

Razones, funciones y causas

Una aproximación filosófica a las explicaciones del comportamiento en psicoterapias contextuales

Nicolás Sebastián Sánchez

Resumen: De acuerdo con una caracterización filosófica tradicional, el comportamiento humano se hace inteligible a partir de estados mentales, atendiendo especialmente a dos relaciones explicativas: la racionalidad y la causalidad. En el presente artículo evaluaremos cuán adecuada es dicha caracterización respecto a las explicaciones que se dan en las psicoterapias contextuales. Nuestro análisis establece varias respuestas por la negativa. Por un lado, el objetivo de estas terapias no es la comprensión holística ni la evaluación normativa, por lo que la racionalidad no juega allí un rol explicativo. A su vez, el rol de la causalidad es secundario en la evaluación diagnóstica, dado que en esa etapa del proceso terapéutico es la función de los comportamientos la que busca elucidarse. Finalmente, sostenemos que la intervención terapéutica de estas psicoterapias se centra en explicaciones causales, aunque no desde el modelo de sentido común que la caracterización filosófica supone. Sugerimos, por la positiva, que las explicaciones del comportamiento en psicoterapias contextuales son híbridas: al evaluar apelan a explicaciones funcionales y al intervenir a explicaciones causales.

Palabras claves: explicación del comportamiento, psicoterapias contextuales, racionalidad, explicación funcional, causalidad.

Title: «Reasons, functions and causes: A philosophical approach to the explanations of behavior in contextual psychotherapies»

Abstract: The philosophical characterization of the explanation of behavior holds that two explanatory relations are central to its intelligibility: rationality and causality. In the present article, we will assess how fitting this characterization is regarding explanations of behaviors provided in contextual psychotherapies. Our assessment will yield negative answers in several respects. First, we will argue that, given that the goal of these therapies is not holistic understanding or normative assessment, rationality does not play a substantive role in its explanations of behavior. Second, causality is secondary in the diagnostic stage. We will argue that, at this point, the function of the problematic behaviors is what is trying to be understood. Third, causality does play a role in the intervention stage of the therapeutical process. However, we claim that this role is not the same as the folk model of philosophical characterization assumes. On a more positive note, we suggest that explanations of behavior in functional contextual therapy are hybrid, with functional explanations at the diagnostic stage and causal explanations at the intervention stage.

Keywords: explanation of behavior, contextual psychotherapy, rationality, functional explanation, causality.

1. Introducción

La psicoterapia enfrenta el doble desafío de comprender y aliviar el sufrimiento psicológico de los seres humanos. La naturaleza de esta tarea lleva a diversos debates de difícil resolución,

✉ nssanchez.unc@gmail.com |  [0000-0002-4394-236X](https://orcid.org/0000-0002-4394-236X)

Sánchez, N. S. (2024). Razones, funciones y causas: Una aproximación filosófica a las explicaciones del comportamiento en psicoterapias contextuales. *Epistemología e Historia de la Ciencia*, 8(1). <https://doi.org/10.61377/ehc.40556>



cuyo abordaje requiere la elaboración de un vocabulario común sobre la base del cual los desacuerdos puedan ser metabolizados. Así, la psicoterapia no sólo requiere de estudios empíricos que registren la eficacia de distintas intervenciones terapéuticas sino también de reflexiones de carácter conceptual que permitan elaborar tal vocabulario común. Una de las disciplinas que puede contribuir a tal fin es la filosofía, caracterizada por su visión de conjunto, la clarificación conceptual y la identificación de supuestos subyacentes. En este sentido, se ha sostenido, en relación a programas de doctorado de terapias cognitivo conductuales en Estados Unidos, que un contacto más directo con la filosofía de la ciencia es necesario para clarificar suposiciones “acerca de qué clases de observaciones constituyen datos probatorios, [los] modelos de causalidad y la naturaleza de las explicaciones teóricas adecuadas” (Klepac et al. 2012, p. 691). En esa línea, se enfatiza la importancia de clarificar los supuestos y objetivos subyacentes a diferentes enfoques en psicoterapia, dado que “son típicamente invisibles, integrales a nuestro funcionamiento cotidiano y a menudo dados por sentado” (Hughes 2018, 24). Por nuestra parte, creemos que estas reflexiones pueden contener suficiente riqueza como para conformar un nuevo campo interdisciplinario en torno a problemas epistemológicos y metodológicos de la psicoterapia, al que sugerimos denominar *Filosofía de la Psicoterapia*.

