

Breve análisis historico sobre el debate entre psicoanálisis y las terapias cognitivo-conductuales.

Goscilo, Pablo.

Cita:

Goscilo, Pablo (2025). *Breve análisis historico sobre el debate entre psicoanálisis y las terapias cognitivo-conductuales. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/132>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/7TK>

BREVE ANÁLISIS HISTÓRICO SOBRE EL DEBATE ENTRE PSICOANÁLISIS Y LAS TERAPIAS COGNITIVO-CONDUCTUALES

Goscilo, Pablo

Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

Este trabajo reconstruye el contrapunto histórico y epistemológico entre el psicoanálisis y la psicología cognitiva. A partir del análisis de textos clave, se exploran los orígenes de la terapia cognitiva, su consolidación empírica en Estados Unidos, y la respuesta crítica del psicoanálisis lacaniano, particularmente en la figura de Jacques-Alain Miller. Se abordan también los debates en torno a la evaluación y regulación de las psicoterapias, como el caso de la Enmienda Accoyer en Francia, y se analizan distintas formas de legitimación institucional del saber psicológico. Finalmente, se recuperan las críticas al psicoanálisis formuladas desde el revisionismo filosófico de Michel Onfray y desde el enfoque transfeminista y decolonial de Paul B. Preciado. Como cierre, se retoma la propuesta de Alejandro Dagfal de “profanar” a Jacques Lacan como una invitación a desacralizar el psicoanálisis y habilitar un diálogo con otras corrientes clínicas, reconociendo que cada una opera desde lenguajes epistemológicamente distintos. Se propone así una lectura que apuesta por una convivencia crítica entre paradigmas heterogéneos dentro del campo de la psicología.

Palabras clave

Criticas - Epistemología - Paradigma - Preciado - Psicoanálisis - Terapia cognitiva conductual

ABSTRACT

BRIEF HISTORICAL ANALYSIS OF THE DEBATE BETWEEN PSYCHOANALYSIS AND COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY

This paper reconstructs the historical and epistemological counterpoint between psychoanalysis and cognitive psychology. Through the analysis of key texts, it explores the origins of cognitive therapy, its empirical consolidation in the United States, and the critical response from Lacanian psychoanalysis, particularly in the work of Jacques-Alain Miller. It also addresses debates around the evaluation and regulation of psychotherapies, such as the case of the Accoyer Amendment in France, and analyzes different forms of institutional legitimization of psychological knowledge. Finally, it examines critiques of psychoanalysis from the philosophical revisionism of Michel Onfray and the transfeminist and decolonial perspective of Paul B. Preciado. As a conclusion, it takes up Alejandro Dagfal's proposal to “profane” Jacques Lacan, understood as an invitation to desacralize psychoanalysis and open it to dialogue with other clinical approaches, recognizing

that each operates within distinct epistemological frameworks. In this way, the paper advocates for a critical coexistence between heterogeneous paradigms within the field of psychology.

Keywords

Criticism - Epistemology - Paradigm - Preciado - Psychoanalysis - Cognitive behavioral therapy

Introducción

Este trabajo se propone reconstruir históricamente el contrapunto entre el psicoanálisis y la psicología cognitiva, dos tradiciones clínicas que surgieron en contextos socioculturales y epistemológicos muy diferentes, y que han mantenido un prolongado desencuentro a lo largo del siglo XX y lo que va del XXI.

A través del recorrido por sus trayectorias, momentos de consolidación y principales controversias, se busca comprender cómo se configuraron sus respectivos lugares en el campo de la psicología. En este marco, se examinan debates en torno a la científicidad, los modos de legitimación institucional y el papel que ambas corrientes han tenido en la conformación de saberes sobre la psicología.

Los fundamentos de las psicoterapias cognitivas y su impacto en los Estados Unidos

Las psicoterapias cognitivas surgieron durante la década de 1960 como parte de un cambio de paradigma en el campo de la psicología, diferenciándose de las teorías dominantes hasta ese entonces, el conductismo y el psicoanálisis. En este contexto, figuras como Albert Ellis y Aaron Beck comenzaron a desarrollar modelos psicopatológicos inspirados en procesos cognitivos, desmarcándose del psicoanálisis clásico, formación de la que ambos provenían y en la cual notaron ciertas falencias.

