterapia puede entenderse como una sucesión de propuestas disímiles que conllevan visiones distintas de los problemas de las personas y la forma de resolverlos, el siguiente trabajo se propone brevemente abordar teóricamente dichas posiciones, a partir del eje: técnicas versus relación, realizando un análisis comparativo entre dichos enfoques clínicos, que analizados en clave histórica y epistemológica nos brindaran herramientas para comprender la diversidad del estado actual del campo psicoterapéutico.



Trabajo completo

Técnicas y relación terapéutica: *Evolución y debates en la psicoterapia del siglo XX*

El vínculo como motor del proceso de cambio

Diversos enfoques teóricos han destacado la relevancia del vínculo entre terapeuta y paciente, concebido no solo como el marco en el que se desarrolla el tratamiento, sino como el verdadero motor del proceso de cambio terapéutico. Tres figuras fundamentales de la psicología humanista y existencialista, Irving Yalom, Rollo May y Carl Rogers, han respaldado y argumentado esta perspectiva, aportando una mirada única, pero, pero complementaria, acerca de cómo la relación terapéutica favorece el crecimiento personal.

Irvin Yalom (1931), desde su perspectiva existencialista, destaca que la relación terapéutica funciona como un "microcosmos de la vida", un espacio en el que los pacientes pueden confrontar sus miedos existenciales más profundos, tales como la muerte, la libertad, el aislamiento y la falta de significado. En este contexto, el terapeuta no es simplemente un observador distante, sino un participante activo que comparte con el paciente la carga de la existencia humana. Como lo señala Yalom: "No hay terapeuta ni persona inmune a las tragedias inherentes a la existencia" (Yalom, 2002, pag.28). Para Yalom, las características clave del terapeuta son la autenticidad y el compromiso, ya que estas permiten al paciente una confrontación verdadera con su existencia, lo que posibilita una transformación profunda. El autor sostiene que la apertura del terapeuta engendra la apertura del paciente, sugiriendo que el vínculo interpersonal es el centro del proceso terapéutico. En lugar de priorizar únicamente los aspectos técnicos, Yalom pone el énfasis en la construcción de una relación auténtica entre terapeuta y paciente, donde ambos están atentos a las emociones y sensaciones presentes en el "aquí y ahora" del encuentro. Según Yalom: "Los terapeutas deben comunicar a sus pacientes que su tarea principal es construir juntos una relación que, por sí misma, se volverá agente del cambio" (Yalom, 2002, pag.52)

Una reflexión clave en la obra de Yalom es la pregunta de qué es lo que los pacientes recuerdan años después de haber pasado por la terapia. Según el autor, no son tanto los insights ni las interpretaciones lo que perdura en la memoria, sino los comentarios del terapeuta que brindan apoyo positivo. En este sentido, Yalom enfatiza: "La aceptación y el apoyo de alguien que lo conoce a uno tan íntimamente es enormemente alentador" (Yalom, 2002, pag.33). Este enfoque resalta la importancia de la conexión humana como pilar fundamental en la terapia, un vínculo que se construye sobre la base de la aceptación y la empatía.

Subraya que la efectividad de la terapia aumenta cuando el terapeuta es capaz de ingresar con precisión al mundo del paciente. Este proceso de "ver" y comprender al paciente en su totalidad beneficia enormemente al individuo, ya que la experiencia de ser visto de manera integral resulta profundamente sanadora. En palabras de Yalom: "Se requiere técnica para aprender a tocar el piano,



pero a la larga, si uno quiere hacer música, debe trascender la técnica aprendida y confiar en la propia espontaneidad" (Yalom, 2002, pag.53). Así, el terapeuta debe estar dispuesto a ir más allá de las técnicas aprendidas y actuar de forma espontánea, con confianza en su humanidad y autenticidad. Finalmente, Yalom destaca que el instrumento más importante del terapeuta es, en última instancia, él mismo. Los terapeutas deben estar profundamente familiarizados con su propio "lado oscuro", ser conscientes de sus propios deseos e impulsos, y estar dispuestos a empatizar con todas las dimensiones de la experiencia humana. En sus palabras: "La conexión humana es el pilar sobre el cual se construye la terapia; sin una relación auténtica, la sanación no es posible" (Yalom, 2002, pag.52)

Desde la perspectiva humanista y existencialista de Rollo May (1909), la relación terapéutica desempeña un papel esencial en el proceso de cambio. May subraya que el verdadero núcleo de la psicoterapia no radica en las técnicas o en los métodos interpretativos, sino en el encuentro auténtico entre el terapeuta y el paciente. En este encuentro, la genuina presencia del terapeuta permite que el paciente se confronte con sus miedos existenciales, como la ansiedad, el sentido de la vida y la muerte. Según May el encuentro auténtico entre dos personas es la verdadera esencia de la terapia. En esta relación, el paciente puede experimentar la liberación y el crecimiento a través de la aceptación genuina y la comprensión por parte del terapeuta. Esta interacción humana genuina, lejos de ser una mera transacción técnica, es vista como el espacio donde se da la verdadera curación.