En el presente artículo, nos proponemos evaluar cuán adecuada resulta la caracterización filosófica tradicional de las explicaciones del comportamiento humano a la hora de comprender el modo en que las y los terapeutas hacen inteligible el comportamiento de sus clientes. Con ese fin, iremos desde la filosofía a la psicoterapia: a partir de la caracterización filosófica tradicional de la explicación del comportamiento, analizaremos cuáles de sus rasgos pueden hallarse -y cuáles no- en las psicoterapias contextuales. Comenzaremos por exponer, en la **Sección 2**, la perspectiva filosófica tradicional sobre las explicaciones del comportamiento humano, centradas en hacerlo inteligible a partir de los estados psicológicos de las personas. Nos enfocaremos en dos clases de relaciones que conectan explicativamente a dichos estados con el comportamiento: la racionalidad y la causalidad. La racionalidad, a su vez, puede cumplir dos roles: la *evaluación normativa* y la *comprensión*. En el primer caso, permite evaluar si los comportamientos de un agente son racionales o irracionales, o si están justificados o injustificados. En el segundo caso, permite comprender la perspectiva global del agente y hacer inteligible así un comportamiento particular. La causalidad, por su parte, es la relación mediante la que solemos explicar desde el sentido común el comportamiento propio y de los demás: un estado psicológico explica el comportamiento porque lo desencadena o lo produce. Ésta perspectiva, que llamamos *modelo folk*, posee dos rasgos característicos. Por un lado, la eficacia causal del contenido: el estado psicológico causa el comportamiento *en virtud* de tener cierto contenido. Por otra parte, un rasgo internalista: el estado mental causa desde adentro un comportamiento observable afuera.

A partir de esta reconstrucción, en la **Sección 3** nos ocuparemos de caracterizar a las psicoterapias contextuales, enfocándonos en uno de sus modelos: la terapia de aceptación y compromiso (en adelante, ACT). Describiremos las dos etapas del proceso psicoterapéutico - evaluación diagnóstica e intervención- y las herramientas clínicas utilizadas en cada una de ellas. En la etapa de evaluación, ACT se vale del análisis funcional clínico, que se centra en identificar patrones de comportamiento históricamente reforzados y que, por lo tanto, le sirven para algo al cliente. Bajo esta perspectiva, la fuente del malestar psicológico son ciertos

aprendizajes que el cliente no reconoce o no puede cambiar por sí mismo y que corresponde a la terapeuta identificar. En la etapa de intervención, por su parte, el énfasis está puesto en la modificación de esos aprendizajes a través de la manipulación de factores del entorno o contexto del cliente que vuelvan al comportamiento problemático menos frecuente o probable. El eje aquí está puesto en la noción de manipulabilidad: para ACT, mientras los factores internos -como el pensamiento- son difíciles de manipular, los externos -como los comportamientos- pueden ser manipulados.

Finalmente, en la **Sección 4**, responderemos a nuestro interrogante por la negativa en varios sentidos. En primer lugar, la racionalidad como comprensión no juega un rol en las psicoterapias contextuales. Al estar orientadas a la intervención, las explicaciones de estas psicoterapias son más restringidas y más precisas que las que supone una comprensión holística. En segundo lugar, tampoco la racionalidad juega un rol como evaluación normativa. En las psicoterapias contextuales, la evaluación se hace a través de la funcionalidad, un estándar que se constituye a partir de los propios valores y metas a largo plazo del cliente. En tercer lugar, en la etapa de evaluación diagnóstica de las psicoterapias contextuales, la causalidad no es la relación explicativa central, dado que las explicaciones relevantes son funcionales y no causales. En cuarto lugar, en su etapa de intervención, consideramos que la causalidad sí juega un rol sustantivo en las psicoterapias contextuales, aunque no bajo el modelo folk. A la hora de intervenir para modificar el malestar del cliente, las psicoterapias contextuales adoptan una concepción manipulabilista de la causalidad y se centran en variables externas, antes que en relaciones causales que tengan al pensamiento como causa. Complementaremos estas reflexiones contrastando a nuestras psicoterapias de interés con otras de orden más cognitivo que se ajustan mejor a la caracterización filosófica tradicional. Finalmente, a partir de estas reflexiones, sugerimos, por la positiva, que el modo de explicación del comportamiento en psicoterapia contextual es híbrido: en la etapa de evaluación se emplean explicaciones funcionales, mientras que en la etapa de intervención se realizan explicaciones causales del comportamiento.

