

XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2020.

# **Postura de terapeutas referentes de diferentes orientaciones teóricas hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia.**

Taraborrelli, Flavia.

Cita:

Taraborrelli, Flavia (2020). *Postura de terapeutas referentes de diferentes orientaciones teóricas hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-007/930>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/etdS/pzk>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# POSTURA DE TERAPEUTAS REFERENTES DE DIFERENTES ORIENTACIONES TEÓRICAS HACIA LA INCORPORACIÓN DE NUEVAS TECNOLOGÍAS EN PSICOTERAPIA

Taraborrelli, Flavia

Universidad Abierta Interamericana. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

En el siguiente trabajo, se pretende investigar las posturas de terapeutas referentes de diversas orientaciones teóricas hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. Para lograr esa tarea, se realizó un estudio basado en un abordaje metodológico con enfoque cualitativo, en el que se entrevistó a un psicólogo referente de cada una de las orientaciones teóricas: cognitivo conductual, sistémica, psicodinámica, humanista existencial e integrativa. A partir de la transcripción literal del análisis del discurso mediante el sistema categorial, se obtuvieron seis categorías: características sociodemográficas, conocimiento sobre el tema, expectativas y experiencias, percepción y opinión, ética profesional y recomendaciones; con sus respectivas subcategorías: motivaciones de estudio, postulados según orientación teórico, uso de TIC, finalidad de uso, ventajas y desventajas, relación terapéutica, postura y opinión personal, percepción según orientación teórica y opinión sobre la edad.

## Palabras clave

Posturas terapeutas - Orientaciones teóricas - Nuevas tecnologías - Psicoterapia

## ABSTRACT

POSITION OF REFERENT THERAPISTS FROM DIFFERENT THEORETICAL GUIDELINES TOWARDS THE INCORPORATION OF NEW TECHNOLOGIES IN PSYCHOTHERAPY

In the following work, the aim is to investigate the positions of referring therapists of various theoretical orientations towards the incorporation of new technologies in psychotherapy. To achieve this task, a study was carried out based on a methodological approach with a qualitative approach, in which a referring psychologist from each of the theoretical orientations was interviewed: cognitive behavioral, systemic, psychodynamic, existential and integrative. From the literal transcription and the analysis of the discourse through the categorial system, six categories were obtained: sociodemographic characteristics, knowledge on the subject, expectations and experiences, perception and opinion, professional ethics and recommendations; with their respective subcategories: study motivations, postulated according to theoretical orientation, use of ICT, purpose of use, advantages and disadvantages, therapeutic relationship,

posture and personal opinion, perception according to theoretical orientation and opinion on age.

## Keywords

Postures therapists - Theoretical orientations - New technologies - Psychotherapy

## Introducción

En los últimos años, el mundo ha cambiado considerablemente. Dentro de estos cambios, es posible encontrar el avance tecnológico, no sólo como un cambio considerable sino también como revolucionario, ya que produjo modificaciones en los usos y costumbres más habituales. Esta realidad nos invita a pensar que son muy pocas las cosas que pueden permanecer inalterables frente a estos cambios. No sólo nuestra sociedad ha cambiado sino también la psicoterapia de nuestro tiempo. Tal es así que las nuevas tecnologías constituyen un reto para la psicoterapia.

La aplicación de las nuevas tecnologías en psicoterapia es, sin duda alguna, una realidad tangible y clara. Las nuevas tecnologías ofrecen a los terapeutas un universo de posibilidades para la práctica terapéutica, como así también, para la investigación clínica (Miró, 2007).

La integración de la tecnología a la psicoterapia puede realizarse de diversos modos. Algunos de ellos son a través de la utilización de recursos tecnológicos (RT) habituales como teléfonos celulares, computadoras, entre otros; o a través de intervenciones o recursos digitalizados específicos, tal es el caso de la psicoterapia asistida por computadora (PAC) (Cotton, 2012; Distéfano, Mongelo, O' Conor & Lamas, 2015). Estas herramientas por sí solas no resultan efectivas, ya que no reemplazan la labor del terapeuta (Soto Pérez, Franco, Monardes, & Jiménez Gómez, 2010); sin embargo, su capacidad de almacenamiento, conservación, clasificación y transmisión de información constituyen características que posibilitan y contribuyen al proceso terapéutico (Luque, 2009).

Los datos de diversas investigaciones han determinado que un alto porcentaje de psicólogos consideran que los recursos tecnológicos pueden resultar útiles para el desarrollo del vínculo terapéutico y para la optimización de las técnicas de intervención. Sin embargo, son utilizados con poca frecuencia. En

el futuro previsible se espera que la psicoterapia apunte a la incorporación de dichos recursos (Bunge, López, Mandil, Gomar, & Borgialli, 2009).

