



Sociedad Española de
Medicina Psicosomática
y Psicoterapia



Nuevas aportaciones de la investigación: **lo que cura en Psicoterapia**

José Luis Marín
Septiembre de 2022
www.psicociencias.com

Puedes encontrar la presentación completa en
www.psicociencias.com



The image shows a screenshot of the SEMPYP website. At the top left is the SEMPYP logo, which consists of a stylized 'S' and 'P' in green and red, followed by the text 'SEMPyP'. To the right of the logo is a navigation menu with the following items: 'Nosotros', 'Formación', 'IDAE-EMDR', 'Asistencia e Investigación', 'Publicaciones', and 'Aula Virtual'. The 'Publicaciones' item is circled in blue. Below the navigation menu is a large banner image featuring a close-up of a watch face and a woven basket. The text 'NOTICIAS' is centered in the banner, with the subtitle '¿QUIERES ESTAR AL DÍA DE TODAS NUESTRAS NOVEDADES? ¡SÍGUENOS!' below it. At the bottom of the banner, there are two empty rectangular boxes. In the bottom right corner of the banner area, there is a small logo and the text 'Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia'.

SEMPyP

Nosotros ▾ Formación ▾ IDAE-EMDR ▾ Asistencia e Investigación ▾ **Publicaciones** ▾ Aula Virtual ▾

NOTICIAS

¿QUIERES ESTAR AL DÍA DE TODAS NUESTRAS NOVEDADES? ¡SÍGUENOS!

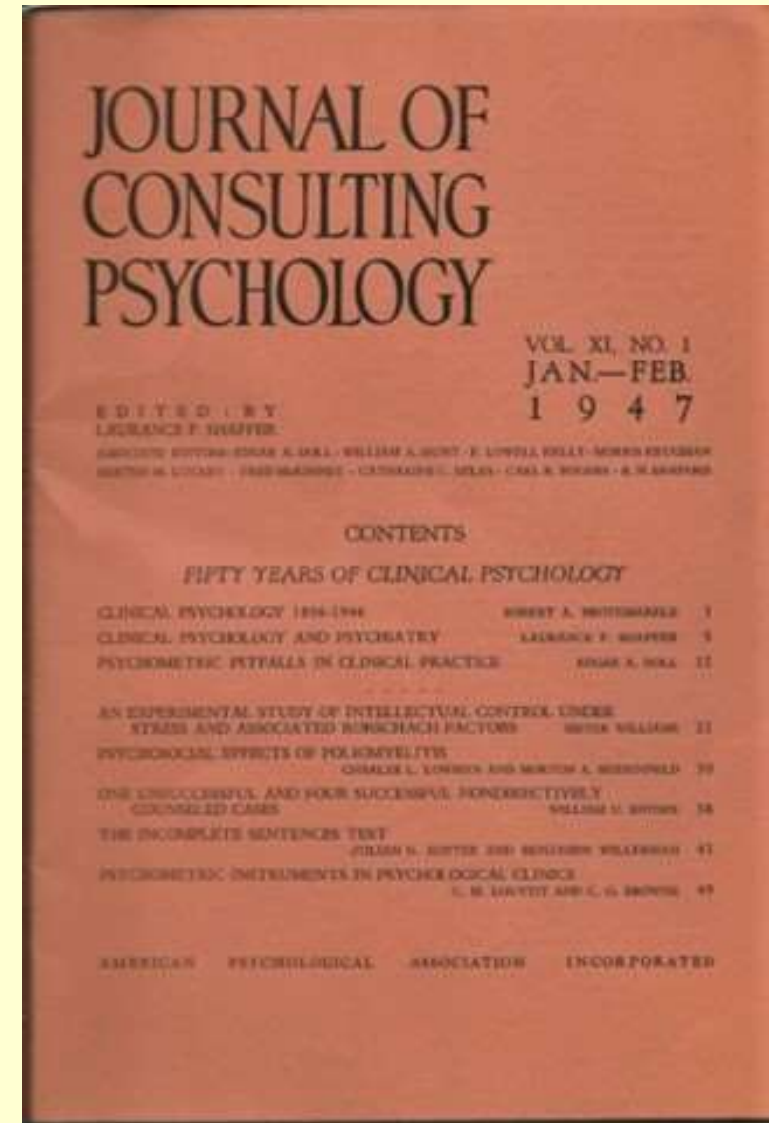
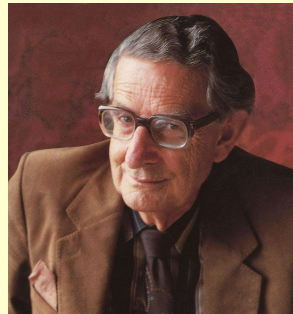
Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia



Hans Jürgen Eysenck

Berlín, 1916-Londres, 1997

- *“La respuesta al tratamiento psicoterapéutico no es mejor que la lograda por remisión espontánea”, 1967*
- Su error impulsó la investigación sobre los resultados de la psicoterapia.



Realmente, ¿es útil la psicoterapia?

- La psicoterapia es un procedimiento eficaz en el abordaje de múltiples problemas, pero...
- ¿Qué es lo que cura en psicoterapia?
 -
 - ...
 - ...



Recognition of Psychotherapy Effectiveness

Approved August 2012

This resolution reports on the general effectiveness of psychotherapy. In addition, APA is in the process of creating clinical treatment guidelines. These guidelines will help identify specific treatments which are most effective for particular problems or patients.

Clinical Treatment Guidelines

APA's progress in developing treatment guidelines is described in an ongoing series of articles in the *Monitor* and newsletters produced by various APA and APAPO offices.

[News about the treatment guidelines >](#)

- La APA, en su resolución sobre el reconocimiento de la efectividad de la psicoterapia, indica que los resultados del tratamiento se ven **más influenciados por ciertas características del paciente, así como por factores asociados al contexto y al profesional clínico**, que por el diagnóstico o por una marca específica de tratamiento.
- Asimismo, se señala que **no existen diferencias significativas entre distintos modelos de terapia**.



Pero...