2. Caracterización filosófica de las explicaciones del comportamiento

Tres conceptos son especialmente relevantes para una caracterización filosófica de las explicaciones: *explanans*, *explanandum* y relación explicativa. El *explanandum* es lo que pretende explicarse y el *explanans* es lo que hace inteligible al *explanandum*, mientras que la relación explicativa remite a *en virtud de qué* se da esa inteligibilidad (véase Díez & Moulines 1999, 224). Para buena parte de la filosofía de la mente, de la acción y de la psicología y las ciencias sociales, las explicaciones del comportamiento toman a éste como *explanandum*, a los estados psicológicos como *explanans* y a la causalidad y la racionalidad como las relaciones explicativas relevantes. Si bien, a nuestro juicio, el rasgo más sustantivo de la caracterización filosófica de las explicaciones del comportamiento corresponde a la clase de relación explicativa, algunas precisiones son relevantes respecto a los *explananda* y los *explanans* de las explicaciones del comportamiento.

Respecto al *explanandum*, su indicador más directo es el movimiento. Sin embargo, existen comportamientos sin movimiento: alguien que está esperando el colectivo puede estar

comportándose de un modo específico sin moverse. Por ello, una dimensión más precisa que permite distinguir a los comportamientos es si el evento bajo consideración es algo que la criatura está *haciendo*, o si es algo que le está *pasando* (véase Lazzeri, 2014, p. 67; Dretske, 1991, cap. 1). Incorporamos esta dimensión como parte de la caracterización filosófica de comportamiento, dado que incluye pero no limita el *explanandum* a acciones deliberadas y voluntarias.

Respecto a los *explanans*, los estados psicológicos pueden describirse como la combinación entre un contenido y una actitud o modo psicológico.¹ La actitud refiere a la clase de estado mental -tales como creencias, temores, deseos, entre otros- mientras que el contenido es hacia lo que el estado se dirige. Así, al decir “Juan cree que va a llover”, estamos hablando de una actitud de creencia que Juan posee con el contenido *va a llover*. A su vez, si bien se suele describir a un estado psicológico como *el explanans* de un comportamiento, esto es una simplificación. Para que haya eficacia en la generación de comportamiento, un estado cognitivo debe estar acompañado de un estado conativo que le aporte su fuerza motivacional, si bien en nuestras descripciones de comportamiento esto suele quedar implícito.

Presentaremos a continuación una aproximación filosófica tradicional a las relaciones explicativas que hay entre estados psicológicos y comportamientos. Estas pueden ser de dos clases: una relación de articulación racional o bien una relación causal.

2.1 Racionalidad como relación explicativa: comprensión y evaluación normativa

Como relación explicativa, la racionalidad puede admitir dos sentidos: uno constitutivo y otro derivado. Para algunos filósofos, denominados interpretativistas (Salmon, 1999), la relación constitutiva entre explicación del comportamiento y racionalidad permite entender la distintividad de la primera: sólo a través de ella podemos comprender cómo ve las cosas la persona o su perspectiva del mundo. Tomando a un comportamiento particular como *explanandum*, se busca reconstruir qué estados psicológicos racionalmente articulados lo habrían hecho emerger. Dados ciertos comportamientos, ¿qué sería lo más racional que podría haber pensado un agente? Un exponente de esta perspectiva, Peter Winch, sostiene que

‘Entender’ [...] es aprehender el *objetivo* o *significado* de qué se hace o dice. Esta es una noción alejada del mundo de la estadística y las leyes causales: es más cercana al reino del discurso y a las relaciones internas que funcionan como nexo en un reino de discurso (Winch 1990: 115).