De acuerdo con todo lo hasta aquí mencionado, surgen los siguientes interrogantes, los cuales motivaron este trabajo: ¿los terapeutas incorporan recursos tecnológicos a su práctica clínica?, ¿cómo lo realizan?, ¿con qué fines?, ¿cuentan con los conocimientos necesarios para hacerlo?, ¿el uso de estos instrumentos depende de la orientación teórica del terapeuta, de la flexibilidad de este o de su capacitación?, ¿cuáles son sus posturas al respecto?

### Antecedentes

Autores como Bunge, Lopez, Mandil, Gomar y Borgialli (2009), analizaron en Argentina las actitudes de los terapeutas hacia la incorporación de nuevas tecnologías en la práctica clínica. Los resultados arrojaron que la gran mayoría está de acuerdo que la incorporación de las mismas para la práctica clínica ayudaría al óptimo desarrollo de una buena alianza terapéutica y potenciar diversas técnicas.

En el año 2015 se publicó un estudio realizado en Argentina en donde se abordaron las implicancias y desafíos que presentaba la inserción de recursos tecnológicos en la práctica clínica, en el que ya se asumía el hecho que estos fueron incorporados en el ámbito de salud mental y abrió nuevos horizontes a la psicoterapia. Se afirma que a pesar de la validez que tienen estos recursos, todavía no son explorados en su totalidad en América del sur y muy poco utilizados en Argentina. (Distefano, Mongelo, O'Connor, & Lamas, 2015).

Explorando la misma línea de temas, Distefano, Cataldo, Mongelo, Mesurado y Lamas (2017) dieron a conocer el uso y manejo que actualmente tiene la tecnología en la psicoterapia entre psicólogos de Buenos Aires. Se focalizó en analizar la integración de recursos digitales como herramienta para agilizar el tiempo de tratamiento y abaratar costos del mismo. Los terapeutas argentinos conocen estos recursos, pero el uso es limitado. El análisis final de los datos reveló que el 78,7% usa los recursos tecnológicos con fines comunicacionales, el 26,6% tiene conocimientos de su uso como herramientas en el ámbito clínico pero su uso en la práctica es nulo.

En el año 2019, Entenberg et al. llevaron a cabo la actualización de un estudio realizado diez años (Bunge, Lopez, Mandil, Gomar y Borgialli, 2009) atrás en donde se evalúan las actitudes de los terapeutas argentinos hacia la incorporación de nuevas tecnologías en la práctica clínica. Como conclusión se destaca el bajo nivel de conocimiento de las mismas, y se ha aumentado las creencias positivas y el uso de Tics en la última década.

### Definición de psicoterapia

La Asociación Americana de Psicología (APA) aporta la siguiente definición sobre el término: “es un tratamiento de colaboración basado en la relación entre una persona y el psicólogo. Como su base fundamental es el diálogo, proporciona un ambiente de apoyo que le permite hablar abiertamente con alguien objetivo, neutral e imparcial” (2012, párr. 4).

### Modelo sistémico

Tomando los principios de la teoría general de los sistemas de Bertalanffy, la escuela sistémica pasa del estudio de las manifestaciones de la mente, a las manifestaciones observables de la relación. El modelo de los sistemas, a diferencia del mecanicismo, se basa en una forma holística de observación que devela fenómenos nuevos (que siempre estuvieron ahí, pero se desconocían) y estructuras de inimaginable complejidad (Estaire, 2017).

### Modelo Existencial Humanista

Se apoya en la fenomenología como conocimiento experimental y no en sistemas abstractos, dándole suma importancia a la experiencia subjetiva para la construcción del conocimiento (Kerman, Ugarte, Lutz, & García, 2014). La Psicología Humanista es ante todo un movimiento programático, que se orienta a entender los problemas humanos, siendo esta una ciencia del hombre y hecha para el mismo (Brewster Smith, 1969).

### Modelo Psicodinámico

Se concibe el psicoanálisis no como una corriente terapéutica exclusivamente sino como un concepto que abarca, según la propia declaración de Freud, al menos tres campos distintos: 1) una teoría psicológica general acerca de la vivencia y la acción humana, 2) un método de investigación de procesos psíquicos y 3) un procedimiento que permite tratar perturbaciones psíquicas (Kriz, 1990).

