

DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo: **PAOLA ALEXANDRA PEÑA TERÁN**, con CC. 172390933-7, autora del trabajo de graduación intitulado: **"RELACIÓN ENTRE TIPOS PSICOLÓGICOS Y LA ELECCIÓN DE LA APROXIMACIÓN TEÓRICA"**. Estudio realizado desde la Psicología Analítica, en 30 terapeutas de distintas corrientes psicológicas, en la ciudad de Quito, en el período de febrero a diciembre del 2016, previa a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, en la Facultad de **Psicología**.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, febrero 2017

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Paola Peña", written in a cursive style.

PAOLA ALEXANDRA PEÑA TERÁN
CC. 172390933-7



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**“RELACIÓN ENTRE TIPOS PSICOLÓGICOS Y LA ELECCIÓN DE
LA APROXIMACIÓN TEÓRICA”**

**Estudio realizado desde la Psicología Analítica, en 30 terapeutas de
distintas corrientes psicológicas, en la ciudad de Quito, en el periodo de
febrero a diciembre del 2016.**

AUTORA

PAOLA ALEXANDRA PEÑA TERÁN

DIRECTORA

ANA TIBAU

QUITO, 2016

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación, como producto del esfuerzo se lo dedico a mi familia, especialmente a mis padres Nelly y Paúl, quienes han estado no sólo en este proceso de la disertación sino han sido quienes me han acompañado en este viaje de la vida, con su ejemplo, enseñanzas y amor, han logrado en mí, una persona de principios y valores que son los cimientos para llegar alto como ser humano y como profesional. Pero también dedico este trabajo a mis hermanos Tania y Santiago, quienes han estado conmigo en las buenas y en las malas, por esa razón han sido pilar fundamental para mi desarrollo y crecimiento, porque me han enseñado el amor verdadero de hermanos.

No puedo dejar de lado a una persona muy especial, quién trajo mucha felicidad y amor a mi vida, Cristian Almeida. A ti te dedico éste y todos los logros que tenga en mi vida. Porque más allá de ser mi novio, te has vuelto mi compañero de vida y mi amigo. Eres un hombre muy sabio, lleno de virtudes que te hacen un excelente ser humano, a quien amo y admiro mucho.

De igual manera, quiero dedicar este trabajo de investigación a estudiantes y profesionales de la Psicología, quienes desean ejercer la profesión en el campo de la psicoterapia y están confusos en la elección de la línea terapéutica.

AGRADECIMIENTOS

Con la bendición de Dios y de mis padres, he logrado llegar hasta donde estoy. Así como dediqué este trabajo de disertación, de la misma manera agradezco profundamente a mis padres, Paúl y Nelly por hacer de mí, una mujer luchadora, constante y responsable con todo lo que hago. Por ustedes he aprendido a amar lo que hago, por eso mi profesión y este trabajo fue hecho con mucha dedicación y pasión. Santiago y Tania a ustedes también además de dedicarles esta meta cumplida, les agradezco infinitamente por todo su apoyo en todas las decisiones que he tomado en mi vida.

A mi novio Cristian, gracias porque desde que nos conocimos me has apoyado en absolutamente todo, y has sido una ayuda fundamental para que yo crezca como persona y también como profesional.

Y no hubiera sido posible esta investigación académica sin la colaboración de los participantes. Agradezco a cada uno de los psicólogos/as terapeutas de las distintas líneas teóricas por su participación en este trabajo de investigación. También agradecerle a mi directora, Anita Tibau por su dirección, guía y enseñanza de conocimientos necesarios que me serán útiles para posteriormente profundizar en la Psicología Analítica.

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo principal describir la relación existente entre los tipos psicológicos de cada terapeuta y la elección de la aproximación teórica, por lo que se escogió una muestra de población de 30 terapeutas de distintas aproximaciones teóricas de la ciudad de Quito.

Para trabajar el primer capítulo, la base teórica fue desde la Psicología Analítica, tomando en cuenta los aportes de Carl Gustav Jung y sus continuadores. Se describió los diferentes sistemas de clasificación de la personalidad que han existido a lo largo de la historia hasta llegar al propio modelo tipológico de Jung, que nació después de una extensa revisión histórica. El modelo de Jung parte desde el movimiento de la energía psíquica y la forma que el individuo se oriente en el mundo. Son dos actitudes de personalidad: extroversión e introversión, y cuatro funciones o modos de orientación: pensamiento, sensación, intuición y sentimiento. A esto Myers y Briggs complementa con el juicio y la percepción, y la combinación de estas categorías polares da origen a los 16 tipos psicológicos.

Para el segundo capítulo, se hará un análisis de las cinco aproximaciones de práctica psicoterapéutica, las cuales son: Psicología Analítica, Psicoanálisis, Enfoque Humanista, Enfoque Sistémico y Enfoque Cognitivo-Conductual. La psicoterapia tiene sus raíces en la necesidad del ser humano de hacer conciencia y dentro de cada línea terapéutica están los diferentes mapas de acercamiento con recursos y técnicas psicoterapéuticas.

En el tercer capítulo se realizará el análisis de los resultados obtenidos por medio de la aplicación del MBTI y la entrevista. El Inventario Tipológico de Myers y Briggs (MBTI), tiene como base a la teoría de los tipos psicológicos planteado por Carl Gustav Jung, y que tiene como objetivo identificar la personalidad de cada ser humano.

TABLA DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTOS	II
RESUMEN	III
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. TIPOS PSICOLÓGICOS	3
1.1 Antecedentes de Tipologías Psicológicas	3
1.2 Introducción a la Tipología Junguiana.....	7
1.3 Tipos de Actitud.....	9
1.3.1. El Tipo Extrovertido (E).	9
1.3.2. El Tipo Introverso (I).....	10
1.4. Funciones Psíquicas	11
1.4.1. Pensamiento (T).	12
1.4.2. Sentimiento (F).....	13
1.4.3. Sensación (S).....	14
1.4.4. Intuición (N).....	14
1.5. Función Primaria.....	16
1.6. Función Auxiliar	16
1.7. Función Inferior	16
1.8. El Rol del Inconsciente	18
1.9. Orientaciones desde el MBTI	18
1.9.1. Juicio (J).	18
1.9.2. Percepción (P).	19
1.10. Clasificación de los Tipos Psicológicos.....	20
1.10.1. Extraversión, sensación, pensamiento, percepción: ESTP.....	20
1.10.2. Extraversión, sensación, sentimiento, percepción: ESFP.	20
1.10.3. Extraversión, intuición, sentimiento, percepción: ENFP.	21
1.10.4. Extraversión, intuición, pensamiento, percepción: ENTP.	21
1.10.5. Extraversión, sensación, pensamiento, juicio: ESTJ.....	21
1.10.6. Extraversión, sensación, sentimiento, juicio: ESFJ.....	22
1.10.7. Extraversión, intuición, sentimiento, juicio: ENFJ.	22

1.10.8. Extraversión, intuición, pensamiento, juicio: ENTJ.	22
1.10.9. Introversión, sensación, pensamiento, juicio: ISTJ.....	23
1.10.10. Introversión, sensación, sentimiento, juicio: ISFJ.	23
1.10.11. Introversión, intuición, sentimiento, juicio: INFJ.	23
1.10.12. Introversión, intuición, pensamiento, juicio: INTJ.	24
1.10.13. Introversión, sensación, pensamiento, percepción: ISTP.....	24
1.10.14. Introversión, sensación, sentimiento, percepción: ISFP.	24
1.10.15. Introversión, intuición, sentimiento, percepción: INFP.	25
1.10.16. Introversión, intuición, pensamiento, percepción: INTP.	25

CAPÍTULO II. PRINCIPALES APROXIMACIONES TEÓRICAS PARA LA PSICOTERAPIA

2.1. Psicología Analítica	26
2.1.1. Historia.....	26
2.1.2. Características en la Psicoterapia.	27
2.1.3. Teoría de la Personalidad	30
2.2. Psicoanálisis.....	31
2.2.1. Historia.....	31
2.2.2. Características en la Psicoterapia	33
2.2.3. Teoría de la Personalidad	37
2.3. Enfoque Sistémico	39
2.3.1. Historia.....	39
2.3.2. Características en la Psicoterapia	41
2.3.3. Teoría de la Personalidad	43
2.4. Enfoque Humanista.....	43
2.4.1. Historia.....	43
2.4.2. Características en la Psicoterapia	45
2.4.3. Teoría de la Personalidad	48
2.5. Enfoque Cognitivo-Conductual	50
2.5.1. Historia.....	50
2.5.2. Características en la Psicoterapia	52
2.5.3. Teoría de la Personalidad	54

CAPÍTULO III. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	57
3.1. Metodología	57
3.2. Población.....	59
3.3. Procedimiento	59
3.4. Análisis de los resultados.....	60
3.4.1. Psicología Analítica.....	60
3.4.2. Psicoanálisis.	61
3.4.3. Enfoque Sistémico.....	63
3.4.4. Enfoque Humanista.	66
3.4.5. Enfoque Cognitivo-Conductual.....	68
CONCLUSIONES	71
RECOMENDACIONES.....	74
BIBLIOGRAFÍA	75
ANEXOS	78
<input type="checkbox"/> Entrevista a Participantes de la Psicología Analítica.....	78
<input type="checkbox"/> Entrevista a Participantes del Psicoanálisis	81
<input type="checkbox"/> Entrevista a Participantes del Enfoque Sistémico.....	84
<input type="checkbox"/> Entrevista a Participantes del Enfoque Humanista	87
<input type="checkbox"/> Entrevista a Participantes del Enfoque Cognitivo-Conductual.....	90
<input type="checkbox"/> Formato de Consentimiento Informado	93
<input type="checkbox"/> Preguntas de la Entrevista Estructurada.....	95

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Tipo de personalidad según los puntos cardinales.....	4
Tabla 2: Tipo de personalidad según la medicina griega.....	4
Tabla 3: Tipo de personalidad según la relación con el objeto.....	5
Tabla 4: Tipo de personalidad según la mitología griega.....	6
Tabla 5: Tipo de personalidad según la morfología.....	6
Tabla 6: Cuadro diferencial entre extroversión e introversión.....	11
Tabla 7: Cuadro diferencial entre pensamiento y sentimiento.....	13
Tabla 8: Cuadro diferencial entre sensación e intuición.....	15
Tabla 9: Cuadro diferencial entre juicio y percepción.....	19
Tabla 10: Operalización de la investigación.....	58
Tabla 11: Resultados del MBTI en participantes de la Psicología Analítica.....	61
Tabla 12: Resultados del MBTI en participantes del Psicoanálisis.....	63
Tabla 13: Resultados del MBTI en participantes del Enfoque Sistémico.....	66
Tabla 14: Resultados del MBTI en participantes del Enfoque Humanista.....	68
Tabla 15: Resultados del MBTI en participantes del Enfoque Cognitivo-Conductual.....	70

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Dinámica de las funciones psíquicas.....	17
Figura 2: Cuaternio Psíquico.....	28

INTRODUCCIÓN

La presente investigación abordó como aspecto central investigar qué relación existe entre los tipos psicológicos y la elección de la aproximación teórica con 30 terapeutas de distintas corrientes psicológicas de la ciudad de Quito en el periodo de febrero a diciembre del 2016, estudio realizado desde la Psicología Analítica. Es una investigación teórica-aplicada de tipo exploratoria, es decir es la primera investigación que aborda esta temática y que busca encontrar qué relación existe entre estas dos variables.

Sobre el tema en cuestión, dentro de la Pontificia Universidad Católica de Quito y su Facultad de Psicología, no se ha realizado una disertación teórica-aplicada sobre la relación de los tipos psicológicos y la elección de la aproximación teórica con terapeutas de la ciudad de Quito. Sin embargo, existen dos disertaciones relacionadas con la variable de los tipos psicológicos:

- “Los tipos psicológicos en la teoría de Carl Gustav Jung y sus aplicaciones dentro del sistema teórico – práctico Jungiano” (2003) de Alina Elizabeth Jimenez Arguello. El objetivo de esta investigación fue profundizar con una aproximación teórica el tema de los tipos psicológicos planteados por Carl Gustav Jung y sus aplicaciones dentro del proceso terapéutico.
- “Análisis de los tipos psicológicos en las prácticas de la medicina tradicional. Estudio realizado en ofertantes y usuarios de medicina tradicional en las parroquias rurales del Distrito Metropolitano de Quito, de agosto a octubre del 2012”. (2013) realizado por María José Moreno y Santiago Recalde. Esta investigación fue teórica aplicada, que trabajó con practicantes de la medicina tradicional (curanderos, yachags, chamanes) y por otro lado a sus pacientes o clientes. Dicha investigación tomó como base la teoría de Carl Gustav Jung. Entre los resultados se menciona que el tipo psicológico que se evidencia con más porcentaje es el ISTJ (introversión, sensación, pensamiento y juicio) con un 24% del total de los participantes.

En el marco teórico, con respecto al primer capítulo se abordó la historia y antecedentes de sistemas de clasificación de personalidad, la tipología Junguiana y la descripción de los 16 tipos psicológicos. En cuanto al segundo capítulo, la descripción de la historia, características en la psicoterapia, y su respectiva explicación sobre la teoría de la

personalidad según la Psicología Analítica, Psicoanálisis, Enfoque Sistémico, Enfoque Humanista, Enfoque Cognitivo-Conductual. Éstas son las aproximaciones prácticas psicoterapéuticas que se han seleccionado. En cuanto a la parte práctica, fue factible llevar a cabo la presente investigación puesto que la metodología aplicada fue: buscar 30 terapeutas de distintas corrientes psicológicas de la ciudad de Quito, aplicar el test MBTI de tipos psicológicos, para finalizar con una entrevista estructurada a cada terapeuta. El tiempo total de sesión por participante fue de 50 minutos a 1 hora.

El objetivo general de la presente investigación fue describir la relación existente entre los tipos psicológicos de cada terapeuta y la elección de la aproximación teórica. Y los objetivos específicos que responde a cada capítulo son:

1. Explicar los tipos psicológicos
2. Analizar las principales aproximaciones teóricas para la psicoterapia
3. Sistematizar los resultados de la investigación.

El interés por realizar esta investigación fue por una importancia social porque permitirá comprender la relación entre la tipología del terapeuta y la aproximación teórica. De tal manera que siendo esta investigación teórica – aplicada aporta al nuevo conocimiento no sólo de los investigadores sino de los participantes, estudiantes y profesionales; para investigar si el tipo de personalidad incide en la elección de teoría para la práctica psicoterapéutica. Es importante desarrollar esta investigación puesto que los resultados permitirán a estudiantes y profesionales de la psicología según sus personalidades orientarse a la línea teórica de trabajo psicológico.

Además, existen razones personales que han motivado a realizar la presente investigación fue profundizar y conocer más sobre la Psicología Analítica, considerando que la experiencia de pasar por un proceso terapéutico con un psicólogo de dicho enfoque, ayudó a un crecimiento personal. La investigación teórica-aplicada también permitió estar en una relación directa con las personas, y comprender su forma de interacción con el mundo.

Teóricamente, los tipos psicológicos planteados por Jung, permiten profundizar y comprender los diferentes tipos de personalidad que existen en el ser humano y su interacción con los demás. Explicar esto mediante la aplicación del MBTI y relacionarlo con la teoría de Carl Gustav Jung que históricamente ha aportado al campo de la psicología.

CAPÍTULO I

TIPOS PSICOLÓGICOS

1.1 Antecedentes de Tipologías Psicológicas

La experiencia de que no todo el mundo funciona de la misma manera ha sido la base de numerosos sistemas de tipología (Sharp, 2002, p. 01).

El sistema de tipología de Jung nació después de una larga revisión de antecedentes históricos, donde el ser humano ha creado y desarrollado distintos sistemas para categorizar las actitudes y patrones de conductas para explicar las diferencias y similitudes entre individuos (Sharp, 2002). A continuación se describirán las clasificaciones más transcendentales que han servido como antecedentes y base para desarrollar la teoría de tipos psicológicos de Jung.

Cuando se escucha frases como: “todas las mujeres son iguales” o “todos los hombres son iguales”, desde el enfoque de género ya se está realizando una categorización de personalidad y comportamientos. De esta manera, es natural que durante toda la vida existan diferentes sistemas para clasificar a los seres humanos, bajo diferentes criterios y perspectivas. La elaboración de los distintos sistemas de tipologías abre la posibilidad de caer en el riesgo de estereotipar o encasillar a las personas. Sin embargo, este a su vez permite comprender por qué unas personas reaccionan de una u otra manera (Ortega, 2015).

Para empezar con la historia de la tipología, se toma como punto de partida a la astrología. Existen distintos representantes de los sistemas astrológicos presentes en la cultura: maya, azteca, china india y griega. Una de las más importantes, la cultura griega, propone un sistema de clasificación según los astros, que relacionaban a los rasgos de carácter con la influencia planetaria y de constelaciones. Después de combinarse con el pensamiento heleno, los cuales aportaron con los cuatro elementos de la naturaleza, al fuego le pertenecen (Aries, Leo y Sagitario), al aire (Acuario, Géminis y Libra), al agua (Piscis, Cáncer y Escorpión) y a la tierra (Tauro, Virgo y Capricornio). La explicación de esta visión consiste en que según la fecha de nacimiento y en relación con alguno de los cuatro elementos de la naturaleza, se presenta la conducta (Ortega, 2015).

Como se verá a continuación en la Tabla 1, otra forma de categorizar es la que en el libro de Hirsh y Kummerow proponen acerca de que los indios norteamericanos desarrollaron un sistema de clasificación según los cuatro puntos cardinales, y según eso se definía el comportamiento.

Tabla 1

Tipo de personalidad según los puntos cardinales

Tipo de personalidad	Características
Norte	Inocencia
Sur	Sabiduría
Este	Imaginación
Oeste	Introspección

Fuente: Hirsh & Kummerow, 1998.

Luego es Hipócrates, el padre de la medicina griega, quien se basó en la teoría de Empédocles, a partir de los cuatro elementos naturales fundamentales del cosmos: aire, tierra, agua y fuego, y aplicó a los humores. Posteriormente, Galeno se apoyó en esta clasificación para añadir los temperamentos en relación a las secreciones del cuerpo, como se explica en la Tabla 2 (Ortega, 2015).

Tabla 2

Tipo de personalidad según la medicina griega

Elementos asociados	Humores/ fluidos	Temperamento	Predominio biológico	Característica
Aire	Sangre	Sanguíneo	Aparato circulatorio	Reacciones rápidas ante estímulos, y una actividad y vitalidad física óptima para una adaptación al medio. Sociables.
Tierra	Bilis negra	Melancólico	Aparato Nervioso	Tendencia a la hiperexcitabilidad con apariencia de fragilidad.
Fuego	Bilis amarilla	Colérico	Hígado	Tendencia a la acción. Facilidad de irritabilidad e impulsividad.

Agua	Flema	Flemático	Linfático	Procesos fisiológicos lentos, tendencia a la indiferencia y al control de impulsos. Es reflexivo e intelectual, con rasgos de individualismo. Tranquilos.
------	-------	-----------	-----------	---

Fuente: Ortega, 2015.

En Grecia, Platón desde la filosofía, propone una clasificación según las conductas morales, divide al psiquismo humano en tres actitudes fundamentales: la inteligencia, el apetito irascible y el apetito concupiscible. El predominio de alguna de estas actitudes son las que determinarán la conducta (Jimenez, 2003).

A finales del siglo XVIII, Schiller, un gran poeta, en unas de sus publicaciones “Sobre la educación estética del hombre”, como se describe en la Tabla 3, diferenció a dos grupos de disposiciones, según la relación con el objeto: disposición ingenuo-realista y sentimental-idealista.

Tabla 3

Tipo de personalidad según la relación con el objeto

Tipo de actitud	Características
<p>Disposición ingenuo-realista (Equivale a la actitud extrovertida de la que habla Jung)</p>	<p>Da importancia a lo vivido por experiencia, necesita del mundo exterior, está condicionado por factores o estímulos externos a él, da importancia a lo captado por los sentidos, deja que la naturaleza influya en él sin restricción alguna.</p>
<p>Disposición sentimental-idealista (Equivale a la actitud introvertida de la que habla Jung)</p>	<p>Alto nivel de reflexión sobre la influencia que los objetos tienen en él y esto a su vez produce una idea. El estado de ánimo sentimental es el resultado de lo producido por el objeto.</p>

Fuente: Jung, 1972.

Posteriormente, están los aportes de Nietzsche, en su ensayo “El nacimiento de la tragedia (1871)”, partiendo su explicación de la mitología griega, como se lo detalla en la Tabla 4. De esta manera, explica los dos tipos de actitudes que pueden existir en referencia a los dos dioses completamente opuestos, por un lado Apolíneo y por otro Dionisiaco.

Tabla 4*Tipo de personalidad según la mitología griega*

Tipo de carácter	Características
Apolíneo	El impulso apolíneo comparado al estado de sueño. Nietzsche utiliza el término de sueño para explicar el estado de reflexión. Lo que caracteriza a este dios griego es la medida, el orden y la moderación.
Dionisiaco	El dionisiaco comparado al estado de embriaguez. Pasión desenfrenada por mezclarse y fundirse con las personas, la vida y el mundo. Existe una libertad del instinto sin restricción alguna.

Fuente: Jung, 1972.

En septiembre del año 1913, Jung aparece con una conferencia que la dictó en el Congreso Psicoanalítico de Munich presentando el tema de tipos psicológicos. Después de abandonar la Sociedad Psicoanalítica, Jung se enfoca en abordar con profundidad su teoría. Entre algunas de sus obras, Tipos Psicológicos, fue elaborada desde ese entonces y publicada en 1921 (Ortega, 2015).

W.H. Sheldon, en 1928 comenzó con sus estudios sobre tipología y lo publicó sus resultados en 1940. Su teoría es en base a la morfología y a la actividad energética de los componentes somáticos, como se lo explica a continuación en la Tabla 5 (Jimenez, 2003).

Tabla 5*Tipo de personalidad según la morfología*

Tipo de morfología	Características	Tipo de carácter
Endomorfo	Tendencia a la búsqueda de gratificación a la alimentación y al sexo. Apariencia con abdomen grande y grueso.	Viscerotonía
Mesomorfo	Con predisposición energética y activa, y ciertos rasgos de impulsividad. Con apariencia corpulenta y atlética.	Somatotomía
Ectomorfo	Con tendencia a actitudes defensivas e introvertidas. Con apariencia corporal delgada y frágil.	Cerebrotonía

Fuente: Jimenez, 2003.

1.2 Introducción a la Tipología Junguiana

Mi tipología no es un tratado fisionómico ni un esquema antropológico, sino una psicología crítica aplicada a la ordenación y demarcación como procesos típicamente aprehensibles (Jung, 1972, p. 8).

En la Psicología Analítica, el concepto de personalidad es vista como un todo denominada la *psiquis*. En tiempos modernos, esta palabra latina significa “mente”. La *psiquis* abarca: sentimiento, pensamiento y conducta, tanto consciente como inconsciente. Este concepto de personalidad es el que permite al individuo adaptarse a su medio social. Se creía que la personalidad es la reunión de las partes, que cada una de las partes es agregada por los procesos de aprendizaje y experiencia. Pero Jung rechaza esta concepción ambigua de la personalidad. El hombre no debe luchar por la integridad, porque ya la tiene y nace con ella. Con respecto a esta concepción Jung señala “lo que debe hacer en el plazo de la vida, es desarrollar esta integridad inherente hasta el máximo grado posible de diferenciación, coherencia y armonía, y precaverse de romperla en sistemas separados, autónomos y conflictivos” (Hall & Nordby, 1973, p. 29). El objetivo de Jung como psicoanalista consistía en ayudar a los pacientes a recuperar la pérdida de su integridad y al mismo tiempo reforzar la *psiquis* para que en tiempos futuros pueda resistir posibles fragmentaciones (Hall & Nordby, 1973).

Es necesario remarcar que la personalidad es una estructura sumamente compleja, no solamente por la presencia de numerosos componentes como arquetipos y complejos, sino porque la interacción de estos elementos también son complicados, y al mismo tiempo es un sistema dinámico que cambia constantemente, “Los conceptos estructurales de Jung tratan de poner orden en lo que parece ser una aglomeración de estados y acciones mentales del ser humano” (Hall & Nordby, 1973, p. 55). Jung en su teoría propone a la personalidad como un sistema relativamente cerrado, ya que existe un movimiento de energía que lo hace más o menos completo a sí mismo. Sin embargo, la *psiquis* recibe energía por fuentes externas, que a su vez se agrega y pertenece exclusivamente a la *psiquis* (Hall & Nordby, 1973).

Después de haber hecho un largo recorrido por los antecedentes históricos sobre la tipología, se llega al sistema tipológico de Jung. El modelo de tipos psicológicos de Jung nació luego de una revisión de tipos en la literatura, la mitología, la estética, la filosofía y la

psicopatología (Sharp, 2002). Para abordar la tipología de Jung, es necesario acudir a sus Obras Completas, en el texto de Tipos Psicológicos, donde Jung señala:

Este libro es fruto de una labor de casi veinte años en el campo de la psicología práctica. Ha ido adquiriendo de forma lenta y gradualmente, como producto de innumerables impresiones y experiencias cosechadas tanto en el ejercicio de la medicina en su especialidad de psiquiatría y enfermedades nerviosas, como en el trato con gentes de todas las clases sociales así como en mis explicaciones y deslindamientos con amigos y adversarios y, finalmente, en la crítica de mi propia idiosincrasia (Jung, 1972, p. 9).

Las propuestas de los primeros sistemas de clasificaciones tipológicas fueron en base a observaciones de patrones de conducta emocionales o temperamentales, mientras que el modelo de Jung es referente al movimiento de energía psíquica y la forma en que de preferencia la persona se orienta en el mundo. Desde esta teoría, Jung distingue dos tipos de actitud (introversión y extraversión), y cuatro funciones psíquicas (pensamiento, sentimiento, sensación e intuición) (Sharp, 2002). Para Jung el tipo “es el ejemplo o modelo que refleja de modo característico el carácter de una especie...es el ejemplo característico de una disposición general que se observa en numerosas formas individuales” (Jung, 1972, p. 646). En otras palabras, se habla de tipo al sistema complejo de actitudes y patrones que van a conformar la personalidad de individuo, con características particulares que permita explicar las diferencias entre personas. Al ser este sistema complejo, quiere decir que el ser humano no podrá presentar en su personalidad un tipo puro, sino que se habla de la predominancia o preferencia de ciertas actitudes o patrones.

En cuanto a la función, es un modo de actividad psíquica o manifestaciones de la libido para conocer sobre el mundo y tener una aproximación a la realidad. Las cuatro funciones pueden estar presentes en la misma psique, pero una de ellas estará más desarrollada conscientemente que las otras, y por tanto esta función inferior o menos desarrollada se presentará de manera primitiva (Sharp, 1994). Para entender lo que es tipo y función, si una persona que es diestra escribe con la mano derecha, le va a resultar fácil y necesitará de poco esfuerzo. A diferencia de hacerlo con la otra mano, que seguramente presentará cierta dificultad y requerirá de mayor esfuerzo. Esto es una preferencia física, de forma similar sucede con los tipos psicológicos. Si una persona es de tipo extrovertido y su función más desarrollada es el sentimiento, se desenvolverá en relaciones sociales donde la

armonía permanezca en el ambiente, de manera que le resultará fácil hacer amigos. Esa misma persona tendrá dificultad para realizar un proceso de reflexión y análisis acerca de una discusión de amigos, porque la actitud de introversión y el pensamiento estarán menos desarrolladas y se presentarán de manera confusa y desorganizada. De manera que tratará de resolver el conflicto de manera amable, así sea que se sienta incómoda, y sus aportes lógicos para la resolución del inconveniente serán mínimos o casi escasos.

