

TEMA 1

HISTORIA DE LA PSICOTERAPIA

1. EL MUNDO CLÁSICO

El [origen de la psicoterapia actual hay que situarla en Grecia y mundo Clásico \(Pregunta PIR\)](#) donde surge el pensamiento racional, y con él, la tradición filosófica y la tradición médica.

La **palabra** fue utilizada en Grecia con fines curativos. A la palabra persuasiva se le llamó “**ensalmo**”. En la obra de Platón aparecen observaciones sobre pasiones, los sueños y el inconsciente, que parecen antecedentes del pensamiento de Freud. Así pues, esta tradición filosófica aporta a la psicoterapia una concepción racional y un conjunto de argumentos y métodos para que la parte racional del ser humano predomine sobre la pasional/animal. Este criterio valorativo se encuentra estructurado en torno a 2 doctrinas éticas:

- La **Aristotélica**, que intenta hacer explícitos los principios que deben regir una vida feliz, instaurando la doctrina de “**in medius virtus**”, que ha prevalecido hasta nuestros días. Y argumenta que toda acción es fuente potencial de placer si se ejerce conforme a la naturaleza del ser que la realiza, en el caso del hombre, es la **virtud**, que reside en el justo medio de dos extremos viciosos.
- La **Estoica**, más radical, que consiste en prescindir de las pasiones por considerarlas irracionales y como representaciones falsas de las cosas por lo que pueden conducir a la enfermedad del alma. Aprendían a controlar las pasiones por medio de ejercicios escritos y verbales de concentración y meditación.

En Grecia también podemos adjudicar las raíces de la tradición médica occidental. La emergencia del pensamiento racional introdujo cambios notables en la clasificación de las enfermedades y la conducta anormal:

- **Hipócrates** (S. IV a. C.) sistematizó conocimientos de fuentes diversas, localizando las enfermedades en los estados internos del organismo, postulando la existencia de cuatro **humores** (Sangre, Bilis Amarilla, Bilis Negra y la Flema) cuyo equilibrio correspondía a la salud. La curación se consideraba obra de la naturaleza, y la función del médico era ayudar a la naturaleza en su lucha por restablecer el equilibrio.
- **Galeno** desarrolló los esquemas básicos de la medicina hipocrática, distinguiendo entre cosas **naturales**, cosas **preternaturales** (en contra de la naturaleza, la enfermedad, sus causas y sus síntomas), y cosas **no naturales** (no pertenecen a la naturaleza humana, y que pueden ser causas externas de la enfermedad, constituyendo la base de la terapia). La “enfermedad” es una disposición preternatural del cuerpo por el que se alteran las funciones vitales. Distinguía entre **pasiones sanas** (competencia de la moral) y **pasiones enfermizas**, para las que reclamó la medicina, acudiendo a la razón para curarlas, aconsejando la serenidad y la imposición de un tutor.

2. LA EDAD MEDIA Y RENACIMIENTO

Durante la **Edad Media** la iglesia jugó un papel determinante a la hora de considerar los trastornos mentales como productos de una voluntad sobrenatural, el diablo. Por lo que los tratamientos iban desde la oración hasta la hoguera, la tortura o el exorcismo.

La vida interior se origina con la **doctrina neotestamentaria**, según la cual, el hombre, puede pecar tanto con su conducta como con su corazón. La implantación de esta doctrina cambia la concepción del hombre,

que se ve como una realidad emergente de la nada dotada de un centro cuasidivino por el que puede deificarse o pecar.

Aspectos importantes para la psicoterapia desde esta filosofía medieval:

- Los recursos para comunicarse con Dios, especialmente la confesión, que ahora se vuelve vehículo de expresión y configuración de la vida interior.
- Los recursos para evitar el pecado, cultivados especialmente por las órdenes religiosas.

Algunos personajes importantes en esta época son:

✎ **San Agustín (354 –430): Último gran filósofo clásico y primer gran filósofo cristiano.** Sus opiniones dominaron la filosofía medieval hasta el año 1300. En su pensamiento se combinan concepciones Estoicas, Neoplatónicas y Cristianas. Fue el **representante más destacado de la orientación Neoplatónica**. S. Agustín tan sólo **quería conocer a Dios y el alma** y empleó la fe cristiana en la justificación de su creencia:

- El alma podía ser conocida mediante la **introspección**.
- Conocer el alma equivaldría a conocer a Dios.
- El alma es la representación de Dios dentro de uno mismo.