De acuerdo con Winch, entonces, lo que se ‘hace o dice’ se explica -‘entiende’- a partir de un ‘objetivo’ o ‘significado’, que puede aprehenderse prestando atención al lenguaje y a las relaciones lógicas entre sus elementos. El lenguaje permitiría entender el significado de una acción o comportamiento al poner a la vista la red que racionaliza a ese emergente particular. En este sentido, la explicación del comportamiento involucraría una perspectiva holística de cómo ve las cosas la persona que hace o dice algo (Davidson, 1970; McDowell, 1998). Esta aproximación, que aquí llamaremos *explicación como comprensión* es muy difundida en ciencias sociales y quizás su representante paradigmático sea el del antropólogo que estudia un grupo

¹ véase Searle (Searle 2004) para una exposición clásica de esta distinción.

social desconocido en un lugar remoto. Al hacer énfasis en que la acción humana se interpreta, esta aproximación desprende a la explicación de la acción humana de otras clases de explicación como la de los fenómenos físicos.

El segundo sentido en el que la racionalidad forma parte de una relación explicativa entre comportamiento y estados psicológicos es derivado o dependiente de alguna otra relación explicativa ² entre estado psicológico y comportamiento -por ejemplo, causal. Donald Davidson expresa este punto del siguiente modo,

muchas veces indicamos la razón primaria [un estado psicológico] para la acción haciendo una afirmación que, si fuera verdadera, también verificaría, vindicaría o apoyaría la creencia o actitud relevante del agente (Davidson, 1963, p. 690).

En este caso, la racionalidad está presente en su dimensión normativa, en la medida en que todo comportamiento guiado por estados mentales puede evaluarse como racional o irracional, justificado o injustificado, en virtud de la relación existente entre estados cognitivos, conativos y comportamientos. Así, la creencia de Juan de que su amigo habla mal de él a sus espaldas explica y *justifica* que Juan se aleje de él. En un sentido más general, ese mismo comportamiento puede ser evaluado como irracional -considerando que Juan tenía otros cursos de acción disponibles, o por el hecho de que la creencia de Juan acerca de su amigo resulte falsa. Si bien usamos aquí un ejemplo de evaluación de tercera persona, éstas evaluaciones son parte de nuestra vida cognitiva y, por lo tanto, también pueden pensarse desde el punto de vista de primera persona. A esta explicación que involucra una noción dependiente de racionalidad la llamaremos *explicación del comportamiento con fines de evaluación normativa*.

2.2 Causalidad como relación explicativa: el *modelo folk*

La segunda relación explicativa relevante es la causalidad: el comportamiento sería el efecto del estado psicológico, la causa. Esta relación explicativa captura, de las muchas razones por las cuáles alguien podría hacer algo, el estado efectivo que produjo ese efecto particular (véase Davidson, 1963, p. 686). Esta aproximación a la explicación del comportamiento deriva de lo que se conoce como psicología del sentido común, la herramienta explicativa que utilizamos en nuestra vida cotidiana para explicar la conducta de los demás y la propia (Malle, 2004, cap. 2). Algunos filósofos se valieron de este hecho acerca de la cognición social para defender la autonomía de la explicación psicológica del comportamiento (Burge, 1993; Dretske, 1993; Hornsby, 1993), la idea de que el nivel psicológico es *sui generis* (Elster, 2006, p. 25), inteligible por sí mismo e independiente de otros niveles de explicación. A esta aproximación la llamaremos explicación como modelo causal de sentido común, o, para abreviar, *modelo folk*.

Dos compromisos caracterizan a este modelo. Por un lado, el compromiso con un patrón de explicación internalista³: la causa -mental- es interna y explica el efecto externo -el

² Si bien aquí nos enfocamos en aspectos disfuncionales, es preciso mencionar que mediante este tipo de psicoterapia se puede intervenir sobre cualquier clase de comportamientos. En este sentido, los objetivos terapéuticos podrían ocuparse de aumentar conductas funcionales o habilidosas (mejorar el rendimiento deportivo, aumentar habilidades sociales, entre otras).