El aporte de la teoría de Carl Jung fue de interés para dos norteamericanas, Katherine Cook Briggs e Isabel Briggs Myers, quienes trabajaron sobre la teoría, ampliándola hasta llegar a elaborar una herramienta que permita a las personas determinar su tipo psicológico. Es así como el Indicador de Tipo Myers Briggs, tuvo sus comienzos en la década de 1920 (Hirsh & Kummerow, 1998).

La tipología psicológica es la consecuencia de las preferencias espontáneas de las personas, tanto física como mentalmente. Son cuatro dimensiones fundamentales del psiquismo:

- La orientación de la energía: cómo y dónde logra usted la energía (extraversión o introversión).
- Los modos de percepción de la realidad: a qué presta atención cuando reúne información (sensación o intuición).
- Los criterios de decisión: qué sistema emplea para decidir (pensamiento o sentimiento).
- El estilo de vida: qué tipo de vida adopta (juicio y percepción).

(Cauvin & Cailloux, 2001).

1.3 Tipos de Actitud

1.3.1. El Tipo Extrovertido (E).

Jung en su libro de Tipos Psicológicos, señala en las diferencias individuales de la psicología humana, diferencias típicas, evidenciándose claramente, dos tipos generales: extroversión e introversión. Sin embargo, aclara que “todo individuo posee ambos mecanismos, el de la extraversión y el de la introversión, y sólo el predominio relativo de uno de ellos constituye el tipo” (Jung, 1972, p. 13). La clasificación en estos dos tipos, se

diferencia por la orientación del movimiento de su libido. En otras palabras, por su particular disposición respecto del objeto. La relación entre sujeto y objeto, es biológicamente considerada como una relación de adaptación, puesto que de la relación sujeto-objeto se supone un efecto que influye del uno sobre el otro (Jung, 1972).

En cuanto al tipo extrovertido, Jung explicó que el objeto actúa de forma atractiva sobre el sujeto. En otras palabras, se diría que el objeto influye de forma decisiva para el sujeto, dando así un valor secundario al sujeto (Jung, 1972). La persona de este tipo piensa, siente y actúa directamente de acuerdo a las relaciones objetivas. Esto no significa que la persona de tipo extrovertido no tiene opiniones subjetivas, sino que las condiciones exteriores objetivas juegan un papel más importante. Pone su interés y atención no sólo a las personas sino también a las cosas y acontecimientos. Señala Jung, que el peligro que corre el extrovertido es que se vea absorbido por los objetos, de esta manera, corre el riesgo de verse perdido a sí mismo en ellos, es decir, sacrificar al sujeto para satisfacer las necesidades del otro (Jung, 1972). En medida extrema, el extrovertido puede llegar al punto de no prestar mucha atención al propio cuerpo y e ignorar satisfacer las necesidades básicas indispensables para el bienestar. Pero que no solo el cuerpo sufre sino también la psiquis (Sharp, 2002).

1.3.2.El Tipo Introverso (I).

Por otro lado, menciona Jung con respecto a este otro tipo, el sujeto es el centro de todos los intereses, en otras palabras, toda la energía vital busca al sujeto, de manera que no se otorga al objeto una influencia decisiva ni excesiva. En este tipo se le da al sujeto un valor superior que al objeto, quedando este en un nivel secundario. La persona de este tipo interpone su opinión subjetiva a la percepción del objeto. Ciertamente, existen influencias de condiciones exteriores (realidad exterior), pero elige como decisivas las determinantes subjetivas (realidad interior). Al mencionar por algunas ocasiones este concepto de subjetivo, Jung lo define como: “la acción o reacción psicológica que se funde con la influencia del objeto para constituir un nuevo estado psíquico de cosas” (Jung, 1972, p. 502).

Siguiendo con los aportes de los continuadores de la teoría jungiana, Cauvin y Cailloux mencionan que la introversión es la orientación del sujeto hacia dentro, es decir, hacia el mundo subjetivo que pueden ser pensamientos y reflexiones, tanto para renovarse como para expresarlo. El introverso generalmente tiende a reflexionar durante un largo tiempo para luego actuar, la secuencia de aprendizaje sería reflexión-acción-reflexión

(Cauvin & Cailloux, 2001). En el tipo introvertido “existe una marcada tendencia a desvalorizar al objeto y personas para negarles su importancia. Así como el objeto juega un rol demasiado grande en la actitud extravertida, éste tiene un significado demasiado pequeño para el introvertido” (Sharp, 2002, p. 62). De esta manera la persona de tipo introvertido puede pensar que lo que dicen o hacen los demás no tiene ningún valor. Hablando del papel compensador que tiene el inconsciente en el aparato psíquico, el tipo extrovertido consciente es un tipo introvertido en su inconsciente, y el tipo introvertido conscientes es un tipo extrovertido en su inconsciente (Hall & Nordby, 1973).

A continuación se presenta la Tabla 6, para describir las diferencias de las características de las personas de tipo extrovertido o introvertido:

Tabla 6

Cuadro diferencial entre extroversión e introversión

Extraversión	Introversión
Actitud objetiva	Actitud subjetiva
Activo	Reflexivo
Exterior	Interior
Sociable	Reservado
Público	Intimidad
Abundantes relaciones	Relaciones restringidas
Expansivo	Tranquilo
Interacción	Concentración
A gusto con las personas y las cosas	A gusto con las ideas y pensamientos
Energía centrífuga	Energía centrípeta
Comunicación verbal	Comunicación escrita

Fuente: Cauvin & Cailloux, 2001.

1.4. Funciones Psíquicas

Continuando con la explicación de los tipos de actitud, es importante ahora abordar las funciones psíquicas. Las funciones psíquicas son cuatro posibilidades de canalizar la energía psíquica o la libido, y así tener un acercamiento a la realidad para conocer el mundo por medio del: pensamiento, sentimiento, sensación o intuición (Moreno & Santiago, 2013).

La función de pensamiento se refiere al proceso de pensamiento cognitivo; la sensación es la percepción mediante los órganos físicos de los sentidos, el sentimiento es la función de evaluación o juicio subjetivo; y la intuición se refiere a la percepción por medio del inconsciente (Sharp, 2002, pág. 4).

Aunque todas las funciones están presentes en la misma psique, una función estará desarrollada conscientemente más que otra. Las funciones de pensamiento y sentimiento son funciones racionales porque se basan en la reflexión, ya que ambas evalúan la situación por medio de un acto de juicio. El pensamiento forma un juicio relacionando si hay una lógica o sentido coherente entre dos o más ideas, y el sentimiento forma un juicio en comparación de algo agradable o desagradable para el sujeto. Mientras que las funciones de sensación e intuición son irracionales porque están influenciadas por la percepción, ya que son estados mentales que surgen de la influencia de estímulos que actúan sobre el individuo. Jung utiliza la palabra “irracional” no porque sean ilógicos sino porque están más allá de la razón (Sharp, 1994).

1.4.1. Pensamiento (T).

Para Jung la función del pensar “es aquella función psicológica que, de acuerdo con sus propias leyes, establece conexión en contenidos de representaciones dados” (Jung C. , 1972, p. 624). El pensar como función psicológica es el resultado de la conexión y comparación de conceptos, contenidos e ideas para llegar a manifestar una conclusión lógica. Como proceso de apercepción, el pensamiento puede ser activo o pasivo. El pensamiento activo es aquel que parte de la voluntad, y el pensamiento pasivo es un mero incidente. En el primer caso, que se lo llamaría también pensamiento dirigido, son actos voluntarios de juicio, y en el segundo, que se hablaría de un pensamiento intuitivo, existen conexiones conceptuales que se establecen espontáneamente (Jung, 1972).

Al pensamiento se lo representa con la letra (T), por la inicial de la palabra “Thinking”. Una persona de tipo pensamiento, se decide en función de lo que le parece lógico y objetivo, su respuesta va enfocada en distinguir lo verdadero de lo falso. La persona de tipo pensamiento, puede tomar en cuenta los sentimientos de las otras personas como un factor más de la situación, mas no como un factor influyente o determinante para tomar la decisión. El análisis lógico que adopta una persona de este tipo, le permite ver de manera más objetiva una situación y así alcanzar con facilidad a la justicia. La persona de este tipo

prefiere mantener relaciones impersonales y objetivas, evitando la intimidad y cercanía (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.4.2. Sentimiento (F).

Para Jung la función del sentir es “un proceso que se verifica entre el yo y un contenido dado, proceso que se otorga al contenido un valor determinado en el sentido de agrado o desagrado” (Jung C. , 1972, p. 632). Este tipo de personas llegan a una conclusión contrastando su realidad subjetiva con los sentimientos de los demás, porque los toma como propios. Para no confundir con los afectos, una clara explicación sobre su diferencia. Si la intensidad del sentir aumenta, se lo conoce como afecto, que viene a ser un estado sentimental con inervaciones físicas observables. En el sentimiento puede distinguirse una apercepción sentimental activa y una apercepción sentimental pasiva. El acto pasivo del sentir se caracteriza por ser influenciado el sentimiento por un estímulo, y que obliga al sujeto a participar sentimentalmente. Mientras que el acto activo del sentir, parte de que el sujeto otorga valores según la intención sentimental. De tal manera, que se puede decir que el sentir activo es una acción o una función dirigida o con voluntad, por ejemplo el amar; mientras que el sentir pasivo no dirigido es un estado, por ejemplo el estar enamorado (Jung, 1972).

El sentimiento es representado por la letra (F), la inicial de la palabra “Feeling”. La persona de tipo sentimiento, decide en función de sus valores personales y subjetivos. Sus actos y decisiones van enfocados en diferenciar el bien y el mal. Las personas de este tipo se dejan influenciar por los sentimientos de los otros, y los viven como si fueran propios. Para estas personas fácilmente se presenta la empatía, es decir ocupar el lugar del otro para intentar percibir como la otra persona. Para las personas de este tipo buscan mantener relaciones personales, donde haya intimidad y emoción, y donde debe primar la necesidad de armonía (Cauvin & Cailloux, 2001). Para entender las diferencias entre pensamiento y sentimiento, se presenta la Tabla 7:

Tabla 7

Cuadro diferencial entre pensamiento y sentimiento

Pensamiento	Sentimiento
Objetivo	Subjetivo
Justicia	Armonía
Frío	Cálido

Impersonal	Personal
Crítica	Cumplido
Análisis	Empatía
Principios	Valores
Convicción	Persuasión
Firmeza	Intimidad

Fuente: Cauvin & Cailloux, 2001.

1.4.3. Sensación (S).

Jung en su libro Tipos Psicológicos, para referirse a la sensación utiliza el término de percepción. El percibir es apreciar tanto estímulos físicos externos como internos a través de los cinco órganos de los sentidos. Jung distingue percepción sensible o concreta de la percepción abstracta. La primera es la que percibe a través de los órganos de los sentidos, y la segunda es una percepción sustraída, es decir aislada de otros elementos. La percepción concreta nunca se presenta pura, sino en combinación con representaciones, pensamientos y sentimientos, mientras que la percepción abstracta obedece a su propio principio así que se aísla, e inmediatamente distingue un elemento o atributo más sobresaliente (Jung, 1972).

La sensación es representada por la letra (S) por la inicial de la palabra “Sensation”, se caracteriza por captar los datos o la información a través de los cinco sentidos. El proceso es analítico y discursivo. A las personas con este tipo se los conoce como factuales, sensoriales o discursivas. Para el sensorial el proceso de aprendizaje es secuencial, con etapas conocidas y repetidas. Entre los rasgos característicos de este tipo están que prefieren los hechos concretos y verificables, donde todos los detalles son importantes. El tipo sensación vive del presente, así que su lema sería “aquí y ahora”. En cuanto al lenguaje, el sensorial entiendo literal lo que se le dice, pues toma la palabra en el sentido exacto y preciso. El sensorial constata y analiza lo real, y generalmente está del lado de la tradición. (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.4.4. Intuición (N).

La intuición es representada con la letra (N) porque la (I) está representando la introversión. Jung definió a la intuición como “la función psicológica transmisora de percepciones por la vía inconsciente” (Jung, 1972, p. 618). Este tipo se caracteriza por tener

una visión global, conseguida por un presentimiento o sospecha. El intuitivo prefiere lo que todavía no existe. Vive proyectado en el futuro. Los rasgos característicos de la persona con este tipo es que en su lenguaje son simbólicos. Al escuchar un discurso, las palabras las relacionan con el contexto y diferentes posibilidades. Al intuitivo que vive de las posibilidades, está en el mundo de los cambios, de manera que disfruta de la experimentación y el descubrimiento. El intuitivo es imaginativo y abierto a las negociaciones (Cauvin & Cailloux, 2001).

La intuición se puede presentar en forma subjetiva o en forma objetiva. La primera es una percepción de elementos psíquicos e inconscientes de origen esencialmente subjetivo, y la segunda una percepción de estados de cosas basados en la percepción subliminales de los objetos, así como los pensamientos y sentimientos subliminales que evocan del objeto. También propuso otro tipo de clasificación que tiene que ver con la intensidad de la percepción que participe. La forma concreta de intuición y la forma abstracta de intuición. La intuición concreta transmite percepciones que hacen referencia a los efectos que producen las cosas, mientras que la intuición abstracta transmite la percepción de conexiones ideales (Jung, 1972). A continuación la Tabla 8 ilustrará las diferencias entre sensación e intuición:

Tabla 8

Cuadro diferencial entre sensación e intuición

Sensación	Intuición
Detalles	Generalidad
Presente	Futuro
Secuencial	Aleatorio
Metódico	Espontáneo
Tradicción	Cambios
Concreto	Simbólico
Repetición	Novedad

Fuente: Cauvin & Cailloux, 2001.

1.5. Función Primaria

Como se explicó anteriormente, se sabe que una de esas cuatro funciones va a estar indudablemente más desarrollada que las otras. Justamente a esto se lo conoce como función primaria o superior, que es la que hace actuar de forma natural y se presenta de forma automática. A saber, es imposible que en un individuo se desarrollen las cuatro funciones psíquicas de forma simultánea, sino que más bien, el sujeto va a actuar en función a la que más le favorezca, y esa será la más desarrollada, puesto que será la que se utilice con más frecuencia. De esta manera, las otras funciones se van a presentar de manera menos desarrolladas con rasgos infantiles y arcaicos (Sharp, 2002).

1.6. Función Auxiliar

En la práctica, la función auxiliar es siempre aquella cuya naturaleza, racional o irracional, es diferente a la función primaria. La función auxiliar le sirve de asistente o apoyo y la equilibra a la función superior. Cualquiera de las funciones racionales o de juicio (sentimiento o pensamiento) puede ser auxiliar a una de las funciones irracionales o de percepción (sensación o intuición) y viceversa. Por ejemplo, el pensamiento, puede ser ayudado por la función auxiliar sensación o intuición. El sentimiento, reforzado por la función auxiliar intuición o sensación. La sensación, por la función auxiliar pensamiento o sentimiento. Y por último, la intuición por el sentimiento o el pensamiento. Pero la función auxiliar también puede equilibrar en términos de extroversión e introversión. La función primaria y función auxiliar son complementarias y necesarias para un funcionamiento psíquico equilibrado (Sharp, 2002).

1.7. Función Inferior

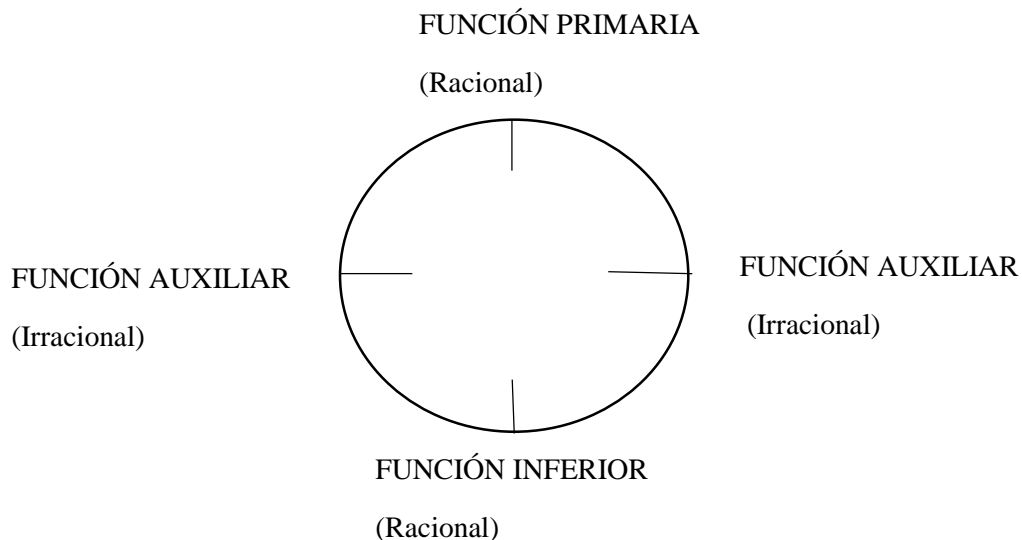
Las funciones que están menos desarrolladas son las funciones relativamente inferiores. En todos los casos existe una función que resiste en forma especial la integración dentro de la conciencia, esta viene a ser la función inferior o llamada también cuarta función. Para explicar lo que es la función inferior, Sharp destaca una frase de Jung, que señala lo siguiente “es la autonomía: es independiente, ataca, fascina y nos enreda del tal modo que dejamos de ser dueños de nosotros mismos y ya no podemos distinguir claramente entre nosotros y los demás” (Sharp, 2002, p. 12). Marie-Louise von Franz, colega y colaboradora

de Jung, menciona que uno de los problemas de la función inferior es que generalmente es lenta y confusa, con relación a la función primaria, por eso es que a las personas les cuesta en terapia empezar a trabajarla. Porque por ejemplo, a una persona de tipo pensamiento le resulta difícil darse cuenta si tiene sentimientos con respecto a algo y qué tipo de sentimiento es, y esto va a depender en gran medida a la capacidad de introspección que tenga cada individuo (Sharp, 2002).

Por otro lado, en la medida en que una persona se comporta de manera demasiado unilateral, es decir la función primaria va a demandar extremada energía psíquica de la función inferior, la cual se presentará de forma primitiva y problemática, tanto para uno mismo como para los demás. En cuanto a la terapia y la función inferior, el proceso de asimilación de la función inferior será elevarle a la consciencia y hacer una disminución de energía de la función superior o primaria, así las personas lograrán redescubrir un nuevo potencial de vida. Naturalmente, haciendo un trabajo de forma gradual y elaborando también en relación a las funciones auxiliares (Sharp, 2002). A continuación, se presenta la Figura 1 para representar la dinámica de las funciones psíquicas:

Figura 1

Dinámica de las funciones psíquicas



Fuente: Sharp, 2002.

1.8. El Rol del Inconsciente

El punto anteriormente explicado sobre función inferior se señaló la importancia e influencia que tiene el inconsciente sobre las funciones. Es necesario abordar de forma más profunda el rol que juega el inconsciente en la tipología jungiana. La dificultad que hay en diferenciar una tipología de la otra es porque la actitud consciente dominante va a estar compensada inconscientemente por su opuesto. La manera habitual de reaccionar no sólo determina el estilo de conducta, sino también la calidad de experiencia subjetiva. Dado que las actitudes y funciones son de por sí unilaterales, el inconsciente debe encargarse de producir un efecto de compensación para un equilibrio psíquico. Por ejemplo, si una persona actúa de manera introvertida consciente, una actitud extravertida inconsciente compensará automáticamente la unilateralidad de la consciencia. Actitudes que permitan dar cuenta de un sufrimiento, malestar o desagrado podrían expresar contenidos del inconsciente y estar hablando de la función inferior, para posteriormente traerlo a un cierto nivel de consciencia, para que la persona llegue a un autoconocimiento y permita trabajar en un equilibrio de energías (Sharp, 2002).

1.9. Orientaciones desde el MBTI

1.9.1. Juicio (J).

En el libro Tipos Psicológicos, Jung diferenció la función de percepción (S/N) y la función de juicio (T/F), pero no distinguió a la percepción y juicio como dos categorías específicas del aparato psíquico. Es Isabel Myers quien enfatiza a estas actitudes como formas de situarse en el mundo exterior y organizar el estilo de vida. El juicio es representado por la letra (J), y se caracteriza por presentar una actitud proactiva y decidida, es decir ejercer control y dominio sobre su modo de vida. Entre los principales rasgos característicos de juicio están: ser organizado, planificar actividades, prepararse para situaciones posteriores, le gusta ser ordenado y metódico. El pensamiento de J es ordenado, coherente y frecuentemente previsible. Le gusta tomar decisiones y dejar las situaciones en el campo de lo seguro y definitivo. Le gusta trabajar con plazos y horarios, y generalmente siempre es puntual (Cauvin & Cailloux, 2001).

La exageración de esta actitud puede traerle problemas en la vida cotidiana. Las personas de este tipo pueden ser muy rígidas, tensas, exigentes y maniacas. Su sentido de

organización extremo puede llevar a una obsesión, imposibilitando a la persona a adaptarse a nuevas circunstancias. También suele caer en la toma de decisiones rápidas, sin tomar en cuenta información necesaria previa (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.9.2. Percepción (P).

La percepción es representada por la letra (P), se caracteriza por tener una actitud reactiva, es decir prefiere estar disponible a todas las posibles circunstancias de la vida. Entre los principales rasgos característicos del tipo P, es que le gusta probar un abanico de posibilidades y mantener abiertas esas opciones. Le gusta ser flexible y adaptarse a las circunstancias. Le gusta la variedad, la fecundidad y el conflicto de ideas. El tipo P prefiere un mundo donde pueda explorar, buscar, conocer. En cuanto al tiempo, suele ser impuntual porque piensa que siempre tiene tiempo suficiente, y deja las tareas y actividades para última hora, y sólo se ve obligado a hacer cuando se siente presionado por el tiempo y la autoridad (Cauvin & Cailloux, 2001).

En la exageración de este tipo, pueden presentarse problemas en la vida cotidiana, al igual que puede llegar a tener el extremo del tipo juicio, como se lo señaló anteriormente. La persona de este tipo puede ser irresponsable, desordenado y desorganizado. Puesto que suele ser muy flexible, puede llevarle a no concluir las tareas, actividades o proyectos planteados. Así mismo por su impuntualidad, puede ser una persona que no respete horarios, y perder oportunidades por falta de organización (Cauvin & Cailloux, 2001). Existen claras diferencias entre juicio y percepción, como se describe a continuación en la Tabla 9:

Tabla 9

Cuadro diferencial entre juicio y percepción

Juicio (J)	Percepción (P)
Rigidez	Flexibilidad
Planificación	Espontaneidad
Decidido	Abierto
Establecido	Innovación
Controlar y manejar la vida	Deja que la vida ocurra
Decisión	Posibilidades

Fuente: Cauvin & Cailloux, 2001.

1.10. Clasificación de los Tipos Psicológicos

Luego de abordar la teoría Jungiana en función de los tipos psicológicos, en el presente punto se procederá a describir los 16 tipos psicológicos propuestos en el MBTI. Para representar a los 16 tipos psicológicos se utilizan las primeras letras ya sea de la actitud, función psíquica u orientación, donde cada uno tendrá su valor propio. Los 16 tipos psicológicos son valiosos y también necesarios. Cada uno de los tipos trae consigo puntos fuertes y también sus dificultades. A continuación se presentará una breve descripción de los 16 tipos psicológicos (Briggs-Myers, 1991).

1.10.1. Extraversión, sensación, pensamiento, percepción: ESTP.

El tipo ESTP es una persona realista que aprecia detalladamente el entorno puesto que se basa en hechos reales percibidos por los cinco órganos de los sentidos. En cuanto a las decisiones, se apoya más de un análisis de sus pensamientos que de sus sentimientos. Los ESTP son sociables, puesto que están percibiendo las expresiones de quienes le rodean. Al ser una persona que se apoya de lo percibido por los sentidos, vive del presente y busca soluciones satisfactorias para la armonía del grupo social. La función inferior es la intuición introvertida de manera que a este tipo se le dificulta aportar con ideas innovadoras o nuevas posibilidades o hacer prevalecer sus ideas ante la de los demás (Briggs-Myers, 1991).

1.10.2. Extraversión, sensación, sentimiento, percepción: ESFP.

Este tipo, es una persona apegada a la realidad y le resulta fácil adaptarse al medio, puesto que percibe los detalles del entorno y también las necesidades de quienes le rodean. Al ser una persona extrovertida prefiere disfrutar de la compañía de los demás que estar solo. En cuanto a sus decisiones, prevalece el sentimiento a la razón. Les agrada las actividades de contacto humano, por eso su vida profesional está enfocada en trabajos relacionales y viven al máximo tiempo presente. Por esta razón, una de las hipótesis planteadas en la presente investigación es que los psicólogos terapeutas que se inclinan por el enfoque teórico humanista podrían presentar este tipo psicológico. En cuanto a lo social, son de las personas que les gusta un ambiente cómodo y agradable. Su manera de demostrar su afectividad es por medio de presentes concretos como regalos o gestos (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.3. Extraversión, intuición, sentimiento, percepción: ENFP.

Los ENFP son innovadores y entusiastas, buscan siempre nuevas posibilidades y nuevas maneras de hacer las cosas o resolver conflictos, puesto que la intuición es su función más desarrollada. Así mismo tienen mucha imaginación e iniciativa para plantear proyectos. Estas personas ante una dificultad social pueden ser muy bueno para proponer soluciones nuevas para mantener la armonía del grupo. Al estar más desarrollada la percepción que el juicio, le huyen a la rutina y a actividades que sean monótonas y demasiado estructuradas, por esa razón les resulta muy difícil engancharse a tareas repetitivas y sistemáticas (Briggs-Myers, 1991).

1.10.4. Extraversión, intuición, pensamiento, percepción: ENTP.

Este tipo psicológico al estar más desarrollado la intuición se caracteriza por ser creativo y original en sus ideas. Permanentemente están interrogándose a sí mismos y con los demás, y también planteando nuevas propuestas. Al rato de decidir, son analíticos y críticos. Fácilmente pueden improvisar y ser espontáneos en sus aportes. Su preferencia de aprendizaje es sobre todo en el mundo de explorar nuevas posibilidades y experimentar algo nuevo, antes que estar en actividades rutinarias, esto debido a la percepción. Les gusta trabajar con personas originales y creativas como ellos. Las profesiones que más se ajustan a este tipo son: investigadores, inventores y periodismo (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.5. Extraversión, sensación, pensamiento, juicio: ESTJ.

Al tipo ESTJ le gusta planificar con anticipación sus actividades y tareas, y que se desarrollen de manera sistemática, de esa manera funciona mejor en procedimientos rutinarios, ya que el juicio es la capacidad que está más desarrollada. Apoyado del pensamiento, suele desarrollar una capacidad analítica y lógica. Le gusta estar en una posición directiva y de organización, para decidir y dar órdenes. Puesto que el sentimiento es la función menos desarrollada, cuando lo descuidan, pueden aparecer de forma muy arcaica o primitiva. Puesto que capta el mundo con los cinco sentidos, es una persona práctica, concreta, realista y que se basa en los hechos del aquí y del ahora. De acuerdo a lo descrito en

este párrafo, podría ser que los psicólogos que se dedican a la psicoterapia con línea teórica cognitivo-conductual presenten este tipo psicológico (Briggs-Myers, 1991).