### Modelo Cognitivo Conductual

En el campo de la psicología y específicamente, en el de la psicoterapia, el modelo cognitivo se inicia en la década de los años 50 a partir de un concepto esencial: no son simplemente los hechos lo que perturba a las personas, sino sus pensamientos sobre los hechos. Es por ello que la tarea del psicólogo se orienta a modificar los pensamientos de la persona sobre los hechos, centrándose en su forma de pensar (sobre sí mismo, sobre los demás, sobre el mundo, sobre su situación) como la causa de sus perturbaciones emotivas y sus conductas disfuncionales (Obst Camerini, 2008).

### Modelo Integrativo

Opazo Castro (2017) sostiene que integrar es construir una totalidad coherente, por medio de la conexión entre partes válidas diversas. Por lo tanto, la integración, desde la visión del autor, se relaciona con la excelencia y con el progreso. Integrar implica

no sólo ampliar la mirada sino algo más, no es sumar, ni juntar, ni combinar, ni unir, ni amontonar. Dicha ampliación de la mirada de la que se habla no es sinónimo de integración, es una condición necesaria. Sin embargo, no es suficiente. Integrar supone la génesis de una unión de partes en una totalidad enriquecedora, involucra una apertura ecléctica pero también exige un paso más al eclecticismo.

### Metodología

Se realizó un estudio basado en un abordaje metodológico con enfoque cualitativo. Es exploratorio, y se vale de técnicas de recolección de información mediante la aplicación de una entrevista semi-estructurada formulada en torno a cuatro ejes (Características demográficas; Aspectos asociados a sus expectativas con relación a la temática; Aspectos asociados a sus experiencias con relación a la temática; Aspectos asociados a su percepción y opinión con relación a la temática). Para este estudio cualitativo se ha utilizado el diseño de teoría fundamentada. Se llevó a cabo con un grupo de participantes compuesto por un psicólogo/a de prestigio referente de cada una de las cinco diferentes orientaciones teóricas propuestas pertenecientes a Ciudad Autónoma y Gran Buenos Aires: Dr. Héctor Fernández Álvarez (Modelo Integrativo), Dr. Eduardo Keegan (Modelo Cognitivo Conductual), Lic. Marta Kreiselman de Mosner (Modelo Psicodinámico), Lic. Esther de Castro (Modelo Sistémico) y Lic. Paolo Becerra (Modelo Humanista Existencial).

La selección de temas y establecimiento de relaciones entre categorías constituye la base a partir de la cual se interpretarán los resultados y se buscará comprender el fenómeno de estudio. Se llevó a cabo un análisis de contenido latente en el cual el investigador examina el significado de pasajes específicos dentro de los datos y determina una categoría apropiada. Este procedimiento se ha fundamentado en el sistema categorial.

Para llevar a cabo la transcripción literal y agrupamiento de las respuestas se utilizó el programa Atlas ti 7.

### Resultados

El objetivo general del presente estudio estuvo orientado a explorar y analizar las posturas de terapeutas referentes de distintas orientaciones teóricas sobre la incorporación de nuevas tecnologías en la psicoterapia, teniendo en cuenta su conocimiento sobre la temática, sus expectativas, experiencias y opiniones desde sus marcos de interpretación.

En torno al primer objetivo específico: Analizar las experiencias de los terapeutas ante la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. Se evidenció que todos los terapeutas entrevistados son usuarios de la tecnología en su cotidianeidad y que la utilizan con sus pacientes dentro del encuadre psicoterapéutico, en mayor o menor medida, y de diversas maneras. Algunos de ellos destacan como relevantes aspectos asociados a la edad, tanto del terapeuta como de los pacientes, con relación al uso de tecnología. Principalmente, se hace referencia a la aparición

de los llamados “nativos digitales”, aquellas personas que se formaron y atravesaron ciclos vitales junto con el auge de las nuevas tecnologías y, por lo tanto, se trata de un suceso que se encuentra naturalizado para ellos. Por otra parte, se destaca la importancia de utilizar recursos en la terapia que se ajusten a la edad del paciente, dado que esto puede transformarse en una dificultad, ya que puede generarse una resistencia por utilizar una tecnología que no quieren los pacientes. Finalmente, si bien se enfatiza el hecho de que las nuevas generaciones poseen una mayor apertura hacia la tecnología, las investigaciones demuestran que esto no tiene relación con la edad del terapeuta, sino con el menor tiempo de graduado (Duraó, 2017).