Alberto Gimeno (2021)

- En ensayos clínicos, usando tratamientos con apoyo empírico, hay 30-40% de personas que no mejoran.
- El porcentaje de abandonos prematuros es de un 20% por término medio. Hasta un 65% en algunos encuadres.
- Hay personas que empeoran estando en terapia: 8-10%
- En atención rutinaria (práctica “real”) solo mejoran un ¡35%!



Investigaciones recientes

- Existen diferencias muy grandes entre clínicos (en términos de resultados): Supershrinks.
- Independientemente del enfoque o modelo teórico del profesional.
- Esta es la “nueva perspectiva” en psicoterapia: **el factor “T”**.



Vamos a pensar, ¿qué es lo que cura en psicoterapia?

Evolución histórica:

- La especificidad del modelo: la técnica como argumento.
- El movimiento de los factores comunes.
- La relación terapeuta-paciente.
- Factores centrados en el profesional.



EL GRAN DEBATE DE LA PSICOTERAPIA

LA EVIDENCIA DE QUÉ HACE QUE LA TERAPIA FUNCIONE



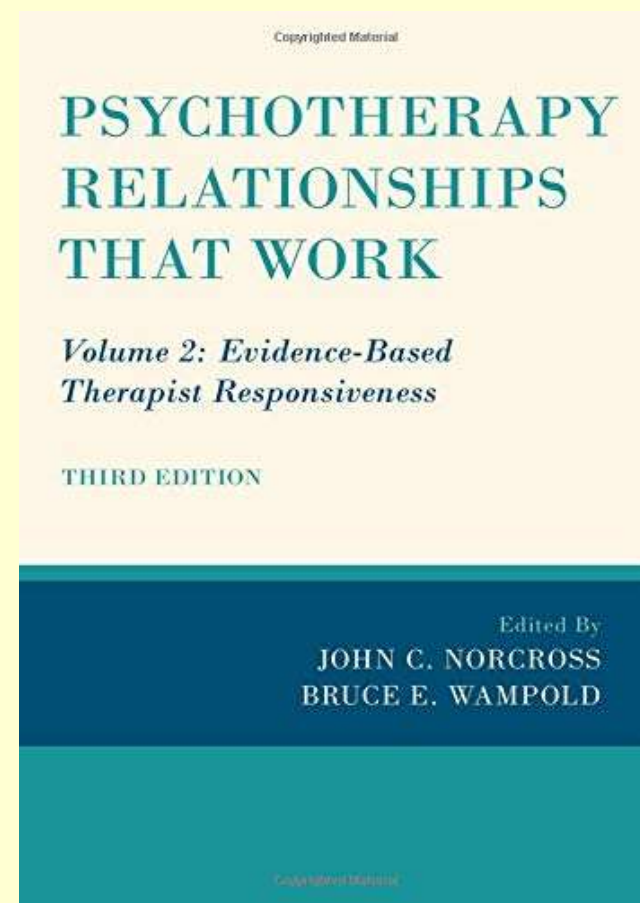
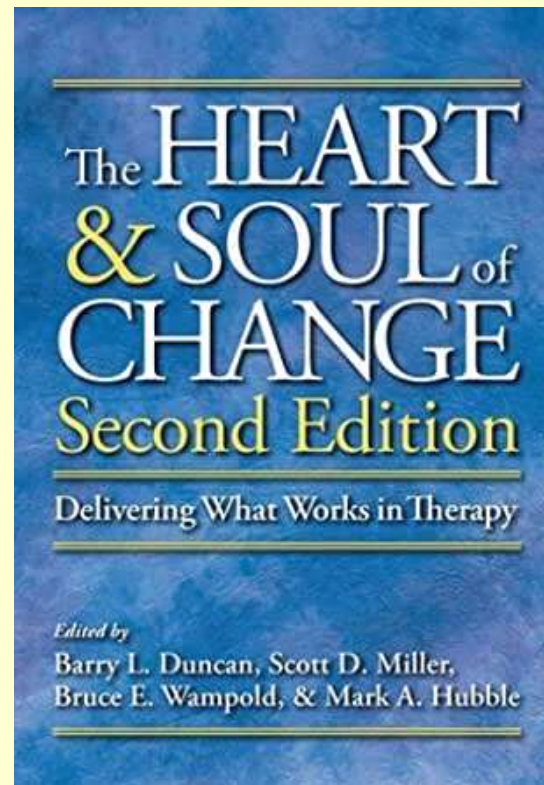
BRUCE E. WAMPOLD
y ZAC E. IMEL