1.10.6. Extraversión, sensación, sentimiento, juicio: ESFJ.

Este tipo se caracteriza por ser amable y amistoso en sus relaciones sociales, por eso le gusta que el ambiente donde se encuentre sea armonioso. Le gusta hacer sentir cómodos a los demás, diciéndoles sus mejores cualidades y expresando los sentimientos. Las personas de este tipo son perseverantes, ordenadas, y prefieren desarrollar actividades rutinarias. Se lanza a proyectos que tengan ideas concretas, viables y que arrojen resultados inmediatos, puesto que la sensación es la función más desarrollada. Al ser muy cordial y caluroso, presenta una atención delicada con el otro, por esa razón le va bien en profesiones médicas y en áreas de servicio. Apoyado de esta descripción, este tipo psicológico podría estar más de acorde con los psicólogos dedicados a la psicoterapia con una corriente psicológica sistémica (Briggs-Myers, 1991).

1.10.7. Extraversión, intuición, sentimiento, juicio: ENFJ.

Los ENFJ se caracterizan por ser empáticos y carismáticos con las personas. Son sociables, por eso prefieren estar en grupo que solos, en un ambiente que sea de armonía y alegría. Les gusta tener el protagonismo en una reunión, por su capacidad de espontaneidad les gusta ser quien anime al resto. Las profesiones que más se apegan a este tipo psicológico porque les gusta prestar servicio de ayuda a los demás y estar en contacto con personas, son: religión, psicología, educación. De esta manera, una de las hipótesis que se plantea dentro de esta investigación es que los psicólogos terapeutas con preferencia a la psicología analítica podrían presentar este tipo psicológico. Si la sensación no está lo suficientemente desarrollada, puede correr el riesgo de no tomar en cuenta la realidad y vivir de idealismos (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.8. Extraversión, intuición, pensamiento, juicio: ENTJ.

Este tipo psicológico se caracteriza por encontrar fácilmente soluciones nuevas y espontáneas, por eso puede ocupar cargos de autoridad y responsabilidad porque tiende a

tomar el liderazgo. Les gusta experimentar situaciones complejas y difíciles porque les permite utilizar todas sus capacidades de innovación y originalidad, pero también lo hace de manera lógica y crítica. Prefieren actividades estructuradas porque pueden desarrollarse con eficacia. Si el sentimiento no se encuentra muy desarrollado, en ocasiones, puede herir susceptibilidades o incluso a ridiculizar los sentimientos de los demás (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.9. Introversión, sensación, pensamiento, juicio: ISTJ.

Este tipo se caracteriza por ser reflexivo, analítico, decidido y concreto, esto debido a las funciones de la sensación y pensamiento. El ISTJ percibe la realidad con los cinco sentidos y al momento de decidir hace una revisión profunda de la información, con argumentos concretos y realistas. Otras de las características de este tipo es que son minuciosos, cuidadosos, metódicos, pendientes de los detalles y disfrutan de actividades rutinarias. En el caso de asumir un cargo de mando lo hará de forma ordenada y razonable, y de la misma manera se manejará para resolver dificultades (Briggs-Myers, 1991).

1.10.10. Introversión, sensación, sentimiento, juicio: ISFJ.

Los ISFJ son muy observadores y atentos de lo que puede suceder alrededor de su entorno, en cuanto a cosas, acontecimientos o personas porque lo están percibiendo con los sentidos. Están pendientes de los detalles, sin necesariamente tener que reaccionar o no lo manifiestan de manera espontánea. Suelen ser amables y simpáticos, pero no expresan sus afectos o ideas con facilidad. Les gusta que la enseñanza sea de manera ordenada y precisa. En cuanto al ámbito laboral, prefieren de un trabajo que sea minucioso, metódico y organizado, y de un ambiente tranquilo e íntimo (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.11. Introversión, intuición, sentimiento, juicio: INFJ.

INFJ son innovadores en el campo de las ideas, siempre están descubriendo nuevas posibilidades. Confían en sus intuiciones y por esta razón pueden dar importancia a las situaciones y relaciones humanas. Puesto que la sensación es la función menos desarrollada, puede pasar por alto hechos concretos de la realidad. El campo de la investigación le

permitirá probar sus ideas y lo hará de manera ordenada y sistemática. Tienen capacidad empática, de manera que pueden percibir los sentimientos de los otros, incluso antes de que éstos sean conscientes de lo que sienten. El número de amistades es limitado, pero serán relaciones sólidas y duraderas (Briggs-Myers, 1991).

1.10.12. Introversión, intuición, pensamiento, juicio: INTJ.

Este tipo se caracteriza por dejarse llevar por sus convicciones personales, así que son muy seguros, independientes y confiados de sí mismos. Son innovadores, no se dejan impresionar por las ideas tradicionales. Mientras más compleja se presenta una situación, más agradable para ellos porque pueden elaborar teorías o modelos nuevos que puedan resolver dicha circunstancia. Les gusta mucho desarrollar su propia idea de los problemas, y aportar con nuevas posibles soluciones, y para esto utilizan recursos como: bibliotecas, conferencias, cursos y discusiones. Si la función de sentimiento no está muy desarrollada pueden llegar a ser personas frías y distantes, también excesivamente críticos (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.13. Introversión, sensación, pensamiento, percepción: ISTP.

Los ISTP por la función de pensamiento, tiende a ser lógico, impersonal, crítico e imparcial, por esta razón es capaz de dejarse influenciar únicamente con argumentos racionales. Se adapta al medio con facilidad porque puede percibir por medio de los órganos de los sentidos, detalles de los que sucede a su alrededor. El problema de este tipo es que quiere transmitir un hecho de manera exacta y lo hace de forma muy complicada. Puesto que el sentimiento es la función menos desarrollada, no puede darse cuenta lo que le afecta emocionalmente a alguien hasta que se lo dicen. En el ámbito laboral podría ser bueno para análisis de mercado, en ventas o bienes inmobiliarios (Briggs-Myers, 1991).

1.10.14. Introversión, sensación, sentimiento, percepción: ISFP.

Este tipo se caracteriza por estar pendiente de los detalles y de lo que sucede alrededor de su entorno, ya que todo lo perciben con los sentidos. Las personas ISFP tienden a expresarse relativamente poco, por eso en ocasiones pueden pasar como inadvertidos y a la vez resultan ser muy difíciles de conocerlos. Prefieren expresarse por medio de la música, la

pintura, el arte, actividades manuales y artesanales. Socialmente, son amables, cordiales y buscan la armonía dentro del grupo de personas que se encuentran. En la vida profesional, prefieren actividades que no sean rutinarias ni sigan una estructura y que el ambiente sea agradable (Cauvin & Cailloux, 2001).

1.10.15. Introversión, intuición, sentimiento, percepción: INFP.

El tipo INFP puesto que la introversión está más desarrollada que la extroversión, se pueden dar a conocer muy poco, suelen ser tranquilos y poco expresivos hasta que no se les conoce bien. Como el sentimiento es la principal función juzga todo según sus valores personales, sin importarle lo que piensen los demás. Prefiere hacer amigos de personas que comprenden sus valores y principios personales. Al combinarse la introversión con la intuición, puede ser idealista, y evalúa los resultados más por su criterio que por hechos reales. Es flexible, espontáneos, abierto a nuevas posibilidades y enfoques. Si hay un tema que le entusiasme puede ser ingenioso y persuasivo (Briggs-Myers, 1991).

1.10.16. Introversión, intuición, pensamiento, percepción: INTP.

En los INTP va a predominar el mundo de la reflexión y análisis profundo de sus ideas, debido a la prevalencia de su mundo interior de ideas y pensamientos. Suelen ser muy críticos consigo mismos y con los demás. Les gusta mucho imaginar posibilidades y crear nuevos planes. Los INTP quieren dominar la situación desde el plano intelectual y convencer de sus ideas. En cuanto a lo social y laboral, prefieren trabajar solos o con personas tan independientes como ellos; no les gustan los encuentros de grupo y si lo hace, sus conversaciones serán desde el campo del análisis lógico y la reflexión profunda. De acorde a lo manifestado en este párrafo, la hipótesis que se plantea en cuanto a los psicólogos dedicados a la psicoterapia de corte psicoanalítico es que podrían presentar este tipo psicológico. (Cauvin & Cailloux, 2001).

CAPÍTULO II

PRINCIPALES APROXIMACIONES TEÓRICAS PARA LA PSICOTERAPIA

2.1. Psicología Analítica

2.1.1. Historia.

Antes de abordar sobre la teoría Junguiana y su aplicación dentro de la psicoterapia, es necesario conocer sus orígenes. Los inicios de Carl Gustav Jung sobre el estudio de la mente fueron antes de graduarse de la universidad como psiquiatra, realizando su tesis acerca de la “Psicología y patología de los llamados fenómenos ocultos” publicado en 1899. En esta investigación se analizó a una polémica joven, y se vio que más allá de una alteración mental y una posesión espiritual interferían elementos inconscientes percibidos en la vida cotidiana desde la interacción con los demás. Esta experiencia fue una de las razones por la que le llevó a Jung a plantearse sobre el inconsciente colectivo (Huerta, 2012).

En 1907, conoció a Sigmund Freud, quien en ese momento fue su ejemplo a seguir, a pesar de que en la comunidad científica Freud era ignorado y criticado por sus ideas. Muy pronto Jung se ganó la admiración por Freud, a quien consideró uno de sus discípulos predilectos. Para 1910, Jung fue nombrado presidente de la Asociación Psicoanalítica Internacional. En este mismo año, Jung se introduce en la mitología, ciencia que será de gran aporte para su teoría. No pasó mucho tiempo después de que Jung se distanciara de Freud, porque consideraba que la mente humana era mucho más compleja de lo que planteaba Freud. Siendo así que la relación entre Jung y Freud duró desde 1907 hasta 1913 (Huerta, 2012).

Una de las principales razones de la separación teórica entre Jung y Freud fue por el concepto de libido. En 1912, Jung publicó “Transformaciones y símbolos de la libido”, obra que confirmó la separación con el psicoanálisis. Para Freud, la libido era esencialmente una pulsión sexual, mientras que para Jung la libido era energía psíquica, y lo sexual era un componente más de la libido. Para el mismo año, otro de los conceptos que serán motivo de separación es la idea del inconsciente colectivo, explicado como el componente más profundo de la psique y lo que compartimos con toda la especie humana manifestado a través de los arquetipos de manera simbólica (Huerta, 2012).

En años posteriores a su ruptura con el psicoanálisis, Jung elaboró su propia teoría y es en 1913 oficialmente cuando denomina a su cuerpo teórico y clínico Psicología Analítica, Psicología de los Complejos o Psicología Profunda, que parte de algunos conceptos del Psicoanálisis para realizar una ampliación del mismo (Huerta, 2012).

2.1.2. Características en la Psicoterapia.

Dentro de la psicología pueden existir variedad de enfoques y distintas técnicas para trabajar con la mente del ser humano. En este punto se abordará los métodos establecidos por Jung para conocer la complejidad de la mente humana dentro de la psicoterapia. Jung al referirse al objetivo principal de la psicoterapia menciona “no es transportar al enfermo a un imposible estado de felicidad, sino ayudarlo a adquirir firmeza y paciencia filosófica frente al sufrimiento” (Hall & Nordby, 1973, p. 144). Para lograr este y otros objetivos de la psicoterapia Junguiana incluye el trabajo a través de la palabra, pero también técnicas que permitan manifestar contenidos del mundo interno, por medio de sueños, fantasías, entre otros recursos de uso terapéutico.

Desde la teoría Junguiana, se propone cuatro fases por las que el paciente debe atravesar dentro del proceso analítico: confesión, elucidación, educación y transformación. La primera etapa se trata de que el paciente haga conciencia de lo que le causa sufrimiento y culpa, en este momento es importante la aceptación de la sombra, que es el lado oscuro de la personalidad; la segunda fase, se da interpretación al material antes reprimido por medio de las diversas técnicas; en la etapa de educación consiste en un tipo de entrenamiento para que el paciente continúe su trabajo de manera independiente y hacer uso de sus recursos para la adaptación social, y por último, la transformación o proceso de individuación, en el cual el paciente dirige integrar todos los aspectos de la personalidad (Alonso, 2004).

2.1.2.1. *Transferencia y Contratransferencia.*

Jung en el texto “La Psicología de la Transferencia”, al referirse sobre los fenómenos inconscientes dice que estos aparecen siempre proyectados sobre personas y situaciones exteriores. Muchas de estas proyecciones se incorporan en su totalidad al individuo debido a sus relaciones subjetivas, pero otras no se integran y se transfieren al analista que lleva el proceso terapéutico. Al hablar de contratransferencia se refiere a las proyecciones del analista

sobre el paciente. La relación analista-paciente dice Jung mantienen “una relación fundada en un estado inconsciente común” (Jung, 1993, p. 38) que será la base de la transferencia y contratransferencia, pero en ambos casos deben trabajarse para hacer conscientes dichas proyecciones (Jung, 1993).

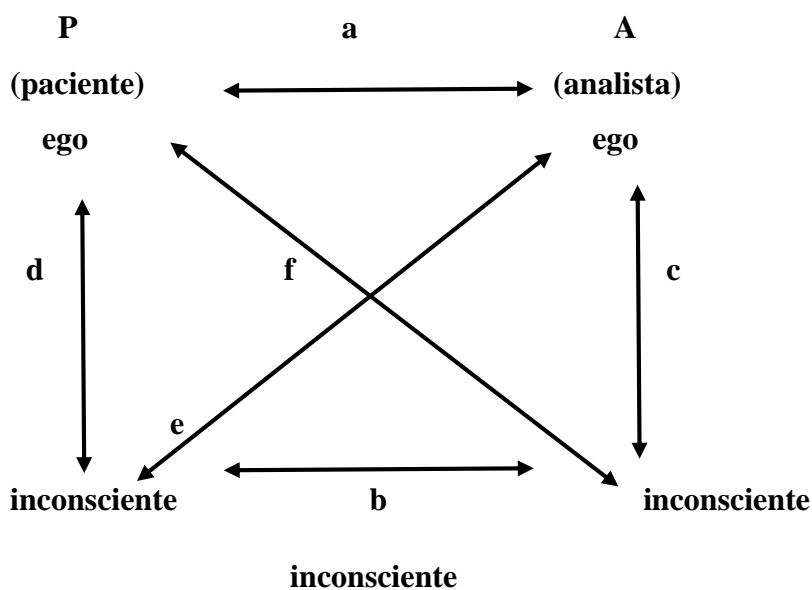
Para Jung, al ser la transferencia una proyección, que se presenta de manera natural y relativa, puede en ciertas situaciones manifestarse como aporte para la evolución curativa y en otros casos, como un obstáculo o resistencia. Tanto la transferencia como la contratransferencia pueden ser negativas presentadas como malestar, odio o rechazo o por el contrario positivas como sentimientos de afecto y admiración (Almazán, 2007).

En la transferencia y contratransferencia, el inconsciente tanto del analista como del paciente proyecta pensamientos y sentimientos del uno hacia el otro, que provienen de complejos afectivos como estratos del inconsciente personal pero también de los arquetipos del inconsciente colectivo (Almazán, 2007).

Para explicar la transferencia y contratransferencia desde el modelo Junguiano, se presenta a continuación la Figura 2 que se da en una relación terapéutica, para explicar la dinámica a nivel consciente e inconsciente en la relación analista y paciente, y su funcionamiento dentro de la misma psique (Jacoby, 2005).

Figura 2

Cuatrernio Psíquico



Fuente: Jacoby, 2005.

Por medio de este esquema se explica que la relación analista-paciente dentro del proceso psicoterapéutico se presenta en 4 niveles: primero, a nivel consciente entre analista y paciente (a); segundo, una conexión a nivel inconsciente entre ambos (b); tercero, dentro de la misma psique hay una interacción entre consciente e inconsciente (c) y por último, una conexión entre el inconsciente de un involucrado con el consciente del otro o viceversa (e, f) (Jacoby, 2005).

2.1.2.2. Análisis de Sueños.

Los sueños son vías del inconsciente y se presentan tal y como son, es decir sin censura alguna, sin pretender disfrazar ni distorsionar, pero hay la dificultad de entenderlos tanto para el soñador como para el analista, porque su lenguaje de expresión es de manera simbólica. Los sueños además son manifestaciones del inconsciente que permitirán comprender los complejos que presenta el psiquismo del paciente. Jung sobre el sueño dice:

Es un trozo de actividad psíquica involuntaria, que tiene precisamente tanta conciencia como para poder ser reproducido en el estado de vigilia. Entre los fenómenos psíquicos, el sueño es el que representa quizá las cosas más “irracionales”...Por lo general, el sueño es un curioso y extraño producto que se caracteriza por sus muchas “malas cualidades” como falta de lógica, dudosa moral, formas antiestéticas y evidentes contrasentidos o absurdos (Jung, 1977, p. 182).

Para la interpretación de los sueños hay dos perspectivas. La primera, partiendo del enfoque causalista/reductivo que permitirá abordar las causas y el por qué del sueño, pero también el enfoque finalista/amplificadorio que busca explicar para qué ocurre el sueño. Desde este último punto de vista, la posible explicación de los sueños es que hay un intento de la psique por solucionar un conflicto, para integrar los contenidos psíquicos. A la vez también esta perspectiva, toma en cuenta al principio de compensación de la psique, es decir se analiza al sueño como una vía alterna a lo que conscientemente está viviendo en ese momento el paciente con el propósito de autorregulación de la psique (Alonso, 2004).

Otra manera de acercarse a los sueños es interpretando el símbolo de manera subjetiva u objetiva. Partiendo desde la interpretación subjetiva, el sueño es un teatro y el soñador viene a ser el escenario, el autor, el productor, el público, es decir todos los elementos descritos en el sueño son representaciones simbólicas de rasgos de la personalidad del

paciente. Y a nivel objetivo, las imágenes del sueño se relacionan con personas y situaciones del mundo externo (Sharp, 1994).

2.1.2.3. Imaginación Activa.

La imaginación activa es uno de los métodos del tratamiento analítico que consiste en dialogar de forma creativa con el contenido del inconsciente personal y colectivo estando despierto. Para eso el paciente debe tomar como punto de partida una imagen, escena de un sueño o cualquier idea que se pueda utilizar como tema de libre actividad del inconsciente, y se lo manifieste por medio del arte como la pintura, danza, música, escultura, dibujo, o cualquier otro que escogiera el paciente. Luego de la representación de las imágenes o fantasías es necesario llevarlas a un trabajo de evaluación e interpretación ayudados por el insight, con la finalidad de integrarlo a la conciencia (Alonso, 2004).

2.1.2.4. Individuación.

Dentro del tratamiento analítico se considera que la última de las fases por la que tiene que atravesar el paciente o como la meta de todo proceso de desarrollo psicológico, es la individuación. Jung en el texto “La Psicología de la Transferencia” explica el concepto de individuación como un proceso dirigido no por el yo consciente sino por el inconsciente, y se manifiesta como un movimiento de energía dirigido hacia la totalidad, integridad y diferenciación psicológica del individuo, en otras palabras dice Jung “es el proceso de la constitución y particularización de la esencia individual, y de la conversión en el sí mismo” (Jung, 1993, p. 18). Este proceso en el cual se busca el desarrollo y la integración de todos los aspectos de la personalidad que dependerá de la relación entre el ego y los componentes del inconsciente, tiene dos aspectos principales: primero que es un proceso interno y subjetivo de integración y segundo que es un proceso indispensable para las relaciones objetivas (Sharp, 1994).

2.1.3. Teoría de la Personalidad

Jung en 1921 publica el texto “Tipos Psicológicos” para intentar explicar cuan diferentes son las personas. Su modelo de tipología es un sistema de actitudes y patrones de conductas, que nace después de la revisión histórica de algunas explicaciones a las diferencias individuales. Para Jung la personalidad es una estructura compleja y su modelo

tiene una explicación desde el movimiento de la energía psíquica. Por cuestiones teóricas, desde Jung se hablará de tipos psicológicos y no de personalidad. De la misma manera, vale indicar que la descripción será breve y de manera general, puesto que el primer capítulo fue dedicado a abordar dicha temática de modo más detallado (Sharp, 1994).

El modelo de tipología describe ocho categorías: dos actitudes (extroversión e introversión) y cuatro funciones (pensamiento, sentimiento, sensación e intuición). Estas cuatro funciones psíquicas pueden combinarse y actuar ya sea con la extroversión o introversión. Al hablar de tipologías no quiere decir que existe un tipo puro sino que se habla de la preferencia de una u otra actitud o patrón (Sharp, 1994).

2.2. Psicoanálisis

2.2.1. Historia

Otra de las aproximaciones teóricas para la psicoterapia que se trabajará en la presente investigación es el Psicoanálisis. Pero antes de conocer la práctica analítica es importante partir del origen e historia.

El psicoanálisis es el cuerpo teórico que se construye desde los aportes de Sigmund Freud (1856-1939). En 1882, Freud trabajó en el Hospital General de Viena prestando servicio psiquiátrico y al siguiente año se especializó en neurología. En 1886, tiene inicio a su práctica médica y en años posteriores al uso de métodos catárticos e hipnóticos. La primera vez que se utiliza el término psicoanálisis fue en 1896, cuando hubo la conexión con el método de la asociación libre. En ese mismo año hasta 1898 Freud sigue su propio análisis tomando a Fliess como su analista. En 1908 se cambia el nombre de Sociedad Psicológica de los Miércoles a Sociedad Psicoanalítica de Viena. En 1910 se creó la Fundación de la Asociación Psicoanalítica Internacional liderada por Jung. Para 1926 se creó la Fundación de la Sociedad Psicoanalítica de París y del Instituto Francés del Psicoanálisis (Fages, 1979).

Freud, a partir de sus propios sueños, de los relatos de sus pacientes en su consultorio privado y de los síntomas, reveló un método empírico para llegar a estos contenidos que estaban presentes tanto en sujetos enfermos como sanos, el inconsciente. El contenido del inconsciente, separado de la consciencia, como consecuencia de la represión. La represión como mecanismo del inconsciente para olvidar lo triste, vergonzoso o doloroso. Los

contenidos reprimidos depositados en el inconsciente podían volverse consciente nuevamente bajo la hipnosis, método utilizado por ese entonces para suprimir síntomas que se presentaban en cuadros histéricos (González, 2013). La histeria comprendida como una reacción neurótica en el cual los conflictos psíquicos son convertidos en manifestaciones físicas.

Pero también estos contenidos olvidados o reprimidos iban acompañados de una carga emocional que quedaban como recuerdos traumáticos que el sujeto no puede liberarlos. Por eso se desarrolló el método catártico, utilizado por Freud y Breuer en los años 1880 y 1895. El concepto de resistencia fue el centro de interés de Freud, a partir del cual explicó la psicopatología y funcionamiento del aparato psíquico. Para 1914, en contribución a la historia del movimiento psicoanalítico, la teoría de la represión es clave para explicar la estructura psíquica (González, 2013). Freud es considerado “el padre del Psicoanálisis” quien en primera instancia utiliza la técnica hipnótica para aliviar la sintomatología de la histeria, y que en el camino descubre el método terapéutico conocido como psicoanálisis. En la cura de la histeria, utiliza este instrumento que luego también servirá para tratar sujetos con paranoia, neurosis obsesiva y fobias (De la Torre, 2008).

El aparato psíquico fue explicado según los diferentes lugares en donde se ubican los fenómenos (tópica), según los conflictos entre instancias (dinámica) y según la energía (económica). Luego, se habló de dos tópicas freudianas: la primera, diferencia entre consciente, preconsciente e inconsciente; y la segunda, la diferencia entre el Ello, el Yo y el Superyó. En 1905, expone la primera hipótesis sobre la pulsión: pulsiones sexuales y pulsiones de autoconservación. Hasta aquí un breve resumen de la creación del Psicoanálisis, del descubrimiento del inconsciente y de las obras teóricas que aportó Freud como pilares fundamentales para desarrollo del cuerpo teórico. Freud fue el pionero o “padre del Psicoanálisis” no visto como quien lo creó sino como un resumen creativo de los elementos presentes en esa época, sin embargo varios de sus continuadores también han aportado para el enriquecimiento de la teoría psicoanalítica, permitiendo que el psicoanálisis esté vigente hasta nuestros días (González, 2013).

Algunos de los autores representativos del Psicoanálisis que contribuyeron al desarrollo teórico o propuestas en la aplicación de la práctica son: Anna Freud (los mecanismos de defensa), Melanie Klein (la fantasía inconsciente), Karen Horney (culturalismo y ansiedad interpersonal), Heinz Hartmann (psicología del Yo), Donald Winnicott (holding y objeto transicional), Wilhelm Reich (psicoanálisis del carácter), Jacques

Lacan (el sujeto y el Otro), Erik H Erikson (epigénesis), Heinz Kohut (psicoanálisis del Self), Otto Kernberg (psicoanálisis expresivo) (González, 2013).

2.2.2. Características en la Psicoterapia

El Psicoanálisis al igual que otras aproximaciones teóricas ha ido evolucionando desde su origen hasta la actualidad, de igual manera que las técnicas empleadas. Freud en un primer momento menciona que una vez que se entienda y se practique la técnica psicoanalítica es mucho más fácil de lo que la descripción teórica parece. Pero en 1910, Freud cambia de opinión radicalmente, dice que la práctica del psicoanálisis es muy difícil y que debe haber un movimiento organizado para irse formando en la técnica psicoanalítica. Desde el punto de vista técnico es un proceso terapéutico estructurado, que tanto el analista como el analizante deben involucrarse y respetar las reglas establecidas de trabajo (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.1. Síntoma.

Freud para explicar qué es un síntoma expone los casos clínicos sobre la neurosis obsesiva, donde la enfermedad renuncia casi por completo a manifestarse en el cuerpo y crea todos sus síntomas en el ámbito del alma. Los síntomas son expresiones y manifestaciones de un conflicto psíquico que se libera en cada sujeto y se debe enlazar con la historia personal. En la manifestación del síntoma, se debe descubrir aquella situación del pasado en la que las acciones estaban justificadas para explicar e interpretar su aparición (Freud, 1992).

Para 1926, Freud al referirse en “Inhibición, síntoma y angustia”, dice que el síntoma es una solución de compromiso entre los deseos inconscientes y la prohibición de la consciencia. Es decir satisface las pulsiones del Ello y las exigencias morales del Superyó, por eso el síntoma es mucho más que solamente un sufrimiento. “El Psicoanálisis, al permitir la expresión verbal del conflicto, propicia la cura del síntoma” (González, 2013, pág. 8).

Los analistas durante el proceso de análisis deben atenerse a las siguientes reglas:

2.2.2.2. Regla Fundamental (o básica).

Los sujetos deben expresar todos los sentimientos y pensamientos que le vengan a la cabeza sin ninguna selección o censura (Feixas & Miró, 1993). Freud en 1923 en sus

artículos “Psicoanálisis” y “Teoría de la libido” indicó que la regla fundamental es indispensable para realizar el trabajo psicoanalítico. Luego de algunos años volvió a enfatizar que es necesario respetar la regla fundamental para llegar a la asociación libre, como único medio de hacer aparecer las resistencias, siendo un material que se toma en cuenta para interpretar (Roudinesco & Plon, 2008).

2.2.2.3. Regla de Abstinencia.

El analista no debe responder ni satisfacer a las demandas o deseos que el analizante intenta imponerle. La frustración provocada por la abstinencia del analista, favorecerá la transferencia. El analista debe evitar tener influencia personal sobre el paciente. El analista debe ser quien reciba las proyecciones del paciente, pero no quien manifieste sus propias proyecciones ni conflictos (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.4. Regla de la Atención Flotante (u homogénea).

