

Artículo

Procesos de Aprendizaje en la Terapia Psicológica

María-Xesús Froxán-Parga 

Universidad Autónoma de Madrid, España

INFORMACIÓN

Recibido: Enero 26, 2024

Aceptado: Mayo 2, 2024

Palabras clave:

Investigación de procesos
Investigación de resultados
Proceso terapéutico
Metodología observacional

RESUMEN

En este trabajo se expone la necesidad de potenciar la investigación de procesos como el camino más adecuado para conocer y explicar el proceso terapéutico al tiempo que se cuestiona la metodología utilizada en la investigación de resultados, predominante en la actualidad para el estudio de la intervención clínica: la comparación de grupos, la asignación de sujetos al azar o la clasificación con etiquetas diagnósticas que dificultan el estudio del proceso terapéutico y la identificación de los elementos que hacen que un tratamiento tenga determinado efecto. Frente a este tipo de investigaciones, se presentan una serie de trabajos que defienden el uso de metodología observacional para la identificación de los procesos de aprendizaje que serían responsables del cambio en terapia, así como el análisis de la interacción terapéutica desde una perspectiva funcional: teniendo en cuenta que la terapia psicológica es fundamentalmente hablada, se plantea que la forma óptima de analizarla es a partir del estudio del intercambio verbal entre cliente y terapeuta. Se presenta un sistema de codificación de la interacción verbal que los autores proponen como herramienta para identificar las funciones de la conducta verbal del terapeuta durante el proceso de intervención clínica y en los distintos trabajos se analizan, entre otros, el papel que desempeñan las instrucciones, los procesos de reforzamiento y control discriminativo, la transferencia de funciones a través de emparejamientos o el lenguaje como proceso colaborativo.

Learning Process in Psychotherapy

ABSTRACT

In this work we expose the need to promote process research as the most appropriate way to understand and explain the therapeutic process while questioning the methodology used in results research, currently predominant for the study of clinical intervention: comparison of groups, random assignment of subjects or classification with diagnostic labels that make it difficult to study the therapeutic process and identify the elements that make a treatment have a certain effect. Against this type of research, a series of studies are presented that defend the use of observational methodology for the identification of the learning processes that would be responsible for change in therapy, as well as the analysis of therapeutic interaction from a functional perspective: taking into account that psychological therapy is fundamentally spoken, it is proposed that the optimal way to analyze it is based on the study of the verbal interaction between client and therapist. Therefore, we present a coding system of verbal interaction that we propose as a tool to identify the functions of the therapist's verbal behavior during the clinical intervention process. In addition, in the different works, an analysis has been carried out on the role played by instructions, the processes of reinforcement and discriminative control, the transfer of functions through pairings and language as a collaborative process.

Keywords:

Process Research
Results Research
Therapeutic Process
Observational Methodology

En los últimos treinta años, la terapia psicológica ha experimentado grandes cambios y se han desarrollado potentes líneas de investigación dirigidas a la clarificación de los procesos que operan en el contexto clínico. Los años 90 marcaron el inicio de la reacción al estado que presentaba en aquellos momentos la intervención conductual y aunque entonces la perspectiva que se abría tanto en investigación como en terapia resultaba de lo más prometedora, el resultado final no ha sido tan favorable como podría esperarse. Y ello, a juicio de la autora, por dos razones principales: primero, esa vuelta a los orígenes que reclamaban las terapias contextuales como forma de superar el caos teórico, metodológico y tecnológico en el que se encontraba la terapia de conducta pronto fue sustituido por la urgencia en proponer formas de intervención y terapias “de marca” que ofreciesen protocolos de actuación y conceptos pseudoexplicativos de los fenómenos que ocurrían durante el proceso terapéutico, tal como había ocurrido en los años 70 con la incorporación de las técnicas cognitivas al repertorio de la terapia de conducta. Y, en segundo lugar, el análisis de los procesos de cambio terapéutico no ha conseguido superar su posición secundaria frente a la investigación de resultados, potenciada además en los últimos años por el interés en determinar empíricamente la eficacia de los tratamientos psicológicos.