La relación terapéutica se aleja de una dinámica de experto-paciente y se acerca a un proceso de encuentro humano, en el cual el terapeuta debe ser capaz de acercarse al paciente de manera auténtica, sin adoptar una postura distante o técnica. La terapia no es solo un proceso de análisis técnico, sino un proceso de encuentro humano. El terapeuta debe ser capaz de acercarse al paciente de manera humana y no como un experto distante que ofrece respuestas. Esta postura resalta la importancia de la humanidad del terapeuta, quien, al ser genuino en su interacción, crea las condiciones necesarias para que el paciente se vea reflejado y se sienta comprendido.

En este sentido, el rol del terapeuta no se limita a ofrecer diagnósticos o interpretaciones, sino a facilitar un proceso de autodescubrimiento a través de una relación genuina. Destaca que "la verdadera tarea de la psicoterapia no es solo interpretar al paciente, sino ayudarlo a encontrarse consigo mismo a través de una relación genuina. Este encuentro mutuo permite que el paciente se enfrente a sus propios miedos y limitaciones" (May, 1987, pág.54). A través de este contacto humano auténtico, el paciente puede abordar sus temores existenciales y buscar respuestas sobre su propio sentido de vida.

Una característica fundamental en la terapia de May es la importancia de la aceptación mutua y la autenticidad. Solo cuando tanto el terapeuta como el paciente se muestran tal como son, sin juicios, es posible que el paciente se libere de su ansiedad existencial y logre avanzar hacia la autoaceptación. Solo a través de una relación auténtica y sin juicios, en la que ambas personas

puedan mostrarse tal como son, es posible que el paciente se libere de su ansiedad existencial y encuentre un camino hacia la autoaceptación. Esta perspectiva resalta la centralidad de la relación en el proceso terapéutico, ya que el cambio solo puede ocurrir cuando existe una conexión profunda y verdadera entre terapeuta y paciente.

Finalmente, la relación terapéutica se convierte en un espacio de creación mutua, donde el paciente, a través de la interacción con el terapeuta, puede encontrar un nuevo sentido a su vida. La relación terapéutica es un espacio en el que el paciente puede encontrar un sentido a su vida a través del contacto auténtico con el terapeuta. Este contacto genuino es un acto de creación mutua, que puede conducir a una nueva forma de ser (*May 1987*). De esta forma, el terapeuta no es solo un guía técnico, sino un compañero en el proceso de transformación del paciente.

Carl Rogers (1902), uno de los principales exponentes de la psicología humanista, considera que la relación terapéutica es el eje fundamental del proceso de cambio en la psicoterapia. Según Rogers, el terapeuta no debe ser visto como una figura distante o autoritaria, sino como un facilitador del crecimiento del paciente. La principal fuerza curativa en cualquier terapia reside en la calidad de la relación entre el paciente y el terapeuta. De acuerdo con esta perspectiva, la relación entre ambos es la clave que permite que el paciente acceda a su potencial de autocomprensión y cambio.

Rogers resalta la autenticidad y la empatía como componentes esenciales de la relación terapéutica, de esta forma el terapeuta debe ser genuino, mostrando una apertura y vulnerabilidad que permita al paciente sentirse aceptado tal como es. Esta autenticidad genera un ambiente en el que el paciente se siente lo suficientemente seguro como para explorar sus pensamientos y sentimientos más profundos. La aceptación incondicional y la comprensión empática permiten al cliente acceder a sus recursos internos para lograr el crecimiento personal. De esta forma la aceptación incondicional es un medio por el cual el terapeuta facilita el proceso de cambio, permitiendo que el paciente descubra su propio potencial.