✎ **Santo Tomás de Aquino (1225-1274):** Intentó reconciliar el **naturalismo científico** de Aristóteles con las enseñanzas de la iglesia – **síntesis entre fe y razón**. Rechazó la tradición platónico-agustiniana que defendía un **dualismo radical alma-cuerpo**:

- Una persona es una totalidad integrada por una mente más un cuerpo.
- Defendió su filosofía aristotélica destacando la **idea de la resurrección**, el momento en el que el alma y el cuerpo estarían unidos para siempre.
- Adoptó un **empirismo** coherente, la mente humana tan sólo puede tener conocimiento directo de aquello que haya estado alguna vez en los sentidos, ya que **no existen las ideas innatas**.

✎ **Melchor Cano “El tratado de la victoria sobre sí mismo”** recomienda evitar aquellas cosas que nos apartan de una vida recta, y propone **retiros espirituales** periódicos, en donde se observan antecedentes claros de técnicas terapéuticas (autoobservación, detección pensamientos automáticos, construcción de jerarquías y fomento de pensamientos alternativos). Sin embargo estos no van más allá de ser un conjunto de remedios parciales. Para Cano, la naturaleza humana es débil y no puede cambiar, todas sus recomendaciones se resumen en una: **“perseverancia”**.

✎ **Ignacio de Loyola (1491-1556):** parte de la firme creencia de que es posible cambiar, para lo que propone sus **ejercicios espirituales**, que desde la psicoterapia es destacable la utilización de jerarquías, la disociación, la imagería mental, la comparación, y sobre todo, el nivel de estructura y especificidad.

Con la llegada del **Renacimiento** se va abandonando la idea de que la enfermedad mental como una posesión diabólica, así, se distinguía entre los que habían perdido la razón por influencia del demonio, y los que la habían perdido por un desorden mental.

✎ Gassner distingue entre las “enfermedades naturales” (cosa de los médicos) y las “enfermedades preternaturales” (cosa del demonio), sobre las que él tenía competencia (Pregunta PIR).

✎ **Ellenberger** ha mostrado que el exorcismo en una práctica bien estructurada.

Paralelamente a la existencia de prácticas de esta tipo se va produciendo la progresiva humanización de la enfermedad mental.

3. LA REVOLUCIÓN CIENTÍFICA Y LA ÉPOCA DE LA RAZÓN (SIGLO XVII Y XVIII)

✎ René Descartes (1596-1650)

El pensamiento de Descartes:

- Concepción **mecanicista** del mundo: **leyes deterministas y matemáticas**.
- Concepción **dualista** de los seres humanos (mente-cuerpo son entidades absolutamente distintas).
- Replanteó el **Racionalismo de Platón: innatismo**.
- A partir de su obra, la **introspección** se convierte en el principal instrumento filosófico tanto del racionalismo como del empirismo: se puede **conocer la mente a través de la introspección**.
- Su filosofía desembocó en la idea de la **psicología entendida como el estudio de la conciencia** e hizo de la **búsqueda del autoconocimiento** un elemento importante.
- **Descartes** creó un marco de pensamiento en torno a la mente y el cuerpo, que dio como resultado el nacimiento de la Psicología tal y como la conocemos en la actualidad, en el seno de una visión del mundo cristiano, profundamente modificada por la Reforma y que había sufrido además una importante reorganización tras la Revolución Científica.

La iglesia católica medieval y las iglesias paganas fomentaron la **ortopraxia** (práctica correcta de la religión) en vez de alentar la **ortodoxia** (creencias religiosas adecuadas). Las nuevas iglesias protestantes de la **Reforma** le restaron importancia al ritual, exigiendo a sus seguidores sinceridad en sus creencias. La iglesia católica respondió con la **Contrarreforma**, imponiendo la sumisión personal interna de los fieles.