Bruce Wampold

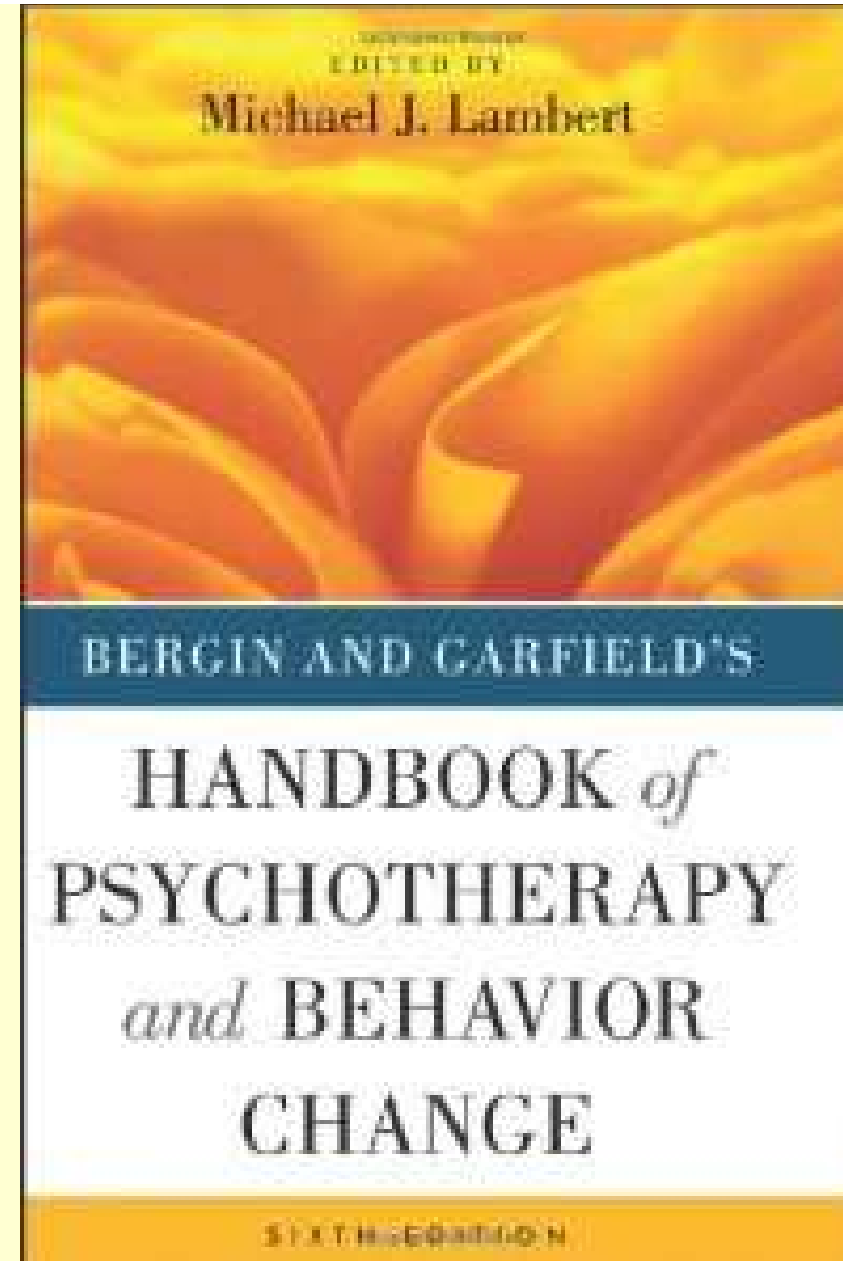
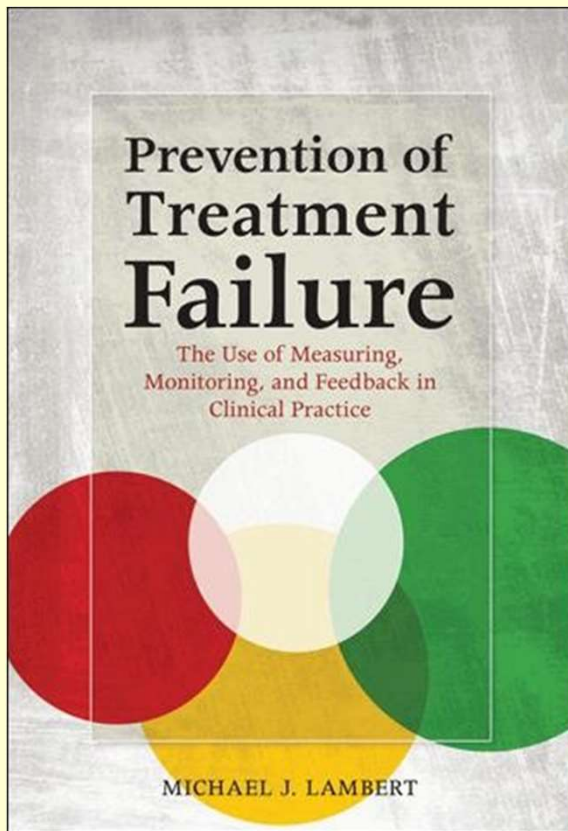
Wa. 1948

U. de Wisconsin



Michael Lambert

U. de Utah



Eficacia de la psicoterapia

M. J. Lambert, 1992

- La psicoterapia es más eficaz que su ausencia o que las intervenciones informales.
- Ninguna forma de terapia se ha mostrado, de forma significativa y consistente, superior a las demás, particularmente a largo plazo.

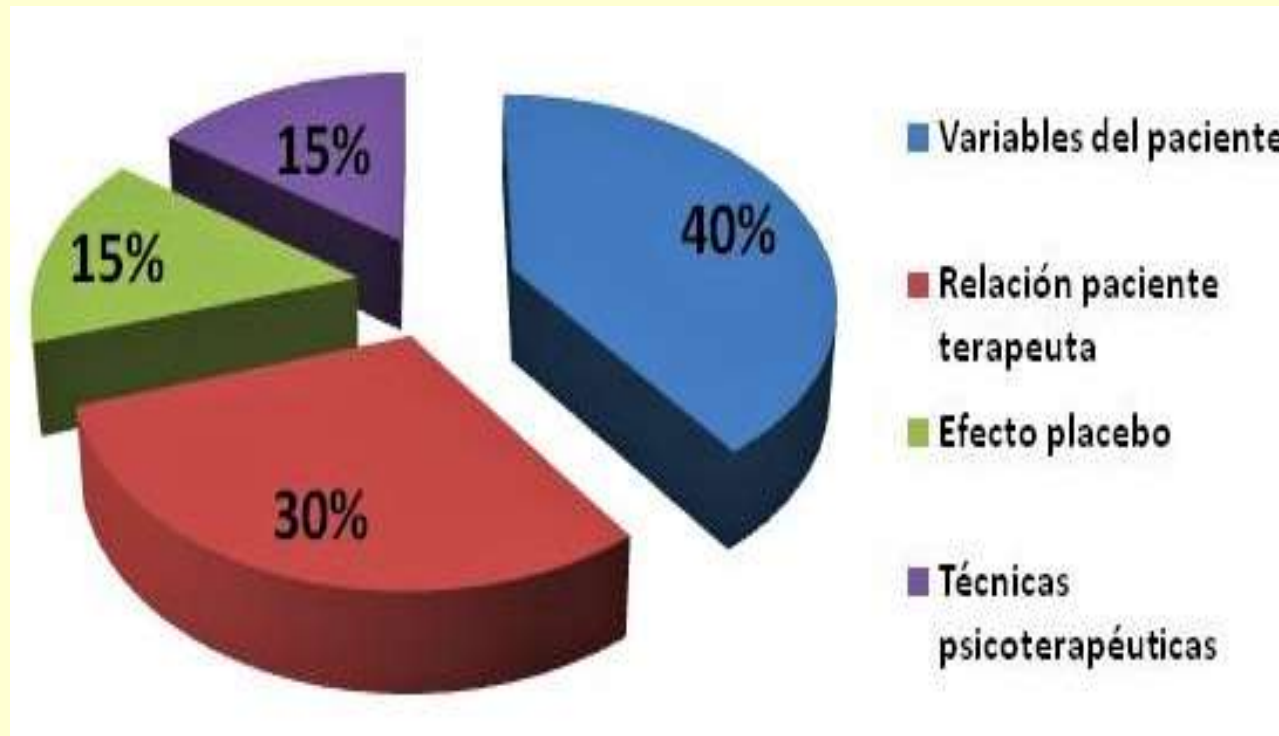


- Independientemente del tipo de terapia, la mayoría de los pacientes que muestran mejorías iniciales tienden a mantenerlas.
- 40% mejorías atribuibles a “factores extraterapéuticos”. Variables del paciente: características personales y del medio (acontecimientos vitales, apoyo social, etc.).

