

CIENCIA Y PSICOTERAPIA SCIENCE AND PSYCHOTHERAPY

Rosa Ramos Torio

Psicóloga Clínica. Miembro de la Comisión Ciencia y Profesión del Consejo General de la Psicología. Vicesecretaría del Consejo General de la Psicología



Cómo se demarca qué es la ciencia? ¿Es la psicología una ciencia, y si lo es, a qué tipo de ciencia pertenece? ¿Cómo se relaciona la actividad profesional psicológica con la ciencia de la psicología? ¿Es la actividad profesional ya una actividad científica también? Los autores que conforman este número nos acercan a dichas cuestiones y otras subyacentes, analizando a su vez las lagunas que todavía nos acompañan en nuestro conocimiento. Nos adentran en las dificultades que la Psicología confronta para evaluar y determinar en la práctica cuáles son los mecanismos y las variables que producen efecto en el desarrollo de la actividad terapéutica con el paciente, y la capacidad de su medición, así como también en el análisis de los criterios éticos y deontológicos a la base de las actuaciones en la profesión. Además, *Ciencia y Profesión*, nos presenta las dificultades teóricas que presenta la demarcación entre las ciencias y las pseudociencias en el ámbito de nuestra profesión.

En su capítulo "El problema de la demarcación. Ciencia, Psicología y psicoterapia", José Ramón Fernández-Hermida parte de la dificultad existente para demarcar la ciencia de la Psicología, en tanto que ciencia plural en tensión con la división entre las ciencias naturales y humanas. Esta pluralidad característica de la Psicología es precisamente la que dificulta la determinación de los criterios que la conforman como campo científico, así como aquellos criterios que demarcan el ámbito de la psicoterapia. Hermida ofrece en su texto un análisis de las dificultades que aparecen para la circunscripción de ambas, formulando además una propuesta de los criterios que deberán observarse para cimentar sus delimitaciones.

Marino Pérez Álvarez nos propone la noción de embrollo científico como mecanismo crítico para pensar dos estados de confusión que presenta la psicoterapia. Por un lado, explora cómo la diversidad psicoterapéutica no implica una disparidad en la eficiencia de los resultados, dividiendo su observación en tres niveles: el ontológico, el antropológico y el psicológico. El segundo "embrollo" en el que se adentra el autor consiste en la dificultad epistemológica para delimitar la línea que separa la ciencia de la pseudociencia, subrayando los ecos ontológicos que se encuentran a la base de la demarcación epistemológica. Además, Pérez Álvarez se pregunta sobre el porqué y el momento en el que un problema de la vida pasa a ser considerado un trastorno psicológico. La idea del trastorno psicológico, en tanto que categoría clínica, carece para el autor de marcadores o pruebas psicométricas que determinen el momento en el que el problema vital pasa a comprenderse como trastorno. Desde su perspectiva, el trastorno podría definirse como "una situación vital en la que la vida se ha tornado en contra (...) y así ha trastornado el modo de estar en el mundo poniendo al límite las posibilidades de uno dadas las circunstancias".

Rosa Ramos Torio. *Psicóloga Clínica. Miembro de la Comisión Ciencia y Profesión del Consejo General de la Psicología. Vicesecretaría del Consejo General de la Psicología.*
E-mail: rosaramos@cop.es

En "La ciencia como medio en el desarrollo de la psicología", Ana Estévez analiza el desarrollo que ha atravesado la Psicología a lo largo de su historia. La autora nos adentra en las cuestiones que la Psicología ha confrontado ante el debate sobre si es o no una ciencia y las consecuencias de este debate, poniendo a veces en cuestión su valor con respecto a otras disciplinas científicas. El objeto de estudio de la Psicología es uno de los puntos centrales para comprender las dificultades a las que se ha enfrentado la disciplina para su reconocimiento como ciencia. Al mismo tiempo, la ciencia presenta un medio para el desarrollo de la Psicología, ayudándole a crecer dentro de una base sólida conceptual y empírica y abriéndose camino a través de sus investigaciones, consiguiendo un reconocimiento social a través de su aporte a las demandas de la sociedad.