Descartes estuvo relacionado con un **círculo de católicos reformistas** liderado por el científico y teólogo **Marin Mersenne (1588-1648)**. Preocupados por el **naturalismo renacentista** inauguraron y defendieron una **visión mecánica del universo**. Descartes consideraba a los **animales como máquinas** cuyas operaciones podían ser explicadas en forma de procesos físicos sin necesidad de recurrir a fuerzas vitales de ninguna clase. Según Descartes, **el alma humana** se distingue de las funciones del cuerpo animal porque **posee el poder de pensar**. El pensamiento se utiliza para separar a los humanos de los de los animales en tres importantes facetas:

- **Experiencia:** el pensamiento determina que la experiencia humana sea diferente de la experiencia animal. Los animales son conscientes de su entorno, **conciencia simple (hábitos simples)**. Los animales no tienen pensamiento consciente, esto es, carecen de **pensamiento reflexivo sobre su propia conciencia (autoconciencia)**.
- **Comportamiento:** el pensamiento permite que **el comportamiento humano sea más flexible** que el comportamiento animal. Los seres humanos podemos responder ante situaciones completamente nuevas aplicando sobre ellas el pensamiento. Los animales necesitan alguna disposición para cada acción particular, son como máquinas que siempre **responden de forma refleja**.
- **El lenguaje:** es **exclusivo del ser humano** y es un elemento crucial de la **autoconciencia** humana. **Propuso la existencia de un lenguaje innato en la mente humana**. Las lenguas con las que nos comunicamos son traducciones externas de ese lenguaje mental (ideas que defendió Noam Chomsky en la década de los 60 del S. XX).

✎ John Locke (1632-1704)

Locke fue considerado el **padre del empirismo**, puesto que planteó el principio empírico según el cual el **conocimiento deriva tan solo de la experiencia**. Propuso la **comparación mente-tabula rasa** o trozo de papel en blanco sobre el que **la experiencia escribe las ideas**. Se opuso a los **principios o virtudes morales innatas**, consideradas el fundamento de la moralidad cristiana, por considerarlos el sustento del dogmatismo.

No existen ninguna diferencia entre Locke y Descartes en torno a las ideas innatas. Hay una gran cantidad de maquinaria mental innata activa en la “mente vacía” de Locke. Para Locke **la mente** no era tan solo una

estancia vacía, sino un **complejo mecanismo de información-procesamiento preparado para convertir el material procedente de la experiencia en conocimiento humano organizado.**

🔗 Thomas Hobbes (1588-1669)

Hobbes fue el primero en comprender y expresar la **nueva visión científica de los seres humanos** y de su lugar en el universo. Su doctrina psicológica considera que **el lenguaje y el pensamiento están estrechamente relacionados y son quizás incluso idénticos.** En su trabajo más importante, **Leviathan**, **identificó el pensamiento correcto con el uso adecuado del lenguaje.**

Este autor asume que todos los seres humanos han sido creados con parecidas capacidades mentales y físicas (principio del liberalismo moderno), pero, si no hubiera gobierno, cada persona buscaría su interés personal por encima de sus semejantes

🔗 David Hume (1711-1776)

La aportación más importante realizada por **Hume** a la ciencia de la naturaleza humana fue la doctrina de la **asociación de ideas.** Autores como **Platón, Aristóteles, Hobbes, Berkeley,** e incluso **Locke** ya habían utilizado el concepto de **asociación** de forma limitada. **Hume** hizo uso de este concepto para investigar cuestiones fundamentales de carácter filosófico y psicológico, siendo la **principal herramienta teórica de su nueva ciencia.**

Para **Hume** sólo existen tres **principios de conexión** entre ideas:

- **Semejanza.**
- **Contigüidad.**
- **Causalidad (causa-efecto).**

Estos tres principios son los **únicos eslabones que unen todas las piezas de universo y que nos conectan con cualquier persona u objeto externo,** al menos en lo que respecta a la mente. Para Hume la **asociación** es una **forma de atracción** que tiene unos efectos en el mundo mental tan extraordinarios como en el mundo natural y las **leyes de la asociación** son el **cemento del universo.**