Es un estado donde el analista toma la posición de captar todo el material inconsciente del paciente. El analista debe atender e interpretar a todos los elementos que trae el paciente de modo homogéneo, sin excluir cierta información. De igual manera, debe tener una actitud receptiva ante el material del analizante, esto incluye una actitud empática (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.5. Regla de Neutralidad.

Es una de las actitudes que debe adoptar el analista durante el tratamiento psicoanalítico. El analista debe ser neutral con respecto a lo que manifieste el paciente ya sean creencias de tipo religioso, político, moral o social, y abstenerse de cualquier valoración o prejuicios. La posición neutra que adopta el analista evita el apego a algunas de las instancias psíquicas (Ello, Yo, Superyó), o a las necesidades del Self. Esta técnica en conjunto con la regla de atención flotante y la regla de abstinencia tienen como finalidad posibilitar la asociación libre (González, 2013).

Feixas y Miró clasifican a los recursos técnicos en:

Para la producción de material:

2.2.2.6. Asociación Libre.

Es una técnica definida por Freud para que el analizante produzca material. Consiste en que el analizante puede decir todo lo que se le ocurra como ideas, imágenes, sentimientos, pensamientos, o recuerdos sin importar un orden o coherencia. El objetivo de esta técnica es facilitar la manifestación de contenidos inconscientes y las resistencias. El paciente podrá relacionar estos elementos libremente y comunicar sueños, fantasías, deseos, así como también sucesos de su vida cotidiana que revelarán muchas verdades, oculta hasta ese entonces. Previo al uso de esta técnica es importante que se haya establecido un rapport que permita que el analizante pueda expresarse libremente (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.7. Transferencia.

Si la necesidad de amor de una persona no está satisfecha de manera adecuada las representaciones de expectativa libidinosa estarán dirigidas hacia nuevas personas que van apareciendo en el camino, aquí se encontrarán participando de tal acomodamiento las dos porciones de la libido, la susceptible de conciencia y la inconsciente. Por ende, es del todo normal, que esta parte libidinal que está parcialmente insatisfecho se vuelva hacia el psicólogo en la psicoterapia. Asimismo, en terapia, la transferencia aparece en un primer momento como el arma más poderosa de la resistencia. Es necesario diferenciar una transferencia positiva de una negativa, la transferencia de sentimientos tiernos de la de sentimientos hostiles. Y la positiva, a su vez se descompone la de sentimientos amistosos, tiernos (conciencia) y la de sus persecuciones en lo inconsciente (Freud, 1986).

Es decir, la transferencia es un término con el que cuenta el psicoanálisis, donde el sujeto transfiere inconscientemente y de manera automática sus antiguos sentimientos, afectos, expectativas o deseos infantiles ya sea que hayan sido reprimidos o han estado parcialmente insatisfecho. Y esta es la herramienta fundamental con el que se cuenta en la terapia analista (Freud, 1986). “El tratamiento no crea la transferencia sino que la descubre” (Etchegoyen, 2009, p.124). En otras palabras la transferencia no es un efecto o consecuencia del análisis sino que es un método que permite descubrir y analizar la transferencia.

Para el análisis del material:

2.2.2.8. Confrontación.

El analista utiliza esta técnica para mostrar al analizante dos elementos opuestos, con la finalidad de ponerlo en un dilema, para que pueda evaluar ciertos aspectos que se le pasaban por alto (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.9. Aclaración.

Consiste en la reformulación de una situación que el analizante haya narrado en el proceso terapéutico, para que el paciente lo vea desde un punto de vista distinto. Es importante esta técnica, porque a pesar de que el conocimiento de la situación existe, hay algo que no le deja percibir claramente lo sucedido (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.10. Interpretación.

Técnica utilizada por Freud en la “Interpretación de los sueños” para explicar que el psicoanálisis puede dar significación al contenido latente del sueño con la finalidad de sacar elementos inconscientes del sujeto. Luego fue utilizada de manera más amplia con otros contenidos del inconsciente, y consiste en hacer consciente un fenómeno inconsciente o vivencias reprimidas del paciente, que implica conocer el significado, origen, historia o causa inconsciente de un suceso psíquico determinado. Al interpretar el analista debe ir más allá de los hechos observables, es necesario que tome en cuenta las reacciones del analizante ante ciertos señalamientos, para saber si fue o no una interpretación acertada (Feixas & Miró, 1993). La interpretación no es una técnica que funciona por sí sola sino más bien es un proceso que requiere de varias intervenciones. Se podría considerar que la interpretación es una hipótesis científica que se le hace al paciente sobre su situación psíquica (González, 2013).

2.2.2.11. Señalamiento u Observación.

Como su nombre lo indica, es señalar o indicar al analizante una reacción o palabras que hayan sido expresadas sin voluntad. Se le puede decir frases como “me pude dar cuenta que...”, “note que...”, de manera que proporcionará más información que sea importante para el análisis (Feixas & Miró, 1993).

2.2.2.12. Escucha Atenta.

Es un instrumento técnico indispensable en todo el proceso terapéutico. Forma parte de la atención flotante, y obviamente es diferente a la escucha de un médico, familiar o amigo. No cumple con la intención de diagnóstico, sino que es una posición del analista sobre todo neutra y atenta ante las expresiones del analizante, y servirá como herramienta para la interpretación. La escucha atenta no es únicamente a las palabras sino también al silencio y expresiones corporales (González, 2013).

2.2.3. Teoría de la Personalidad

Freud en su publicación “Neurosis y psicosis” en 1923, realiza nuevas hipótesis sobre las diferencias entre la neurosis y psicosis. Algo similar sucedió en escritos posteriores en su publicación “La pérdida de la realidad en la neurosis y psicosis” en 1924. Estos textos servirán como referencia para explicar las distintas estructuras clínicas o estructuras de personalidad. Freud menciona en estas publicaciones la diferencia genética entre la neurosis y psicosis y tomando en cuenta los vasallajes del yo y su relación con el mundo exterior y el ello, y dice “la neurosis es el resultado de un conflicto entre el yo y su ello, en tanto que la psicosis es el desenlace análogo de una similar perturbación en los vínculos entre el yo y el mundo exterior” (Freud, 2008, p. 155).

Freud al referirse al ello, dice que es la instancia psíquica más antigua y la más difícil del acceder del aparato psíquico por su propiedad de ser inconsciente. El ello es una expresión psíquica de las pulsiones más primitivas, y que sus contenidos inconscientes son de diversos orígenes. Por una parte, de trata de tendencias hereditarias (innatas y somáticas), lo que lleva a Freud a hablar de un “ello hereditario”; y por otra parte, de adquisiciones como resultado de la represión. Esta instancia psíquica opera de acuerdo con el principio de placer. El superyó es otra de las instancias psíquicas cuya función es la de juzgar al yo. “El superyó, que inhibe nuestros actos o que produce el remordimiento, es la instancia judicial de nuestro psiquismo. Por lo tanto, está en el centro de la cuestión moral” (Chemama & Vandermersch, 2010, p. 654). El superyó puede hacer experimentar el arrepentimiento de actos y así generar sentimiento de culpa. El yo es la instancia psíquica que engloba lo consciente, lo preconscious pero también una parte de manifestaciones inconscientes. El yo trata de hacer cumplir los deseos del ello de acuerdo con el mundo exterior, y también conciliarse con las

exigencias del superyó. El yo es un intermediario entre las fuerzas del ello, superyó y mundo externo. El yo trata de manejar la relación entre el principio de placer y el principio de realidad (Chemama & Vandermersch, 2010).

Una vez conocido sobre que son cada una de las instancias psíquicas, lo que ocurre en la neurosis es que hay una pulsión en el ello, y el yo se va a defender de aquello mediante el mecanismo de la represión, dando como resultado el cuadro de la neurosis. Cuando el yo comienza con la represión es porque hay una obediencia a lo dictado por el superyó que a la vez tiene su origen en el mundo exterior. Así, el yo entra en conflicto con el ello por querer obedecer al superyó y al mundo exterior. En otras palabras, la persona con cuadro clínico neurótico evade la realidad, por medio de la represión, y sustituye esa realidad por medio de la elaboración de fantasías, que son nuevas formaciones del deseo (Freud, 2008).

Por otro lado, el mecanismo de la psicosis es la perturbación de la relación entre el yo y el mundo exterior. Lo que sucede es que para el sujeto, el mundo exterior no es percibido de ningún modo, entonces el yo va a crear un nuevo mundo exterior e interior. Este nuevo mundo se caracteriza por estructurarse complaciendo los deseos del ello, ya que si hubo una ruptura entre el yo y el mundo exterior fue por una frustración insoportable para el yo. Las formas delirantes en la psicosis es una manera de compensar la pérdida de realidad donde originariamente se produjo una ruptura entre el yo y el mundo exterior (Freud, 2008).

La etiología tanto en la neurosis como en la psicosis es la frustración insoportable para el yo o por la incapacidad de adaptarse a la realidad. Esta frustración es siempre producida desde el mundo externo, y quedar internamente en la instancia del superyó. Para considerar una estructura clínica patógena dependerá de lo que haga el yo con esa frustración, si permanece obediente ante las demandas del mundo exterior y frenar al ello; o si complacerá a las demandas del ello y un alejamiento con la realidad (Freud, 2008). Un ejemplo para diferenciar ambas situaciones psíquicas es que una persona con estructura psíquica neurótica va a reprimir sentimientos de amor por alguien y lo manifestará por medio de otros síntomas; mientras que el sujeto con estructura psíquica psicótica va a crearse un mundo donde pueda amar a la persona que él desee, pero que en el mundo real no exista. Dice Freud “en la neurosis se evita, al modo de una huida, un fragmento de la realidad, mientras que en la psicosis se lo reconstruye” (Freud, 2010, p. 195).

La perversión fue abordada por médicos psiquiatras como patologías o enfermedades de carácter degenerativo. La perversión también es explicada desde lo social y político.

Desde el psicoanálisis, Freud en su texto “Tres ensayos sobre teoría sexual” habla sobre las aberraciones sexuales, e introduce al sadismo y masoquismo como las principales manifestaciones de la perversión. Freud dice que la perversión son manifestaciones que no sólo se presenta en personas “enfermas” sino que también pueden presentarse estos actos en personas “normales”. La perversión es una estructura clínica constituida por el hecho de que se presenta en pares contradictorios (activo- pasivo, femenino-masculino) este hecho se presenta siempre conjuntamente en la misma persona. Una persona que le produce placer generar dolor a otro en una relación sexual, también será quien a la vez le produzca esa misma satisfacción el dolor que le puede ser ocasionado a él mismo. Lo que explica Freud es que una de las formas de la perversión, la activa o pasiva, puede estar más desarrollada en ese individuo y eso va a constituir su carácter dominante en la relación sexual. En la perversión, los instintos sexuales deben luchar contra poderes psíquicos, que se oponen en calidad de resistencias. Estos poderes participan para mantener el instinto dentro de los límites, y si esto no es posible el instinto sexual alcanza su máxima fuerza expresándola como actos perversos. Freud señala que en el análisis de la perversión es una manifestación de naturaleza compuesta. Es decir, no es únicamente por el instinto sexual sino por otros varios factores, entonces se habla de fusiones psíquicas que desviaron la conducta normal (Freud, 1905).

En conclusión, la psicosis y la neurosis son generadas de los conflictos del yo con las diversas instancias. Pero estas descripciones se muestran cuando el yo enferma y como resultado de aquello, el sujeto presenta una estructura de personalidad patógena. Sin embargo, desde el psicoanálisis se habla de rasgos de estructuras clínicas, sin necesariamente hablar de una personalidad patológica. Puede haber una persona “normal” que presente rasgos perversos.

2.3. Enfoque Sistémico

2.3.1. Historia

Los orígenes de la terapia sistémica familiar han partido por los trabajos de psiquiatras americanos y europeos, con formación psicoanalítica. No cabe duda que la aparición y desarrollo de la terapia sistémica tuvo una enorme influencia en esa época. De forma simultánea existían otros modelos que explicaban el comportamiento humano. Por un lado,

los modelos reduccionistas que parten de una explicación de elementos intrapsíquicos, y por otro lado, los modelos psicosociales que también toman en cuenta al contexto (Ortiz, 2016).

El modelo sistémico apareció en los años cincuenta al mismo tiempo que la terapia familiar, con su cuerpo teórico sólido para abarcar la complejidad de los fenómenos interrelacionales. Este modelo nació simultáneamente con la terapia familiar. Su modelo de trabajo no es el individuo como en los paradigmas tradicionales, sino en la familia. Esta nueva perspectiva requiere de un nuevo marco conceptual. Siendo así que su cuerpo teórico está conformado por teorías no tradicionales como la física clásica, la teoría general de los sistemas (Bertalanffy), la teoría de la información (Shannon), de la lingüística (Korzybski) y la teoría de la complejidad (Feixas & Viaplana, 2009).

Los practicantes del psicoanálisis pero con un corte no ortodoxo, fueron quienes plantearon la evolución desde lo intrapsíquico a lo sistémico o relacional. Adler aunque a su enfoque lo llamó “Psicología individual” dio importancia a las relaciones sociales como parte del desarrollo de una persona. Su conocida teoría acerca de “sentimiento de inferioridad” tiene su explicación en relación a factores familiares, la posición que ocupa una persona en el orden de los hermanos, es un factor de gran importancia. También habló sobre la ganancia secundaria de una enfermedad, como factor influyente dentro de un sistema. Pero otros autores como Erich Fromm, Karen Horney, Harry Stack Sullivan también aportaron con elementos que consoliden el modelo sistémico. Estos autores dieron mucha más importancia al contexto cultural y la relación interpersonal que al psicoanálisis clásico (Feixas & Viaplana, 2009).

Para entender los inicios del modelo sistémico es necesario conocer el contexto social, cultural e histórico de esa época. Tras la Segunda Guerra Mundial, aumentaron los casos de patologías psicológicas (duelos, depresiones, estrés postraumático, crisis psicóticas). Los tratamientos farmacológicos no se habían desarrollado aún, el modelo conductual existía en los laboratorios de las facultades de psicología, la intervención desde el psicoanálisis no traía resultados inmediatos. Por esta razón, el gobierno norteamericano estaba dispuesto a invertir lo que sea necesario para programas de salud mental e intervención en estas patologías. Por esta gran demanda social que había, surgieron nuevos enfoques de psicoterapia. Es así como después de la década de los cincuenta, surgieron nuevos modelos de intervención psicológica como: la humanista, el cognitivo y por supuesto el sistémico (Feixas & Viaplana, 2009).

Al igual que otros enfoques que fueron creciendo, vieron la necesidad de crear un grupo conformado por investigadores interesados en ese marco teórico psicológico al que pertenecen. De esa manera, el “Equipo de Palo Alto” es el grupo encargado de la aplicación de los conceptos sistémicos para adoptar el modelo sistémico a la terapia familiar (Feixas & Viaplana, 2009).

El modelo sistémico se diferencia de los otros modelos de intervención psicológica (psicoanálisis, humanista, cognitivo-conductual, etc) porque su enfoque de trabajo es el análisis no del individuo sino de la interacción de su sistema. Es decir, su marco conceptual apunta a la intervención en el sistema familiar como un todo, un organismo estructurado e interdependiente. El individuo es visto como un componente dentro de este sistema que va a cumplir con funciones y posiciones en relación a los otros individuos (Feixas & Viaplana, 2009).

En los últimos años, el modelo sistémico familiar ha ido tomando dominio dentro de la psicoterapia pero también ha ganado popularidad en el campo de la asistencia y bienestar social, en las organizaciones y grupos sociales, la salud y problemas escolares (Feixas & Viaplana, 2009).

2.3.2. Características en la Psicoterapia

El psicólogo terapeuta debe saber que la familia es un sistema que tiene una historia, desarrollo y su propia organización. Al ser una unidad funcional, tienen sus propias reglas, roles y funciones que adopta una dinámica familiar única y propia. El trabajo del terapeuta sistémico no va enfocado en la comprensión intrapsíquica de la persona, sino en un abordaje como sistema relacional, es decir, la interacción de cada uno de los miembros, quienes van a influir de manera natural al sistema. Por eso es necesario que el terapeuta conozca el tipo de sistema, de estructura, en general de su dinámica familiar, para de acuerdo a esa información el adecuado uso de técnicas. Para este abordaje, existen varias técnicas o recursos terapéuticos que permiten intervenir en el trabajo sistémico-familiar (Ortiz, 2015).

2.3.2.1. *El rastreo.*

Consiste en la recolección de información estructural e interrelacional, para comprender las pautas y reglas establecidas en la familia, su estructura (alianzas, coaliciones,

jerarquías, roles, etc). Esta información, el terapeuta la adquiere de los relatos de cada miembro para explorar las situaciones, y será importante ver quién y cómo lo cuenta, y así conocer su dinámica familiar (Feixas & Viaplana, 2009).

2.3.2.2. Escultura familiar.

Consiste en la creación de cada uno de los miembros de la familia en una “fotografía viviente” con el objetivo de describir la estructura relacional de la familia. Es una herramienta muy valiosa dentro de la psicoterapia familiar, sobre todo desde la perspectiva trans-generacional porque evidencia la historia familiar y la repetición de ciertos patrones entre generaciones (Ortiz, 2015).

2.3.2.3. Preguntas circulares.

Las preguntas circulares es una de las herramientas más utilizadas dentro de la terapia sistémica familiar. Esta técnica tiene como objetivo explorar las interrelaciones entre los miembros de la familia. Consiste en que uno de los miembros describa la relación que existe entre otros dos o más miembros del sistema. De esta manera, las reacciones de los otros miembros dan información muy válida para que puedan tener otra perspectiva de fenómenos que ocurren dentro del sistema familiar y que esa información circule entre los miembros. El término circular hace referencia a que se habla de una red compleja donde se expone y explora gran cantidad de información de estructura y dinámica, y no en una línea causa-efecto. Esta técnica se utiliza a lo largo de la intervención, por lo que no es necesario preparar de antemano nada ni materiales (Feixas & Viaplana, 2009).

2.3.2.4. Varita mágica.

Este recurso terapéutico es bueno utilizar cuando las familias que acuden llevan niños pequeños. El terapeuta se dirige al niño/a y le entrega una varita “mágica” para que pueda pedir tres deseos con respecto a algo que quiera que se cambie en su familia. Es una técnica que sirve para que los niños puedan sentirse parte del proceso terapéutico, puesto que se les da un tiempo y espacio para que puedan expresar lo que están viviendo (Ortiz, 2008).

2.3.2.5. Prescripción de tareas.

Es una técnica que viene desde el modelo estructural de Salvador Minuchin. Se manda a que uno, dos o varios miembros de la familia realicen “tareas” en casa durante el tiempo de

intervalo de una sesión a otra. Esta instrucción generalmente se la da al final de cada sesión, y en el siguiente encuentro compartirán la experiencia que tuvieron haciendo dicha actividad. Estas actividades o tareas generalmente son en conjunto, para fomentar el sentido de unidad y pertenencia de los miembros de la familia. La prescripción de las tareas dependerá de la creatividad del terapeuta, y sobre todo de los temas que se han tratado en el proceso terapéutico de esa dinámica familiar (Ortiz, 2008).

2.3.3. Teoría de la Personalidad

Desde este enfoque no hay una teoría que explique la personalidad. Sin embargo, la personalidad es un factor a considerarse dentro del proceso terapéutico puesto que influye en la dinámica familiar. Desde la perspectiva sistémica, la personalidad va a depender de la interrelación y comunicación que tiene cada miembro dentro del sistema. En otras palabras, como lo plantea el modelo sistémico, el hombre es un ser que vive de relaciones humanas, por ende esto forma y desarrolla la personalidad de cada uno. La familia, en particular los padres, cumple un importante papel para el desarrollo de la personalidad y también para la inserción social de la persona. De esta manera, la estructura y dinámica familiar serán los factores influyentes y determinantes para la formación de la personalidad. Considerando que la interacción y características del sistema se modifican, de la misma manera la personalidad será dinámica (UNAM, 2012).

2.4. Enfoque Humanista

2.4.1. Historia

Para abordar el enfoque humanista, es necesario introducir un breve antecedente histórico del origen del enfoque humanista. El movimiento humanista surgió no como una nueva teoría o modelo psicoterapéutico alternativo sino como un movimiento social interdisciplinario aunque con predominancia psicológica, puesto que el movimiento humanista estuvo conformado por psicólogos, psiquiatras, por profesionales de ayuda al otro como pedagogos, educadores, trabajadores sociales, pero también por filósofos, antropólogos y maestros espirituales. Eran personas interesadas no solamente en la salud mental sino en humanizar la vida individual y social (Rosal & Bayón, 2013).

Su origen fue desde el funcionalismo de James y Dewey con su visión del ser humano activo, con voluntad propia y social; y al conductismo intencional de McDougall. De la misma manera, el movimiento humanista tuvo influencias del psicoanálisis que llegó de Norteamérica de los neopsicoanalistas Karen Horney y Erich Fromm. Sin embargo, el antecedente más importante fue el de la Escuela Gestáltica, principalmente a través de Kurt Goldstein, con la teoría de ver al ser humano como una totalidad y el concepto de la autorrealización, vista como la fuerza impulsiva de poner al organismo en acción, y luego con los aportes de Fritz Perls. De estas influencias, la psicología humanista, ve al ser humano como un ser que tiene un potencial humano que debe ser realizado o expresado. Por ende, la visión de los humanistas es que “el hombre es naturalmente bueno y saludable: sólo necesita las condiciones amnióticas para su crecimiento” (Feixas & Miró, 1993, p. 142).

En la década de los treinta, las obras de Gordon Allport y Henry Murray con su concepción de las necesidades humanas fueron aportes importantes para el movimiento humanista. En la década de los cuarenta aparecen las aportaciones terapéuticas de Rogers, con su teoría centrada en el cliente, que consiste en entregar la confianza al cliente para que pueda desarrollar su propio camino; y las primeras formulaciones de Maslow sobre la motivación. Pero es en la década de los cincuenta cuando estos aportes comienzan a tomar fuerza. Rogers con su publicación, “Psicoterapia centrada en el cliente (1951)”, y Maslow con “Motivación y Personalidad (1954)”. Dos hechos fueron trascendentales para la psicología humanista en 1961, la constitución de la American Association of Humanistic Psychology (AAHP) y la publicación del Journal of Humanistic Psychology. Es para los años sesenta, que el movimiento humanista comenzó a abrirse camino y a crecer de forma notable a causa del inconformismo de la psicología académica y el psicoanálisis. En estas décadas Perls se vinculó al movimiento humanista, aportando con sus ideas de la Gestalt, con la noción de la totalidad y la dinámica figura/fondo. A los inicios de los setenta, el movimiento humanista fue expandiéndose a nivel internacional por Europa, India, Japón, e Israel, con la conformación de diversas asociaciones (Feixas & Miró, 1993).

Los conceptos básicos del movimiento humanista trabajado desde la AAHP son:

- *Autonomía e interdependencia social.* Capacidad de una persona para tomar decisiones y aceptar responsabilidades, de esa manera pueda dirigir el desarrollo propio y compromiso social.

- *Autorrealización.* Fuerza innata del organismo que impulsa hacia el crecimiento y la diferenciación. La autorrealización dependerá de cómo haya sido satisfechas o insatisfechas las necesidades básicas del organismo.
- *Búsqueda de sentido.* Al hombre no sólo le mueve motivaciones materiales sino principios y valores como la justicia, la libertad, la dignidad, y la idea de trascender.
- *Concepto global del ser humano.* El ser humano es un ser integral, un conjunto de sentimientos, pensamientos que forman un sistema orgánico (Feixas & Miró, 1993).

2.4.2. Características en la Psicoterapia

La descripción que se va a realizar a continuación es del modelo humanístico-existencial. Se les conoce así al área de influencia norteamericana de los enfoques de tradición fenomenológico-existencial europea, como al fenómeno americano de la psicología humanista. Se trata de un conjunto de enfoques terapéuticos de evolución diferenciada, aunque paralela, con sus respectivas particularidades en cada enfoque (Feixas & Miró, 1993). El movimiento de la Psicología Humanista ha proporcionado la multiplicación de procedimientos y recursos terapéuticos tanto en el ámbito grupal como individual. Cada modelo de la Psicología Humanista desarrolla sus propios recursos técnicos terapéuticos. A continuación se describirán los recursos técnicos más usados en la Psicología Humanista.

2.4.2.1. El uso del espacio y los elementos materiales.

La práctica de este modelo terapéutico individual o grupal es frecuente que se desarrolle en un espacio con pocos objetos decorativos con la finalidad de no distorsionar la atención del cliente. Normalmente se utilizan objetos materiales como almohadas que sirven como elementos auxiliares simbólicos. Depende del modelo terapéutico que adopte el terapeuta para hacer uso de los objetos. Por ejemplo, la bioenergética acostumbra a utilizar colchón y mantas; para el psicodrama, sillas y máscaras; y para el arte-terapia música (Feixas & Miró, 1993).

2.4.2.2. El uso del tiempo: centrado en el aquí y ahora.

Uno de los ejes centrales de trabajo terapéutico de los modelos humanísticos-existenciales es facilitar la toma de conciencia de lo que pasa y siente aquí y ahora, es decir en el presente. De los medios más utilizados es el aporte de la psicoterapia de la Gestalt, para enfocar la atención en el aquí y ahora, se debe comunicar en tiempo presente, haciendo las siguientes preguntas: ¿De qué tiene conciencia en este momento? ¿Qué está pasando ahora? ¿Qué está sintiendo en este instante? Otra técnica es a través del juego decir frases que incluya la palabra “ahora”, reemplazar el “¿por qué?” por el “¿cómo?”. También, se puede pedir a la persona que “permanezca en la emoción en que se encuentra” mientras que el terapeuta observa las expresiones y gestos corporales. La bioenergética utiliza la técnica de *grounding* o asentamiento, que consiste en la atención y la percepción de conexión de las sensaciones corporales y la conciencia (Feixas & Miró, 1993).

2.4.2.3. Utilización de la fantasía.

El empleo de esta técnica cumple con el objetivo de revelar material emotivo no consciente, por medio de la proyección en forma de metáforas y símbolos, para que luego la persona se pueda reapropiar como suyo por medio de la identificación con cada uno de los elementos. Se puede utilizar esta técnica de diferentes formas, según el modelo: fantasías actuadas en psicodrama, contacto con el pequeño profesor en el análisis transaccional. La manifestación de las fantasías es entrar en un mundo desconocido, que se da el desplazamiento de emociones e imágenes simbólicas que por la racionalización o culpabilidad, el material no ha podido ser expresado. El trabajo con las fantasías permite desarrollar aspectos negados de la personalidad (Feixas & Miró, 1993).

2.4.2.4. Utilización de la experiencia del encuentro interpersonal.

El encuentro con el terapeuta es también un recurso al servicio de la psicoterapia porque es una vía de autorrealización y de superación de conflictos, dado que en la Psicología Humanista, el terapeuta no esconde su humanidad. Tanto en la terapia grupal como individual el terapeuta se encargará de propiciar un ambiente agradable de trabajo. El primer camino es, su propia actitud y el encuadre de la terapia mediante reglas como: el respeto a la confidencialidad, consignas de lenguaje, etc. El segundo camino, mediante juegos y ejercicios para fomentar las relaciones interpersonales, en casos de terapias grupales. Así

mismo la realización de jugos no verbales que permitan la expresión emocional de los participantes (Rosal & Bayón, 2013).