Aaron Beck, “el padre de la psicología cognitiva”, comenzó su trabajo intentando validar empíricamente hipótesis psicoanalíticas sobre la depresión como consecuencia de un duelo irresuelto en conjunción con la presencia de un odio inconsciente dirigido hacia la persona muerta, pero sus hallazgos lo llevaron a construir un modelo teórico completamente diferente. Beck propuso que la depresión era, en realidad, una alteración idiosincrática de la cognición. Así es como introdujo el concepto de *esquema* como unidad básica de procesamiento cognitivo, que incluye

dimensiones fisiológicas, ideativas, motivacionales y emocionales (Keegan, 2001). En 1967 publicó el primer esbozo de tratamiento, aunque la metodología fue presentada formalmente recién entre 1977 y 1979, luego de completar los estudios de validación que confirmaban su eficacia.

Básicamente, la terapia cognitiva se basa en el paradigma del procesamiento de la información, donde el ser humano es concebido como un sistema que recibe, transforma y emite información. En este modelo, el cerebro funciona como centro de procesamiento y las alteraciones psicopatológicas son comprendidas como distorsiones en dicho procesamiento (Keegan, 2001). En lugar de buscar conflictos inconscientes o traumas infantiles, como en el psicoanálisis, la terapia cognitiva entiende que los pensamientos negativos y disfuncionales son la causa principal de trastornos como la depresión o la ansiedad (Capuzzi Simón, 2002).

Entre sus características distintivas se destaca, por un lado, el hecho de que ha sido objeto de una vastísima cantidad de investigaciones empíricas, que la han consolidado como la psicoterapia más estudiada y validada científicamente hasta el presente, y por el otro, su enfoque breve y focalizado. Por ejemplo, en casos de depresión leve o moderada, los tratamientos suelen durar unas pocas semanas o meses, lo que contrasta notablemente con la duración indefinida de otras psicoterapias. Este último rasgo atrajo especialmente a las aseguradoras y prepagas de salud en los Estados Unidos, que comenzaron a favorecer la cobertura de tratamientos cognitivos en detrimento de enfoques más prolongados y costosos (Capuzzi Simón, 2002). Así, la rápida respuesta clínica y la eficacia documentada de la terapia cognitiva facilitaron su incorporación al sistema de salud estadounidense, influido por criterios de eficiencia y reducción de costos. El público general también se mostró receptivo a estas terapias, probablemente producto de una cultura cada vez más orientada a lo práctico y a la búsqueda de evidencia verificable.

Una sólida respuesta del psicoanálisis lacano-milleriano a la “nueva” corriente de psicoterapias cognitivas

La irrupción de las terapias cognitivo-comportamentales (TCC) como hegemonía clínica y discursiva en los sistemas de salud contemporáneos ha constituido, para el psicoanálisis lacaniano, un punto de inflexión que exigía una lectura crítica. Es en este contexto que Jacques-Alain Miller formula una respuesta que no se limita a una defensa identitaria del psicoanálisis únicamente, sino que intenta ubicar estructuralmente las coordenadas políticas, culturales, filosóficas y sociales que hacen posible el avance de la TCC y su éxito.

Miller dice que el movimiento es “(...) post-analítico, post-freudiano.” Y que “(...) no es una nueva edición de la sugestión... es una especie de horrible derivado del mismo psicoanálisis” (Miller, 2004, p. 3). Recordando los orígenes de las terapias cognitivas en las experimentaciones de Beck, dice de él, en una nota más personal y que resuena como un ataque *ad hominem*, que él es

un psicoanalista que se vió incapaz y “Se aburrió con la práctica psicoanalítica y encontró agotador el trabajo con los pacientes, porque el objetivo le parecía confuso.” (Miller, 2004, p. 3).

En lo que respecta a la teoría en específico, observa que el auge de las TCC no se comprende simplemente desde la eficacia clínica, sino desde la transformación de los dispositivos de salud y la emergencia de un “Otro colectivo”: un agente burocrático y financiero que desplaza la demanda singular por una exigencia de resultados rápidos, económicos y cuantificables (Miller, 2004, p. 1). Este Otro, que no es ya el sujeto en sufrimiento sino un engranaje del sistema, transforma radicalmente el marco en el que la práctica psicológica se inscribe: “Hay un nuevo Otro en el campo... que está pidiendo tratamientos más rápidos, menos costosos, absolutamente predecibles y cuyos finales y duración pueden ser previstos” (Miller, 2004, p. 1), dice.

Frente a esta lógica, el psicoanálisis lacaniano se mantiene en una ética que resiste la reducción del sujeto a parámetros cuantificables. Se apoya en el carácter no totalizable del saber implicado en la experiencia analítica. En este sentido, Miller denuncia que la TCC apunta a “un sujeto supuesto saber total”, lo cual constituye un retorno encubierto al ideal de omnisciencia divina: “Es más bien como Dios vuelto a nacer, un Dios intelectual vuelto a nacer” (Miller, 2004, p. 2).