En la obra de Hume podemos identificar los **primeros indicios** de la psicología de la adaptación. El **conocimiento humano consiste tan sólo en hábitos.** Por otro lado, destacó el **conocimiento práctico del mundo cotidiano,** que nos permite **adaptarnos al entorno,** como harían posteriormente los norteamericanos postdarwinistas y los psicólogos británicos. **Aceptó la continuidad existente entre el hombre y los animales,** al igual que los psicólogos posteriores a Darwin, especialmente **los conductistas.**

Hume también resalta la **vertiente emocional, o motivacional,** del hombre, de la misma forma en que lo harían posteriormente **Freud** o los **conductistas.**

🔗 Immanuel Kant (1724-1804)

Para Kant, a diferencia de Hume, la causalidad no puede venir determinada por los hábitos, sino que **debe proceder de algo inherente al pensamiento humano.**

Según Kant, la **psicología definida como el estudio introspectivo de la mente,** no podría llegar a **convertirse en ciencia** por dos razones:

- **Nunca podrán cuantificarse el número suficiente de aspectos de la conciencia** como para que fuera posible elaborar ecuaciones newtonianas sobre la mente.

- Toda ciencia debe contar con dos partes: la empírica y la racional (bases filosóficas). **A la psicología le falta la parte racional ya que su objeto era el alma** o ego trascendental que es pensamiento puro, sin contenido (no experimentamos el alma de modo directo), tan sólo **tiene existencia nouménica y no fenoménica**.

🦋 Philippe Pinel (1745-1826)

Pinel (1789) introduce el tratamiento moral (Pregunta PIR) el que constituye un paso importante hacia la **humanización de la enfermedad mental**. Este movimiento respondía a:

- La reforma de la asistencia psiquiátrica que siguió a la revolución.
- Una concepción optimista de las enfermedades mentales, que veía en las pasiones las causas más importantes de la locura.

Pinel recomendaba que los centros donde se practicara este tratamiento fueran pequeños y se animaba al personal a que conociera los problemas del enfermo. Otra recomendación importante por parte de Pinel es el ejercicio y contacto con la naturaleza. A pesar de todo, este tratamiento era más humanitario que psicoterapéutico.

4. LA FUNDACIÓN DE LA PSICOTERAPIA (XIX)

La psicoterapia aparece durante el último cuarto del S. XIX, cuando la medicina oficial reconoce la naturaleza psicogénica de la neurosis.

La **hipnosis** representa el vínculo de unión entre las curaciones pre-psicológicas de la antigüedad y el psicoanálisis. La historia moderna de la hipnosis comienza con el **magnetismo animal** de **Helmont** (1577-1644) según el cual, existe un fluido al que la voluntad puede guiar para influir en la mente y en el cuerpo. Para Mesmer (1734-1815) existe un fluido físico, cuyo desequilibrio en el cuerpo origina la enfermedad (Pregunta PIR), con la ayuda de ciertas técnicas (magnéticas, baquet, etc.) este fluido puede canalizarse, almacenarse y transmitirse a otras personas, provocando crisis en los pacientes y curando enfermedades. Este autor llegó a organizar sus tratamientos como terapias grupales. Obtuvo muchos éxitos, sobre todo con pacientes histéricos. Entre los seguidores de Mesmer se produjo una escisión:

- Los **fluidistas ortodoxos**, que atribuían los poderes curativos a la existencia del fluido magnético.
- Los **animistas**, seguidores de **Puységur**, que sostenían que los poderes curativos tenían que ver con el poder psicológico de la fe (“creer y querer”). Este autor es el primero en describir la primera amnesia posthipnótica. Braid acuñó el término hipnosis (Pregunta PIR) para estos fenómenos e intentó ofrecer una explicación científica utilizando la neurofisiología de su tiempo, y presentándola como un “estado de sueño nervioso”.

Los centros en los que surgió la hipnosis fueron:

- La escuela de Nancy:
 - **Liébauld** (1823-1904) comenzó a tratar a sus pacientes con todo tipo de enfermedades mediante la hipnosis.
 - **Bernheim** (1840-1919) introdujo los métodos de Liébauld en la clínica universitaria. Para él, la hipnosis era producto de la sugestión, entendida esta como la aptitud para transformar una idea en acto. Poco a poco fue prescindiendo de la hipnosis, asegurando que sus resultados también se podían alcanzar mediante la **sugestión en estado de vigilia**, procedimiento que la escuela de Nancy denominó psicoterapia.