2.4.2.5. El trabajo corporal.

Uno de los recursos más utilizados en las psicoterapias humanistas es el uso y trabajo del cuerpo no sólo como intermediario o colaborador en la sesión terapéutica sino como elemento directo de la terapia. La modalidad de Biosíntesis dice que el lenguaje verbal es sólo el veinte por ciento de la comunicación total, por eso la importancia del trabajo con el cuerpo. Los ejercicios más utilizados son los siguientes:

- *Ejercicios de respiración.* Permite la relajación muscular y el aumento de contacto con uno mismo y con los que nos rodean.
- *El arco bioenergético.* Facilita el desbloqueo de las tensiones musculares en las distintas partes del cuerpo.
- *Los ejercicios de grito.* Al ser una vía catártica da la facilidad de expresión de emociones que hayan sido bloqueadas por la persona, la relajación muscular y al mismo tiempo la toma de conciencia de las propias emociones.
- *Ejercicios de contacto.* Un estrechón de manos o un abrazo pueden ser de útil importancia para beneficio psicológico a nivel personal o de conflictos relacionales. Puesto que en las psicoterapias humanistas dan la importancia al trabajo corporal y al contacto físico positivo, entre el terapeuta y el cliente, o con los participantes del grupo no queda excluido el contacto físico, que puede ser incluso fundamental para llevar a cabo la sesión terapéutica.

Al igual que las prácticas orientales, “sólo darán resultados si se convierten en una disciplina, no si se ejecutan mecánica o compulsivamente, sino, con una sensación de placer y de intencionalidad profunda” (Rosal & Bayón, 2013, p. 219).

2.4.2.6. El uso de la regresión.

A pesar de que el objetivo del movimiento humanista se basa en la toma de conciencia del presente, no es contradictorio decir que uno de las herramientas con las que los humanistas trabajan es la regresión. Ésta puede ser utilizada como un medio de acceder a una parte que está en el presente como efecto de experiencias antiguas, pero que están en relación directa con la realidad del aquí y ahora. Hay diferentes modalidades de ejercer esta técnica. A

través de trabajos corporales, por medio de las fantasías, o hacer revivir al cliente una experiencia traumática antigua para lograr atar esa experiencia al aquí y ahora, para darle una perspectiva diferente para que pueda ser integrada con facilidad al presente (Rosal & Bayón, 2013).

2.4.3. Teoría de la Personalidad

Para la Psicología Humanista, la personalidad es vista desde una concepción holística al decir que la personalidad de un individuo es “como un sistema o conjunto organizado de forma peculiar en cada sujeto, un sistema configurado y un proceso de desarrollo” (Rosal & Bayón, 2013, p. 26). La personalidad es vista como un todo que proviene de las tendencias únicas del individuo, tanto innatas como aprendidas, y que éstas se van desarrollando en dirección positiva apuntando a la meta de la autorrealización. La lucha por alcanzar la autorrealización en cada persona hace que las conductas se vayan modificando y enriqueciendo al Yo, y a la vez desarrollando la capacidad de toma de conciencia. La autorrealización es el proceso de crecimiento personal para lograr el desarrollo de las propias capacidades y talentos (Gerrig & Zimbardo, 2005).

La personalidad vista como un sistema que está formado por subsistema, con esta concepción el terapeuta debe pretender por diferentes vías producir cambios en la organización de este sistema que es la personalidad para trabajar los bloqueos o distorsiones emocionales. De la misma manera, siguiendo con el enfoque humanista, a ver en todo sujeto humano a la personalidad como algo singular e irreplicable, por esta razón la Psicología Humanista no tiene un sistema de clasificación de la personalidad (Rosal & Bayón, 2013).

Para el modelo humanista, en la sesión terapéutica es fundamental el uso de técnicas que favorezcan el desarrollo de una personalidad creadora. Para la Psicología Humanista, la actitud creadora más que unos rasgos característicos de la personalidad es una vivencia profunda e intensa de encuentro con uno mismo y con los otros. Otro punto importante a considerarse es que las personas forman imágenes de sí mismos o “autoconceptos” término utilizado por Rogers, esto va en función de lo que la persona quiere alcanzar a cumplir y al mismo tiempo llegar a satisfacer esas imágenes que tiene de sí mismo (Rosal & Bayón, 2013).

Desde el modelo humanista Fromm, psicólogo social con una posición muy humanista, define la personalidad como “el conjunto de cualidades psíquicas heredadas y adquiridas que son características de un individuo y que lo hacen único” (Feist, Feist, & Roberts, 2014, p. 128). Para Fromm, la personalidad es descrita desde la orientación de carácter, es decir, la forma relativamente invariable de impulsos no instintivos para relacionarse con los otros humanos y el mundo natural. Según esta descripción, las personas se relacionan con el mundo de las personas y las cosas de dos modos: de manera improductiva o productiva.

2.4.3.1. Orientaciones improductivas.

Este término es utilizado para referirse a que las estrategias no ayudan a la persona a acercarse a la meta de autorrealización ni a la libertad positiva. Con esto no quiere decir que son totalmente negativas, porque la personalidad es siempre la combinación de varias orientaciones, pero que una predomina más que otra (Feist, Feist, & Roberts, 2014).

- *Orientación receptiva.* Las personas de carácter receptivo se caracterizan por pensar y sentir que la fuente de todo lo positivo se encuentra en el mundo exterior, y que el modo de relacionarse con el mundo es por medio de la recepción de cosas como amor, conocimientos y objetos materiales, por esta razón están más interesados en recibir que en dar (Feist, Feist, & Roberts, 2014).
- *Orientación explotadora.* De la misma manera que las personas de orientación receptiva, los caracteres explotadores piensan que todo lo bueno está fuera de sí mismos. La diferencia con los receptivos es que los explotadores tienen una actitud agresiva al querer obtener algo, en las relaciones sociales utilizan la fuerza o la astucia para conseguir parejas, ideas o propiedades (Feist, Feist, & Roberts, 2014).
- *Orientación acaparadora.* En contraste con los dos anteriores, las personas de este tipo buscan conservar lo que tienen. No desean deshacerse de nada sino guardarse todo para sí mismo. Prefieren conservar dinero, sentimientos, pensamientos para sí mismos. Tienden a vivir del pasado y a rechazar lo nuevo. Se caracterizan también por ser ordenados y tacaños (Feist, Feist, & Roberts, 2014).
- *Orientación comercial.* Considerando el mundo actual, que todo gira en las actividades económicas comerciales, los caracteres comerciales se consideran a sí mismos mercancía, y su valor personal depende de su valor de cambio. Se

caracterizan por verse como personas muy cotizadas, competentes y vendibles. Se adaptan a cualquier situación en la que sepa que va a sacar provecho. Las personas de este tipo no tienen ni pasado ni futuro, y no les importa los principios ni valores (Feist, Feist, & Roberts, 2014).

2.4.3.2. Orientaciones productivas.

La orientación productiva tiene tres ejes: trabajo, amor y pensamiento. Puesto que las personas de este tipo se esfuerzan por alcanzar la libertad positiva y la meta de autorrealización, son individuos de caracteres más sanos. Solamente las personas de este tipo pueden relacionarse de manera armónica y sana con el mundo de las personas y de la naturaleza, conservando su individualidad (Feist, Feist, & Roberts, 2014).

Las personas de este carácter ven al trabajo como una oportunidad de expresión creativa y no como un fin económico o para acumular riquezas. El amor se caracteriza por cuatro cualidades: amor, responsabilidad, respeto y conocimiento. Además de estas cuatro características mencionadas las personas con este carácter tienen la cualidad de la biofilia, que es un amor apasionado por la vida y por todo lo que está vivo, y desea una vida armónica de las personas, animales, plantas, ideas y culturas. Están preocupados por el bienestar y crecimiento personal de sí mismo y de los demás. Y por último, el pensamiento productivo, está relacionado al trabajo y al amor. Las personas productivas ven a las demás personas como son y no como a ellos les gustaría que fueran, de igual manera se aceptan a sí mismos como son (Feist, Feist, & Roberts, 2014).

2.5. Enfoque Cognitivo-Conductual

2.5.1. Historia

El interés por el estudio de la mente, las diferentes conductas y pensamientos han sido las razones para dar paso al surgimiento de distintas teorías y técnicas que puedan explicar el comportamiento del ser humano. La conducta y la cognición son dos elementos que en sus inicios formaron sus modelos de manera independiente para abordar el comportamiento humano. Pero que luego hubo una integración teórica para construir un modelo unificado psicoterapéutico (Fernández, 1994).

El modelo conductual apareció en los años sesenta, como una alternativa de diagnóstico y evaluación psicológica, en relación a características individuales y entidades nosológicas. El crecimiento del modelo conductual fue grande hasta los años ochenta, época en la cual se presentó una crisis. Tal crisis fue por dos razones: por un lado, por querer mantener lineamientos radicales de la evaluación conductual y por otro lado, por tratar de compatibilizar el modelo conductual con otros enfoques cognitivos y de personalidad (Fernández, 1994).

El enfoque cognitivo aparece a principios de los años sesenta con aportes de forma independiente de autores como Aaron Beck y Albert Ellis. Este modelo surgió como reacción ante el modelo conductismo de estímulo-respuesta, por la necesidad de ver que en el sujeto hay otras variables mediadoras. Se da importancia a fenómenos ocurridos en la mente del individuo, que sea el procesador activo de una reacción. Al explicar sobre la cognición, se remite a comienzos de los años sesenta con Albert Bandura quién desarrolló la teoría del aprendizaje social. Bandura mencionaba que la conducta individual o social no depende únicamente de factores externos como situaciones, estímulos o ambiente, sino depende mucho de cómo las personas integran en su sistema cognitivo información sobre lo que le rodea y el significado que tiene para uno mismo. Se define como cognición al conjunto de actividades a través de las cuales la información que se recibe en el aparato psíquico es seleccionada, transformada y organizada para construir la realidad (Hernández & Sánchez, 2007).

A principios de los años setenta, Donald Meichenbaum, con formación en la psicología conductual, realizó un importante descubrimiento. Que los niños desde muy pequeños, se hablaban a sí mismos antes de realizar una tarea, y que estas autoverbalizaciones son las que regulan la conducta. Luego de hallar estos resultados, Meichenbaum desarrolló una teoría con base cognitiva-conductual (Caro, 1997). Varios líderes influyentes en la terapia conductual construyeron sus modelos psicoterapéuticos hasta hacerlo también cognitivo. Ésta ha sido una de las razones por la que ha dado lugar a la denominada psicoterapia cognitiva-conductual.

En el campo de la psicología, la psicoterapia cognitiva-conductual ha ido creciendo notablemente como un modelo terapéutico de efectividad en sus principios y métodos en la práctica clínica. El desarrollo del enfoque cognitivo-conductual ha sido el resultado de un proceso histórico y de datos empíricos que han demostrado eficiencia en abarcar los

problemas del ser humano. La terapia cognitivo-conductual es una forma de psicoterapia que se enfoca en el cambio de cogniciones (pensamientos), emociones y conductas disfuncionales. El enfoque cognitivo-conductual se define como:

Un conjunto de escuelas, teorías y técnicas que dan paso a un sistema psicoterapéutico, basado en una teoría de la psicopatología, y a un cuerpo de técnicas derivadas de la psicología experimental, el aprendizaje social, las ciencias cognitivas, la teoría del procesamiento de la información y la teoría de los sistemas (Hernández & Sánchez, 2007, p. 12).

2.5.2. Características en la Psicoterapia

La terapia cognitiva-conductual se apoya de una variedad de técnicas que buscan un objetivo terapéutico, en el cual las técnicas se adecuan al fin. Se puede acudir a técnicas de predominancia cognitiva para modificar comportamientos, o por el contrario técnicas de predominancia conductual para cambiar estructuras cognoscitivas o afectivas. En el proceso terapéutico es importante considerar la interdependencia entre pensamiento, emoción y conducta. Lo que pensemos afectará a nuestro estado de ánimo y a nuestras acciones, pero también dichas acciones y emociones afectarán la manera de ver las cosas (Rodríguez & Vetere, 2011).

En el proceso de la psicoterapia, se establecen tres de los principios técnicos básicos que se manejan como base terapéutica:

2.5.2.1. *Empirismo colaborativo.*

Es un principio básico de la psicoterapia cognitivo-conductual que hace referencia a la relación terapéutica que se establece entre el terapeuta y paciente. Esta relación se genera, donde ambas personas se posicionan como miembros del mismo equipo para trabajar de manera cooperativa con el fin de buscar soluciones. El terapeuta no ocupará una posición superior ni de saber, sino al mismo nivel del paciente, para incentivar al trabajo de actuar y participar en su proceso de cambio, y por consiguiente aumentar la autonomía y capacidad de afrontamiento a las adversidades de la vida. Este principio es importante porque propone que tanto pensamientos, interpretaciones, reflexiones u opiniones serán tomadas como hipótesis a evaluar para el bienestar del paciente (Rodríguez & Vetere, 2011).

2.5.2.2. Descubrimiento guiado.

Es una estrategia que se utiliza para describir como la terapia cognitiva-conductual concibe el proceso de aprendizaje en la terapia. Es una técnica que promueve que un nuevo conocimiento sea construido por el propio paciente. De esa manera, descubra nuevas formas de interpretar lo que sucede y así buscar nuevas soluciones para resolver los problemas. Este principio tiene un enfoque constructivista, puesto que cada nueva idea parte sobre la base de un conocimiento previo. Por lo tanto, el rol del terapeuta será de guiar al paciente para que descubra nuevos conocimientos partiendo desde sus propias experiencias (Rodríguez & Vetere, 2011).

2.5.2.3. Diálogo socrático.

Conocida también como mayéutica socrática, es un recurso terapéutico de indagación que sigue varios objetivos. Permite explorar cómo un paciente interpreta sus experiencias, la visión que tiene de sí mismo y del mundo que le rodea. Pero también se usa para examinar la flexibilidad cognitiva del paciente para desarrollar pensamientos alternativos. Con este método, lo que se busca no es modificar los pensamientos del paciente sino generar el descubrimiento guiado. Es un principio básico pero complejo, que el terapeuta debe desarrollar la habilidad para intervenir con esta técnica terapéutica (Rodríguez & Vetere, 2011).

2.5.2.4. Reforzamiento positivo.

Es una técnica que incrementa y mantiene conductas, porque conduce a resultados positivos. En el proceso psicoterapéutico, si el terapeuta manda al paciente a realizar una actividad en casa y lo ha realizado correctamente, el terapeuta puede reforzar esa conducta, haciéndole ver los aspectos positivos de la actividad realizada. Los reforzadores positivos pueden ser tangibles (objetos materiales), sociales (atención, reconocimientos, aprobación), actividades reforzantes (ir al cine, ir de compras, jugar) (Rivadeneira, Dahab, & Minici, 2013).

2.5.2.5. Entrenamiento asertivo.

Es un recurso terapéutico que se utiliza con el objetivo de desarrollar la capacidad para expresar sentimientos y pensamientos propios, sin ansiedad ni agresión, y que sean socialmente aceptados. Esta técnica se usa principalmente para tratar fobias sociales. Las

personas poco asertivas tienen dificultad para expresar sentimientos y pensamientos espontáneos, son inseguros y se muestran tensionados en relaciones interpersonales, por eso prefieren que los demás decidan por ellos. Si el paciente ha aprendido adecuadamente y ha podido desarrollar la conducta asertiva se sentirá tranquilo al expresar una opinión que no vaya a ser compatible con el otro (Rivadeneira, Dahab, & Minici, 2013).

2.5.2.6. Reestructuración cognitiva.

Es un procedimiento técnico, en el cual las personas aprenden a modificar algunos pensamientos distorsionados que conllevan a un malestar emocional y de frustración. Esta técnica trabaja especialmente en las distorsiones cognitivas y en los pensamientos automáticos, y que éstas últimas son un tipo de ideas que las personas tienen de manera involuntaria ante alguna situación de la vida, y que no hace falta hacer un esfuerzo para que aparezcan sino de forma inmediata. El primer paso de esta técnica es aprender a identificar el pensamiento automático para modificarlo, para que continuamente la emoción que ese pensamiento trae sea otra (Rivadeneira, Dahab, & Minici, 2013).

2.5.2.7. Desensibilización sistemática.

Es una técnica muy utilizada para tratar trastornos de ansiedad y fobias. En un primer momento, esta técnica consiste en la aplicación de una serie de estímulos estresantes a través de imágenes visuales. El paciente en estado de relajación comienza a relatar una situación que le provoque miedo. El terapeuta va guiando la situación, nombrando los estímulos estresantes para que el paciente se vaya imaginando. La finalidad de esta técnica es que el paciente aprenda una nueva asociación, lo que antes le provocaba estrés y miedo, ahora está conectado a un estado de calma y tranquilidad inducido a través de la relajación muscular profunda. El siguiente paso es que el paciente enfrente sus temores de manera real, y ya no imaginariamente. En algunos casos, se puede acudir a la segunda fase de manera inmediata, que pueden traer resultados efectivos a un plazo más corto, eso sí con previo consentimiento del paciente y conociendo su historia (Rivadeneira, Dahab, & Minici, 2013).

2.5.3. Teoría de la Personalidad

Desde siempre, el estudio de la personalidad siempre ha sido un campo complejo, porque en cada persona es única y particular en la psicología, y en ella se integran todos los

elementos y procesos psicológicos. Es por esta razón, la diversidad de teorías que se han desarrollado para explicar la personalidad. El modelo cognitivo al referirse sobre la personalidad menciona que:

La terapia cognitiva está basada sobre una teoría de la personalidad que destaca el papel del procesamiento de la información para activar las respuestas cognitivas, afectivas, motivacionales y conductuales de una persona a los ambientes físicos y sociales (Caro, 2013, p. 19).

Desde los principios teóricos del modelo conductual y luego cognitivo, fue un modelo psicológico que ofrecía un enfoque sobre la psicopatología y la psicoterapia como método para atender al ser humano con problemas. Es decir, no es una teoría que ofrece sobre la persona y su personalidad, sino sobre su psicopatología (trastornos de la depresión, trastornos de la ansiedad) para producir cambios terapéuticos. Partiendo de lo mencionado, se puede decir que el enfoque cognitivo-conductual no ofrece una teoría para explicar la personalidad. Sin embargo, los elementos teóricos que describen las características de la personalidad se podrían definir en que la personalidad: 1) incluye toda la conducta, 2) hace referencia a características que son relativamente consistentes y duraderas, 3) resalta el carácter único de cada individuo, 4) no es un juicio de valor. A resumir estas características, se explica que el cómo pensamos (procesos cognitivos), cómo sentimos (procesos emocionales), cómo aprendemos (procesos de aprendizaje), y cómo influyen en nuestras acciones nuestras necesidades y objetivos (procesos motivacionales), es por eso que el concepto de personalidad es complejo e incluye múltiples áreas. Una clara definición que aporta el modelo cognitivo sobre personalidad y su complejidad:

La personalidad es una organización compleja de cogniciones, emociones y conductas que da orientaciones y pautas (coherencia) a la vida de una persona. Como el cuerpo, la personalidad está estructurada tanto por estructuras como por procesos y refleja tanto la naturaleza (genes) como el aprendizaje (experiencia). Además, la personalidad engloba los efectos del pasado, así como construcciones del presente y del futuro (Caro, 2013, p. 21).

Otro autor, perteneciente a la teoría cognitivo-social menciona que al referirse sobre la personalidad el aprendizaje es un concepto fundamental para desarrollar la personalidad, puesto que es así como va adquiriendo mecanismos y comportamientos que incluyen

procesos cognitivos hasta formar y desarrollar la personalidad. La personalidad se forma con elementos en conexión bidireccional. Habla sobre el ambiente como causante del comportamiento, pero también el comportamiento puede causar el ambiente. A esto sugiere un tercer factor, los procesos psicológicos de la persona. Puesto que elementos como el lenguaje, las imágenes, y los estímulos sensoriales tienen un efecto en la mente, que dependerá de éstos el desarrollo de los rasgos de personalidad (Sincero, 2012).

CAPÍTULO III

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Metodología

La disertación llevada a cabo, es una investigación teórica-aplicada de tipo exploratoria ya que es la primera investigación orientada a describir qué tipo de relación existe entre dos variables, por un lado los tipos psicológicos de cada terapeuta; y por otro lado, la elección de la aproximación teórica.

La metodología que se utilizó en la presente investigación para la parte teórica fue investigación bibliográfica de la teoría de Carl Gustav Jung y sus continuadores sobre los tipos psicológicos. También, investigación bibliográfica de las principales aproximaciones teóricas para la psicoterapia desde diferentes autores como Freud desde el psicoanálisis, autores como Rogers y Maslow desde el enfoque humanista, Aaron Beck y Albert Ellis desde lo cognitivo-conductual. Por otro lado, para obtener información en el capítulo III, se empleó la aplicación del test MBTI a 30 terapeutas y una entrevista estructurada.

Los pasos seguidos para el desarrollo de la presente investigación fueron los siguientes:

- Construcción de marco teórico con bibliografía de la Psicología Analítica e investigación bibliográfica de las aproximaciones teóricas seleccionadas para el presente estudio.
- Contactar a los terapeutas de las diferentes aproximaciones teóricas y a la vez cada uno remitió a otro colega.
- Cuadrar cita con cada uno para la aplicación de la metodología.
- Aplicación del test de tipos psicológicos MBT, con duración 25 minutos aproximadamente.
- Aplicación de una entrevista estructurada con duración de aproximadamente 30 minutos.
- Procesamiento de la información.
- Análisis de los resultados
- Revisiones del primer borrador.
- Presentación del documento final.

La presente investigación ha sido realizada según la operalización, como se explica en la Tabla 10:

Tabla 10

Operalización de la investigación

HIPÓTESIS	VARIABLES	INDICADORES	METODOLOGÍA/ TÉCNICAS
<p>La relación entre el tipo psicológico del terapeuta y la elección de la aproximación teórica es:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tipo extrovertido intuición o tipo introvertido intuición con la psicología analítica. ➤ Tipo introvertido pensamiento con el psicoanálisis. ➤ Tipo extrovertido sentimiento con el enfoque sistémico. ➤ Tipo extrovertido sentimiento con el enfoque humanista. ➤ Tipo extrovertido sensación o tipo extrovertido pensamiento con el enfoque cognitivo-conductual. 	<p>Tipos psicológicos (v. independiente)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Extraversión, sensación, pensamiento, percepción: ESTP • Extraversión, sensación, sentimiento, percepción: ESFP • Extraversión, intuición, sentimiento, percepción: ENFP • Extraversión, intuición, pensamiento, percepción: ENTP • Extraversión, sensación, pensamiento, juicio: ESTJ • Extraversión, sensación, sentimiento, juicio: ESFJ • Extraversión, intuición, sentimiento, juicio: ENFJ • Extraversión, intuición, pensamiento, juicio: ENTJ • Introversión, sensación, pensamiento, juicio: ISTJ • Introversión, sensación, sentimiento, juicio: ISFJ • Introversión, intuición, sentimiento, juicio: INFJ • Introversión, intuición, pensamiento, juicio: INTJ • Introversión, sensación, pensamiento, percepción: ISTP • Introversión, sensación, sentimiento, percepción: ISFP • Introversión, intuición, sentimiento, percepción: INFP • Introversión, intuición, pensamiento, percepción: INTP 	<ul style="list-style-type: none"> • Investigación bibliográfica desde la teoría de Jung y sus continuadores sobre los tipos psicológicos. • Aplicación del Test de tipos psicológicos (test MBTI). • Entrevista estructurada.
	<p>Aproximación teórica (v. dependiente)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psicología Analítica • Psicoanálisis • Enfoque Sistémico • Enfoque Humanista • Enfoque Cognitivo-Conductual 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrevista estructurada. • Investigación bibliográfica de las principales aproximaciones teóricas para la psicoterapia.

3.2. Población

El grupo de población con el que se trabajó fue de 30 terapeutas de distintas corrientes psicológicas de la ciudad de Quito, de los cuales 6 pertenecientes a la Psicología Analítica, 6 del Psicoanálisis, 6 Humanistas, 6 Sistémicos, y por último 6 Cognitivos-Conductuales (TCC). De esta muestra de 6 terapeutas por línea teórica, mitad fueron personas de género femenino y mitad género masculino. El criterio de selección es muestra no probabilística por conveniencia y bola de nieve. Es decir, la selección de la muestra es por criterios personales que se ajustan a la investigación, y que cada terapeuta referirá a otro. Otro de los criterios a tomar en cuenta es que hayan tenido por lo menos 4 años de experiencia como psicoterapeutas. Los resultados de la investigación serán compartidos pero la identidad de los participantes no será revelada. La aplicación del test MBTI y la entrevista estructurada se realizaron durante el periodo del mes de junio y primeros días del mes de julio del 2016.

3.3. Procedimiento

Para la recolección de la información se realizó de la siguiente manera. Por medio de la aplicación del test, se obtuvo resultados acerca del tipo psicológico de cada participante, que fue calificado según el manual y plantillas del Test MBTI.

El Inventario Tipológico de Myers-Briggs (MBTI), surgió a partir de la teoría de los tipos psicológicos de Jung. El objetivo de esta herramienta fue identificar la personalidad de cada ser humano, esto se da a partir de cuatro escalas: extraversión-introversión, sensación-intuición, pensamiento-sentimiento y juicio-percepción; y que la combinación de estas categorías da como resultado dieciséis tipos distintos de personalidad.

También, por medio de la entrevista estructurada de 16 preguntas, para obtener la información, en primer momento se realizó grabación de audio, y luego se transcribió textualmente la entrevista completa de cada participante. El análisis de la investigación fue de tipo cualitativo. El análisis que se realizó fue por aproximación teórica, de acuerdo a los datos obtenidos del test MBTI y la entrevista. El análisis y redacción de conclusiones de la presente investigación se realizaron por enfoque teórico, no por participante.

3.4. Análisis de los resultados

3.4.1. Psicología Analítica.

De acuerdo a la información obtenida, se puede describir el perfil del terapeuta cuya base teórica es la Psicología Analítica, con las siguientes características:

La tipología predominante en los terapeutas Junguianos de la muestra seleccionada es el tipo introvertido, con función superior la intuición y como auxiliar el pensamiento. La mitad de los terapeutas tienen una forma estructurada y planificada de realizar las cosas y la otra mitad prefieren realizar actividades de manera espontánea.

De acuerdo a la información obtenida en la entrevista, se puede evidenciar respuestas que son desde la tipología anteriormente descrita.

La actividad principal en la práctica de su profesión es la psicoterapia, pero también se dedican a otras actividades a las que dedican menos tiempo como escribir artículos, conferencias y seminarios. La persona de tipo introvertido, como en estos casos, se caracterizan por ser tranquilo, reservado, prefiere relacionarse con pocas personas, y por eso se sienten más a gusto en actividades como las que se requieran reflexión, concentración y de poca interacción con el mundo externo.

La teoría de la Psicología Analítica parte de conceptos desde la mitología, el misticismo y la filosofía. Y justamente al preguntarles a los participantes, por qué eligieron esa línea teórica, coincidieron en respuestas como por ejemplo, “es una teoría que aborda la parte espiritual en el ser humano”, “porque la persona puede vivir más plenamente y trascender”. Jung desde su tipología introvertido-intuitivo propone la teoría, porque esa es su manera de tener un acercamiento a la realidad. Así mismo, los terapeutas consideran que estas son las razones por las que decidieron elegir esa línea teórica como su práctica terapéutica.