El segundo objetivo específico: Explorar la postura de los terapeutas acerca de la utilización de nuevas tecnologías en el desarrollo del tratamiento y el vínculo terapéutico. Con relación a este aspecto, la mayor parte de los entrevistados destaca la importancia de la flexibilidad y la accesibilidad para realizar modificaciones en el diseño de sus tratamientos cuando la situación así lo requiera y resaltan como una de las principales fortalezas de la tecnología, la posibilidad de acceso a personas que por diversos motivos (por ejemplo, personas con discapacidad, que viven en lugares aislados, entre otras posibilidades) no pueden acceder a una terapia convencional. Por otra parte, el uso de la tecnología facilita el desarrollo de determinadas estrategias dentro del tratamiento que, de otro modo, serían muy costosas de hacer, por ejemplo, resulta muy útil para el desarrollo de técnicas de exposición. En esta misma línea, también se plantea una desventaja particular asociada al uso de TIC en la que concuerdan la mayor parte de los terapeutas entrevistados, la misma guarda relación con el hecho de que, como todo recurso, puede ser mal utilizado, tendiendo a la generalización del instrumento y buscando aplicarlo a todos los casos por igual. A su vez, algunos terapeutas enfatizan que los aspectos emocionales mediados por una pantalla pueden no percibirse de la misma manera que cara a cara, la utilización de la tecnología en este caso conlleva una desventaja, ya que resulta más complejo mantener la concentración y existen mayores posibilidades de distraerse al no tener al paciente presente. Sin embargo, todos ellos terminan por concluir que, tomando los recaudos necesarios y prestando particular atención a determinadas cuestiones, la implementación de nuevas tecnologías durante los tratamientos puede resultar útil para fortalecer la alianza con el paciente y un medio que facilite la implementación de técnicas terapéuticas.

El tercer objetivo específico: Analizar las expectativas de los terapeutas con relación a la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. Los resultados arrojados dan cuenta de dos principales expectativas de los terapeutas con relación a la temática. En primer lugar, la mayor parte de los entrevistados concuerdan en la importancia de implementar la tecnología como un recurso para el trabajo con sus pacientes dentro del encuadre psicoterapéutico, algunos de ellos afirmando la necesidad de continuar revisando y profundizando en los conoci-

mientos sobre este nuevo tipo de psicoterapia y las herramientas con las que cuenta para llevarla a cabo. Siguiendo esta línea, en segundo lugar, plantean la necesidad de delimitar un marco ético-legal. Por el momento, no existe en nuestro país un marco legal que incluya todos los aspectos asociados al uso de la tecnología en la psicoterapia y debido a ello, una de las principales expectativas de los psicoterapeutas se asocia con la implementación de una normativa específica que permita la regulación y el control de estas prácticas. A su vez, algunos de ellos destacan la importancia de que el Estado se ocupe de la temática. Esto se debe a que perciben que el uso de la tecnología requiere de una formación específica y un equipamiento importante que deviene en costos excesivos para los cuales los recursos no alcanzan y el Estado tampoco los paga. En este sentido, Distéfano et al. (2015) relatan que esta es una de las principales razones por las que el empleo de los recursos tecnológicos en Argentina, a pesar de las ventajas comprobadas, no ha tenido tanta expansión entre los terapeutas. A su vez, destacan que los beneficios económicos de la incorporación de tecnología a la psicoterapia son a largo plazo debido a que, una vez implementados, se obtienen dispositivos que facilitan la optimización de los tratamientos en tiempo y alcance. Los autores concluyen que los avances en las investigaciones de aplicaciones de las TIC en psicología clínica están promoviendo el aumento de herramientas que permitan optimizar los tratamientos de diversos trastornos psicológicos, con lo cual se vuelve necesaria la difusión con la finalidad de que al conocerse más y mejor se analice la factibilidad de incorporar las TIC en el quehacer profesional tanto cotidiano como particular e institucional.

El cuarto objetivo específico: Determinar cuáles son los recursos tecnológicos más utilizados por los terapeutas de distintas orientaciones teóricas. Se observó que los principales recursos tecnológicos utilizados por los terapeutas entrevistados son: servicios de mensajería, redes sociales, WhatsApp, correo electrónico, Skype o Zoom, YouTube, realidad virtual y el buscador de Internet.

El quinto objetivo específico: Describir las diversas finalidades con las que los terapeutas utilizan recursos tecnológicos en sus tratamientos. Los recursos mencionados con anterioridad, son utilizados por los terapeutas con diversas finalidades, tales como: ampliar información sobre los pacientes, diseñar procedimientos efectivos, realizar mejores registros, generar pruebas para estudios de eficiencia, llevar a cabo procedimientos de intervención, difusión de trabajo, envío de información, hacer seguimientos sesión a sesión, búsqueda de información o juegos, brindar atención terapéutica por videollamada, hacer supervisiones, organizar y comunicar, trabajar con el tratamiento de trastornos específicos, investigar y responder consultas.