Frente a esta predominancia de la investigación de resultados, este número monográfico presenta diversos ejemplos de investigación de procesos, para la cual importa más el *por qué* la terapia funciona que *qué funciona mejor que qué*. La mayoría, de los trabajos que se incluyen en este monográfico son estudios preliminares que apuntan en la dirección que consideramos que debería seguir la investigación sobre el proceso terapéutico; algunos de ellos requieren una depuración de la metodología utilizada y otros necesitarían replicarse para asegurar el mantenimiento de los resultados, pero a pesar del carácter preliminar o exploratorio de tales estudios, hay que destacar la solidez y rigor del planteamiento que los sostiene, defendiendo la metodología observacional y el estudio de las funciones de la conducta verbal como el camino más prometedor para explicar el cambio en terapia. Pero, antes de presentar los distintos trabajos, consideramos conveniente hacer una breve revisión del estado actual de la investigación de resultados, que quizás nos haga cuestionar hasta qué punto es conveniente invertir la mayoría de los recursos de investigación en el desarrollo de trabajos cuya fundamentación es difícilmente sostenible, tal como se planteaba ya hace varios años en esta misma revista (Froxán-Parga et al., 2018).

La llamada psicología *mainstream* está más preocupada en destacar qué técnicas resultan ser más eficaces que otras, independientemente de que la metodología utilizada para lograr este objetivo sea incompatible con los fundamentos de la terapia psicológica. Si bien el movimiento de la Práctica Basada en la Evidencia (PBE) ha resultado beneficioso en muchos aspectos para el desarrollo de la psicología clínica, tanto en cuanto a la formación de terapeutas como a la investigación sobre nuevas técnicas de tratamiento, no se puede olvidar que tal movimiento ha tenido su origen en otro similar en medicina (la llamada Medicina Basada en la Evidencia) y la metodología utilizada es la misma que en esta disciplina (Forte et al., 2014; Zettle, 2020). Este tipo de investigaciones están dirigidas a conocer

cuáles son los tratamientos de elección para los distintos problemas psicológicos -etiquetados acorde a las clasificaciones psiquiátricas imperantes- que maximizan la probabilidad de éxito terapéutico.

Durante muchos años, la APA invirtió una gran cantidad de recursos para conocer la eficacia diferencial de los tratamientos psicológicos (APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice, 2006; Chambless y Hollon, 1998; Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures, 1993), influida por factores diversos, entre los que se encuentran los tratamientos con psicofármacos compitiendo con la terapia psicológica o las presiones de las instituciones y compañías privadas que exigían intervenciones lo menos costosas y más rápidas posibles (Pérez-Álvarez et al., 2003).

Por la validación de los tratamientos psicológicos siguiendo una metodología que es ajena a la disciplina, tal como señalaron Arias-Holgado, Fernández-Serra y Perona-Garcelán (2000), conlleva una serie de graves problemas que, de alguna manera, ponen en entredicho los resultados obtenidos: en primer lugar, a la hora de validar las distintas intervenciones, no se exige una teoría psicológica que fundamente el procedimiento (los problemas psicológicos se consideran *enfermedades mentales*, con una etiología orgánica) pero sí se exige un diagnóstico fundamentado en un sistema de clasificación psiquiátrico, donde el síntoma comportamental no es el problema sino la manifestación de este. En segundo lugar, la comparación entre grupos y la distribución de sujetos y tratamientos al azar para realizar la investigación es una exigencia que va en contra de la esencia de lo que ha de ser un tratamiento psicológico, desarrollado a partir de un análisis individual del caso sobre el que se diseña el programa de intervención, generado para esa persona y solo para ella (La Roche y Christopher, 2009; S. Hayes et al., 2019). Por último, no se tiene en cuenta la influencia del contexto, proponiendo una forma de actuación similar a la utilizada en los tratamientos médicos, con protocolos de actuación fijos, independientes de las circunstancias de cada persona.