Uno de los participantes al mencionar sobre la tipología y la relación con las elecciones, dice: “Jung tiende a intuir sus teorías, y se aventura con su propio inconsciente”. Como resultado de la investigación, y al pedir a los participantes que describan su personalidad coinciden en características como: introvertida, reservada, soñadoras, organizadas, sensibles, le gusta el arte y la música, prefieren actividades o cosas que

requieran de la creatividad y la imaginación. Es decir, describen una tipología introvertido-intuitivo, que corrobora con los resultados del MBTI y la hipótesis planteada.

Como se mencionó anteriormente, la entrevista se complementó con la aplicación del MBTI, y los resultados se presentan a continuación en la Tabla 11:

Tabla 11

Resultados del MBTI en participantes de la Psicología Analítica

N° de Participante	Género	Edad	Tipología	Tipología predominante
1	Femenino	32	INFP	Introversión, función superior la intuición y como auxiliar el pensamiento, 3 juicio y 3 percepción.
2	Femenino	35	ENFJ	
3	Femenino	43	INTP	
4	Masculino	51	INTJ	
5	Masculino	30	ISTJ	
6	Masculino	64	INTP	

Según la hipótesis planteada, los terapeutas podrían presentar la siguiente tipología: Tipo extrovertido intuición o tipo introvertido intuición, es decir, después de realizarse la investigación y de realizar el análisis teórico y aplicado, se concluye que se ha cumplido con la hipótesis planteada. Puesto que la tipología que predomina en los terapeutas seleccionados para esta investigación presentan una tipología introvertida-intuitiva.

3.4.2. Psicoanálisis.

De acuerdo a la información obtenida, el perfil del psicoanalista, se puede presentar el siguiente análisis:

Se puede decir que la tipología predominante en los psicoanalistas es el tipo introvertido, con función superior pensamiento y como auxiliar la intuición, y se caracterizan por no ser estructurados, ni metódicos en sus labores.

La muestra seleccionada manifiesta que en cuanto a la actividad principal que realizan como psicólogos es el análisis, pero de la misma manera la otra mitad de tiempo se dedica a la docencia. La actividad de docencia es un trabajo que se relaciona a una tipología extrovertido o introvertido pensamiento, porque se requiere de análisis, reflexión y lógica, la función psíquica de pensamiento hace que las personas de este tipo se caractericen por disfrutar de hacer preguntas, crear nuevas teorías y a la vez transmitirla.

Una de las preguntas realizadas fue sobre si cree que hay relación entre la tipología del terapeuta y la del paciente para mantenerse o retirarse del proceso, las respuestas fueron negativas, es decir que los entrevistados no encuentran que existe relación alguna. La respuesta de uno de los participantes fue “la personalidad del analista no tendría nada que ver con el proceso porque lo que el analista hace es abrir otro espacio distinto”. Esta respuesta es desde una tipología con función superior de pensamiento porque se basa en conceptos teóricos que puedan tener su lógica para expresar información o conocimiento, y esta respuesta lo dice la teoría, que según la regla de abstinencia, el analista debe ser quien reciba las proyecciones del paciente, pero no debería manifestar sus propias proyecciones.

Las personas con función superior pensamiento muy marcado, se caracterizan por no tomar en cuenta los sentimientos de las personas y en su trato suelen ser fríos y distantes. En relación con la teoría, según la regla de neutralidad el analista debe mantener un distanciamiento tanto físico como emocional con todo lo que exprese el paciente. Por esta razón también va en relación al grupo poblacional de preferencia para atender en análisis. La mayoría de participantes prefieren trabajar con adultos porque el trato con el adulto no demanda de una atención cálida y acogedora como lo sería con los niños y niñas.

De la misma manera, lo que expresan los participantes con respecto a las razones que llevaron a elegir la línea terapéutica son respuestas desde un orden lógico y crítico. La función de pensamiento hace que la persona conecte y compare conceptos para sacar una conclusión lógica y objetiva.

- “Por la rigurosidad del trabajo en la teoría y clínica”
- “Porque en la clínica se verifica y se articula con aquello que se ve en la teoría”

Los participantes pertenecientes a la línea teoría del Psicoanálisis, en su tipología son percepción antes que juicio. Eso quiere decir que estas personas prefieren un mundo donde pueda explorar, buscar, conocer, y esto tiene relación a lo que dice la teoría Psicoanalítica. El proceso de análisis, en cuanto a sus recursos y técnicas terapéuticas no siguen un proceso

estructurado, ni es un proceso secuencial, sino que tiene un abanico de posibilidades para analizar la situación.

A continuación se presenta en la Tabla 12 los resultados obtenidos de la aplicación del test MBTI:

Tabla 12
Resultados del MBTI en participantes del Psicoanálisis

N° de Participante	Género	Edad	Tipología	Tipología predominante
1	Femenino	33	ENTJ	Introversión, función el pensamiento y como auxiliar la intuición, percepción.
2	Femenino	64	ISTJ	
3	Femenino	39	ESTP	
4	Masculino	40	INTP	
5	Masculino	46	INTP	
6	Masculino	36	INTP	

Según la hipótesis planteada, los participantes podrían presentar la siguiente tipología: Tipo introvertido pensamiento, es decir, después de realizarse la investigación y de realizar el análisis teórico y aplicado, se concluye que se ha cumplido con la hipótesis planteada.

3.4.3. Enfoque Sistémico.

De acuerdo a la información obtenida, se puede describir el perfil del terapeuta cuya práctica psicoterapéutica es el Enfoque Sistémico, con las siguientes características:

Los terapeutas sistémicos tienen como actividad principal en su práctica profesional la psicoterapia, pero también dedican gran tiempo a otras actividades como docencia y supervisión de casos clínicos, y por otro lado a atención en el sector público con diferentes proyectos, sobre todo enfocado a la prevención de todo tipo de violencia. Es un enfoque teórico que ha tomado terreno en el campo de la psicoterapia, pero también ha ganado

popularidad en el campo de la asistencia y bienestar social, porque justamente su enfoque de trabajo en la familia como el núcleo de la sociedad.

El enfoque sistémico es un modelo que se ha desarrollado con una base teórica distinta a las tradicionales, su forma de trabajo no es el individuo desde una perspectiva únicamente intrapsíquica, sino al individuo en relación a un contexto familiar y social. Esto es lo que dice el cuerpo teórico, pero también son las principales razones por las que los participantes decidieron elegir como su eje terapéutico. De las respuestas de los participantes se expone a continuación: “porque es una teoría que estudia al sujeto pero en relación a su contexto familiar y social”, “es una teoría que no ve el diagnóstico sino ve las relaciones para comprender lo que pasa”. Del análisis de estas respuestas se puede decir que en sus discursos se evidencia una personalidad con función pensamiento, puesto que les interesa a las personas de este tipo hacer con la información comparaciones de conceptos, críticas, análisis, y sacar conclusiones lógicas.

Pero otras de las razones que exponen los participantes, al preguntarles por qué eligió esta línea terapéutica es: “es una teoría que da respuestas a los problemas del ser humano”, y esta fue una de las razones o causas por la que se creó el modelo sistémico y terapia familiar. Tras la Segunda Guerra Mundial, se necesitaba una intervención en patologías, duelos, estrés con resultados inmediatos, eficaces y concretos.

El enfoque sistémico es una teoría que interviene en temas interrelacionales, y es una de las respuestas que expone un psicólogo “por experiencia personal de trabajar con niños de la calle, y ver su realidad”. La intervención desde el modelo sistémico, va a lo que muestra la realidad, a lo que la persona percibe con sus sentidos. Y a partir de esto, las técnicas y recursos terapéuticos son empleados para intervenir en situaciones, dinámicas y alteraciones del sistema.

Tomando en cuenta, las características en la psicoterapia, es decir sus recursos terapéuticos, también se puede decir que las técnicas empleadas son previamente planificadas o estructuradas. Por ejemplo la prescripción de tareas es una herramienta que viene como su modelo mismo lo dice desde el tipo estructural, y que esto va en relación a una de las características del perfil del terapeuta sistémico que es el juicio. Que es uno de los criterios de clasificación que utiliza el MBTI, para describir a las personas que son organizadas, planificadoras, ordenadas, y metódicas.

Como se mencionó anteriormente, la intervención y asistencia de los terapeutas cuya línea teórica es el enfoque sistémico, tienen como actividad profesional ejercer proyectos de prevención de violencia intrafamiliar. En una de las preguntas sobre la preferencia de grupo poblacional, los participantes coinciden en que en temas sobre la violencia intrafamiliar, es necesario trabajar con los adultos.

Todos los participantes mencionan que han pasado por un proceso terapéutico como pacientes, y que por lo menos una experiencia han tenido con un psicólogo del enfoque sistémico. Las razones que han llevado a elegir este modelo teórico han sido varias:

-“Por curiosidad”

-“Por recomendaciones”

-“Porque conocía el marco teórico”

Pero coinciden en que “conocían la teoría y porque hay credibilidad en el enfoque”. Se podría decir que son respuestas de acuerdo a la personalidad que presentan, teniendo en cuenta la función superior que es la sensación, porque las personas de este tipo necesitan conocer algo por su propia experiencia y a partir de eso repetirlo, porque ha sido una situación que ha sido percibido con los sentidos y que les ha funcionado, por ende lo vuelven a aplicar.

La hipótesis planteada antes de realizar la investigación fue que los participantes presentarían un tipo extrovertido sentimiento. Sin embargo, contrastando los resultados de la aplicación del MBTI, y la entrevista realizada, se obtiene otros resultados. Tomando en cuenta la descripción de la personalidad que hacen los propios participantes coinciden en características como: lógico, realista, ordenada, curioso, responsable, estructurado, lo lógico antes que lo emocional. Estos rasgos de personalidad que son justamente los que se repiten, muestran la similitud en los resultados obtenidos en la aplicación del MBTI. Personas que utilizan como función superior el pensamiento, y como función auxiliar la sensación, y que son personas que les gusta planificar lo que van a realizar, son secuenciales y tienen una estructura en lo que hace, esto debido al juicio.

De los resultados que obtuvieron en la aplicación del MBTI, se presenta a continuación la Tabla 13:

Tabla 13

Resultados del MBTI en participantes del Enfoque Sistémico

Nº de Participante	Género	Edad	Tipología	Tipología predominante
1	Femenino	45	ESTJ	Introversión, función el pensamiento y como auxiliar la sensación, juicio.
2	Femenino	58	ENTJ	
3	Femenino	50	ISTJ	
4	Masculino	67	ISTJ	
5	Masculino	49	INTJ	
6	Masculino	54	ISFP	

3.4.4. Enfoque Humanista.

Después de la aplicación de la metodología utilizada para la recolección de información, se describe el perfil del psicoterapeuta con especialidad en el enfoque humanista:

Los participantes de esta línea teórica como actividad principal en su práctica profesional se dedican a la psicoterapia, y como actividades secundarias la supervisión clínica, publicaciones de revistas y periódicos, medios de radio y coaching empresarial. Un rasgo característico de los resultados del MBTI, es la actitud extrovertida. Las personas con este tipo se caracterizan por disfrutar de situaciones donde se pueda interactuar con bastantes personas, compartir con grupos sociales.

Según los teóricos de la línea humanista, este modelo terapéutico surgió como un movimiento social interdisciplinario porque estaba conformado no sólo por psicólogos sino también por profesionales que estaban al servicio de ayuda de otras personas y que su objetivo es buscar el bienestar de la persona y de la sociedad, y tienen una visión de totalidad

del ser humano. Tomando en cuenta lo que dice la teoría, se puede contrastar con la respuesta de un participante “el humanismo tiene una visión absolutamente integral”.

El enfoque humanista en su cuerpo teórico hace énfasis en la expresión de sentimientos, que el hombre se siente motivado por principios y valores como la justicia, la libertad, igualdad, el sentido de trascendencia, lo que lleva al ser humano a querer vivir. En la presente investigación, todos los participantes han pasado por un proceso terapéutico como pacientes y han sido atendidos desde un corte humanista, consiguiente a esto, las razones han sido varias, pero las que se repiten son: “porque necesita conectarse con sus emociones”, “porque ha recibido buenas referencias como profesional”. A pesar de que según los resultados del MBTI, la tipología que predomina en los participantes con esta línea teórica, es el pensamiento ante el sentimiento, se puede ver que en el discurso de los psicólogos tiene un valor más sentimental que de pensamiento. Y de hecho, los puntajes de las funciones de pensamiento sobre las de sentimiento, son las menos marcadas o resaltadas, a diferencia de los puntajes de las mismas funciones con participantes de las otras líneas teóricas.

Al igual que otros enfoques teóricos como el sistémico y la terapia cognitivo-conductual TCC, el enfoque humanista surgió como un movimiento de profesionales que necesitaban intervenir en problemas psicosociales con produciendo resultados inmediatos. Uno de los recursos terapéuticos es trabajar en el aquí y ahora, es decir en lo que está sintiendo la persona en el presente. Otra de las técnicas el empleo de la dramatización, para manifestar y ponerle en la realidad de forma más concreta los contenidos intrapsíquicos. Esto da cuenta como la teoría demanda que el trabajo sea a nivel más concreto, en tiempo presente, que son las características de una personalidad con función superior la sensación, y como lo es con los terapeutas de esta línea teórica.

Al pedir a los terapeutas que describan su personalidad, mencionan las siguientes características: le gusta trabajar en el presente, sensible, simpática, tranquila, amorosa, le gusta compartir con la gente, cálida, protectora, sociable, amigable. Son descripciones de características en común de los participantes. Relacionando con la teoría se hablaría de una personalidad con actitud extrovertida, es decir que le gusta estar en contacto con otras personas, y con función superior el sentimiento, que en su trato con los demás le gusta ser cálido, ser empático y ser armonioso en su trato. Así mismo, el ambiente de trabajo consideran los terapeutas que debe ser armonioso, cálido y tranquilo, porque son factores que según ellos influye en el proceso terapéutico.

Según la hipótesis planteada en el plan de disertación fue que los participantes de la línea humanista presentarían una tipología extrovertido sentimiento. Los resultados del MBTI como se presenta en la Tabla 14, muestran una tipología extroversión –sensación, sin embargo la información obtenida en la entrevista sí demuestra una tipología extroversión sentimiento y se puede evidenciar sobre todo cuando se pide a los participantes que describan su personalidad y expresan ser “sensible, simpático, protectora, cálida, amorosa, maternal, sociable, amigüero, buen sentido del humor, apertura a los sentimientos”, estas respuestas son característico de una persona con función superior sentimiento. Pero se puede ver que al pedirles que se describan como son también enuncian características de una persona con función sensación tales como “le gusta trabajar en el presente, práctico, vive siempre en el presente”, de tal manera que se confirma y evidencia el perfil del psicoterapeuta humanista con tipología extroversión-sensación.

Tabla 14

Resultados del MBTI en participantes del Enfoque Humanista

N° de Participante	Género	Edad	Tipología	Tipología predominante
1	Femenino	43	ESTP	Extroversión, función la sensación como auxiliar el pensamiento, 3 juicio y 3 percepción.
2	Femenino	53	ESFJ	
3	Femenino	36	ISTP	
4	Masculino	38	ISTJ	
5	Masculino	33	ESTJ	
6	Masculino	42	ENFP	

3.4.5. Enfoque Cognitivo-Conductual.

De acuerdo a la información obtenida, el perfil del terapeuta cognitivo-conductual, se pueden presentar el siguiente análisis:

La actividad principal de los psicólogos cuya línea teórica es cognitivo-conductual es la psicoterapia atendiendo casos de personas con adicciones, problemas de aprendizaje,

cuadros patológicos, pero también dedican tiempo a otras actividades como docencia y atención en el sector público con proyectos sociales, como prevención de violencia, promoción de derechos. Es una línea teórica que tiene gran acogida en el campo de la psicoterapia y que su atención trabaja demandas específicas como las mencionadas anteriormente por los mismos participantes. El modelo cognitivo-conductual es una forma de psicoterapia que se enfoca en modificar los pensamientos, emociones y conductas. En primer momento, evalúa y posteriormente interviene con las técnicas que se dirigen al cambio cognitivo-conductual o emocional.

En el análisis se puede ver que existen similitudes en el cuerpo teórico pero sobre todo en la atención clínica de esta línea teórica con el modelo sistémico. Puesto que la terapia cognitivo-conductual (TCC), surgió como un enfoque que debía traer resultados o cambios inmediatos. Los participantes para esta investigación además de trabajar en psicoterapia, tienen proyectos en el sector público.

Como se puede ver en los resultados del test MBTI, la función psíquica superior es el pensamiento y como auxiliar la sensación. A efecto de estas funciones, tiene relación con las respuestas que los participantes mencionan, al preguntarles que cuáles fueron las razones por las que escogieron esta línea terapéutica: “porque el ser humano es un proceso de aprendizaje y a través de eso se convierte en acción”, este modelo tiene como base teórica la cognición (pensamiento), y que en su práctica en la atención a pacientes, se necesita también de un análisis que busque distinguir lo verdadero de lo falso, con una reflexión lógica y objetiva. Por otro lado, también existieron respuestas de porque es una teoría práctica, o porque es la formación académica que recibió. Este discurso es de una persona con tipología sensación, porque estas personas se caracterizan porque su forma de actuar es por un proceso de repetición porque son experiencias ya conocidas que aplican porque saben el resultado que les traerá, sin arriesgarse a opciones nuevas, también son personas que prefieren hechos concretos, y por estas razones anteriormente mencionadas son personas prácticas.

Con respecto a la pregunta, describa su personalidad, las características o rasgos de personalidad que coinciden son: analítica, introvertida, reservada, crítico, analítico, metódico, meticuloso, ordenado, planificador, sociable, fácil de adaptarse. Estas son las descripciones que realizan los participantes de su personalidad. En relación a la hipótesis planteada: tipo extrovertido sensación o pensamiento. Se puede decir que según las respuestas, es una tipología con punto de equilibrio entre la extroversión e introversión, y con función superior

pensamiento y como auxiliar la sensación, que son justamente los resultados obtenidos por el test MBTI como se muestra en la Tabla 15.

Según las descripciones realizadas anteriormente, son expresiones de una persona de tipo sensación y juicio que se caracteriza por ser práctica, basada en hechos y resultados, estructurada, metódica, y planificadora con los trabajos o diferentes actividades que deba desarrollar. Esta tipología va de la mano con las técnicas terapéuticas, porque son recursos estructurados porque tienen una secuencia o método a seguir y que podrían producir un efecto de cambio en la conducta que vendría a ser lo objetivo de la terapia.

Tabla 15

Resultados del MBTI en participantes del Enfoque Cognitivo-Conductual

N° de Participante	Género	Edad	Tipología	Tipología predominante
1	Femenino	41	ISTJ	Introversión, función el pensamiento y como auxiliar la sensación, juicio.
2	Femenino	32	ISTJ	
3	Femenino	48	ESFJ	
4	Masculino	50	ISTJ	
5	Masculino	41	INTJ	
6	Masculino	49	ISTJ	

CONCLUSIONES

- El tipo psicológico o la personalidad es un sistema dinámico, puesto que a lo largo de la vida puede cambiar, según las diferentes circunstancias. Sin embargo, hay la predominancia que la tipología con la que se nace permanezca.
- No hay tipología pura sino un sistema complejo de actitudes y funciones psíquicas. En cada ser humano, existe la preferencia o predominancia de un tipo, y el otro estará menos desarrollado.

Según el análisis de los resultados de los terapeutas participantes para la presente investigación, se puede concluir que:

- La tipología es un factor que influye no solamente para la elección de la línea terapéutica sino en otros aspectos de la vida (profesión, pareja, prácticas deportivas, culturales, vestimenta, entre otros). Con respecto a la relación entre el tipo psicológico y la línea terapéutica es evidente que sí existe relación y que la variable tipología es un factor muy importante para esta elección puesto que los resultados de la investigación dieron que los participantes dijeron que una de las razones por la que eligieron esa línea terapéutica era “también por mi personalidad”, “porque va con mi forma de pensar y sentir”.
- Además del factor tipo psicológico, existen otros criterios que también inciden que son la formación académica y la experiencia de pasar por un proceso psicoterapéutico como paciente. El factor de la formación académica tiene gran influencia con la elección de la línea terapéutica porque a lo largo de sus estudios universitarios aprendieron diferentes bases teóricas pero con tendencia o profundidad en una más que en otra, y esto influye para que uno se encamine por cierta corriente psicológica. Pero también por otro lado, la experiencia de pasar por un proceso psicoterapéutico además de ser una experiencia de crecimiento personal, a los psicólogos nos aporta para entender el enfoque teórico desde lo práctico.

- La actitud predominante en esta muestra poblacional es la introversión y el pensamiento como función en común de los participantes. Las personas de tipología introversión se caracterizan por ser reservados, la energía parte y se queda en la persona, es decir no siempre transmiten lo que piensan y siente, viven en un mundo de ideas y reflexiones, viven en un ambiente social de relaciones restringidas. Y con respecto al pensamiento, son personas que les gusta hacer críticas, análisis y comparación de teorías. Con respecto a esta descripción se puede mencionar que existe relación de la actitud introversión con la elección del principal ejercicio profesional que realizan los psicólogos que es la psicoterapia, porque es una actividad en la cual el terapeuta puede ocupar una posición de reflexión, análisis, concentración y de una interacción directa con el otro.
- Los terapeutas cuya línea terapéutica es el Enfoque Sistémico y el Cognitivo-Conductual son psicólogos que más trabajan en el sector público con proyectos de prevención de maltrato intrafamiliar, violencia física, sexual y psicológica. Y los terapeutas del Enfoque Humanista se dedican además de la psicoterapia a actividades como publicaciones en medios escritos y medios de radio sobre temas de Psicología Familiar. La tipología de los participantes de estas líneas teóricas presentaron una tipología con función sensación, y estas personas se caracterizan por vivir más en el presente, son tradicionales, prefieren los hechos concretos y verificables; con respecto a esta descripción va en relación con el trabajo profesional de estos terapeutas desde estas líneas teóricas porque la teoría y sus recursos terapéuticos se caracterizan por ser más estructurados, directivos y por ende con resultados más inmediatos.
- Los psicólogos con especialidad en Psicología Analítica y Psicoanálisis, en su actividad profesional dedican la gran mayoría de su tiempo a procesos psicoterapéuticos privados. Los participantes con estas líneas teóricas en su tipología predomina la función intuición. Los rasgos característicos de las personas con este tipo es que están abiertos a posibilidades e innovación. Puesto que el intuitivo vive de posibilidades está en un mundo de cambios y descubrimientos. Esta tipología tiene relación con estas líneas teóricas y el uso de las técnicas terapéuticas porque en el uso de las técnicas en la práctica clínica les gusta explorar, buscar, conocer, no son sistematizados y secuenciales en lo que hacen, no se ven presionados por el tiempo,

por estas razones, el ejercicio profesional en el consultorio privado es un espacio en el que la función intuición se desarrolla con fluidez.

- Algunos psicólogos terapeutas de la línea teórica Cognitivo-Conductual manifestaron que no han pasado por procesos psicoterapéuticos como pacientes, entre las razones son “cuando hay congresos y seminarios piden ayuda profesional personal”, “los espacios para trabajar las cosas personales era tipo taller de dinámica de grupo”, pero también porque para su línea teórica no es un requisito. En la tipología de los terapeutas Cognitivos-Conductuales presentan como función la sensación y el pensamiento, se puede decir que desde éstas funciones un análisis personal profundo no sería trascendental porque ya cuentan con otros espacios donde puedan hacer un trabajo personal de manera más directa y concreta, ya que tanto para la teoría como para los terapeutas el área cognitiva en el ser humano es importante trabajarla.

RECOMENDACIONES

- A pesar de que en la Facultad es un requisito cumplir con ciertas horas de terapia psicológica, se recomienda a los estudiantes de Psicología que sigan un proceso psicoterapéutico porque les servirá como una experiencia personal para conocer la línea teórica, y que en un futuro pueda elegir la aproximación psicoterapéutica no sólo por lo teórico sino por una experiencia personal.
- Es importante que los estudiantes de Psicología exijan y se abran a aprender diferentes líneas psicoterapéuticas porque de esa manera podrán tener un abanico de opciones teóricas que les permita analizar, comparar, profundizar y luego elegir la corriente psicológica después de haber pasado por un proceso académico y personal.
- Al Test MBTI, se lo debe ver como un recurso guía que permite conocer y comprender la personalidad y por ende la forma de actuar, más no como una herramienta que clasifique y etiquete a las personas.
- La personalidad es un sistema dinámico y complejo, los seres humanos deberíamos llegar a conocer nuestro tipo psicológico para llegar a un equilibrio de la personalidad. El proceso psicoterapéutico es una vía que permite al ser humano conocerse a sí mismo y buscar la individuación que es incorporar rasgos de nuestra personalidad que se encuentran en la sombra y que hasta ese entonces no era conocido.
- Este estudio de investigación es una herramienta de lectura que sirve de guía a estudiantes de Psicología que no tengan una decisión clara para elegir la línea teórica, y que según su personalidad podrán tener mejores elecciones.
- Con la variable tipo psicológico se pueden realizar futuros estudios para investigar su relación con la elección de la profesión, de especialidades académicas, prácticas culturales y deportivas.
- Se podría ampliar esta investigación y realizar un análisis cuantitativo, eso sería con más número de participantes, y que las características de la muestra no sea tan reducido para que se pueda tener facilidad y amplitud en encontrar a los participantes.

BIBLIOGRAFÍA

- Almazán, D. (14 de Junio de 2007). *La Psicología y Psicoterapia en Jung*. Obtenido de www.soriaymas.com/documento/66_psicoanálisis%20de%20jung.pdf
- Alonso, J. (8 de Marzo de 2004). *La Psicología Analítica de Jung y sus aportes a la Psicoterapia*. Obtenido de sparta.javeriana.edu.co/psicologia/.../archivos/V3N106la_psicologia.pdf
- Briggs-Myers, I. (1991). *MBTI Inventario Tipológico Forma G*. Madrid: TEA.
- Caro, I. (1997). *Manual de psicoterapias cognitivas*. Barcelona: Paidós.
- Caro, I. (2013). El estudio de la personalidad en el modelo cognitivo de Beck. Reflexiones críticas. *Boletín de Psicología*, 19-49.
- Cauvin, P., & Cailloux, G. (2001). *Tipos de Personalidad*. Madrid: Mensajero.
- Costa, N. (7 de Abril de 2016). *Por el Sendero de Jung*. Obtenido de http://www.ceoniric.cl/spanol/send_jung_col/tranferencia_y%20contra.htm
- Chemama, R., & Vandermersch, B. (2010). Diccionario del Psicoanálisis. En R. Chemama , & B. Vandermersch. Buenos Aires: Amorrortu.
- De la Torre, L. (15 de Noviembre de 2008). *Sociedad Psicoanalítica Mendoza*. Obtenido de http://www.spmendoza.org/index.php?option=com_content&view=article&id=62&Itemid=34
- Fages, J. (1979). *Historia del psicoanálisis después de Freud*. Barcelona: Martínez Roca S.A.
- Feist, J., Feist, G., & Roberts, T. (2014). *Teorías de la personalidad*. México: Mc Graw Hill .
- Feixas, G., & Miró, M. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Barcelona: Paidós Ibérica, S.A.,.
- Feixas, G., & Viaplana. (2009). *El Modelo Sistémico*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Fernández, R. (1994). *Evaluación conductual hoy. Un enfoque para el cambio en psicología clínica y de la salud*. Madrid: Ediciones Pirámide, S.A.
- Freud, S. (1905). Tres ensayos sobre teoría sexual . En S. Freud, *El yo y el ello. Tres ensayos sobre teoría sexual y otros ensayos* (págs. 55-155). Madrid: Ediciones Orbis, S.A.
- Freud, S. (1986). Sobre la dinámica de la transferencia. En *Trabajos Sobre Técnica Psicoanalítica y Otras Obras (1911-1913)* (Vol. XII, págs. 93-105). Argentina: Amorrortu S.A.
- Freud, S. (1992). *Conferencias de introducción al psicoanálisis*. Argentina: Amorrortu S.A.
- Freud, S. (2008). Neurosis y psicosis. En S. Freud, *El yo y el ellos* (págs. 151-159). Buenos Aires: Amorrortu.