La crítica de Miller también se mete con las características propias del enfoque epistemológico que sostienen a este dispositivo; explica que las TCC tienen una concepción instrumental del lenguaje, y que este, según esta corriente, puede ser usado de forma clara, unívoca y sin ambigüedades. Acusa: “el modelo del lenguaje de la TCC es exactamente el mismo del manual de uso de un aparato” (Miller, 2004, p. 5). En oposición a esta visión técnica, destaca que el valor de la eficacia terapéutica del psicoanálisis se funda en parte en el equívoco del significante, en la imposibilidad de reducir el malestar a un diagnóstico cerrado o a un protocolo estandarizado, en la búsqueda de la profundidad en contraposición a una atribución de significado lineal. Desde esta perspectiva, Miller argumenta que el psicoanálisis lacaniano no solo resiste, sino que permite interpretar el lugar que ocupa la TCC dentro del discurso contemporáneo, un discurso que intenta suprimir el malestar sin atravesarlo, que borra el sujeto en nombre de la cuantificación, y que claudica ante la demanda del Otro financiero.

Discusión en Francia acerca de la evaluación y la reglamentación de las psicoterapias: Enmienda Accoyer y reacción psicoanalítica

En el contexto de esta “guerra” epistemológica, una importante “batalla” se dio en el año 2003. Bernard Accoyer, un médico otorrinolaringólogo francés y, en ese entonces, diputado, decidió incluir en la Ley de Sanidad una enmienda para regular este ámbito profesional. La propuesta de Accoyer fue separar las profesiones respaldadas por un título académico, psiquiatras y

psicólogos en este caso, y cerrar la posibilidad de considerarse especialista a los miles de psicoanalistas, a los que nadie controla la formación adquirida.

Ante la aprobación de esta enmienda, una petición redactada por varias personalidades destacadas de la cultura francesa con el llamativo título “¡DÉJENNOS NUESTROS CHARLATANES!” (AAVV, 2003) circuló como muestra de descontento. Encarna una postura crítica y hasta irónica frente a los intentos de regulación estatal de las prácticas terapéuticas, defendiendo el derecho a abordar el sufrimiento psíquico desde una lógica no medicalizante y a través de vínculos menos normativizados con los profesionales de la salud mental. El texto denuncia el riesgo de que la legitimación institucional instrumentalice la vulnerabilidad psíquica con fines de control y homogeneización, cuestionando la presunta neutralidad de estas nuevas políticas de salud mental.

Fischman y un análisis de la “evidencia”

En “L'évaluation des psychothérapies et de la psychanalyse”, compilado por Georges Fischman (2009), esta discusión se despliega a lo largo de dieciocho capítulos en los que diversos especialistas analizan las lógicas, metodologías y limitaciones de los métodos evaluativos predominantes.

Tal como advierte Fischman (2009), existe una “discrepancia entre los estudios naturalísticos con validez interna reducida y los ensayos experimentales, cuya validez externa se encuentra comprometida por criterios demasiado restrictivos, que los alejan, a causa de su artificiosidad, de la práctica psicoterapéutica real” (p. 7).

Desde una perspectiva crítica hacia los métodos cuantitativos tradicionales, Fischman también se pregunta: “¿Es posible deducir a partir de la media estadística de una muestra supuestamente homogénea la eficacia de un modelo terapéutico en el caso de un sujeto singular complejo?” (2009, p. 10). Esta afirmación se sostiene en la idea de que la subjetividad no puede reducirse a categorías estandarizadas sin perder de vista su especificidad, lo que pone en cuestión la aplicabilidad del modelo de ensayo clínico aleatorizado (RCT, por sus siglas en inglés) en el campo del psicoanálisis.

En este mismo sentido, Thurin y Thurin (2010) señalan que “los estudios de grupos no responden a los criterios de variabilidad individual y de flexibilidad que caracterizan a la psicoterapia de casos complejos” (p. 7), proponiendo en cambio un enfoque metodológico observacional, longitudinal e intensivo, que combine lo cuantitativo y lo cualitativo y que respete las condiciones naturales de la práctica clínica.