En el enfoque de Rogers, el proceso terapéutico se basa en la creación de un espacio seguro y de apoyo, donde el paciente puede experimentar una verdadera exploración de sí mismo sin miedo al juicio. Rogers enfatiza que la relación de ayuda debe ser un espacio donde el cliente pueda experimentar una aceptación genuina, sin condiciones, lo que le permite desarrollarse y alcanzar una mayor comprensión de sí mismo. Esto resalta la centralidad de la aceptación incondicional en el trabajo terapéutico, una condición necesaria para que el paciente pueda despojarse de las barreras psicológicas que limitan su crecimiento.

Una de las ideas más innovadoras de Rogers (1964) es que la relación terapéutica no es un proceso unilateral, sino mutuamente enriquecedor. Según él, el terapeuta también se ve transformado por la relación con el paciente. Según Rogers es solo en una relación genuina, donde ambos, terapeuta y cliente, se comprometen a un encuentro auténtico, que se produce la posibilidad de un verdadero cambio. Esto refuerza la noción de que el terapeuta no es un observador pasivo,

sino que la relación terapéutica debe ser vista como un proceso compartido de aprendizaje y transformación.

En este contexto, la empatía se presenta como una habilidad clave del terapeuta. La capacidad de comprender al paciente desde su perspectiva, sin imponer juicios externos, permite que el paciente se sienta profundamente entendido. Rogers (1961) argumenta que la empatía es la capacidad de comprender profundamente la experiencia del cliente, de ver el mundo desde su perspectiva, sin perder la propia identidad del terapeuta. Esta empatía, junto con la aceptación incondicional, genera un ambiente terapéutico que facilita el autoconocimiento y la autorregulación del paciente.

También hace hincapié en la importancia de la autenticidad y congruencia del terapeuta dentro de la relación terapéutica. El terapeuta debe ser auténtico en su comportamiento, de modo que la congruencia entre lo que dice y lo que siente permita una relación transparente. Como él afirma, la congruencia o autenticidad del terapeuta es fundamental para que la relación se convierta en un vehículo de cambio. Este énfasis en la congruencia refuerza la importancia de que el terapeuta sea coherente en sus pensamientos, sentimientos y comportamientos, de manera que el paciente pueda confiar plenamente en la relación.

La relación terapéutica se convierte en un espacio de crecimiento mutuo, donde tanto el terapeuta como el paciente se enriquecen. La relación terapéutica es un encuentro en el que tanto el cliente como el terapeuta tienen la oportunidad de crecer y transformarse, cada uno de manera única (Rogers, 1961). Esto implica que la relación no solo beneficia al paciente, sino que también impacta positivamente en el terapeuta, quien, a través de la conexión genuina con el paciente, experimenta un proceso de crecimiento personal y profesional.

Los tres autores coinciden en que el vínculo terapéutico es la clave para el cambio en la psicoterapia. Aunque cada uno tiene su enfoque único (existencial para Yalom y May, humanista para Rogers), todos subrayan la importancia de una relación auténtica, genuina y empática entre el terapeuta y el paciente. Para ellos, la conexión humana y la aceptación son esenciales para que el paciente pueda confrontar sus miedos, descubrir su potencial y transformar su experiencia. La relación no es solo un contexto donde se lleva a cabo la terapia, sino el motor fundamental del proceso de sanación y crecimiento.

La técnica como condición necesaria para el cambio

En la historia de la psicología, el *Conductismo* fue una revolución que alcanzó su conciencia basada en el descubrimiento de los dos principios básicos del aprendizaje: el «condicionamiento clásico», descubierto por Pavlov, y el «condicionamiento instrumental», descubierto por Thorndike. Aunque la influencia de este último fue un tanto eclipsada con la llegada de Watson a escena. Hace más de un siglo, Watson (1916) argumentaba que el concepto de mente no era más que un sustituto del concepto del alma. Watson rechazaba que la psicología se encargara de estudiar algo que no



podía observar ni manipular, reclamando así la conducta como objeto de estudio de la psicología por derecho propio. Los fenómenos no observables quedaban fuera de la comprensión científica de entonces; algo totalmente comprensible si el objetivo era equiparar a la psicología al nivel de una ciencia natural. La insatisfacción con el conductismo clásico watsoniano abrió las puertas para el desarrollo del conductismo radical y el análisis de la conducta de Skinner (Kazdin, 1983). En este contexto, Skinner (1953) plantea claramente el argumento continuista en consonancia con la teoría de la evolución darwiniana. La tesis continuista asume que los procesos básicos de la conducta humana son los mismos de la conducta animal; entre el hombre y el resto de los animales hay continuidad evolutiva. Si hay continuidad biológica, debería haber continuidad psicológica. La conducta humana se distingue por su complejidad, su variedad y sus mayores logros, pero los procesos básicos no tienen por qué ser necesariamente diferentes (Pérez-Almonacid, 2011).