- Freud, S. (2010). La pérdida de la realidad en la neurosis y psicosis. En S. Freud, *Las neuropsicosis de defensa en primeras publicaciones psicoanalíticas* (págs. 189-197). Buenos Aires: Amorrortu.
- Gerrig, R., & Zimbardo, P. (2005). *Psicología y Vida*. México: PEARSON.
- González, M. (2013). *Clínica Psicoanalítica*. Bogotá: El Manual Moderno.
- Hall, C., & Nordby, V. (1973). *Conceptos Fundamentales de la Psicología de Jung*. Buenos Aires: Editorial Psique.
- Hernández, N., & Sánchez, J. (2007). *Manual de Psicoterapia Cognitivo-Conductual para Trastornos de la Salud*. México: Libros en Red.
- Hirsh, S., & Kummerow, J. (1998). *Tipos de personalidad. Conpréndete mejor y consigue dar lo mejor de ti mismo*. Barcelona: Paidós Ibérica, S.A.,.
- Huerta, O. (2012). Revisión Teórica de la Psicología Analítica de Carl Gustav Jung. *Anuario de Psicología*, 411-419. Obtenido de www.redalyc.org/pdf/970/97026839003.pdf
- Jacoby, M. (2005). *El Encuentro Analítico. La transferencia y la relación humana*. México: Fata Morgana.
- Jimenez, A. (2003). Los tipos psicológicos en la teoría de Carl Jung y sus aplicaciones dentro del sistema teórico-práctico Jungiano. Quito, Ecuador: Tesis.
- Jung, C. (1972). *Tipos Psicológicos*. Buenos Aires: Sudamericana.
- Jung, C. (1977). *Energética Psíquica y Esencia del Sueño*. Buenos Aires: Paidós.
- Jung, C. (1993). *La Psicología de la Transferencia*. Barcelona: Paidós Ibérica, S.A.
- Moreno, M., & Santiago, R. (2013). *Análisis de los tipos psicológicos en las prácticas de la medicina tradicional*. Quito: PUCE.
- Ortega, R. (5 de Mayo de 2015). *Odisea del Alma*. Recuperado el 25 de Enero de 2016, de Introducción a los tipos psicológicos junguianos. Breve historia de la Tipología: <http://www.odiseajung.com/tipos-psicologicos/historia-tipologia-tipos-junguianos-mbti/>
- Ortiz, D. (2008). *Terapia Familiar Sistémica*. Quito: Abya-Yala.
- Ortiz, D. (2015). La terapia familiar sistémica. 1-3.
- Ortiz, D. (2016). La Terapia Familiar Sistémica. 1-2.
- Rivadeneira, C., Dahab, J., & Minici, A. (2013). *CETECIC*. Obtenido de <http://www.cognitivoconductual.org/tecnicas/>
- Rodríguez, R., & Vetere, G. (2011). *Manual de terapia cognitiva conductual de los trastornos de ansiedad*. Buenos Aires: Editorial POLEMOS.
- Rosal, R., & Bayón, A. (2013). *Cuestiones de psicología y psicoterapias humanistas*. España: MILENIO.
- Roudinesco, É., & Plon, M. (2008). *Diccionario de Psicoanálisis*. Buenos Aires: Paidós.

Sharp, D. (1994). *Lexicon Jungiano*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Sharp, D. (2002). *Tipos Psicológicos*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Sincero, S. (19 de Julio de 2012). *Las Teorías Cognitivo-Sociales de la Personalidad* .
Obtenido de <https://explorable.com/es/las-teorias-cognitivo-sociales-de-la-personalidad>

UNAM. (09 de Noviembre de 2012). *Tareas Universitarias*. Obtenido de
<http://tareasiuniversitarias.com/teoria-de-la-personalidad-desde-un-enfoque-sistemico-familiar.html>

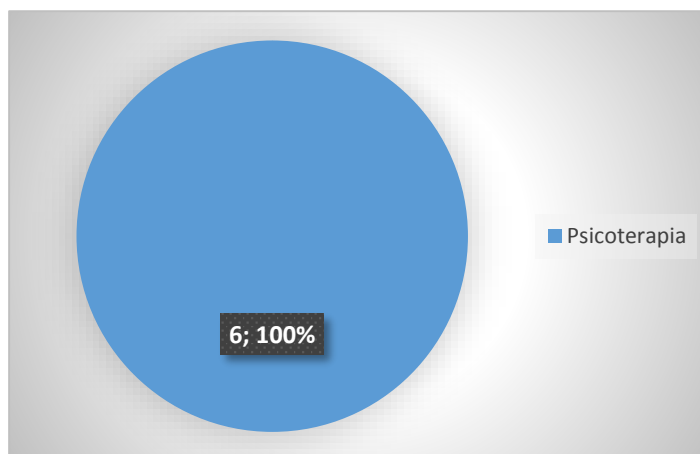
Vargas, A. (2008). *El eneagrama*. México: Santillana.

ANEXOS

ANEXO No. 1

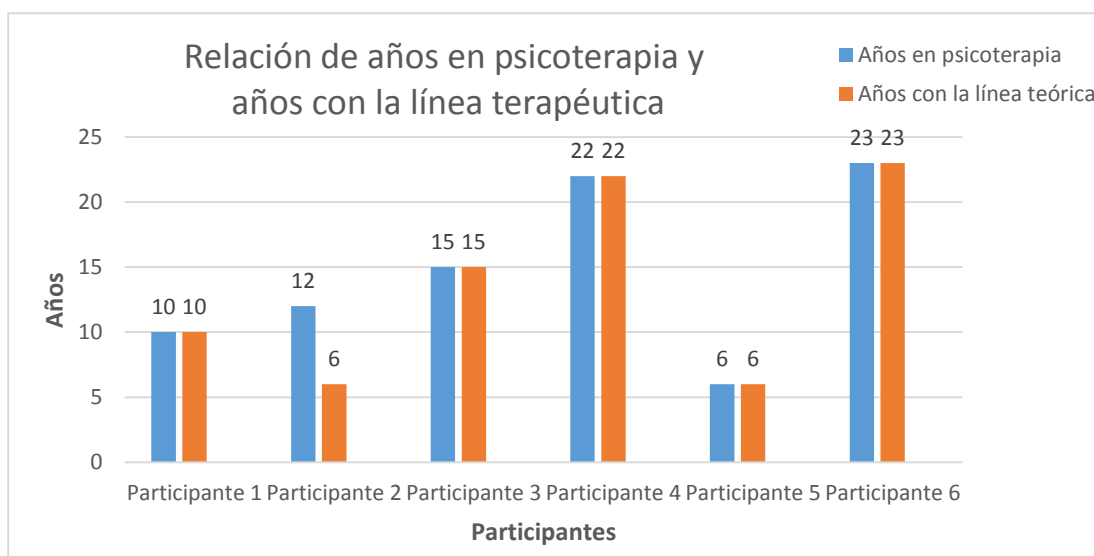
- **Entrevista a Participantes de la Psicología Analítica**

1. ¿Cuál es la actividad principal que realiza usted como psicólogo?



- Todos los psicólogos respondieron que su actividad principal es la psicoterapia, pero algunos de ellos tenían otra actividad como talleres grupales para personas naturales y empresas, escribir artículos, conferencias, seminarios.

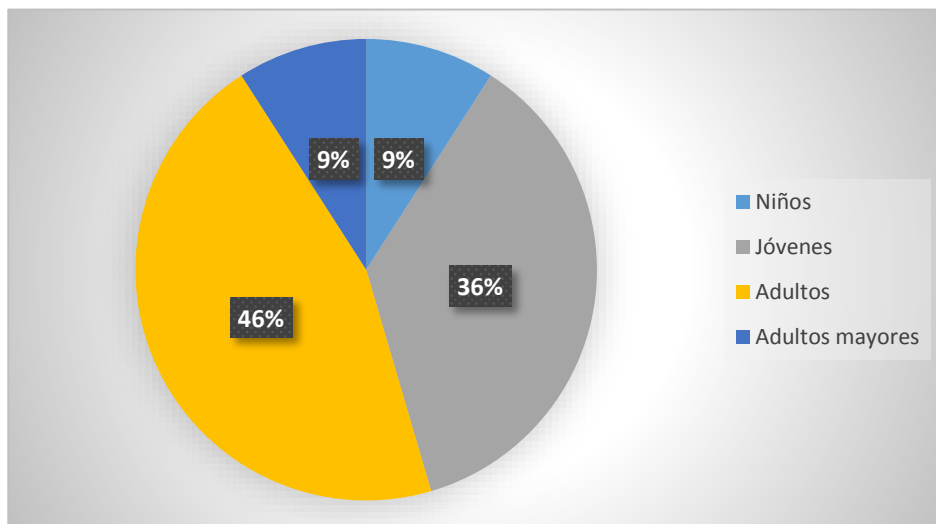
2. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando en psicoterapia? 4. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando desde esa línea terapéutica?



5. ¿Por qué eligió esa línea teórica?

- Por la formación académica en el pregrado, y fue con la que más se identificó.
- La teoría fue la que más le interesó.
- Por la experiencia como paciente.
- “También por mi personalidad”.
- Por los recursos y técnicas terapéuticas.
- Es una teoría que aborda la parte espiritual en el ser humano.
- Porque es una teoría que va de acuerdo con lo que piensa acerca del ser humano.
- “Porque la persona puede vivir más plenamente y trascender”.
- “Le encanta trabajar con el símbolo”.

6. ¿Tiene alguna preferencia de grupo poblacional para atender en psicoterapia?



8. ¿Desde qué línea teórica tuvo su formación académica?

Participante 1: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado abordaje Junguiano.

Participante 2: Pregrado Psicoanálisis. Actualmente formación como Analista Junguiana

Participante 3: Pregrado Línea Sistémica. Actualmente formación como Analista Junguiana, además título como hipnoterapeuta, formación para trabajos en grupos desde la Gestalt, Sistémica, Psicodrama, Humanista.

Participante 4: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado como Analista Junguiano.

Participante 5: Pregrado Psicoanálisis. Especialización por 2 años en Psicología Analítica.

Participante 6: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado como Analista Junguiano.

9. ¿Ha estado usted en psicoterapia? 11. ¿Desde qué línea teórica fue la psicoterapia?

Participante 1: Sí. Psicoanálisis y Psicología Junguiana

Participante 2: Sí. Psicoanálisis y Psicología Junguiana

Participante 3: Sí. Terapia Junguiana. Hipnoterapia. Terapia Sistémica

Participante 4: Sí. Psicología individual Adleriana. Psicología Junguiana y Psicoanálisis

Participante 5: Sí. Psicología Analítica

Participante 6: Sí. Psicología Junguiana.

13. ¿Por qué usted como paciente escogió el psicólogo terapeuta de esa línea teórica?

Participante 1: Por el interés de conocer otra línea teórica.

Participante 2: Tuvo buenas referencias de ese terapeuta.

Participante 3: No escogió por la línea sino para comprender los conceptos teóricos que aprendía en el grupo de estudio.

Participante 4: Porque trabajó como psicólogo auxiliar de un terapeuta Junguiano.

Participante 5: Porque conocía la teoría y veía que tenía sentido la explicación del cuerpo teórico.

Participante 6: Había leído algo de Jung, y sabía que era una teoría que no iba a reducir su psique.

15. Describa su personalidad

Participante 1: Reservada, introvertida, soñadora, responsable, ordenada.

Participante 2: Sentimiento, sensación, extroversión, organizada.

Participante 3: Introvertida, pensamiento acompañado de la intuición.

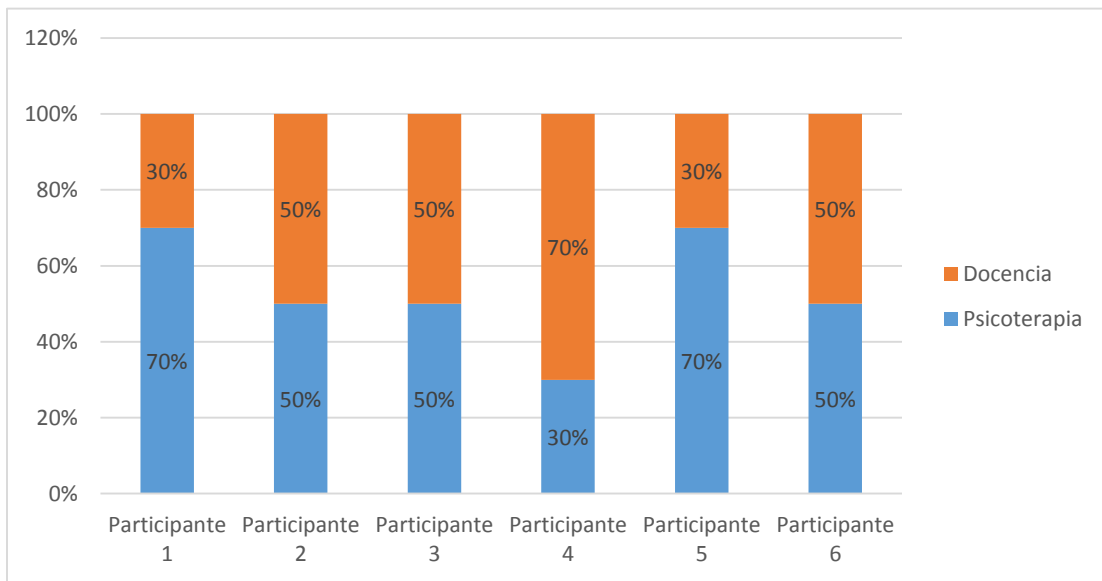
Participante 4: Reservado, profundizar las cosas y encontrar sentido, no le gusta la rutina, le gusta la música, viajar, sensible ante situaciones humanas, creativo, le gusta escribir, componer canciones y poemas,

Participante 5: Introvertido, pensamiento, sensación, sensible, se impresiona mucho, le gusta el arte, la cultura, actitud crítica, músico.

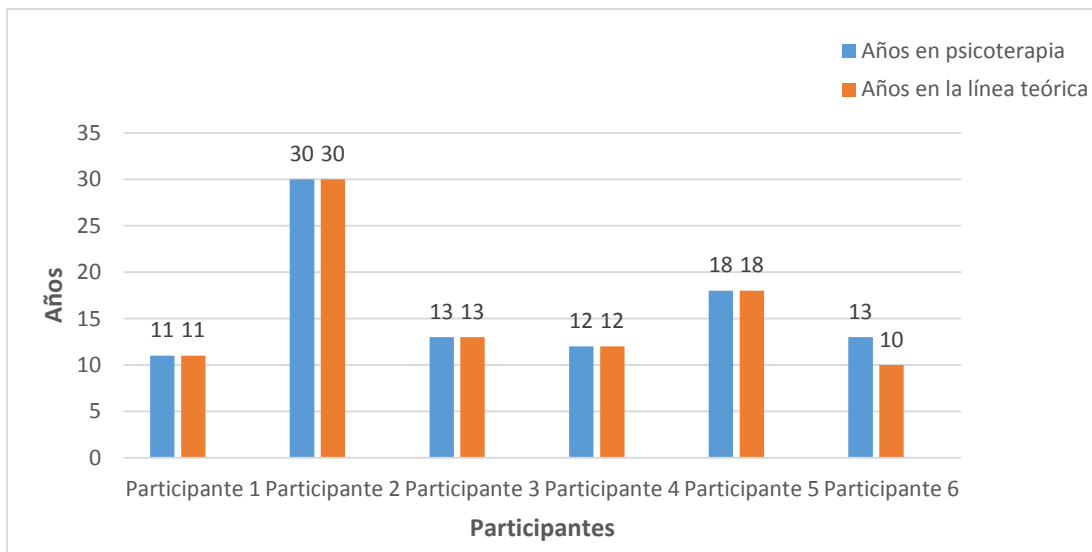
Participante 6: Le gusta leer, estar en intimidad, le gusta nadar, sensible, angustiado, poco sensitivo, predomina el pensamiento, imaginación.

- **Entrevista a Participantes del Psicoanálisis**

1. ¿Cuál es la actividad principal que realiza usted como psicólogo?



2. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando en psicoterapia? 4. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando desde esa línea terapéutica?

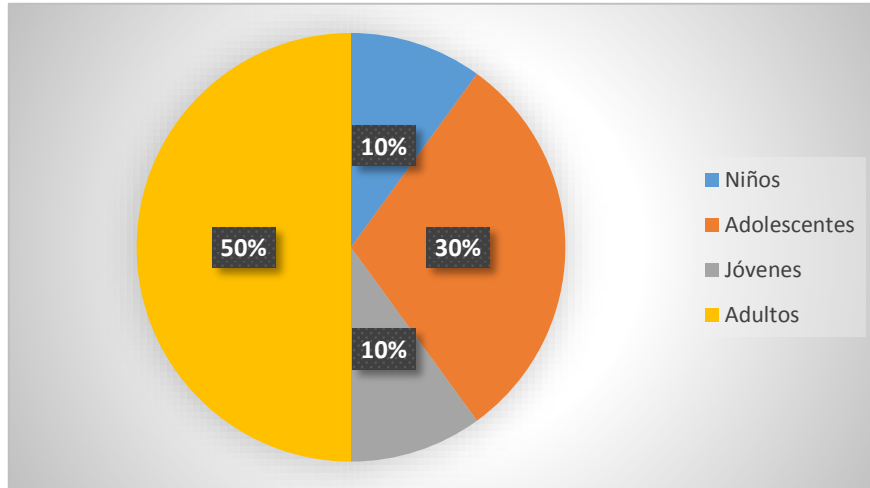


5. ¿Por qué eligió esa línea teórica?

- Por la rigurosidad del trabajo en la teoría y clínica.
- Por la experiencia como paciente.
- “Por ser un instrumento teórico que le permite abordar a un paciente”.
- Porque es su línea de formación académica.
- “Tiene recursos teóricos que le permiten entender al sujeto y entenderse a sí mismo”.

- “Porque esta da un espacio al otro y sobre todo diferencia al otro, eso es lo que se diferencia de la mayoría de teorías”

6. ¿Tiene alguna preferencia de grupo poblacional para atender en psicoterapia?



8. ¿Desde qué línea teórica tuvo su formación académica?

Participante 1: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Ciencias Sociales, estudios de género.

Participante 2: Pregrado y posgrado Psicoanálisis.

Participante 3: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Neurociencias.

Participante 4: Pregrado y posgrado Psicoanálisis.

Participante 5: Pregrado Psicoanálisis. Formación continua en grupos de estudio de Psicoanálisis.

Participante 6: Pregrado y posgrado Psicoanálisis.

9. ¿Ha estado usted en psicoterapia? 10. ¿Desde qué línea teórica fue la psicoterapia?

Participante 1: Sí. Psicoanálisis

Participante 2: Sí. Psicoanálisis

Participante 3: Sí. Psicoanálisis

Participante 4: Sí. Psicoanálisis y Adleriana

Participante 5: Sí. Psicoanálisis

Participante 6: Sí. Psicología Analítica, Enfoque Sistémico, Psicoanálisis

13. ¿Por qué usted como paciente escogió el psicólogo terapeuta de esa línea teórica?

Participante 1: “Las clases, la experiencia, y los textos le iluminaron para inclinarse por el psicoanálisis. Tuvo las clases y le dio el interés de analizarse. Personas rígidas psicoanalistas por eso escogió. No necesitaba alguien simpático sino alguien rígido”.

Participante 2: Porque tenía conocimiento de la teoría y le gustaba.

Participante 3: Porque esa fue su línea de formación.

Participante 4: Por buscar alguien que maneje esa línea teórica. Porque admiraba mucho a ese terapeuta.

Participante 5: “Por su creencia en el discurso de la línea analítica”.

Participante 6: “Lo Junguiano ha escogido porque tenía que reorganizar su vida, ya tuvo su primera experiencia y porque necesitaba acompañamiento y contención humana”. Lo sistémico por terapia de pareja. Y el Psicoanálisis porque es la teoría que mejor explicaba lo que le sucedía.

14. ¿Cree que hay relación entre la tipología del terapeuta y el paciente, para mantenerse o retirarse del proceso terapéutico?

Participante 1: Sí, tiene mucho que ver el tipo, la formación, el carácter.

Participante 2: No, porque es un espacio de escucha para la otra persona, no tiene nada que ver con las características del analista.

Participante 3: Mas bien depende de si se instaura la transferencia o no.

Participante 4: No, porque hay más, desde la cuestión transferencial pesa mucho los diferentes conflictos tanto del analista como del paciente, eso tiene que ver con lo personal más que con la personalidad.

Participante 5: No. La personalidad del analista no tendría nada que ver con el proceso porque lo que el analista hace es abrir otro espacio distinto

Participante 6: Sí, porque se juegan afinidades. Su construcción personal hace que influya.

15. Describa su personalidad

Participante 1: “Extrovertida, conversadora, sociable, pero en lo laboral la clínica por la formación del psicoanálisis aprende a callar y escuchar, amable, simpática, líder, ordenada, desenvuelta”.

Participante 2: “Analítica, razonable, lógica, pensante, amor a la lectura”.

Participante 3: “Extrovertida, muy sensible, práctica, inquieta”.

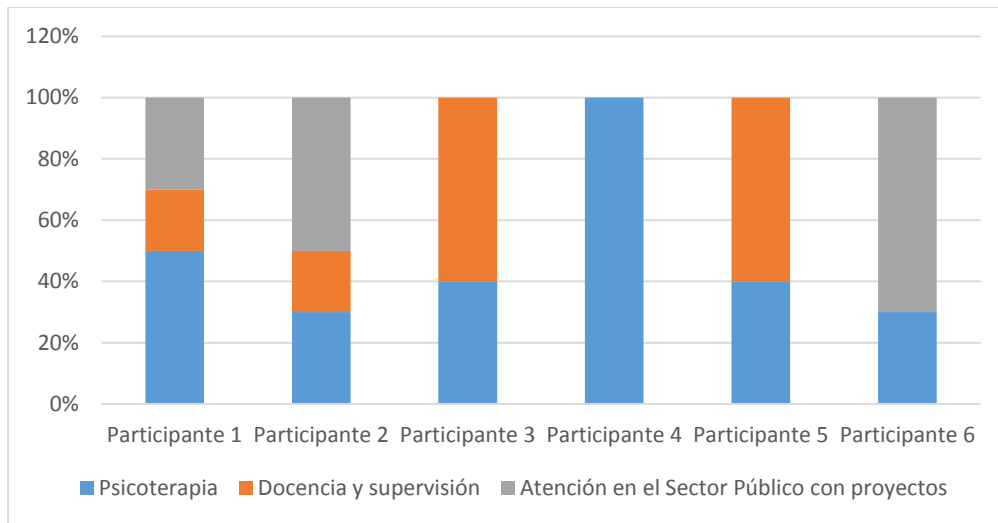
Participante 4: “Sociable, analítico, bastante verbal, buen humor, tranquilo, poco angustiado.

Participante 5: “Sensato, decidido, luchador, realista, le gusta la literatura, poesía, música, arte, lógico, le gusta lo intelectual”.

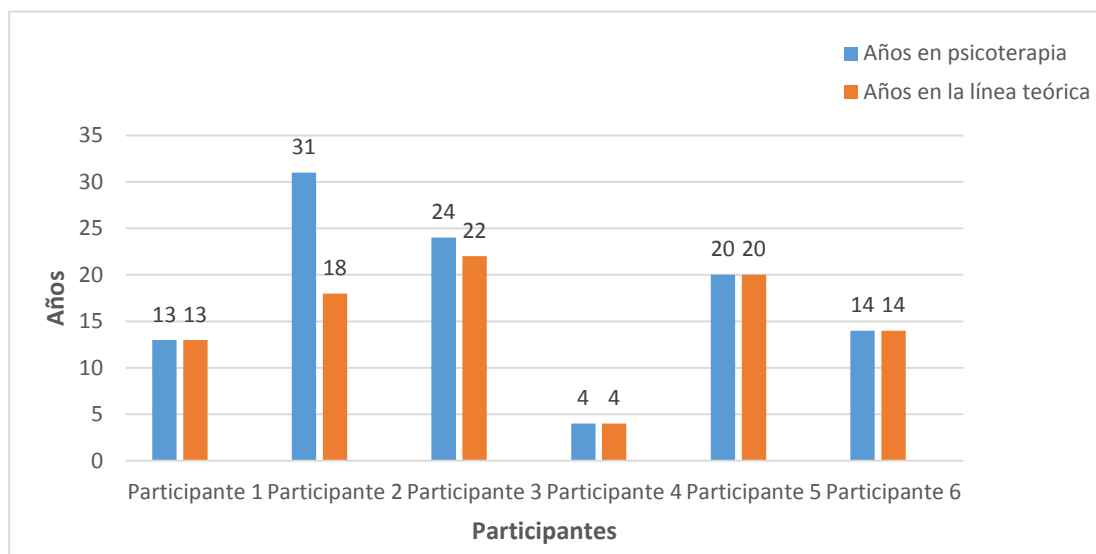
Participante 6: “Raro, apartado, no tiende a compartir mucho, reservado, solitario, afecto limitado, poco expresivo, se fija en detalles que otras personas no las ven”.

- **Entrevista a Participantes del Enfoque Sistémico**

1. ¿Cuál es la actividad principal que realiza usted como psicólogo?



2. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando en psicoterapia? 4. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando desde esa línea terapéutica?

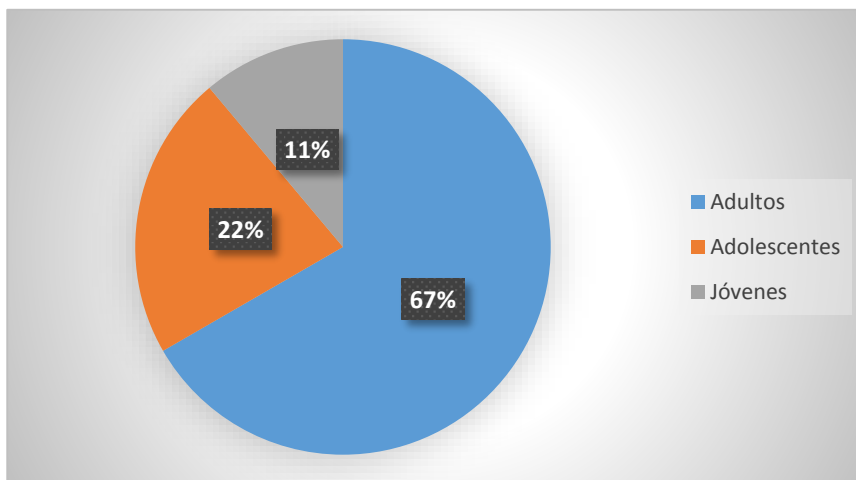


5. ¿Por qué eligió esa línea teórica?