– La escuela de Salpêtrière:

- **Charcot (1825-1893):** neurólogo que comenzó a estudiar la histeria y el hipnotismo. Sugirió que en las histéricas la condición hipnótica se presentaba siguiendo 3 etapas: **letargo**, **catalepsia** y **sonambulismo**. Sostenía que la susceptibilidad hipnótica era un signo de degeneración neurológica. Estableció una diferenciación entre histeria y epilepsia.
- **P. Janet:** en 1886 realiza la primera cura catártica en la historia, el caso Lucile.

Hacia el final de S. XIX, el término psicoterapia se utilizaba para dar referencia al tratamiento por sugestión, convirtiéndose en el término aceptado para todos los métodos de curación por medio de la mente.

Por su lado, **Breuer (1842-1925)** fue otro autor que contribuyó al establecimiento de la psicoterapia, moderna, este autor ha pasado a la historia por el tratamiento que llevó a cabo con Bertha Pappenheim ("Ana O"), con el que descubrió el método catártico (Pregunta PIR) a partir del cual Freud desarrolló el psicoanálisis.

Freud (1856-1939) comenzó a aplicar la hipnosis con pacientes histéricos, el procedimiento era similar al utilizado en la escuela de Nancy. Según su primera teoría la **sugestión hipnótica** actúa reforzando el deseo o la voluntad consciente.

El **método catártico** consistía en ayudar al paciente a revivir y descargar las emociones patógenas vinculadas con los recuerdos traumáticos, aumentando la esfera consciente del cliente. Para que este procedimiento fuera eficaz, los recuerdos tenían que revivirse con toda intensidad afectiva y con el mayor detalle.

5. EL DESARROLLO DE LA PSICOTERAPIA (siglo XX)

A finales del S. XIX y principios del S. XX, algunos psicólogos académicos-experimentales comienzan a interesarse por **problemas sociales prácticos**.

- En Alemania, la psicología académica y teórica se desligó del resto de la Psicología (Wundt y Titchener).
- En EEUU se desarrolló una psicología profesional orientada a la resolución de los problemas prácticos de sus clientes. Pero el alejamiento entre clínicos y académicos no se hizo patente hasta que las tareas profesionales dejaron de estar en manos de los académicos.

El psicoanálisis tiene un papel importante en el auge de la psicología clínica después de la Primera Guerra Mundial, debido a la insatisfacción reinante en relación con el enfoque psicométrico. El psicoanálisis ofrecía un saber operativo y comprensivo, científico y tecnológico, que facilitó el desarrollo de técnicas diagnósticas y terapéuticas.

- En la década de los 30 se popularizan en EEUU los **test proyectivos**, basados en la concepción dinámica de la personalidad. En este contexto aparecen también las primeras obras americanas sobre la personalidad.
- En los años 40 se produce una gran aproximación e intento de integración entre el psicoanálisis y la psicología experimental-académica a la mano de autores como Dollard, Miller, Mowrer, Spencer, etc. (Pregunta PIR).

Con la Segunda Guerra Mundial se aumenta el interés por la psicología práctica, lo que llevó al reconocimiento definitivo de la dimensión terapéutica de la psicología clínica. En 1949, en la Conferencia de Boulder se configuró el modelo de psicólogo clínico (**modelo del psicólogo-practicante**). El modelo subraya que el psicólogo clínico debe recibir formación en 3 áreas: diagnóstico, investigación y terapia. En la

Conferencia de Boulder, los psiquiatras en respuesta a estos planteamientos se apresuran en definir la psicoterapia como un tratamiento médico, exclusivo de los psiquiatras, así, los psicólogos pretenden a su vez defender sus competencias y promueven aún más el carácter científico de la psicología, eliminando el psicoanálisis de los planes de estudio por no cumplir con los requisitos del método científico. Al mismo tiempo, habían aparecido otros enfoques terapéuticos como es el caso del conductismo, siguiéndole otros modelos terapéuticos que siguen en la actualidad (psicología humanista, cognitivismo, sistémica, etc.).