- 30 % mejorías atribuibles a “factores comunes”: Legitimar, empatía, calor, aceptación, compromiso, animar a tomar riesgos.
- Destacamos las cualidades del terapeuta y su formación, encuadre físico...
- En resumen, la **alianza terapéutica**.

- 15 %, placebo: sugestión, expectativas, etc. . La “expectación” equivale a la condición “d” de Frank, que se refiere a que tanto paciente como terapeuta *deben creer en el poder restaurador de los procedimientos o rituales de la terapia (cualquiera que sea el modelo)*.
- 15 %, técnicas específicas.

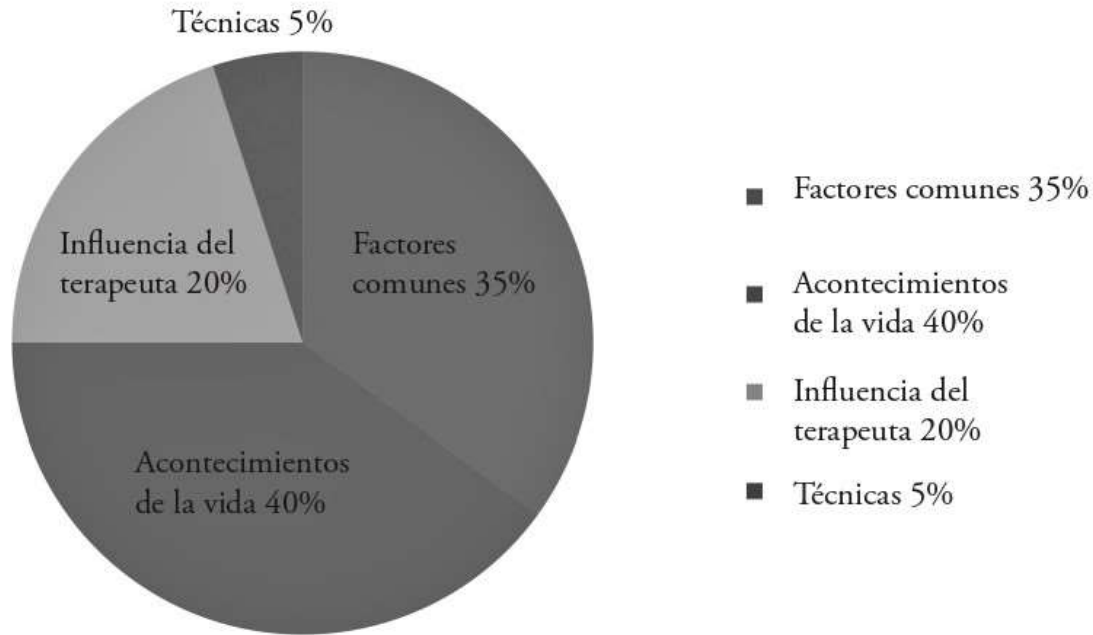
Factores que explican los resultados en psicoterapia



Pero Lambert (1982) no incluyó un factor que hoy sabemos fundamental: el terapeuta



Factores responsables de la eficacia de la psicoterapia



Fuente: M. Lambert, comunicación personal.

A. Fernández Liria

U. A. H.

REV. ASOC. ESP. NEUROPSIQ. 2019; 39(136): 175-188
DOI: 10.4321/S0211-57352019000200009

Psicoterapias en la red comunitaria de atención a la salud mental. La óptica de las narrativas¹

Psychotherapies in the community mental health network. The narrative approach

ALBERTO FERNÁNDEZ LIRIA^a, BEATRIZ RODRÍGUEZ VEGA^b

(a) Psiquiatra. Hospital Universitario Príncipe de Asturias. Universidad de Alcalá. Alcalá de Henares, Madrid, España

(b) Psiquiatra. Hospital Universitario La Paz. Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España

Últimos hallazgos: los efectos del terapeuta

- Aunque en promedio los clínicos que trabajan en el ámbito de la salud mental logran que sus pacientes mejoren (Lambert, 2013; Wampold y Imel, 2015), el estudio de los efectos del terapeuta pone de manifiesto un hecho incómodo: **algunos clínicos son más eficaces que otros y, en ocasiones, estas diferencias son de un tamaño considerable.**



El estudio de los efectos del terapeuta: factor T

- Castonguay y Hill (2017)
- Variable despreciada inicialmente en los estudios de investigación.
- Interesa saber qué características poseen los clínicos más eficaces.
- Si las identificamos, será posible aprenderlas



Efectos del terapeuta

Prado-Abril, 2019

- “Un constructo transteórico que puede conceptualizarse como un factor común presente en las diferentes formas o modelos de psicoterapia y que se define **como el porcentaje de la varianza de los resultados de la psicoterapia que se explica por la persona del profesional**, con independencia del efecto de otros aspectos como pueden ser el tipo de tratamiento, las técnicas empleadas o el diagnóstico del paciente”



Papeles del Psicólogo / Psychologist Papers, 2019 Vol. 40(2), pp. 89-100

<https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2888>

<http://www.papelesdelpsicologo.es>

<http://www.psychologistpapers.com>

Artículos



PERICIA, EFECTOS DEL TERAPEUTA Y PRÁCTICA DELIBERADA: EL CICLO DE LA EXCELENCIA

EXPERTISE, THERAPIST EFFECTS AND DELIBERATE PRACTICE: THE CYCLE OF EXCELLENCE

Javier Prado-Abril¹, Alberto Gimeno-Peón², Félix Inchausti³ y Sergio Sánchez-Reales⁴

¹Servicio Aragonés de Salud. ²Práctica privada, Gijón. ³Servicio Riojano de Salud. ⁴Servicio Murciano de Salud



- El estudio de Saxon y Barkham (2012) demuestra hasta qué punto puede haber diferencias en la efectividad de los clínicos:
- La tasa de CCS (cambio clínico significativo) variaron desde especialistas que lograban un 23,5 % hasta los que conseguían un 95,6 %.