- Por una búsqueda personal.
- La teoría y la clínica tienen mucho sentido.
- Porque no es una teoría reduccionista.
- Una mirada diferente de abordar los problemas humanos.
- Porque tuvo contacto con personas que manejaban el enfoque sistémico, y le gustó su forma de trabajo.
- Porque es una teoría que estudia lo intrapsíquico del sujeto pero también su contexto familiar y social.

- Por la experiencia en sus prácticas pre-profesionales.
- No eligió por la línea teórica, sino por la malla curricular de la maestría que quería aplicar.
- Es la teoría que más respuestas da a los problemas del ser humano.
- Es un modelo teórico integral.
- Por experiencia personal de trabajar con niños de la calle, y ver su realidad. Así que le interesó entender los procesos familiares/relacionales.
- Es una teoría que no ve el diagnóstico sino ver las relaciones para comprender lo que pasa.

6. ¿Tiene alguna preferencia de grupo poblacional para atender en psicoterapia?



Razones: Porque al tratar la temática de violencia intrafamiliar, es necesario trabajar con adultos.

8. ¿Desde qué línea teórica tuvo su formación académica?

Participante 1: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Enfoque Sistémico.

Participante 2: Pregrado Conductual. Posgrado Enfoque Sistémico. Formación en Psicodrama.

Participante 3: Pregrado Conductual. Posgrado Enfoque Sistémico.

Participante 4: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Enfoque Sistémico.

Participante 5: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Enfoque Sistémico.

Participante 6: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Enfoque Sistémico.

9. ¿Ha estado usted en psicoterapia? 10. ¿Desde qué línea teórica fue la psicoterapia?

Participante 1: Sí. Corte Rogeriano y Enfoque Sistémico.

Participante 2: Sí. Corte Rogeriano, Psicodrama y Enfoque Sistémico.

Participante 3: Sí. Psicoanálisis, Psicodrama, y Enfoque Sistémico.

Participante 4: Sí. Enfoque Sistémico.

Participante 5: Sí. Psicoanálisis, Enfoque Sistémico, y Gestalt,

Participante 6: Sí. Psicoanálisis, Psicodrama, Rogeriano-Humanista, Sistémico.

13. ¿Por qué usted como paciente escogió el psicólogo terapeuta de esa línea teórica?

Participante 1: Porque fue una buena profesora así que le parecía que iba a ser una buena oportunidad coger terapia con ella mismo. Y lo sistémico porque ya conocía la teoría.

Participante 2: Porque conocía el marco teórico y el desempeño de esas personas como terapeutas. Es decir, tenía credibilidad en la personas más que por el enfoque.

Participante 3: Ha conocido las diferentes teorías así que por curiosidad ha pasado por los diferentes enfoques.

Participante 4: Por recomendación y por cumplir requisito del posgrado.

Participante 5: Un terapeuta de esa línea porque conocía la teoría.

Participante 6: Por cumplir el requisito de la maestría.

15. Describa su personalidad

Participante 1: “Ordenada, coherente con lo que hace y dice, impaciente, expectativa alta de las personas, sociable, amiguera, le gusta interactuar mucho con los demás con grupos, proactiva”.

Participante 2: “Muy inquieta de pensamiento y acción, curiosa, testaruda, solidaria, constante, impulsiva con algo que le impacta, cauta en trato con personas, sociable, molesta con la injusticia y la discriminación, afectiva, apasionada con el trabajo y la vida, entusiasmada, reflexiva, adicta al trabajo, alegre, responsable”.

Participante 3: “Lógica, realista, capaz de tomar decisiones, frío, estructurado, capacidad para resolver problemas, sabe manejar desacuerdos, flexibilidad, no autoritario), utiliza la lógica más que lo emocional, para resolver problemas desde lo intelectual, es fría por esto de la lógica, organizada, planificadora, hacer las cosas con tiempo, sabe manejar los imprevistos, exploradora, capacidad de liderazgo”.

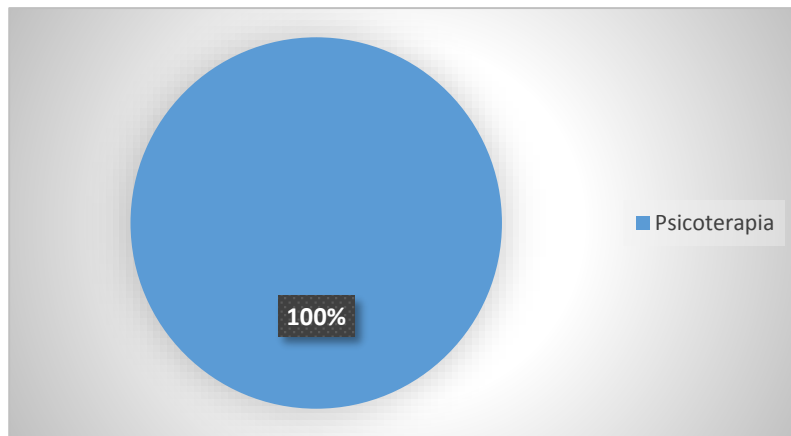
Participante 4: “Reservado, discreto, ayudar a las personas, seguridad en convicciones y acciones, aspectos artísticos: música, poesía, literatura, arte. Importante el tema espiritual. Tímido socialmente. Sentido del humor pero cuando está en confianza. Amoroso, expresivo. Planificador”.

Participante 5: “Fuerte, extremadamente sensible, comunicativo, sociable, controlado, regularse de manera adecuada entre ideas y sentimientos, afectuosos con la familia, no impulsivo, no le gusta perder le gusta lograr cosas objetivos, metas, lógico. En lo personal no le gusta las personas no lógicas, pero también afectivo”.

Participante 6: “Creativo, espontáneo, alegre, firme”.

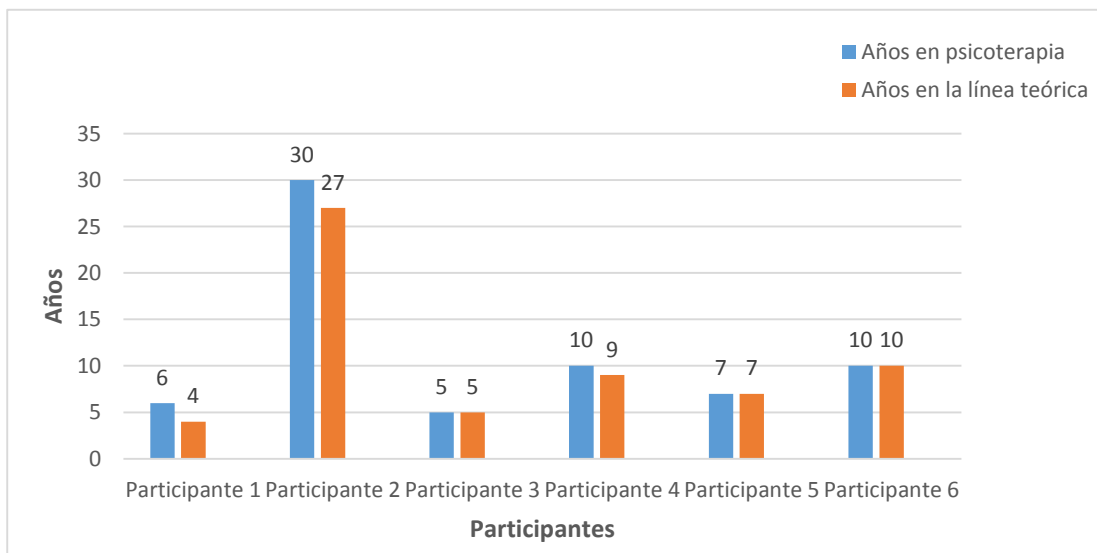
- **Entrevista a Participantes del Enfoque Humanista**

1. ¿Cuál es la actividad principal que realiza usted como psicólogo?



- En su totalidad, los terapeutas tienen como actividad principal la psicoterapia. Pero además, otras actividades como supervisión clínica, publicaciones de revistas y periódicos, medios de radio y coaching empresarial.

2. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando en psicoterapia? 4. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando desde esa línea terapéutica?

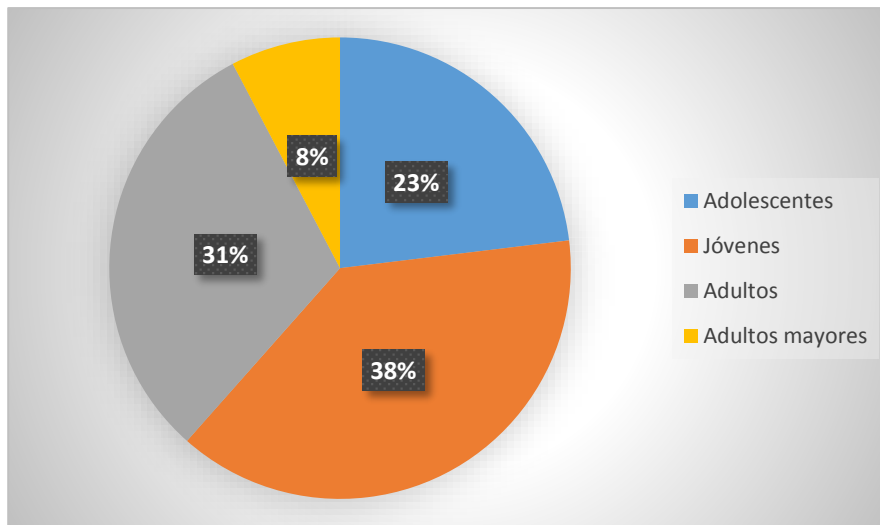


5. ¿Por qué eligió esa línea teórica?

- “Le pareció una buena forma de abordar los sentimientos de las personas y ayudar a que expresen las emociones y los sentimientos”.
- Porque resuena con su modo de ser, de percibir la realidad, de sentir y entender al ser humano.

- “La línea humanista trae logros consigo mismo y con los pacientes”.
- “El humanismo tiene una visión absolutamente integral”.
- Hay variedad de recursos y técnicas para abordar el trabajo con el ser humano.
- Porque es una teoría que ve a la persona como ser humano, no el síntoma y sin etiquetar. Por eso el trato como cliente, no paciente.
- Sus conceptos teóricos del aquí y ahora, la parte emocional
- “Porque le parece práctico (porque el tiempo es reducido para trabajar una temática), hay buenas herramientas terapéuticas para trabajar”.
- Porque conoció el enfoque por experiencia personal como paciente.

6. ¿Tiene alguna preferencia de grupo poblacional para atender en psicoterapia?



8. ¿Desde qué línea teórica tuvo su formación académica?

Participante 1: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Humanista Gestalt.

Participante 2: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Psicología General y Psicoanálisis con niños y adolescentes. Terapia comunitaria integrativa.

Participante 3: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado PNL, y Humanista Gestalt.

Participante 4: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Psicología Transpersonal y Ciencias de la Educación.

Participante 5: Pregrado Humanismo e Integrativo. Posgrado Humanista Gestalt. Terapia enfocada en la emoción.

Participante 6: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Humanista Gestalt.

9. ¿Ha estado usted en psicoterapia? 10. ¿Desde qué línea teórica fue la psicoterapia?

Participante 1: Sí. Humanista Gestáltico.

Participante 2: Sí. Psicoanálisis. Psicodrama. Junguiano. Humanista.

Participante 3: Sí. Humanista.

Participante 4: Sí. Psicoanálisis. Humanista. Junguiano.

Participante 5: Sí. Cognitivo-Conducutal. Humanista. Psicodinámico.

Participante 6: Sí. Humanista. Junguiano.

13. ¿Por qué usted como paciente escogió el psicólogo terapeuta de esa línea teórica?

Participante 1: Por cumplir requisito.

Participante 2: Porque conocía la teoría por su formación. Junguiano porque había una similitud con el humanismo.

Participante 3: Por cumplir requisito y porque necesita conectarse con sus emociones porque es muy lógica.

Participante 4: Por recomendación de un profesor y no sabía línea teórica. No ha buscado por la línea sino por buenas referencias.

Participante 5: Por cumplir requisito.

Participante 6: Por cumplir requisito y por buenas referencias profesionales, no por la línea.

15. Describa su personalidad

Participante 1: “Tranquila, le gusta que las cosas fluyan, le gusta ciertas estructuras cuando es necesario por ejemplo en el trabajo, le gusta trabajar en el presente, le gusta ser dinámica, le gusta crear en terapia, le gusta las metáforas, es sensible, simpática, trata de ser auténtica”.

Participante 2: “Tranquila, transparente, sencilla, sensible, le gusta el arte, la música, la naturaleza, le gustan las cosas simples y profundas, organizada, racional, estudiosa, respetuosa, responsable, protectora, amorosa, espiritual, le gusta compartir con la gente, descomplicada, libre materialmente”.

Participante 3: “Reservada con cosas personales aunque en terapia es bastante abierta, responsable, maternal con sus pacientes (protección, afecto, cálida, objetiva en su trabajo)”.

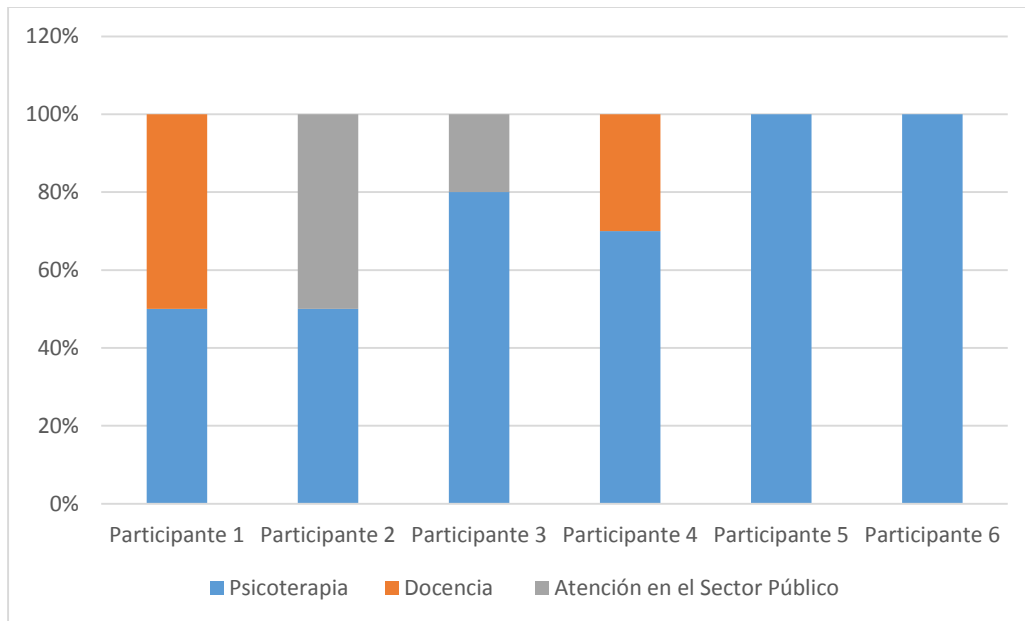
Participante 4: “Socialmente introvertido, racional, tranquilo, paciente, le gusta descargarse haciendo deporte en relación con las personas, es práctico, perfeccionista pero sabe manejarlo, pero también flexible (tiempo, horarios, estructuras, cambios), le interesa mucho ayudar a las otras personas sobre todo a quienes de alguna manera son desfavorecidas por alguna cuestión”.

Participante 5: “Sociable, amigüero, reservado, buen sentido del humor, molesto”.

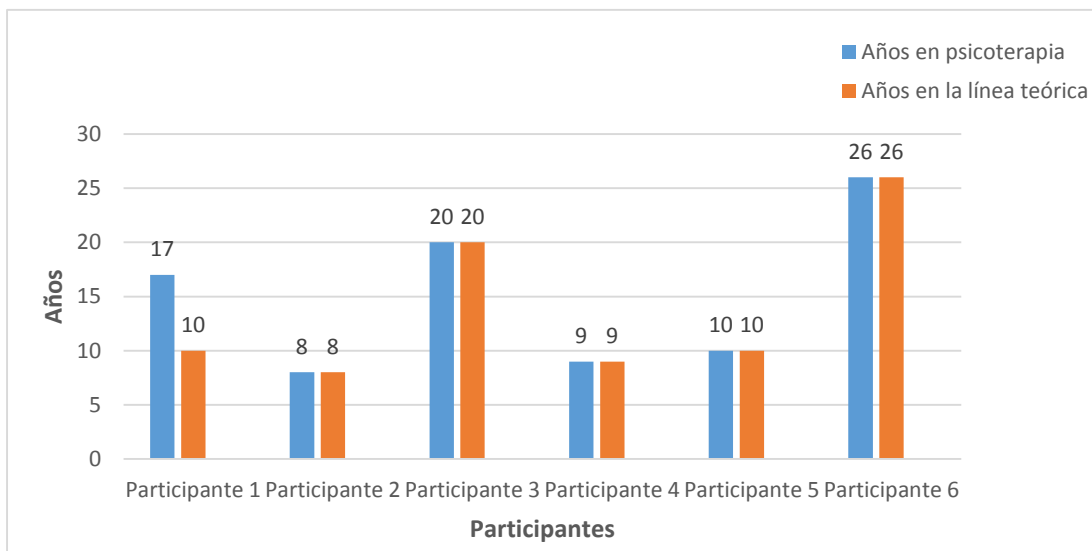
Participante 6: “Abierto, apertura a los sentimientos, vive en el presente, busca superarse, tiene miedos, constantemente actualizándose, le gusta aprender, sociable, reservado”.

- **Entrevista a Participantes del Enfoque Cognitivo-Conductual**

1. ¿Cuál es la actividad principal que realiza usted como psicólogo?



2. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando en psicoterapia? 4. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando desde esa línea terapéutica?

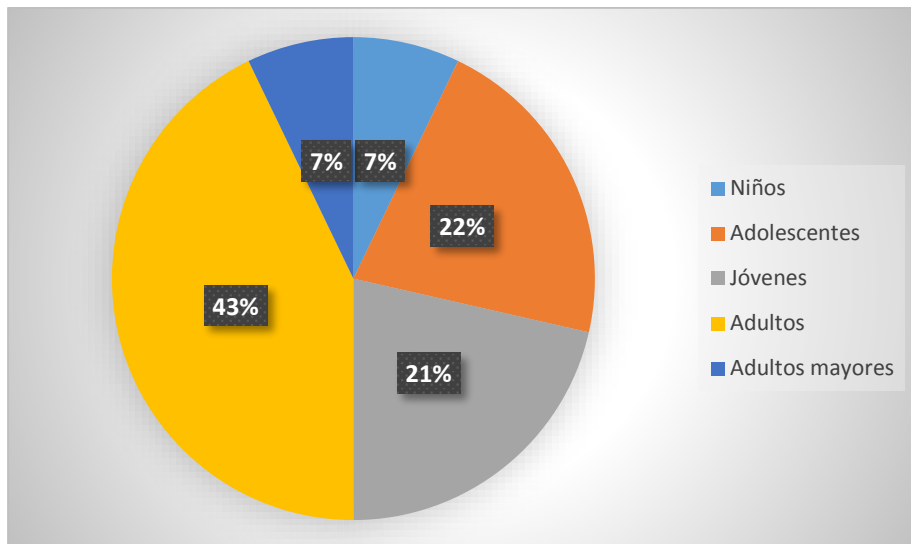


5. ¿Por qué eligió esa línea teórica?

- “Línea que abarca muchas facetas del individuo, es completa (cognitivo, conducta, emociones)”.
- La teoría es adecuada para buscar la armonía y equilibrio en el ser humano.
- “Porque el ser humano es un proceso de aprendizaje y a través de eso se convierta en acción”.

- Porque la teoría tiene explicación y solución a trastornos y sufrimientos en el ser humano.
- “Porque va con mi forma de pensar y sentir”.
- Porque en su formación académica era la que más le gustaba.
- Es una teoría práctica y viable.
- Porque fue la formación académica que recibió.

6. ¿Tiene alguna preferencia de grupo poblacional para atender en psicoterapia?



8. ¿Desde qué línea teórica tuvo su formación académica?

Participante 1: Pregrado Psicoanálisis. Posgrado Cognitivo-Conductual.

Participante 2: Pregrado Cognitivo-Conductual. Especialización PNL.

Participante 3: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Cognitivo-Conductual.

Participante 4: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Cognitivo-Conductual.

Participante 5: Pregrado Cognitivo-Conductual. Posgrado Sistémica.

Participante 6: Pregrado Cognitivo-Conductual.

9. ¿Ha estado usted en psicoterapia? 10. ¿Desde qué línea teórica fue la psicoterapia?

Participante 1: Sí. Dinámico-psicoanálisis. Junguiano.

Participante 2: Sí. Cognitivo-Conductual.

Participante 3: No.

Participante 4: No.

Participante 5: Sí. Sistémico. Hipnoterapia. Junguiano.

Participante 6: No.

3. ¿Por qué usted como paciente escogió el psicólogo terapeuta de esa línea teórica?

Participante 1: No por la línea sino porque el terapeuta cumplía con ciertas características.

Participante 2: Porque era buena como profesora.

Participante 3: Cuando hay congresos y seminarios pide ayuda profesional personal.

Participante 4: “Los espacios para trabajar las cosas personales era tipo taller de dinámica de grupo”.

Participante 5: Por cumplir requisito. Por buenas referencias.

Participante 6: “Con una compañera igual cognitiva-conductual, hacia psicoterapia para descargo emocional y estabilizarse”.

4. Describa su personalidad

Participante 1: “Introvertida, reservada, le cuesta expresar el afecto, controla mucho su parte emocional, analítica, le gusta escribir, pintar, la naturaleza, es justa, muy coherente”.

Participante 2: “Sociable, amable, solidaria, tolerante, paciente, las injusticias le hacen drástica se enoja, cariñosa, preocupada por los demás, amor a sí mismo”.

Participante 3: “Serena, carismática, paciente, tolerante, directa, clara, transparente, asertiva, mediadora, debilidades odia la mentira, la malicia, la irresponsabilidad”.

Participante 4: “Positivo, fácil de adaptarse, sacar provecho y aprendizaje de las cosas, apegado a los sentimientos pero que haya lógica, si llega a sufrir que tenga un aprendizaje ese sufrimiento. Sociable, le gusta compartir con las personas. Le gusta escuchar, le gusta los cambios, la estabilidad, poco comunicativo pero si hay temas de interés habla no más”.

Participante 5: “Artístico (cine, música, pintura, fotografía, escultura, poesía, escribe poesía, dibuja y pinta bien) sentimental y apasionado, fuerte de carácter y a veces mal humorado, deportista artes marciales y pesas desde hace 20 años. Melancólico, tendencia a ser crítico y analítico, metódico, imaginativo, creativo. Lo negativo, explosivo, resentido, fatalista, lector, soy sociable en entorno conocidos, buen sentido del humor, chistoso, enamorado, meticuloso y ordenado, hacer planes, le asusta las cosas que le sacan de la zona de confort”.

Participante 6: “Obsesivo-esquizoide. Exigente, planificador, estricto, poco sociable, mundo privado e íntimo”.

ANEXO No. 2

- **Formato de Consentimiento Informado**

Nombre de la Investigadora: Paola Peña

Directora de la Disertación: Ana Tibau

Institución: Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Título de la Investigación:

Relación entre tipos psicológicos y la elección de la aproximación teórica. Estudio realizado desde la Psicología Analítica, en 30 terapeutas de distintas corrientes psicológicas, en la ciudad de Quito, en el período de febrero a septiembre del 2016.

Usted ha sido invitado a participar en un proyecto de investigación. Antes que usted decida participar voluntariamente lea cuidadosamente este consentimiento informado, haga todas las preguntas que tenga, para que quede claro el procedimiento de la investigación.

Objetivo de la Investigación:

Esta investigación tiene el propósito de describir la relación existente entre los tipos psicológicos de cada terapeuta y la elección de la aproximación teórica mediante la aplicación del test MBTI y una entrevista estructurada.

Participantes de la Investigación:

La investigación es totalmente voluntaria, usted puede participar o abandonar el estudio sin tener penalización de ningún tipo.

Para esta investigación se contará con la participación de 30 psicólogos terapeutas de distintas líneas teóricas.

Procedimiento:

Para el estudio de la relación entre tipos psicológicos y la elección de la aproximación teórica se aplicará un test de tipología “test MBTI” con duración aproximada de 25 minutos, y una entrevista estructurada con duración de 15 minutos. Para minimizar el tiempo se hará uso de una grabadora para registrar la información proporcionada en esta entrevista.

El tiempo total estimado por participante es de 50 minutos.

Beneficios:

Debe quedar claro que usted no recibirá ningún beneficio económico por participar en este proyecto de investigación.

Su participación contribuirá a la elaboración y presentación de este proyecto como la primera investigación realizada con esta temática.

Privacidad y Confidencialidad:

La información que se recoja durante la investigación se mantendrá confidencial. La información no será entregada a nadie excepto a la directora y tutores encargados de revisar el proyecto de investigación. Los resultados de la investigación serán publicados pero su identidad no será compartida. Los resultados que se obtengan de la investigación, se compartirá con usted antes de ponerlo a disponibilidad de los demás interesados.

Derecho a Retirarse de la Investigación:

Usted puede retirarse de la investigación en cualquier momento, sin embargo los datos obtenidos hasta el momento seguirán siendo parte de la investigación a menos que usted solicite expresamente que sus datos e información sean borrados.

Esta propuesta de investigación ha sido revisada y aprobada por la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

Facultad de Psicología

Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Relación entre tipos psicológicos y la elección de la aproximación teórica. Estudio realizado desde la Psicología Analítica, en 30 terapeutas de distintas corrientes psicológicas, en la ciudad de Quito, en el período de febrero a septiembre del 2016.

Yo, con cédula de ciudadanía No..... he leído la información proporcionada. He tenido la oportunidad de preguntar y se me ha sido aclarado todas las interrogantes. De esta manera manifiesto mi participación voluntaria a colaborar en la investigación que la estudiante..... me ha invitado a participar. Actúo libre y voluntariamente como colaborador/a contribuyendo a este procedimiento de forma activa. Soy conocedor/a del derecho que tengo a retirarme de la investigación en cualquier momento, sin que se me afecte de ninguna manera.

Fecha:

Firma del participante:

Nombre del participante:

C.I.:

.....
Paola Peña

C.I.: 1723909337

Estudiante de Psicología Clínica

Pontificia Universidad Católica del Ecuador

ANEXO No. 3

- **Preguntas de la Entrevista Estructurada**

1. ¿Cuál es la actividad principal que realiza usted como psicólogo?
2. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando en psicoterapia?
3. ¿Cuál es su línea terapéutica?
4. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando desde esa línea terapéutica?
5. ¿Por qué eligió esa línea teórica?
6. ¿Tiene alguna preferencia de grupo poblacional para atender en psicoterapia?
7. ¿En qué institución terminó sus estudios universitarios en pregrado/posgrado?
8. ¿Desde qué línea teórica tuvo su formación académica en pregrado/posgrado?
9. ¿Ha estado usted en psicoterapia, como paciente?
10. ¿Cuánto tiempo estuvo?
11. ¿Desde qué línea teórica fue la psicoterapia?
12. ¿Sabía usted que el psicólogo trabajaba desde esa línea teórica?
13. ¿Por qué usted como paciente escogió el psicólogo terapeuta de esa línea teórica?
14. ¿Cree usted que hay relación entre la personalidad del terapeuta y el paciente para mantenerse o retirarse del proceso terapéutico? ¿Si o No? ¿Por qué?
15. Describa su personalidad.
16. ¿Cree que hay alguna relación entre la personalidad y la elección de la línea teórica? ¿Si o No? ¿Por qué?