Claris Baruch (2009), por su parte, presenta un estudio de evaluación psicoanalítica en el que se utilizaron registros en video de entrevistas analíticas, analizadas a través de una lista de 144 ítems elaborada para evaluar funciones mentales. Sin embargo, la autora reconoce las limitaciones del procedimiento, ya

que “el porcentaje de desacuerdo entre los psicoanalistas que valoran dichos protocolos se eleva al 16%” (2010, p. 6), lo cual muestra la dificultad de alcanzar consenso aún entre expertos. Bruno Falissard (2009) se pronuncia a favor de los procedimientos cuantitativos, aunque con una postura crítica, dice que afirmar que el sufrimiento psíquico no se puede medir es un malentendido, advierte que estas mediciones no siempre son congruentes con las representaciones clínicas del estado psíquico y recomienda prudencia al interpretar sus resultados.

En contraste, Guelfi (2009) señala que “las psicoterapias tienen hoy en su conjunto una eficacia bien demostrada, y la magnitud de sus efectos puede ser considerada como importante” (p. 96), idea a la que Widlocher adhiere, aunque relativiza las diferencias entre abordajes: “Cuando se comparan diferentes orientaciones psicoterapéuticas, se comprueba que las diferencias son inexistentes o mínimas” (p. 96). En su análisis, lo más determinante son “las cualidades personales del terapeuta y la alianza terapéutica” (p. 96), factores que escapan a la lógica de control experimental.

Por su parte, Alan Johnson, secretario de Salud del Reino Unido, en parte comprometido por su posición política, defiende las terapias cognitivas dado que disponen de unas bases de evidencia bien establecidas (Fischman, 2009). Entonces podemos decir que esta polarización remite no sólo a diferencias epistemológicas, sino también a disputas políticas por la legitimación institucional de ciertos abordajes terapéuticos.

Finalmente, el análisis de Fischman identifica dos tendencias presentes al interior del psicoanálisis: una más conservadora, que busca preservar el *status quo* y se resiste a toda evaluación externa, y otra más progresista, que busca un reconocimiento social a través del diálogo con otros saberes y prácticas, aun cuando ello implique repensar su especificidad clínica.

Críticas al psicoanálisis. Michel Onfray y Paul B. Preciado

Michel Onfray, en su libro *Freud: el crepúsculo de un ídolo* (2010), realiza un ataque múltiple al psicoanálisis a partir de una “rara mezcla compuesta de ataques *ad hominem*, argumentos históricos [...] y recusaciones filosóficas” (Dagfal, 2011). Lejos de una crítica metodológicamente rigurosa, el autor despliega una operación de descrédito centrada en la biografía de Freud, sosteniendo que “el psicoanálisis constituye la autobiografía de un hombre que se inventa un mundo para vivir con sus fantasmas” (citado en Dagfal, 2011, p.1). Esta tesis se articula con la noción de que el psicoanálisis no es una ciencia sino una especie de coartada existencial, una técnica basada en el pensamiento mágico, que más que progresista, sería esencialmente conservadora.

Como respuesta, la historiadora y psicoanalista Élisabeth Roudinesco acusa a Onfray de construir “revelaciones que no son tales”, y de fomentar rumores infundados, afirmando irónicamente: “pronto se nos dirá que Freud golpeaba a su ama de llaves,

sodomizaba sus animales domésticos o cocinaba al horno a los niños pequeños" (citado en Dagfal, 2011, p.2). Para Roudinesco, este tipo de ataque está motivado por una "voluntad de hacer daño" que desconoce la importancia social del psicoanálisis. En un contrapunto ideológico, Onfray acusa a Roudinesco de encabezar una "milicia freudiana" que habría obstaculizado el pensamiento crítico y la investigación histórica, manteniendo lo que denomina "la tiranía de la leyenda" (citado en Dagfal, 2011, p.2). Por otro lado, Paul B. Preciado articula una crítica radicalmente distinta, proveniente de los estudios de género, la teoría queer y los enfoques decoloniales. En su intervención pública frente a la Escuela de la Causa Freudiana en París, Preciado denuncia que el psicoanálisis reproduce lógicas patriarcales, heterocisnormativas y coloniales, a las que se pueden añadir las dimensiones clasista y capitalista, entre otras, al tiempo que produce una patologización de la diversidad a través de un orden simbólico binario y heterocentrado. Desde esta perspectiva, el sujeto universal del psicoanálisis no es neutro: es el del "hombre blanco, burgués, heterosexual, cis-sexista, europeo, propietario" (Preciado, citado en AAVV, 2019, p.3), lo que impone una forma particular de subjetivación que normaliza la experiencia y patologiza la diferencia. Esta crítica no se agota en el señalamiento ideológico, sino que propone una tarea transformadora: "comenzar un proceso de despatriarcalización, des-heterosexualización y de-colonización del psicoanálisis" (Preciado, citado en AAVV, 2019, p. 4).