³ Internismo y externismo son patrones o esquemas de explicación que pueden aplicarse a múltiples fenómenos (véase Godfrey-Smith 1998: cap. 2). Posicionarse como internista o externista requiere identificar un fenómeno a explicar -lo que en el texto denominamos *explanandum*-, identificar un sistema que permita una distinción adentro-afuera y priorizar algunos elementos de esa distinción como relevantes para la explicación del fenómeno.

comportamiento. En segundo lugar, en este modelo está involucrada la *eficacia causal de lo mental*: el hecho de que el estado mental causó el comportamiento en virtud de su *contenido*. Decimos, por ejemplo, que María echó a Gastón de la competencia porque *creía que él había hecho trampa* y, si bien ese estado de creencia podría describirse en otros términos, por ejemplo físicos o comportamentales, lo que lo hace explicativo es el hecho de tener ese contenido.

2.3 Respetto a la caracterización elegida

Esta caracterización captura un núcleo de posturas filosóficas acerca de las explicaciones del comportamiento, la explicación por razones y por causas, que puede encontrarse bajo distintas etiquetas en la literatura. Por ejemplo, como la idea de ‘explicación de nivel personal’ (Hornsby, 2000; Drayson, 2014) o ‘explicación intencional’ (Risjord, 1999; Elster, 2006). Respecto al caso específico de la explicación como comprensión, es un modelo usual en ciencias sociales (Salmon, 2003; Mantzavinos, 2012). A su vez, es una aproximación que se ha mantenido como relevante para contextos como la psiquiatría (Thornton, 2010). Respecto al modelo folk, por otra parte, se ha defendido como una aproximación adecuada a la explicación en ciencias sociales (Elster, 2006).

Existen múltiples debates filosóficos en torno a las explicaciones del comportamiento - por ejemplo, si pueden extenderse a áreas cerebrales (Bennett and Hacker 2010), animales no humanos (Danón, 2011) o Sánchez (Sánchez, 2021) o a personas con patologías psiquiátricas (Vilatta 2017)- que aquí no abordamos. En efecto, esta caracterización deja afuera deliberadamente explicaciones de comportamiento que no tienen estados mentales como *explanans* -como las explicaciones sociológicas- o las que tienen estados mentales como *explanans* pero no comportamientos como *explananda* -como muchos casos de explicación psicológica (véase Fierro, 1982 para una taxonomía de explicaciones psicológicas). La razón se debe a que nuestra aproximación a la caracterización filosófica de la explicación del comportamiento pretende ser una potencialmente relevante para la psicoterapia, que es el fenómeno que nos interesa analizar. En este sentido, creemos que la explicación del comportamiento como fue caracterizada es adecuada para este objetivo.

Luego de presentar la caracterización filosófica de la explicación del comportamiento, pasamos a describir lo que ocurre en las psicoterapias contextuales.

3. Evaluación e intervención en psicoterapias contextuales

Hacer inteligible el comportamiento adquiere desafíos específicos en el proceso psicoterapéutico. Siguiendo a Hayes, Strosahl y Wilson, las y los terapeutas buscan un análisis que cumpla los siguientes requisitos:

1. que explique por qué sufre la gente, 2) que nos permita predecir lo que va a hacer la gente que tiene un problema psicológico concreto, 3) que nos diga cómo cambiar el curso de los acontecimientos de modo que esta persona, con este problema psicológico en particular, pueda conseguir un mejor resultado (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2014, p. 71).

Así, son tres los objetivos que marcan la agenda de una terapeuta: interpretación, predicción e intervención. Veamos cómo esta agenda se desarrolla en el tipo de psicoterapia de nuestro interés.

Las psicoterapias contextuales, como su nombre lo indica, dan gran importancia a la noción de contexto, a la que definen como el

conjunto de determinantes y condicionantes históricos y situacionales[...]. [Todos estos aspectos son considerados partes del comportamiento y] entendidos sólo en relación de unos con otros y con el conjunto; ninguno de [ellos] tiene sentido por sí mismo (Levin, Twohig, & Smith, 2016, p. 19).

Así, toman al conjunto de conducta y contexto o *acción en situación* (Reyes, Olaz, and Salinas 2016) como unidad básica de análisis, debido a que así pueden rastrearse gran cantidad de eventos que potencialmente ejerzan una influencia organizativa sobre la conducta (véase Hayes, Strosahl, & Wilson, 2014, p. 66).