Journal Information
Journal TOC

Search APA PsycNet

APA PsycArticles: Journal Article

Patterns of therapist variability: Therapist effects and the contribution of patient severity and risk.

© Request Permissions

Saxon, D., & Barkham, M. (2012). Patterns of therapist variability: Therapist effects and the contribution of patient severity and risk. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 80*(4), 535–546. <https://doi.org/10.1037/a0028898>

[Correction Notice: An Erratum for this article was reported in Vol 80(4) of *Journal of Consulting and Clinical Psychology* (see record [2012-16576-001](https://doi.org/10.1037/a0028898)). In the article's Appendix, the symbol β in line 1 of the model should be repeated in lines 3 and 4, rather than B.] Objective: To investigate the size of therapist effects using multilevel modeling (MLM), to compare the outcomes of therapists identified as above and below average, and to consider how key variables—in particular patient severity and risk and therapist caseload—contribute to therapist variability and outcomes. Method: We used a large practice-based data set comprising patients referred to the U.K.'s National Health Service primary care counseling and psychological therapy services between 2000 and 2008. Patients were



- Lambert (2013) señala que una persona que sea atendida por el clínico más efectivo necesitará entre 6 y 7 sesiones para obtener un CCS;
- por el contrario, si tiene la mala fortuna (*sic*) de ser atendida por el profesional menos efectivo ¡necesitará 94 sesiones!



Proyecto Supershrink

- Proyecto “Supershrink” (traducible al castellano como “superloquero”), liderado por el International Center for Clinical Excellence, ICCE (www.centerforclinicaexcellence.com)
- Supone nuevamente un rechazo a la perspectiva médica de la Salud Mental y a la orientación basada en los modelos terapéuticos; la alternativa planteada es dirigir la atención al proceso por el que un profesional desarrolla su pericia profesional para (si lo hace eficazmente) convertirse en un experto, en un “supershrink”.



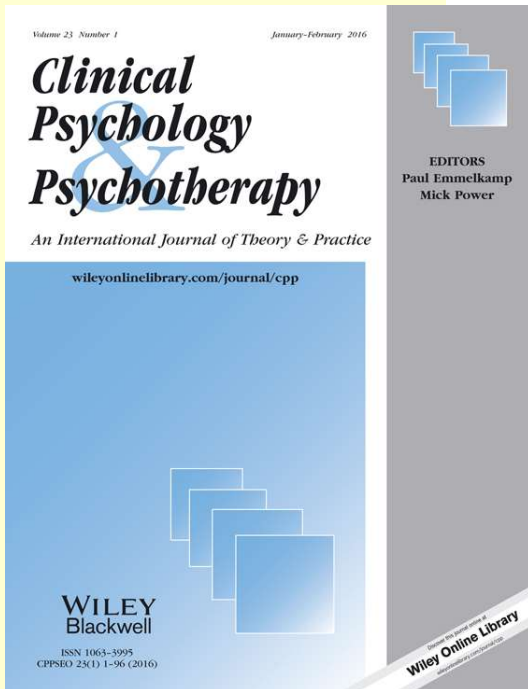
Clinical Psychology and Psychotherapy
Clin. Psychol. Psychother. **10**, 361–373 (2003)

Waiting for Supershrink: An Empirical Analysis of Therapist Effects

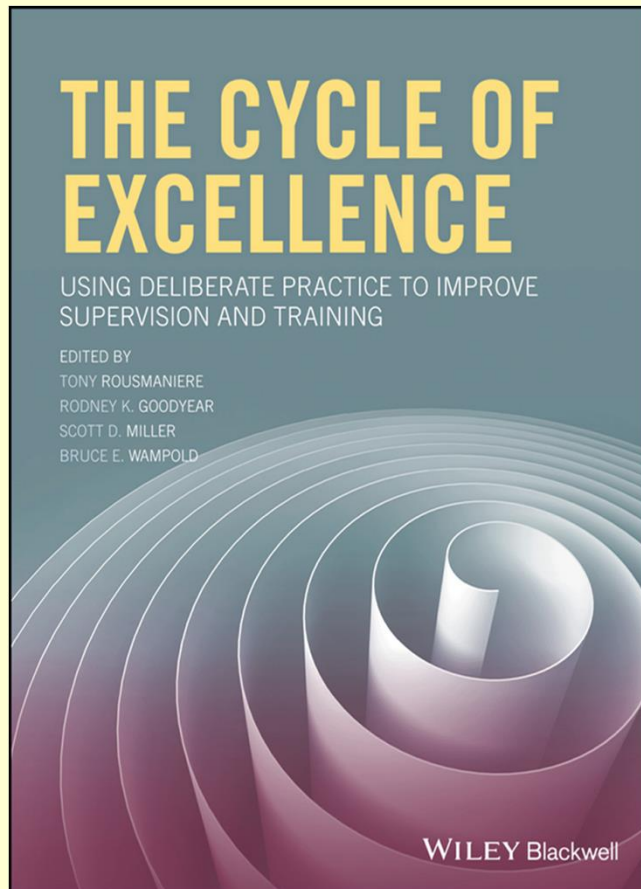
John Okiishi,¹ Michael J. Lambert,^{1*} Stevan L. Nielsen¹
and Benjamin M. Ogles²

¹Brigham Young University, UT, USA

²Ohio University, OH, USA



Mediocridad o excelencia: un debate (y un precio)



ICCE

[About](#) [Training](#) [Top Performance Blog](#) [FIT Tools, Software & Research](#) [Contact Us](#) 

Welcome to the International Center for Clinical Excellence

The ICCE is a world-wide non-for-profit community of practitioners, healthcare managers, educators, and researchers dedicated to promoting excellence in behavioral healthcare services through Feedback-Informed Treatment (FIT) and Deliberate Practice (DP).