Esta línea de crítica también es retomada por autorxs como Ana María Fernández, quien denuncia en el psicoanálisis un "a priori de lo Mismo", es decir, un modelo de subjetividad que subsume toda diferencia bajo una lógica hegemónica.

Una conclusión posible: "Profanar" a Jaques Lacan, "desacralizar" el psicoanálisis, una forma de "empate" epistemológico

En el marco de las críticas expuestas, tanto las que provienen del revisionismo epistémico-filosófico como del pensamiento feminista, se hace necesario repensar el lugar del psicoanálisis en el presente. Lejos de colocarlo en una posición defensiva o de clausura, tal como señalaron Onfray o Preciado (desde ópticas y con intenciones muy distintas) es posible asumir una perspectiva que, sin deslegitimar el valor de esta tradición clínica y teórica, proponga su relectura y transformación. Aquí, la propuesta de Alejandro Dagfal (2020) de "profanar" a Jacques Lacan adquiere un sentido estratégico y productivo, con un propósito fecundo, no de unidad, pero si de revisión y avance.

Dagfal retoma el concepto de profanación como acto de "devolver lo sagrado al uso común", es decir, desacralizar, desdivinizar, rehumanizar una práctica o un saber que ha sido elevado al rango de incuestionable (Dagfal, 2020). En este sentido, profanar el psicoanálisis implica liberarlo de su carácter quasi religioso, de su lectura bíblica, abrirla a la crítica, al juego, a la creación, y

permitir que recupere su potencia cuestionadora. De lo contrario, advierte el autor, "un saber sagrado, como un evangelio, sólo se interpreta o se difunde, pero no se cuestiona. No se lo usa de manera crítica" (Dagfal, 2020, p. 1). El psicoanálisis se termina transformando en una "cosmovisión totalizadora" que pretende juzgar a otros saberes desde una posición incuestionable, lo que le impide el diálogo con otras prácticas clínicas legítimas, como las terapias basadas en evidencia (TBE). Desde esta lectura, se comportan, en muchos sentidos, como si fueran dos idiomas con pocas palabras equivalentes entre sí; justamente, no se trata de oponer psicoanálisis y TBE como paradigmas enfrentados o incompatibles, sino de reconocer que provienen de tradiciones epistemológicas distintas y, por ello, no son plenamente traducibles entre sí.

Ambos modelos terapéuticos —si se considera a las TBE como un conjunto— han demostrado ser eficaces y mantenerse vigentes a lo largo del tiempo. Han sabido actualizarse en función de los avances en el conocimiento sobre la mente humana, así como de los cambios en las maquinarias sociales que producen subjetividades, las cuales están en constante transformación. Sumado a esto, es bien sabido que los fenómenos que integran el llamado "campo psi" son sumamente diversos, y un mismo fenómeno puede recibir interpretaciones distintas según la escuela psicológica que lo aborde.

BIBLIOGRAFÍA

- AAVV. (2003). ¡DÉJENNOS A NUESTROS CHARLATANES!. Buenos Aires: Letra Viva.
- AAVV. (2019). Defendernos de Paul B. Preciado: Esa causa no es la nuestra. Buenos Aires: Tinta Limón.
- Capuzzi, S. (2002). A change of mind.
- Dagfal, A. (2010). Para no leer a Michel Onfray. Página/12. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/diario/Psicología/9-145307-2010-05-27.html>
- Dagfal, A. (2020). ¿Hay que "profanar" a Jacques Lacan? Página/12. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/diario/Psicología/9-286222-2020-10-02.html>
- Fischman, G. (2009). La evaluación de las psicoterapias y del psicoanálisis.
- Keegan, E. (2001). La terapia cognitiva.
- Miller, J-A. (2005, mayo). *La respuesta del psicoanálisis a la terapia cognitivo-comportamental*. Intervención en el 3.er Congreso de la New Lacanian School of Psychoanalysis: "For Desire Against CBT", Londres, Reino Unido. Texto establecido por N. Wulffing; editado por B. Wolf & N. Wulffing; traducido por M. C. Aguirre. Recuperado de <http://www.wapol.org/index.html>
- Vallvé, C. (2009). *La evaluación de las psicoterapias y del psicoanálisis* [Reseña del libro *L'évaluation des psychothérapies et de la psychanalyse. Fondements et enjeux*, dirigido por G. Fischman].