Las psicoterapias contextuales se reconocen herederas de la tradición conductista en psicología. El conductismo puede describirse a partir de tres tesis: una metodológica, una psicológica y otra lógica (Graham, 2019, sección 2). La primera es la tesis normativa de que el comportamiento debe ser el objeto de estudio de la psicología. La tesis psicológica sostiene que no se requiere hacer referencia a estados internos para abordar el comportamiento. Antes, éste es conceptualizado como respuesta a circunstancias en las que emerge. La tercera sostiene que los términos mentales en psicología pueden ser reemplazados por términos que sólo refieran a comportamiento. Las psicoterapias contextuales, por su parte, adoptan el conductismo radical de Skinner (Reyes, Olaz, & Salinas 2016), corriente que acepta las tres tesis mencionadas. En este sentido, están comprometidas no sólo con el análisis del comportamiento a nivel clínico, sino también con programas de investigación que les permitan evitar toda forma de vocabulario mentalista. Entre ellos, el más ambicioso es el de la Teoría de los Marcos Relacionales, mediante la que se pretende explicar la competencia lingüística bajo un paradigma conductista (Hayes, Barnes-Holmes, and Roche 2001).

Con el fin de describir con precisión en qué consiste el abordaje contextual, nos enfocaremos en uno de sus principales modelos: la Terapia de Aceptación y Compromiso o ACT. ACT, desarrollada por Hayes y colaboradores, es un modelo terapéutico en el que el eje sobre el que se rastrea el bienestar o malestar de un cliente es la rigidez o flexibilidad psicológica. La rigidez sería la raíz del sufrimiento y funcionamiento desadaptativo; la flexibilidad, definida como “la capacidad para persistir en o cambiar el comportamiento en un contexto particular cuando es al servicio de fines valorados” (Dindo, Van Liew, & Arch 2017, p. 547) es el horizonte de las intervenciones terapéuticas (Hayes, Strosahl, and Wilson 2014: 109-110). Es una aproximación transdiagnóstica (Dindo, Van Liew, & Arch, 2017, pp. 548-549), debido a que sus intervenciones buscan modificar procesos que no se limiten a un solo trastorno sino a procesos generales de cambio terapéutico.

De acuerdo con ACT, el dolor y sufrimiento son consecuencias naturales e inevitables de vivir. Sin embargo, pueden volverse intolerables para alguien y producir un funcionamiento desadaptativo o rígido (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2014). Para determinar qué comportamientos son desadaptativos para el cliente, ACT explora sus valores u objetivos a

largo plazo. Así, a diferencia de otros enfoques, ACT explica los problemas psicológicos a partir de la rigidez de los comportamientos y, en ese sentido, las intervenciones buscan someter a los procesos verbales y cognitivos a un control contextual más eficaz o sensible a las contingencias, haciendo a la persona más psicológicamente flexible (Hayes, Strosahl, & Wilson, 2014).

En cuanto al proceso terapéutico, podríamos hacer una división -a fines analíticos- en dos etapas: una de evaluación y otra de intervención. En la etapa de evaluación diagnóstica se busca obtener información y formular hipótesis sobre las problemáticas que el cliente menciona como relevantes a abordar en el proceso terapéutico. La herramienta central con la que cuenta la terapeuta es el análisis funcional clínico,⁴ que consiste en:

evaluaciones ideográficas de un comportamiento target y de la historia y contexto en el que ocurre, con el fin de identificar la relación funcional entre variables que causan o contribuyen a la ocurrencia de este comportamiento (Hofmann & Hayes, 2019, p. 38).