[ABOUT US](#)





The Secrets of Supershrinks: Pathways to Clinical Excellence

Supershrinks
(superloqueros)



Therapist effects, effective therapists, and the law of variability.



EXPORT



Add To My List



© Request Permissions



Database: APA PsycBooks

Chapter

[Barkham, Michael](#)

[Lutz, Wolfgang](#)

[Lambert, Michael J.](#)

[Saxon, David](#)

Book TOC: Chapter PDFs

Citation

Barkham, M., Lutz, W., Lambert, M. J., & Saxon, D. (2017). Therapist effects, effective therapists, and the law of variability. In L. G. Castonguay & C. E. Hill (Eds.), *How and why are some therapists better than others?: Understanding therapist effects* (pp. 13–36). American Psychological Association.

<https://doi.org/10.1037/0000034-002>

Get Access

Related Content



Los supershrinks

Ejercicio: pensando en los clínicos que mejores resultados tienen:

- ¿Qué características crees que poseen?
- ¿Qué hacen diferente?
- ¿Cómo lo hacen?
- ¿Son rasgos de su personalidad?
- ¿Se puede aprender?



Los supershrinks

Pensando:

- Cuando tienes que recomendar a un psicoterapeuta para un familiar, ¿qué criterios sigues?
- ...
- ...
- ...

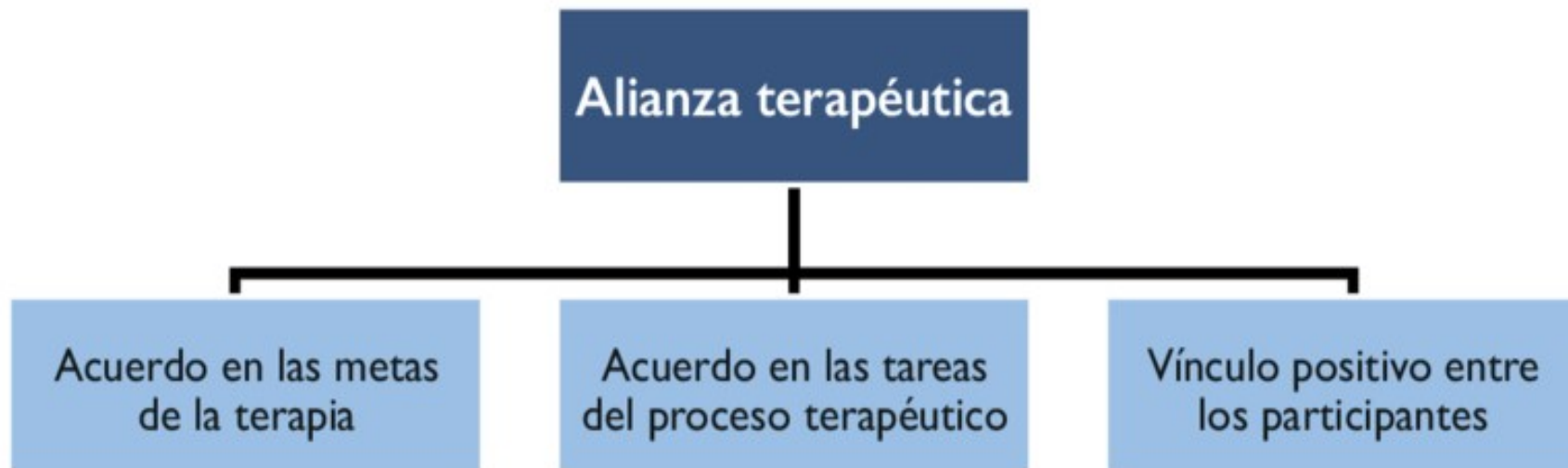


Los supershrinks: 10 características

1. **Habilidad para establecer una sólida alianza terapéutica** con un amplio rango de pacientes.

- La alianza es el constructo más estudiado de la investigación el sobre proceso psicoterapéutico. Cientos de estudios recientes dan cuenta de su gran influencia en los resultados de los tratamientos psicológicos.





- No es automática: requiere conocimiento y esfuerzo
- No es estable
- Las rupturas pueden ser una excelente oportunidad para avanzar en el proceso



2. Habilidades interpersonales facilitadoras del cambio (FIS, *facilitative interpersonal skills*):

- Fluidez y claridad en la comunicación
- Calidez y respeto: “normas básicas de educación”
- Empatía y sintonía
- Expresión emocional regulada: responder vs reaccionar
- Capacidad de persuasión
- Capacidad para infundir esperanza
- Capacidad para vincular con otras personas
- Capacidad para comprender el problema presentado por el paciente (evaluación)
- Manejo eficaz de las críticas



La presencia

REVISTA DEL ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE MÉDICOS DE MADRID

Nº 152
OCTUBRE 2021

MADRID MÉDICO

#somosmédicos

“A nadie le importa cuanto sabes, hasta que saben lo mucho que te importan”

6 MADRID MÉDICO • Nº 152 Octubre 2021

“Nobody cares how much you know,
until they know how much you care”
Theodore Roosevelt