Las críticas a la PBE, así como la controversia surgida en torno al dilema eficacia-efectividad (ver Froxán-Parga et al., 2018), propiciaron que diversos autores propusiesen el concepto de Evidencia Basada en la Práctica (EBP) definida como:

“El uso concienzudo, explícito y juicioso de la evidencia actual extraída de los entornos prácticos (clínicos) para tomar las (mejores) decisiones en la atención a los pacientes. La evidencia basada en la práctica significa integrar tanto la pericia clínica como las características contextuales del servicio asistencial con la mejor y más rigurosa investigación disponible realizada en entornos clínicos naturales y de práctica cotidiana” (Barkham et al., 2017, p. 14).

Básicamente, la idea es desarrollar investigación en los contextos clínicos naturales, contando con la participación de los psicólogos que aplicarán los procedimientos terapéuticos que se deseen investigar y conocer qué se hace en la práctica clínica y si funciona lo que se hace (Gimeno-Peón y Mateu-Hernández, 2020). De esta manera se podría llegar a conocer

qué proceso subyace al procedimiento, o lo que es lo mismo, por qué es efectiva una determinada técnica o conjunto de técnicas (Froxán-Parga et al., 2018).

En ese momento se empezó a reconocer la necesidad de estudiar los procesos a través de los cuales tienen lugar los resultados, sean los que sean, señalando que una de las maneras que contribuirían a potenciar la práctica psicológica exitosa sería desarrollar investigaciones para identificar las variables relacionadas con el resultado terapéutico. La denominada Investigación de Procesos de Cambio (CPR) inició el camino de la explicación del funcionamiento de la psicoterapia y tiene sus orígenes en trabajos llevados a cabo por autores ajenos a la terapia de conducta (Greenberg, 1986, Norcross y Wampold, 2011; Wampold, 2013).

El campo de la investigación de procesos se caracteriza por su enorme complejidad, que es fácilmente explicable solo teniendo en cuenta la cantidad de posibles variables que se pueden analizar en todos y cada uno de los diversos enfoques terapéuticos que existen. Para explicar el proceso clínico, tradicionalmente se realizaba una diferenciación entre factores específicos, propios y característicos de cada modelo (por ejemplo, un procedimiento terapéutico concreto), y factores inespecíficos (o comunes), que compartirían todas las terapias, cualquiera que fuese el modelo al que se adhiriesen. La búsqueda de factores comunes a todas las psicoterapias es algo que viene ocurriendo desde los comienzos de la intervención psicológica y se han elaborado una gran cantidad de listas formadas por los factores que cada autor considera relevantes (Frank, 1982; Goldstein y Krasner, 1987; Lambert y Berguin, 1994; Weinberger, 1993). Entre todos ellos, la relación terapéutica es el elemento constante en las distintas selecciones de factores comunes. La controversia acerca de qué pesa más para explicar el éxito terapéutico, si los factores comunes (especialmente la relación terapéutica) o la técnica de tratamiento, ha sido una constante en la investigación de los procesos de cambio.

Pero, desde la perspectiva de la autora, este debate es estéril ya que su planteamiento de partida es erróneo: técnicas de tratamiento y relación terapéutica son elementos inseparables. Las técnicas tienen efecto porque entre terapeuta y cliente se establece una relación (fruto de la interacción continuada entre ambos) que es terapéutica en un doble sentido: porque se da en el contexto terapéutico y porque la propia relación se constituye en el contexto para la ocurrencia de los procesos de aprendizaje, auténticos responsables del cambio en la clínica. Por su parte, las técnicas de tratamiento se basan en procesos de aprendizaje, que en el caso de la terapia de conducta han sido comprobados experimentalmente, pero que también actúan en todas las terapias psicológicas, lo sepa o no lo sepa el terapeuta y lo explicita o no el modelo teórico en el que se enmarcan. Ya en 1969 Wolpe señalaba que, además de los efectos de la relación paciente-terapeuta, comunes a todas las psicoterapias, la terapia de conducta tiene la capacidad para controlar las variables que determinan la conducta (a partir de principios experimentales).

En definitiva, la terapia psicológica se explicaría estudiando los procesos de aprendizaje que ocurren a través de la interacción verbal que se desarrolla durante la intervención terapéutica y las técnicas no serían otra cosa que procedimientos (más o menos estandarizados y en su mayoría instruidos) que, en el

contexto de la relación terapéutica, facilitan la ocurrencia de dichos procesos (Follette et al., 1996; Froján-Parga et al., 2006; Hoffmann y Hayes, 2019).