El comportamiento *target* de un análisis funcional será aquel o aquellos que le están causando problemas al cliente. Por ejemplo, la evitación de ciertas situaciones o la realización de conductas impulsivas o compulsiones. Una vez identificadas las conductas relevantes en las entrevistas iniciales, se procede a realizar el análisis funcional, que consiste en averiguar qué función cumple esa clase de comportamientos en la vida del cliente. Para averiguar esa función, como mencionan Hofmann y Hayes, se requiere conocer las ‘variables que causan o contribuyen a la ocurrencia de ese comportamiento’. Esas variables, denominadas contextuales, consisten en eventos que anteceden al comportamiento -llamados ‘antecedentes’- como los eventos que resultan de ese comportamiento -llamados ‘consecuentes’- así como también elementos estructurales -llamados ‘variables estructurales’- de la propia persona (Zanón Orgaz et al., s.f., p. 6). Mediante esta indagación, el análisis funcional posibilita lo que Hofmann y Hayes denominan ‘evaluación ideográfica’, que consiste en la comprensión de por qué han emergido los comportamientos que generan malestar. La descripción topográfica del comportamiento -su forma, intensidad y duración, por ejemplo- queda subordinada a la identificación y caracterización de una clase funcional.

Para hacer el proceso más claro, presentamos un ejemplo breve de cómo se realiza típicamente un análisis funcional en ACT. Pensemos en el caso hipotético de Pablo, quien llega a consulta por un miedo intenso a subirse a ascensores. Este miedo se manifiesta en forma de palpitations, sudoración, sensación de falta de aire, opresión en el pecho y pensamientos catastróficos ante la posibilidad de tomar uno. A partir de obtener esta información, la terapeuta realiza una serie de indagaciones para completar el cuadro. En primer lugar, respecto a los antecedentes de este miedo, encuentra que Pablo sufrió hace tiempo un ataque de pánico en un ascensor antes de una entrevista de trabajo. También registra la relevancia que tienen para él las historias que ha escuchado de dos amigos que se han quedado atrapados alguna vez en ascensores. En segundo lugar, la terapeuta indaga sobre los comportamientos de Pablo en estas situaciones y encuentra que su tendencia es a evitar subir a los ascensores, sea subiendo por las escaleras o evitando ir a edificios. Finalmente, la indagación se centra en los

⁴ En aras de la simplicidad, nos centraremos en el comportamiento como variable contextual.

consecuentes de este comportamiento. Estos son, a corto plazo, alivio de los síntomas. Sin embargo, hay otro conjunto de efectos relevantes. Con el tiempo, el miedo de Pablo ya no se circunscribe a ascensores, sino que se extiende a situaciones asociadas más indirectamente a ellos -por ejemplo, lugares con ascensores tales como shoppings. Así, Pablo restringe cada vez más sus actividades: visita menos a sus amigos, se mantiene siempre alerta e incluso, por temor a que la ansiedad aparezca, evita interactuar con varios amigos para no tener que recibir invitaciones y atravesar esa situación.

A partir de la información recabada, la terapeuta articula los elementos en un análisis funcional cuyo comportamiento *target* es la evitación de situaciones relacionadas a los ascensores. La función de estos comportamientos, hipotetiza, es la de reducir, controlar o eliminar las sensaciones de miedo. Los antecedentes permiten inferir una transformación de funciones de estímulos que en principio no eran aversivos. Esta transformación produce, a su vez, la respuesta de evitación que es reforzada negativamente con el alivio. Ante este refuerzo, que aumenta la probabilidad de que sobrevengan respuestas del mismo tipo en situaciones similares, la respuesta va quedando seleccionada, estrechando el repertorio conductual de Pablo. A pesar de que la respuesta cumple con su función a corto plazo -generar alivio-, a largo plazo el miedo se generaliza y acaba estrechando cada vez más su repertorio conductual: Pablo lo siente no sólo *en* ascensores sino al *verlos* en un shopping. Es decir, un estímulo indirecto como un centro comercial adquiere rasgos aversivos y produce la misma clase de respuesta de evitación. Este fenómeno de generalización se da porque la conducta elegida no es eficaz en evitar el miedo. Como resultado, cada vez más estímulos quedan asociados a la misma respuesta y esto tiene efectos nocivos en la vida de Pablo.