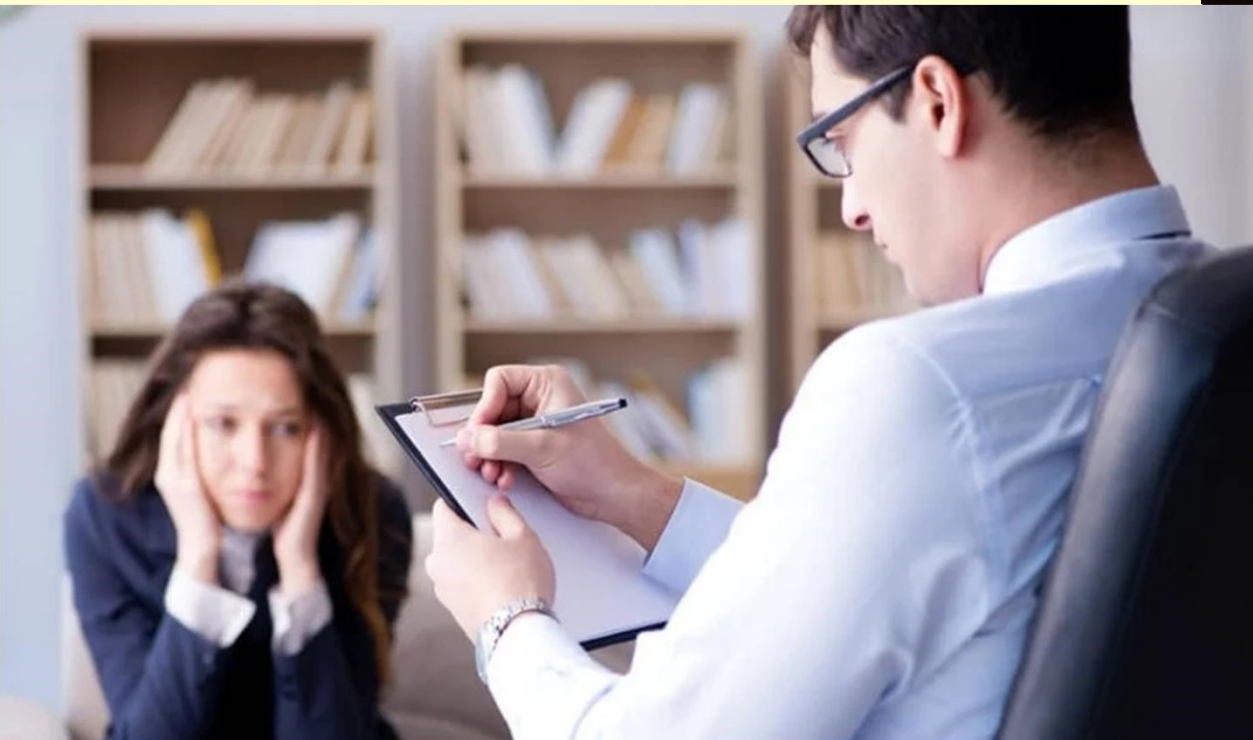
“A nadie le importa cuánto sabes,
hasta que sepan lo mucho que te importan”

La conducta no verbal
y la importancia de la neurociencia

Doctor,
¿me está escuchando?



La mirada



3. Dudas sobre el nivel de desempeño:

- Capacidad para dudar sobre si lo estamos haciendo bien (*professional self-doubt*, PSD).
- “Quiérete como persona, duda como profesional” (Nissen-Lie, 2015).
- Para que esto sea útil es necesario contar con un “sentido del self” positivo (¿terapia personal?).
- Capacidad para mantener un proceso de formación continuada, pudiendo criticar las posiciones establecidas.



“La duda es un privilegio de la inteligencia” (Ortega y Gasset)... y de la seguridad

APA PsycNet®

 AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION

English ▼ Login Cart (0) Help Contact Us

SEARCH ▶

BROWSE ▶

Recent Searches

My List

My PsycNet

Love yourself as a person, doubt yourself as a therapist?

 EXPORT  Add To My List   

Database: APA PsycInfo

Journal Article

[Nissen-Lie, Helene A.](#) [Rønnestad, Michael Helge](#) [Høglend, Per A.](#) [Havik, Odd E.](#) [Solbakken, Ole André](#) [Stiles, Tore C.](#) [Monsen, Jon T.](#)

Full text from publisher

Citation

Nissen-Lie, H. A., Rønnestad, M. H., Høglend, P. A., Havik, O. E., Solbakken, O. A., Stiles, T. C., & Monsen, J. T. (2017). Love yourself as a person, doubt yourself as a therapist? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(1), 48–60.

<https://doi.org/10.1002/cpp.1977>

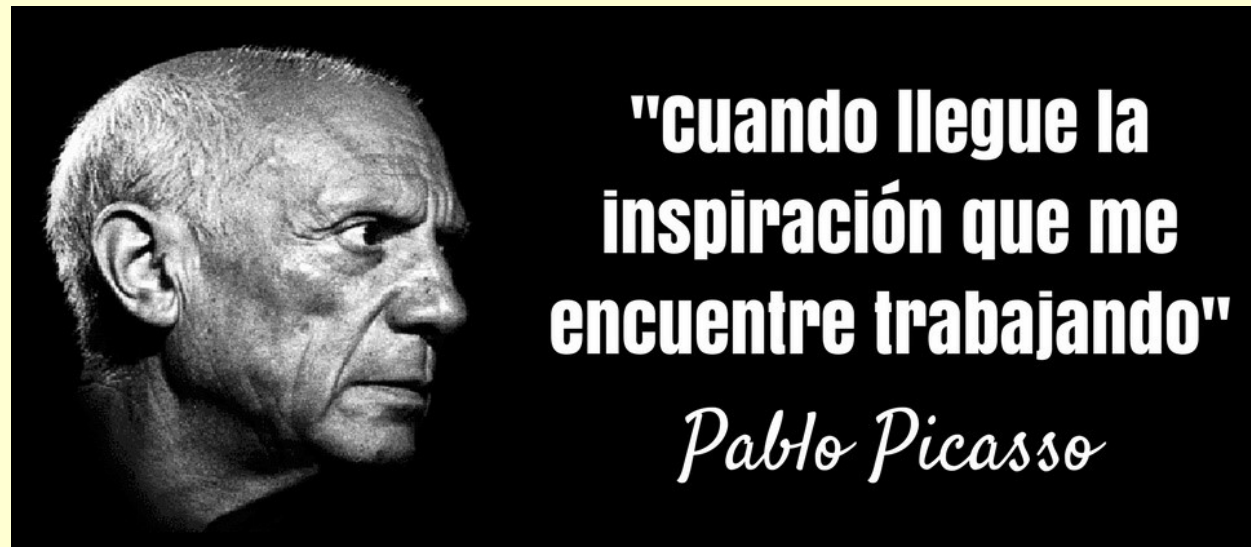
4. Practica deliberada (Chow, 2014):

- La experiencia práctica que sí mejora el rendimiento.
- Se refiere a aquellas actividades
 - realizadas con esfuerzo sistemático,
 - que se focalizan en la mejora del rendimiento propio,
 - que se realizan durante extensos períodos de tiempo,
 - con la guía de un mentor que proporciona feedback inmediato (supervisión) sobre la ejecución,
 - consiguiendo progresivamente una mejora de la práctica mediante la repetición y el refinamiento sucesivo.