Precisamente, el estudio de los procesos de aprendizaje que subyacen y explican el cambio clínico es el objetivo de los trabajos que se incluyen en este número monográfico. Una gran parte de los estudios están realizados por investigadores del grupo Acoveo; la línea de trabajo de este grupo se asienta sobre tres pilares que guían las distintas propuestas que se presentan: en primer lugar, un sólido marco teórico desde el que conceptualizar la investigación e interpretar los datos; en segundo lugar, una definición clara del fenómeno a analizar y de los objetivos de investigación; y, por último, una metodología de trabajo que permite la observación sistemática y directa de lo que ocurre momento a momento durante el proceso terapéutico.

Con respecto al primer punto, el grupo Acoveo considera que el paradigma conductual es la mejor alternativa para realizar una aproximación científica al estudio del comportamiento; los trabajos del grupo lo adoptan como marco de referencia, específicamente en cuanto a la propuesta de la interacción terapeuta-cliente como un proceso de moldeamiento, a la explicación del lenguaje observado en la clínica por los principios de condicionamiento clásico y operante y a la conceptualización de la terapia de conducta como la aplicación de operaciones conductuales básicas para el tratamiento de problemas psicológicos (Catania, 1992).

En relación con el segundo punto, se considera que llegar a comprender cómo y por qué se produce el cambio en la clínica ha de pasar necesariamente por el estudio de lo que tiene lugar en sesión y, concretamente, por el análisis de la interacción verbal que tiene lugar entre el psicólogo y el cliente, y ello por varias razones: en los tratamientos ambulatorios se pueden llegar a conocer los problemas y progresos del cliente principalmente mediante el discurso de éste. Por otra parte, porque pocas actividades distintas a hablar se realizan en la actualidad en la clínica; pero, sobre todo, porque se parte de la asunción de que el lenguaje presentado por el cliente en sesión es una conducta clínicamente relevante, tanto porque es una muestra del problema, como porque constituye una herramienta de cambio por la correspondencia decir-hacer-decir. Es decir, en muchas ocasiones parte del problema del cliente radica en lo que éste se dice sobre su vida, el mundo o sobre su propio problema, verbalizaciones que pueden aparecer en el contexto clínico; pero, aún más, es fundamental tener en cuenta que la consideración de la equivalencia funcional entre una palabra y su referente pone de manifiesto el potencial que tiene la modificación de las verbalizaciones de la persona para cambiar, a su vez, su relación con el referente. Además, el terapeuta trata de promover la realización de ciertas conductas fuera del contexto clínico mediante la presentación de instrucciones verbales y/o reglas en sesión. Por todo ello, se considera que el componente verbal es el más relevante en la terapia psicológica en general, hecho que se puede constatar fácilmente desde el momento en que la aplicación de las técnicas de intervención, responsables en gran medida del cambio terapéutico, se hace de forma eminentemente verbal. No es que se reduzca el efecto terapéutico de la intervención a la relación entre el psicólogo y el cliente, sino que se parte del supuesto de que ésta se convierte

en el contexto en el cual se da el cambio, ya que dicha interacción verbal permite la aplicación de las técnicas de tratamiento.

Y en relación con el último punto, las investigaciones del grupo utilizan una metodología observacional que es, siguiendo a Skinner (1938), el método apropiado de estudio en el paradigma conductual.

Cada uno de estos tres puntos cuenta por separado con una amplia tradición histórica, sin embargo, es la conjunción de todos ellos en la forma concreta planteada lo verdaderamente novedoso de la propuesta del grupo Acoveo.