Vale aclarar que el término “radical” nada tiene que ver con extremista, hace referencia a “raíz” del latín radix, concretamente a la raíz de la conducta (Moore y Cooper, 2003). Postula la necesidad de explicar toda la globalidad de la conducta desde su raíz u origen, asumiendo que toda conducta, con independencia de su carácter público o privado, manifiesto o encubierto, se rige por los mismos principios o leyes de aprendizaje, es decir, toda conducta que realiza un sujeto (aprender, atender, percibir, pensar, recordar, motivar) tiene el mismo estatus, no pertenece a realidades diferentes ni atiende a mecanismos explicativos distintos (Skinner, 1945). En este sentido, lo cognitivo y lo motor son eventos naturales pertenecientes a la misma categoría (conducta), y está sujeto a las mismas leyes (los principios de aprendizaje) (Skinner, 1953), poniendo un relevante interés por las variables ambientales que influyen en el comportamiento.

El conductismo, en tanto filosofía de la ciencia de la conducta, constituye una epistemología que sienta las bases o principios fundamentales a partir de los cuales se puede hacer ciencia. Propiamente, a la ciencia del comportamiento la encontramos en el Análisis Experimental de la Conducta (AEC) y en el Análisis Aplicado de la Conducta (ACA), lo que en conjunto sería el «*Análisis funcional de la conducta*».

La conducta es aprendida en esa experiencia que el sujeto establece con el contexto y los estímulos participantes en esa interacción, y existen unos *principios de aprendizaje* contrastados experimentalmente que nos permiten explicar de forma científica cómo se aprenden, modifican y eliminan las conductas. Puesto que en todos los ámbitos de la vida la persona se comporta, dichos comportamientos son susceptibles de ser explicados recurriendo a las leyes que explican la conducta (los procesos de aprendizaje) y serán susceptibles de ser controlados y modificados utilizando una tecnología y metodología con evidencia demostrada, que permite poner en marcha esos mismos procesos de aprendizaje para operar cambios en las variables implicadas en las conductas que se desea modificar (González-Terrazas y Colombo, 2023).

Desde esta perspectiva se busca la aplicación tecnológica de los principios científicos

descubiertos por el AEC a la solución de múltiples “problemas”. El análisis de la conducta no tan solo es una metodología aplicada en el ámbito clínico, sino que puede extenderse más allá logrando permear otras áreas experimentales y aplicadas como en lo educativo, lo social, la salud, el cuidado personal, lo comunitario, lo deportivo, lo empresarial y en general, en la vida cotidiana (Moore y Cooper, 2003).

Skinner (1953) propone analizar la conducta desde un método científico, donde la variable dependiente (lo que hay que explicar, predecir o controlar) sería la conducta del individuo, las variables independientes (las causas de la conducta, los elementos que se manipulan para observar sus efectos sobre la conducta) serían los elementos ambientales de los que la conducta es función y las relaciones funcionales que se establecen entre elementos ambientales y la conducta serían las leyes científicas (reglas causa efecto que permitirían establecer regularidades (pág. 35). Estas leyes científicas quedan recogidas o expresadas en los *procesos de aprendizaje*, que han sido demostrados experimentalmente conocidos como: *condicionamiento clásico (pavloviano)* y *condicionamiento operante (skinneriano)*. Esta última categoría es la que más nos interesa para realizar el análisis funcional, ya que a través del análisis funcional se busca establecer el proceso de aprendizaje por el que se ha aprendido y, sobre todo, se está manteniendo un comportamiento. Es decir, qué función cumple.

El análisis de la conducta asume que, salvo algunas conductas concretas necesarias para la supervivencia, la mayoría que desarrollamos a lo largo de nuestra vida son aprendidas. Todo el repertorio de comportamientos que emite una persona y que pueden ser calificadas como indeseadas o problemáticas para una misma persona o para otros tienen el mismo estatus ontológico y han sido moldeadas a lo largo de toda una vida, a través de experiencias interactivas con el ambiente, y manteniéndose por contingencias de reforzamiento en varias formas (Baron y Galizio, 2005). La diferencia entre la conducta deseada y problemática no es sustancial ni naturalmente distinta, sino que es una cuestión de convención social y normativa.