Miguel Ángel Vallejo Pareja, nos adentra en la reflexión sobre el efecto placebo y su importancia para comprender aspectos importantes en los tratamientos, ofreciendo en su texto un decálogo sobre aquello que nos enseña el efecto placebo sobre la eficacia de los tratamientos. Vallejo abre la cuestión sobre las variables que intervienen en la psicoterapia y que trascienden la técnica, es decir, aquellas que se hallan en el propio sujeto, sus experiencias previas, sus creencias. Pero el autor también señala los límites del efecto placebo y subraya la importancia de que la persona carezca de cierto equilibrio, para que sea efectivo. Ofreciéndonos una génesis, Vallejo concluye cómo el efecto placebo puede considerarse como una parte regular del tratamiento, si se consigue confianza, calidez y empatía para maximizar los efectos del efecto placebo, entrenando a los profesionales en el uso de esas habilidades, optando por la utilización de placebos abiertos.

Guillermo Mattioli enfoca su análisis en la eficacia de la práctica psicoterapéutica y afirma que la psicoterapia no es una ciencia, sino una aplicación de la psicología. El autor entiende que las psicoterapias difieren en su comportamiento de los medicamentos y enfatiza la relación terapéutica, que contribuye de forma substancial al resultado de la terapia independientemente del tipo de tratamiento aplicado. Mattioli plantea cuestiones como ¿qué relación existe entre una buena o mala ciencia, y una buena o mala psicoterapia? ¿Puede uno ser un buen científico y mal psicoterapeuta? El autor defiende que la psicoterapia está inevitablemente unida a los

valores que presente el terapeuta, informando así tanto de los tipos de cambio que el propio terapeuta desea como de los valores que presentan los pacientes. Para Mattioli, no existen malas psicoterapias, sino malas prácticas. La psicoterapia se encuentra entre la técnica y la ética, entre los procedimientos de ayuda psicológica y los valores que infiltran tanto los conflictos sintomáticos del paciente como los del terapeuta y lo importante es conseguir "acoger al otro en tanto otro, en escuchar bien para que el paciente pueda hablar mejor".

En "La ciencia y la práctica profesional en psicología clínica. Psicoterapias y pseudoterapias en búsqueda de la evidencia científica", Juan Antonio Moriana analiza las dificultades que algunas especialidades de la psicología, como la psicología clínica, encuentran para aplicar el método científico y trasladar los resultados de la investigación experimental al contexto profesional. Moriana explica cómo "la idea de que todo funciona" (el veredicto del pájaro Dodo), ha colaborado a que los tratamientos pseudoterapéuticos se multipliquen, colaborando a la confusión entre la población, desencadenando efectos perjudiciales y despojándoles de tratamientos adecuados para sus problemas. Por qué funcionan los tratamientos psicológicos y qué procesos explican el cambio clínico son preguntas claves a su vez difíciles de contestar. Moriana insta a la comunidad científica a promover un consenso internacional para poder establecer criterios y procedimientos de evaluación comunes que colaboren a establecer qué terapias psicológicas tienen efectos beneficiosos y cuáles carecen de pruebas suficientes para abalar su eficacia. Considera que realizar un listado de aquellas terapias que presentan beneficios y un buen funcionamiento, sería una mejor propuesta que la de llevar a cabo un listado de pseudoterapias. El autor, además, nos ayuda a reflexionar sobre cuáles deberían ser los objetivos de los tratamientos y la manera en la que podemos medir los resultados.

Sugiere que la posición integracionista con la ciencia como denominador común, podría apoyar tanto los modelos basados en los aspectos comunes como los centrados en las técnicas, intentando que ambos se esfuercen en adoptar el método científico como vehículo para demostrar sus propuestas y convertirlas realmente en evidencia.