Dos de los trabajos incluidos en este monográfico presentan el sistema de codificación que constituye la base de la investigación del proceso terapéutico; por una parte, el artículo de Alonso-Vega, Pereira y Froxán-Parga (*Sistema de categorías descriptivo-funcional para la conducta verbal en psicoterapia*) describe en detalle la metodología seguida en el desarrollo del sistema de codificación basado en categorías funcionales para la conducta verbal de los psicólogos en contextos clínicos, discutiendo los avances conceptuales y metodológicos de esta herramienta así como sus principales limitaciones. Por su parte, el trabajo de Pereira, Andrés-López y Froxán-Parga (*Como estudiar la interacción verbal en psicoterapia respetando su naturaleza interactiva y dinámica*) defiende el uso del sistema de codificación como una herramienta que permite medir elementos de la psicoterapia en términos dinámicos, interactivos e interdependientes, además de proporcionar una guía sobre su aplicación y ejemplificar su utilidad para analizar conductualmente dos de los factores comunes clave en el estudio de los procesos de cambio: la empatía y la alianza terapéutica.

Los siguientes dos artículos presentan los resultados de sendos trabajos empíricos dirigidos a estudiar algunas de las funciones de la conducta verbal del terapeuta que tienen más peso en la explicación del proceso de cambio en terapia, entendida esta como un proceso de moldeamiento: el reforzamiento, en el trabajo presentado por Andrés-López, Estal-Muñoz, Fernández-Shaw y Pereira (*Aproximación al estudio del reforzamiento verbal en psicoterapia*) y el uso de estímulos discriminativos en el de Echevarría-Escalante, Estal-Muñoz y Fernández-Shaw (*Un análisis del estímulo discriminativo durante el debate en contextos clínicos*). El primero describe los efectos del uso del reforzamiento verbal positivo en las diferentes fases de una intervención psicológica y lo pone en relación con otras funciones de la conducta verbal del terapeuta. En tanto el segundo trabajo plantea un procedimiento clásico, el debate socrático, desde una perspectiva analítico-funcional, definiéndolo como un procedimiento de moldeamiento verbal en el que el terapeuta refuerza diferencialmente verbalizaciones proterapéuticas y concluye que algunas categorías de estímulo discriminativo hacen más probable que se evoquen las respuestas objetivo, aunque su utilidad depende en última instancia del momento de la intervención en el que se empleen.

El trabajo de Martínez-Díaz, Pereira, García-Morales y Froxán-Parga (*Éxito terapéutico e instrucciones: comparación del desempeño del terapeuta a través del análisis de la conducta verbal*) presenta los resultados de un estudio dirigido a analizar la conducta instruccional del terapeuta y ponerla en relación con el éxito de la intervención; este trabajo representa una clara muestra de cómo se puede explicar el resultado de una terapia

estudiando los procesos de aprendizaje, en este caso, seguimiento de instrucciones. En estrecha relación con este se encuentra el trabajo de Fernández-Shaw y Andrés-López (*La correspondencia Decir-Hacer-Decir en contextos seminaturales: un estudio piloto*). Durante la intervención, el terapeuta da una serie de instrucciones al cliente para que realice tareas entre sesiones que facilitarán la consecución de los objetivos planteados en terapia y en la sesión siguiente le pregunta acerca del resultado de las tareas instruidas. Analizar la correspondencia entre lo que se pidió y lo que se hizo (Decir-Hacer) así como la precisión en la descripción de lo que se hizo (Hacer-Decir) es una parte esencial del proceso terapéutico que pocas veces ha sido estudiado en este contexto. Las autoras proponen una metodología para medir la correspondencia en una situación semi-natural y discuten su utilidad y limitaciones.

El último trabajo del grupo Acoveo, *Emparejamiento verbal para transferir funciones por condicionamiento clásico: un estudio experimental*, analiza un tema clave en el proceso terapéutico como es la transferencia de funciones, que tradicionalmente se ha explicado con base en procesos de condicionamiento operante. Los resultados del estudio realizado por Palomino, Fernández-Shaw y Froxán-Parga, sugieren que el condicionamiento pavloviano podría explicar algunos procesos terapéuticos, relacionados con el efecto que la interacción verbal entre cliente y terapeuta tiene sobre la conducta del primero y su control fuera de la clínica.