### Limitaciones

En este sentido y a modo de reflexión final cabe mencionar algunas limitaciones referidas a esta línea de investigación. A tal motivo es necesario detallar que para el desarrollo del presente trabajo se consideraron los datos obtenidos a partir de una entrevista semi-estructurada. Si bien el instrumento contribuyó a los objetivos del estudio, aportando datos significativos respecto del tema a investigar, sólo dio cuenta de elementos percibidos y referidos, siendo posible de esta manera dejar por fuera información relevante.

Con respecto a la muestra, puede considerarse como limitación el pequeño número de participantes y los criterios de selección de acuerdo a referencias y accesibilidad, por lo tanto, no puede ser considerada como una muestra generalizable al resto de la población por no ser totalmente representativa.

En relación con futuros estudios, se destaca la necesidad de continuar investigando las posturas de los terapeutas de diversas orientaciones teóricas hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. A tal motivo, se considera conveniente la combinación de técnicas tanto cuantitativas como cualitativas, ampliando el espectro de la muestra y utilizando instrumentos que hayan sido adaptados o creados para responder a las características socioculturales de nuestro país.

Estudios que puedan aportar a las políticas públicas, específicamente en el ámbito de la psicología y de la práctica clínica, a fin de que los hallazgos favorezcan la implementación de una normativa ético-legal con relación a la temática y la subvención de la formación y el equipamiento necesario para el desarrollo de dispositivos tecnológicos que optimicen los tratamientos.

También, se considera relevante llevar a cabo investigaciones desde diferentes campos de intervención, donde se tenga en cuenta otras variables con el objetivo de visualizar el grado de influencia que las nuevas tecnologías tienen en nuestra sociedad.

### BIBLIOGRAFÍA

- Brewster Smith, M. (1969). *Social Psychology and Human Values*. Chicago: Aldine.
- Bunge, E., López, P., Mandil, J., Gomar, M., & Borgialli, R. (2009). Actitudes de los terapeutas argentinos hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVIII(3), 209-216.
- Cotton, A. (2012). La terapia on-line y las relaciones humanas mediadas por la tecnología 3.0. Un modelo de integración entre lo real y lo virtual. *De Familias y Terapias*, 21(33), 141-158.
- Distéfano, M. J., Cataldo, G., Mongelo, M. C., Mesurado, B., & Lamas, M. C. (junio de 2017). Conocimiento y uso de tecnologías digitales en psicoterapia entre los psicólogos de Buenos Aires. *Perspectivas en psicología*, 15(1), 65-74.
- Distéfano, M. J., Mongelo, M. C., O'Connor, J., & Lamas, M. C. (2015). Psicoterapia y tecnología: implicancias y desafíos en la inserción de recursos innovadores en la práctica clínica Argentina. *Revista electrónica de Psicología de Iztacala*, 1342-1362.

- Durao, M. (2017). El uso de la tecnología y la persona del terapeuta en psicoterapia. *IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR* (págs. 72-76). Buenos Aires: Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires.
- Entenberg, G., Ciliberti, A. G., Ruiz, E., Nishimuta, K. A., & Bunge, E. L. (2019). Actitudes de los terapeutas argentinos hacia la incorporación de nuevas tecnologías en psicoterapia: diez años de evolución. *revista Argentina de Clínica Psicológica*, 28(3), 304- 313.
- Estaire, F. S. (05 de Julio de 2017). *Psicólogos en Madrid EU*. Obtenido de <http://psicologosenmadrid.eu/teoria-general-de-sistemas-de-von-bertalanffy/>
- Kerman, B., Ugarte, M., Lutz, F., & García, A. (2014). *Nuevas Ciencias de la Conducta. Aplicaciones para el tercer milenio. III edición*. Buenos Aires: Universidad de Flores.
- Kriz, J. (1990). *Corrientes fundamentales en psicoterapia*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Luque, L. (2009). *Ciberterapia y realidad virtual en terapia psicológica*. Obtenido de Revista PsicologiaCientifica.com: <http://www.psicologiacientifica.com/ciberterapia-realidad-virtual-psicologia>
- Miró, J. (2007). Psicoterapia y Nuevas tecnologías. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 81, 15-19.
- Obst Camerini, J. (2008). *La terapia cognitiva integrada y actualizada*. Buenos Aires: Catrec.
- Opazo Castro, R. (2017). *Psicoterapia Integrativa EIS. Profundizando la comprensión potenciando el cambio*. Santiago de Chile: Andros Ltda.
- Soto Pérez, F., Franco, M., Monardes, C., & Jiménez Gómez, F. (2010). Internet y psicología clínica: revisión de las ciberterapias. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 15(1), 19-37. Obtenido de <https://www.researchgate.net/publication/271320316>