Entonces, las diferencias entre un comportamiento cotidiano y uno disruptivo no son cualitativas, sino cuantitativas. Si la causa de los comportamientos problemáticos está en el ambiente, no hay motivos para considerarlos de anormales si tomamos en cuenta que es producto de la historia de aprendizaje de una persona y que se forma de la misma manera que una conducta normal. Aunque pueda ser desagradable o disruptivo, no es anormal en su ontología, sino una desviación de una evaluación normativa (González-Terrazas y Colombo, 2023)

En el ámbito clínico, el papel del psicólogo consiste en explicar el problema de la persona que acude a terapia, aplicar una serie de procedimientos y técnicas basadas en la evidencia para solucionarlo y procurar la consolidación y generalización de los cambios y mejoras (González-Terrazas y Colombo, 2023). Analizar un comportamiento requiere inevitablemente segmentar el flujo continuo de conducta de forma artificial para aislar el segmento concreto que nos interese analizar

(Skinner, 1945). Una vez aislada la interacción concreta sujeto-entorno, asumiendo que ese entorno podría estar también dentro del organismo mismo (Skinner 1953, pág. 284) y no solo en el exterior, podremos explicar el comportamiento con base a los elementos que participan en esa interacción.

En el análisis funcional se especifica las variables de las que la conducta es función: los *antecedentes y los consecuentes*. Estas serían las variables que participan directamente en la interacción analizada, es decir, los elementos de la secuencia funcional que hemos segmentado para el análisis. El condicionamiento operante, constituye el enfoque fundamental para la modificación del comportamiento. Este enfoque se basa en el principio de que las conductas son influenciadas por sus consecuencias, siendo fortalecidas o debilitadas según las contingencias presentes en el entorno. Entre los procedimientos clave para aumentar conductas se encuentran los *reforzadores*, definidos como estímulos o eventos que, al ser contingentes a una respuesta, incrementan la probabilidad de que esta ocurra nuevamente (Skinner, 1994). Mientras que, para reducir conductas no deseadas, Skinner propuso procedimientos como la *extinción* y el *castigo*.

Técnica y vínculo: el psicoanálisis entre la transferencia y la asociación libre.

Las corrientes psicodinámicas, identificadas con el psicoanálisis, presentan al conflicto psíquico como el protagonista central de su construcción teórica y técnica. Si bien el psicoanálisis presenta un modelo psicoterapéutico, los puntos de vista de Freud han trascendido dicha disciplina y han contribuido a cambiar la imagen del ser humano y de las ciencias sociales durante el siglo XX. No obstante, ello, podemos afirmar que el psicoanálisis freudiano fue el primer sistema integrado de la psicoterapia moderna, que incluyó una teoría del desarrollo del psiquismo, un modelo de salud enfermedad y un tratamiento que incluía la importancia de la relación terapéutica, pero también de la técnica de la asociación libre y la interpretación.

Respecto del vínculo, Freud trabajó el concepto de transferencia como el motor principal del tratamiento de las neurosis. El aspecto más importante de la relación terapéutica reside en la noción de transferencia. En palabras del autor, la transferencia es: “la más poderosa palanca del éxito como el medio más potente de la resistencia” (Freud, 1912, pág. 99). Freud acentuaba que la transferencia era repetición que permitía el desplazamiento de representaciones inconscientes sobre el analista, facilitando la repetición. Así la neurosis de transferencia era entendida como reactivación y repetición de la neurosis infantil. Dicho concepto, de algún modo va a permitir el uso de la técnica de la asociación libre y el análisis propiamente dicho, señalando que no es algo que se provoca, sino que tiene lugar, y que es lo que permite la interpretación. Dice Freud “Diga, pues, todo cuanto se le pase por la mente. Compórtese como lo haría, por ejemplo, un viajero sentado en el tren del lado de la ventanilla que describiera para su vecino del pasillo cómo cambia el paisaje ante su vista. Por último, no olvide nunca que ha prometido absoluta sinceridad, y nunca omita algo so pretexto de que por alguna razón le resulta desagradable comunicarlo”. Freud, 1913, p.136).

Unas décadas después, Lacan (1951) realizó algunos señalamientos respecto de la



transferencia y la técnica de la interpretación, con su concepto del deseo de analista, como antecesor de la transferencia y la interpretación, que se anuda allí y que abre paso al análisis, esto constituye la técnica analítica.