Los trabajos que cierran este monográfico constituyen dos ejemplos de investigación de procesos realizados por autores con una larga tradición en el campo y que han desarrollado sendos sistemas de observación, categorización y análisis de la interacción terapéutica para dos modelos terapéuticos distintos: la Psicoterapia Analítico-Funcional (FAP) y la Terapia Sistémica Breve. Ambos comparten con los trabajos del grupo Acoveo el interés en el estudio de la interacción verbal y del lenguaje durante el proceso terapéutico. Sánchez-Olid y Valero, investigadores especializados en FAP (Kohlenberg y Tsai, 1991; Tsai et al., 2009), presentan el *Estudio de la interacción verbal directa durante la terapia: efecto del moldeamiento y las contingencias del terapeuta*, una investigación sobre la interacción terapéutica directa, con el objetivo de explicar el cambio en terapia como resultado del moldeamiento progresivo y las contingencias aplicadas por el terapeuta.

Por su parte, el trabajo de Sánchez-Ruiz y Zamanillo, *El lenguaje como un proceso colaborativo: una replicación sobre el modelo colaborativo de Clark (Schober y Clark, 1989)*, lejos del modelo conductual, comparten con todos los artículos que componen este monográfico la consideración del lenguaje y el diálogo durante la interacción terapeuta-cliente como la herramienta fundamental de la psicoterapia; por ello, el análisis de la dicha interacción verbal sería la base para explicar el cambio clínico. La conclusión del trabajo experimental realizado los lleva a afirmar que el lenguaje una actividad colaborativa y su bidireccionalidad es especialmente relevante en el contexto terapéutico, puesto que cliente y psicoterapeuta dialogan para conseguir los cambios que conducen al bienestar psicológico.

La propuesta de este número monográfico sobre procesos de aprendizaje en terapia pretende ser un paso más en el avance hacia una psicología científica que guíe la práctica clínica, hacia el retorno a la íntima conexión entre investigación y

psicología aplicada que se perdió en los años 80 (aunque el distanciamiento había comenzado varios años antes) y que debe seguir constituyendo la esencia de cualquier disciplina científica y experimental. Como proponían Arias-Holgado, Fernández-Serra y Perona-Garcelán en 2000, se trata de aunar los esfuerzos de la psicología básica y aplicada como forma de fortalecer la tecnología psicológica y eliminar así la brecha entre el laboratorio y el mundo *natural*, abierta a partir de la adopción en la investigación psicológica de metodologías que no son propias ni adecuadas para esta disciplina.

Esperamos que los trabajos que conforman este número monográfico no sólo ayuden al afianzamiento de una base sólida necesaria para la evolución de la psicología clínica y a una clarificación del proceso terapéutico, sino que además colaboren en la reducción de la distancia que separa investigación y práctica clínica, que es, a juicio de los autores, uno de los retos actuales de la Psicología.

Conflicto de Intereses

La autora declara no tener conflicto de intereses.