La practica deliberada y la inspiración

- Los clínicos cuyo rendimiento se sitúa por encima del 75 % de sus compañeros dedican una media de 2,81 veces más tiempo a la semana a la práctica deliberada en solitario.



5. El Estilo personal del terapeuta (EPT) y su estilo de apego:

- El terapeuta es capaz de crear una “Base segura” desde la que el paciente puede re-explorar el mundo.
- La psicoterapia como “experiencia emocional correctora” (F. Alexander).



6. Capacidad para monitorizar resultados.
7. Estar presente y relajado en la sesión: *mindfull*. Limitar el estrés.
8. El uso del humor.
9. El manejo de la contratransferencia: repartir adecuadamente las ansiedades.

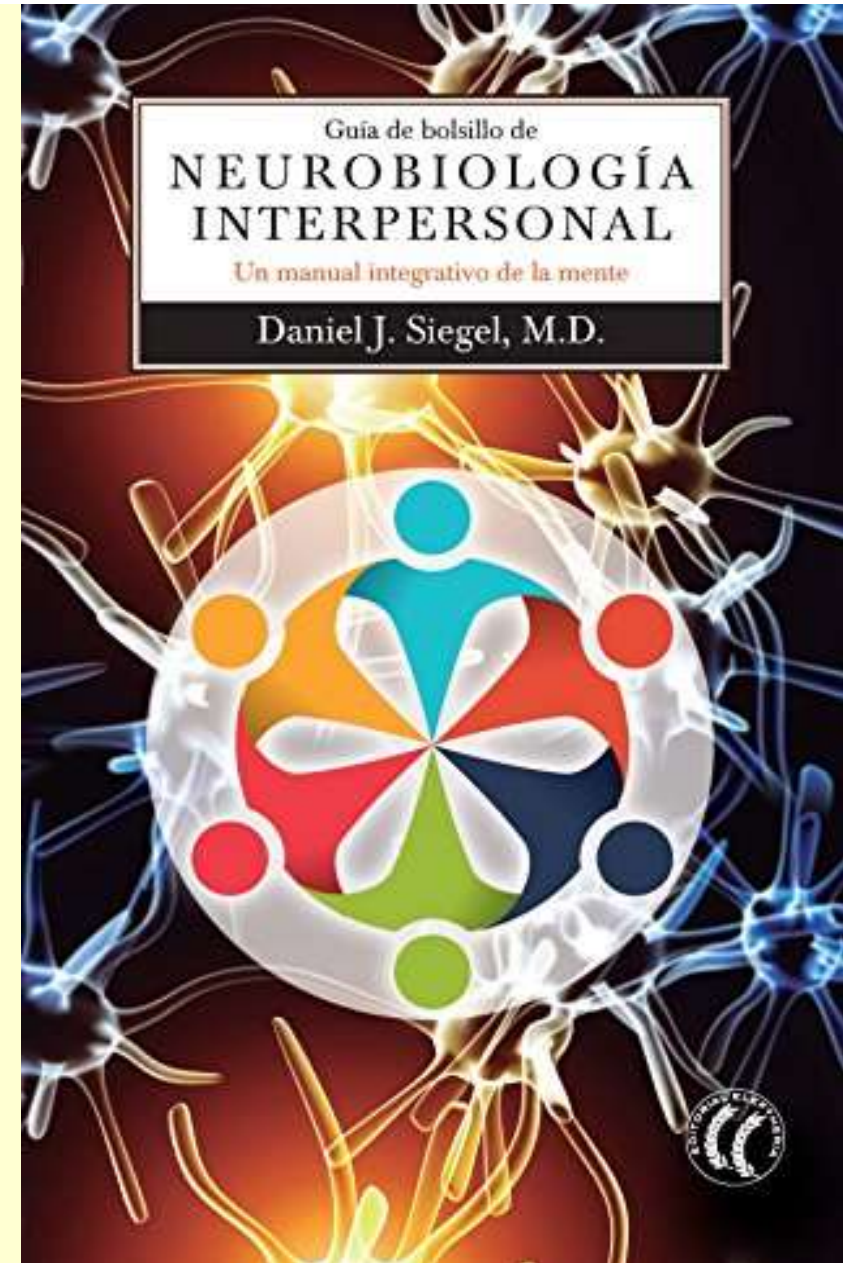


10. Autocuidado:

- En todos los ámbitos (es muy difícil separar personal-profesional)
- Fomentar nuestra propia neuroplasticidad:
Neurobiología interpersonal (D. Siegel)



Daniel Siegel
1957
U.C.L.A.



Neuroplasticidad y vida cotidiana

D. Siegel, 2016:

- Practicar ejercicio aeróbico
- Dormir bien
- Comer bien
- Tener relaciones sociales de calidad
- Disfrutar de novedades
- Estar atentos y concentrados
- Dedicarnos tiempo interior
- Fomentar el sentido del humor



Demoleedor

- Un estudio de Imel, Sheng, Baldwin y Atkins (2015) muestra, mediante una simulación, que retirando de una muestra de clínicos aquellos con peores resultados mejoraría significativamente la salud pública.
- Elije dónde quieres estar.



DOI: 10.1037/pst0000023 • Corpus ID: 3766878

Removing very low-performing therapists: A simulation of performance-based retention in psychotherapy.

Zac E. Imel, Elisa Sheng, +1 author David C. Atkins • Published 1 September 2015 • Psychology, Medicine • Psychotherapy

Therapists can impact the likelihood a given patient will benefit from psychotherapy. However, therapists are rarely held accountable for their patients' outcomes. As a result, low-performing providers likely continue to practice alongside providers with high response rates. In the current study, we conducted a Monte Carlo simulation to illustrate a thought experiment-what happens to patient outcomes if therapists with the worst outcomes were removed from practice? We drew initial samples of 50... [Expand](#)

[View on PubMed](#)

[doi.org](https://doi.org/10.1037/pst0000023)

[Save to Library](#)

[Create Alert](#)

[Cite](#)



Muchas gracias por
tu atención

www.psicociencias.com