Conclusiones

Los tres autores representantes de las corrientes fenomenológico-existenciales coinciden en que el vínculo terapéutico es la clave para el cambio en la psicoterapia, subrayando la importancia de una relación auténtica, genuina y empática entre el terapeuta y el paciente. Para ellos, la conexión humana y la aceptación son esenciales para que el paciente pueda confrontar sus miedos, descubrir su potencial y transformar su experiencia. La relación no es solo un contexto donde se lleva a cabo la terapia, sino el motor fundamental del proceso de sanación y crecimiento. Por su parte, las corrientes más objetivas, cuyo representante es el conductismo, presenta la posibilidad de cambio en un tratamiento a partir de una serie de procedimientos y técnicas basadas en la evidencia, intentando solucionar el comportamiento desadaptativo, consolidando y generalizando los cambios y mejoras.

Por su parte el psicoanálisis en su vertiente clásica freudiana y lacaniana pone énfasis en la conjunción necesaria entre técnica y relación, es decir entre la técnica psicoanalítica de la asociación libre y la interpretación en relación con el concepto de transferencia, siendo la instalación de una neurosis de transferencia el motor del análisis, pero también la condición para la propia técnica. De ese modo, la relación terapéutica es un elemento fundamental para la psicoterapia, y su importancia es subrayada por diversas corrientes teóricas. Si bien los enfoques fenomenológicos y psicoanalíticos difieren en sus perspectivas y métodos, ambos coinciden en que la relación es crucial para lograr el cambio y la mejoría en la salud mental. Por otro lado, el conductismo se centra en las técnicas y la aplicación de principios de aprendizaje para cambiar el comportamiento, con menor énfasis en el vínculo. El psicoanálisis entiende al vínculo y la técnica como dos caras de la misma moneda, en tanto la transferencia posibilita la asociación e interpretación. Esta diversidad de enfoques destaca la complejidad y la riqueza de la psicoterapia, y subraya la importancia de considerar diferentes miradas, que se complementan, a la hora de trabajar con el sufrimiento humano.

Bibliografía:

- Baron, A. y Galizio, M. (2005). Positive and negative reinforcement: Should the distinction be preserved?. *The Behavior Analyst*, 28(2), 85-98. <https://doi.org/10.1007/BF03392107>
- Freud, S. (1912). Sobre la dinámica de la transferencia. En Tomo XII. Buenos Aires:
- Freud, S. (1913). Sobre la iniciación del tratamiento. Nuevos consejos sobre la técnica del psicoanálisis. En Tomo XIII. Buenos Aires: Amorrortu
- Lacan, J. (1951). Intervenciones sobre la transferencia. En Escritos I. México: Editorial Siglo XXI.
- González-Terrazas, R. y Colombo, M. (2023). *Análisis de la conducta. Teoría y aplicaciones clínicas*.



Tres Olas Ediciones. La Plata, Argentina.

- Kazdin, A. E. (1983). *Historia de la modificación de conducta*. Desclée de Brouwer.
- May, R. (1987) *Psicoterapia Existencial*. Editorial Paidós.
- Moore, J. y Cooper, J. O. (2003). Some proposed relations among the domains of behavior analysis. *The Behavior Analyst*, 26(1), 69-84. <https://doi.org/10.1007/BF03392068>
- Pérez-Almonacid, R. y Peña Correal, T. E. (2011) El supuesto de la continuidad conductual entre especies y la comprensión de la conducta humana. *Suma Psicológica, Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá*, 18 (1), pp. 17-34.
- Pool, A. (2005). Conductismo Radical o Acerca del Vino Nuevo y el Odre Viejo. *Psykhé [online]*, 14 (1) 79-87.
- Rogers, C. (1964) *El proceso de convertirse en persona*. Editorial Paidós.
- Skinner, B. F. (1945). The operational analysis of psychological terms. *Psychological Review*, 52(5), 270–277. <https://doi.org/10.1037/h0062535>
- Skinner, B. F. (1953). *Ciencia y conducta humana*. Editorial Fontanella.
- Skinner, B. F. (1994). *Sobre el conductismo*. España: Planeta-Agostini.
- Watson, J.B. (1916). Behavior and the concept of mental disease. *The Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods*, 13(22), 589-597. <https://doi.org/10.2307/2012555>
- Yalom, I. (2002). *El Don de la Terapia*. Editorial Planeta.