Referencias

- APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61(4), 271-285 <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271>
- Arias-Holgado, M.F., Fernández-Serra, F. y Perona-Garcelán, S. (2000). Psicología básica, psicología aplicada y metodología de investigación: el caso paradigmático del análisis experimental y aplicado del comportamiento. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 32(2), 277-300
- Barkham, M., Lutz, W., Lambert, M.J., y Saxon, D. (2017). Therapist effects, effective therapists, and the law of variability. En L.G. Castonguay y 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>
- Catania, A.C. (1992). Learning (3th Ed.). Prentice Hall.
- Chambless, D.L., y Hollon, S.D. (1998). Defining empirically supported therapies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(1), 7-18. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.66.1.7>
- Follette, W.C., Naugle, A.E., y Callaghan, G.M. (1996). A radical behavioral understanding of the therapeutic relationship in effecting change. *Behavior Therapy*, 27(4), 623-641. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(96\)80047-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(96)80047-5)
- Forte, L.A., Timmer, S., y Urquiza, A. (2014). A brief history of Evidence-Based Practice. En S. Timmer y A. Urquiza (Eds.), *Evidence-Based approaches for the treatment of maltreated children: Considering core components and treatment effectiveness* (pp. 13-18). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-007-7404-9_2
- Frank, J.D. (1982). Therapeutic components shared by all psychotherapies. En J. Harvey & M.M. Parks (Eds.), *Psychotherapy research and behavior change* (Vol.1). APA.
- Froján-Parga, M.X., Montaña-Fidalgo, M., y Calero-Elvira, A. (2006). ¿Por qué la gente cambia en terapia? Un estudio preliminar. *Psicothema*, 18(4), 797-803.
- Froxán-Parga, M.X., Alonso-Vega, J., Trujillo-Sánchez, C., y Estal-Muñoz, V. (2018). Eficiencia de las terapias: ¿un paso más allá de la eficacia? Análisis crítico del modelo cognitivo-conductual. *Apuntes de Psicología*, 36(1-2), 55-62. <https://doi.org/10.55414/ap.v36i1-2.711>
- Gimeno-Peón, A., y Mateu-Hernández, C. (2020). Hacia la Evidencia Basada en la Práctica en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 31(117), 179-194. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i117.387>
- Goldstein, M.R., y Krasner, L. (1987/1991). *La psicología aplicada moderna*. Pirámide.
- Greenberg, L.S. (1986). Change process research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 4-9. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.54.1.4>
- Hayes, S.C., Hofmann, S.G., Stanton, C.E., Carpenter, J.K., Sanford, B.T., Curtiss, J.E., y Ciarrochi, J. (2019). The role of the individual in the coming era of process-based therapy. *Behaviour Research and Therapy*, 117, 40-53. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2018.10.005>
- Hoffmann, S.G., y Hayes, S.C. (2019). The future of intervention science: Process-Based Therapy. *Clinical Psychological Science*, 7(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/2167702618772296>
- Kohlenberg, R.J., y Tsai, M. (1991). *Functional Analytic Psychotherapy: Creating intense and curative therapeutic relationships*. Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-0-387-70855-3>
- La Roche, M.J., y Christopher, M.S. (2009). Changing paradigms from empirically supported treatment to Evidence-Based Practice: A cultural perspective. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(4), 396-402. <https://doi.org/10.1037/a0015240>
- Lambert, M.J., y Berguin, A.E. (1994). The effectiveness of psychotherapy. En A.E. Berguin y S.L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (pp. 143-189). Wiley.
- Norcross, J.C., y Wampold, B.E. (2011). Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices. *Psychotherapy*, 48(1), 98-102. <https://doi.org/10.1037/a0022161>
- Pérez-Álvarez, M., Fernández-Hermida, J.R., Fernández-Rodríguez, C., y Amigo-Vázquez, I. (2003). El fin de la inocencia en los tratamientos psicológicos. Análisis de la situación actual. En M. Pérez-Álvarez, J.R. Fernández-Hermida, C. Fernández-Rodríguez y I. Amigo-Vázquez (Coords.), *Guía de tratamientos psicológicos eficaces (I). Adultos* (pp. 17-34). Pirámide.
- Schober, M.F., y Clark, H.H. (1989). Understanding by addressees and overhearers. *Cognitive Psychology*, 21(2), 211-232. <https://doi.org/10/cbt9qw>
- Skinner, B.F. (1938). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. Appleton-Century.
- Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures (1993). *A report adopted by the Division 12 Board*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/e550782009-001>
- Tsai, M., Kohlenberg, R.J., Kanter, J.W., Kohlenberg, B., y Follette, W.C. (2009). *Una guía de la Psicoterapia Analítica Funcional: conciencia, coraje, amor y conductismo*. Psara Editorial.
- Wampold, B.E. (2013). *The great psychotherapy debate: Models, methods, and findings*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203893340>
- Weinberger, J. (1993). Common factors in psychotherapy. En G. Stricker y J.R. Gold (Eds.), *Comprehensive handbook of psychotherapy integration* (pp. 43-56). Plenum Press.
- Wolpe, J. (1969). *La práctica de la terapia de conducta*. Trillas.
- Zettle, R.D. (2020). Treatment manuals, single-subject designs, and evidence-based practice: A clinical behavior analytic perspective. *The Psychological Record*, 70(4), 649-658. <https://doi.org/10.1007/s40732-020-00394-2>

