

# II Jornadas Nacionales de Psicoterapia

¿Por qué conviene que el  
psicoterapeuta sea psicólogo?



«Formación y acreditación en Psicoterapia»

Miguel A. Vallejo Pareja

Presidente del Comité Nacional de la Acreditación Europsy Especialista en Psicoterapia  
Catedrático de Terapia Cognitivo Conductual. Universidad Nacional de Educación a Distancia. UNED

Barcelona, 9 de abril de 2016



# CONOCIMIENTOS y habilidades

---

- **Psico**-terapia. Fundamentación imprescindible en la Psicología, como ciencia del comportamiento

## *Los fundamentos*

- Licenciatura/Grado en Psicología
  - Procesos básicos: aprendizaje, memoria, percepción, cognición, etc.
  - Integración de aspectos fisiológicos y sociales
  - Metodología científica
  - Fundamentación filosófica: ética, valores, lógica, retórica, etc.
  - La Psicoterapia como ejercicio de la psicología, disciplina aplicada

# CONOCIMIENTOS y habilidades

---

## *La imprescindible formación de postgrado*

- Evaluación psicológica
  - Elementos: comportamiento, emociones, pensamientos
  - Constructos, psicometría, psicofísica y demás disciplinas de evaluación
- Modelos – Psicopatología – Diagnóstico
  - Fundamentación psicológica – Consensos (DSM, CIE)
  - Enfoque funcional vs. categorial
  - Los enfoques transdiagnóstico: evitación experiencial, regulación emocional, hiperreflexividad



# CONOCIMIENTOS y habilidades

---

## *La imprescindible formación de postgrado*

- Terapias, técnicas, la psicoterapia en sí
  - Diversidad de la psicoterapia; lo bueno y lo malo
  - La referencia empírica, las Guías y el compromiso con el cliente
- Las principales Psicoterapias
  - Terapia Cognitivo Conductual: terapia cognitiva (constructivista), terapias contextuales
  - Psicoanálisis: tradicional (Lacan) post (Adler), o cerca de procedimientos conductuales (Terapia Interpersonal)
  - Existenciales /Fenomenológicas (Gestalt)
  - Humanistas (Terapia Familiar)

# Conocimientos y HABILIDADES

---

## *La imprescindible formación de postgrado*

- Común a todas las terapias, no sólo la psicoterapia
- Carácter interpersonal de la psicoterapia => entrenamiento personal:
  - Empatía
  - Calidez
  - Respeto
  - Aceptación, genuinidad
  - Feedback
  - Validación / reaseguración

*30-40% del éxito terapéutico*

# Conocimientos y HABILIDADES

---

## *La imprescindible formación de postgrado*

- Relaciones terapéuticas basadas en la evidencia (Norcross, 2001)
  - Alianza terapéutica
  - Empatía
  - Facilitación de feedback al cliente
  - Estima, respeto
- Elementos básicos
  - Relación de verdadera cooperación y apoyo al cliente
  - Reconocer la individualidad, los valores y razones del cliente
  - Implicarle de forma activa en las decisiones terapéuticas



# Métodos

---

## *Adquisición de habilidades. El estudio de casos*

- Tipos
  - Viñetas, comunes en manuales
  - Audio-visual: DVDs (APA), Internet
  - Registro completo (libro de casos)
  - Relatos autobiográficos del terapeuta o cliente (On being a therapist, Goldfried 2000)
- Ventajas, acceso a
  - El mundo real (no depende de instalaciones especiales)
  - La teoría en acción
  - La totalidad de la terapia
  - Momentos significativos
  - Análisis crítico

# Métodos

---

*Adquisición de habilidades e integridad de la psicoterapia.*

*La supervisión basada en la evidencia (Holt et al., 2015)*

1. Grado de afectación/gravedad del cliente
  - Recursos complementarios: clínicos y/o sociales
2. Relación terapéutica
  - Evaluar y solventar problemas: empatía, aceptación, calidez, congruencia, autenticidad
3. Resistencia del cliente
  - Resistencia al cambio
  - Colaboración vs. confrontación
4. Estrategias de afrontamiento del cliente
5. Disposición al cambio



# Métodos

## *Identificar puntos personales débiles en la relación terapéutica*

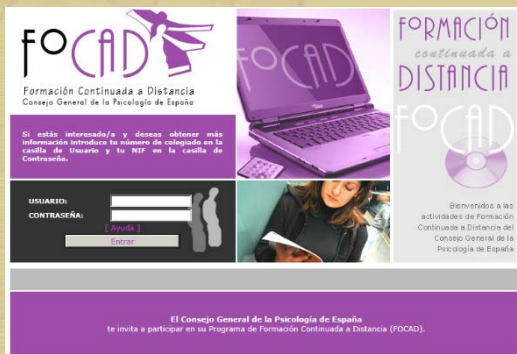
- Darte cuenta de que no puedes ayudar a un cliente
- Que te informen de que no eres competente para ayudar a un cliente
- Sobre-identificarse con el cliente
- Proteger al cliente del malestar y otras experiencias desagradables



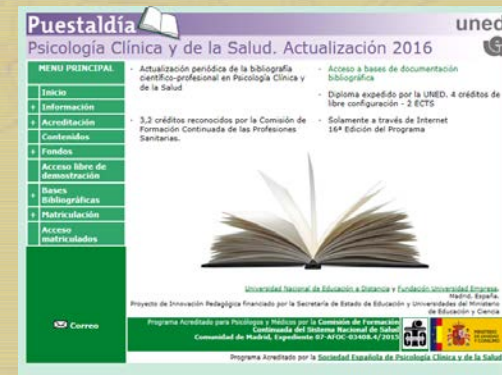
# Métodos

## La formación continua

- Asistencia a Congresos, cursos, sesiones clínicas, sistemas de supervisión, etc.
- Sistemas formales establecidos: FOCAD, desde 2008 y “Puestaldía en Psicología Clínica y de la Salud”, UNED, desde 2000.



<http://www.cop.es/focad/>



<http://www.uned.es/puestaldia>

# Acreditación

Título / Certificado	Horas de formación teórica	Horas de formación práctica	Formación continua	Limitación de acceso	Acreditación Europea
Psicólogo General Sanitario	60 ECTS ( <b>1500</b> )	Indefinidas. <b>750</b>	No	Sí	No
Especialista en Psicología Clínica	15-20% 4 años (~ <b>1000</b> )	75-80% 4 años (~ <b>3750</b> ) Indefinidas: observación participante y realización directa	No	Sí	No
Especialista en Psicoterapia. EFPA	Master PGS o similar (1500) 3 años de formación (400) Total: <b>1900</b>	Master en PCS o similar: 750 Práctica supervisada: 500 Horas de supervisión: 150 Formación personal: 100 Total: <b>1500</b>	Sí, renovación cada 7 años	No	Sí



# Formación y acreditación

## *Resumen. Las ventajas del sistema EFPA en Psicoterapia*

- Sistema abierto, no excluyente, que recoge la formación de grado de las Facultades de Psicología y sus postgrados
- Formación teórica superior a la formación del Especialista en Psicología Clínica
- Formación práctica a cargo de psicólogos
- Sujeto a formación continua
- Referencia europea y registro público accesible en la Web

*mvallejo@cop.es*