El objetivo de la etapa de evaluación en ACT es la identificación de la clase funcional y los elementos que la causaron y contribuyen al mantenimiento de los comportamientos que forman parte de ella. Para comprender la singularidad de la evaluación diagnóstica en estas terapias, es útil compararla con otra psicoterapia de tradición conductual, la terapia de comportamiento racional-emotiva (en adelante REBT). Considerada la primer corriente psicoterapéutica cognitivo-conductual,⁵ aborda esta etapa conceptualizando al sufrimiento humano como una forma de neurosis. Albert Ellis, el fundador de esta corriente, la define como:

emoción desordenada, con demasiada o demasiado poca intensidad e incontrolable; y esto pareciera ser el resultado de (y en algún sentido, la misma cosa que) pensamiento ilógico, poco realista, irracional, inflexible e infantil. (Ellis, 1989, p. 38)

De este modo, el estándar utilizado en la evaluación diagnóstica por REBT es el ajuste o desajuste entre la cognición y la realidad. La herramienta clínica para la evaluación diagnóstica, en este caso, es el modelo ABC. Veamos en qué consiste en palabras de sus adherentes:

a menudo las personas experimentan eventos activadores indeseables (A), sobre los que tienen cogniciones/creencias racionales e irracionales (B). Éstas creencias llevan a

⁵ Existen múltiples puntos de contraste posibles entre las psicoterapias contextuales y las cognitivo-conductuales. Aquí y en adelante, nos enfocaremos sólo en los relevantes para la evaluación y la intervención.

consecuencias emocionales, comportamentales, y cognitivas (C) (Ellis, David, & Lynn, 2010, p. 4).

La evaluación diagnóstica en REBT para el caso de Pablo apuntaría a entender cómo cierta clase de eventos pudo llevar al miedo a los ascensores. La pregunta central es ¿qué clases de cogniciones quedaron asociadas a ascensores de modo tal de generar un miedo tan intenso? ¿Qué clases de creencias tiene ahora sobre los lugares con ascensores, tales como edificios o shoppings? Una vez establecido el modelo, se evaluaría especialmente el grado de ajuste o desajuste entre cognición y realidad. Lo que en el análisis funcional se evaluaba en términos de flexibilidad y rigidez, en REBT se ve en términos de racionalidad e irracionalidad.

La segunda etapa del proceso terapéutico es la intervención. ¿Qué ocurre en esta etapa en ACT? En estas terapias el énfasis está puesto en “la relación de la persona con la experiencia” (Hofmann & Hayes, 2019, p. 41). Una terapeuta, por lo tanto,

[a]ltera las funciones cambiando los contextos en los que determinados tipos de actividad (ej: pensamientos y sentimientos) se relacionan, normalmente, con [otros] (ej: acciones observables) (Hayes, Strosahl, & Wilson 2014, p. 73).

Dado que “es el contexto el que determina la función de los eventos” (Páez Blarrina and Martínez 2014: 78), el foco de la intervención en ACT está puesto en ese contexto y en la transformación de funciones. Una de las variables contextuales más importantes es el comportamiento, y el objetivo terapéutico es, muchas veces, “conseguir que los clientes actúen [behave] a pesar de lo que piensan o sienten” (Forsyth et al., 1996, p. 373).

Retomando el ejemplo de Pablo, veamos cómo se orientaría la intervención en este caso. Una vez realizado el análisis funcional, la terapeuta hipotetizaría que son las conductas de evitación asociadas a las sensaciones de miedo las que contribuyen a que Pablo se encuentre tan limitado conductualmente. Por ser el comportamiento una variable manipulable, se volverá el foco de la intervención. Se buscará manipular esa conducta sugiriéndole al cliente la posibilidad de que haga algo diferente, con el fin de ampliar el repertorio conductual ante un comportamiento que está siendo ineficaz. Se trata entonces de deshacer el proceso de selección por consecuencias que mencionamos más arriba, a partir de constatar que no ha sido eficaz para el propio cliente.⁶

Una técnica que podría utilizarse a este fin es la exposición, cuyo objetivo es que el cliente “aprenda a interactuar con estímulos que le producen miedo de modos nuevos y más funcionales” (Twohig et al., 2015, p. 167). A través esta técnica, se le pide al cliente que elabore una jerarquía de situaciones que le generan miedo, prestando atención específica a qué de esa situación le resulta aversivo. A partir de allí la terapeuta y el cliente “trabajan juntos para generar una jerarquía de situaciones o estímulos de orden creciente de dificultad para que el cliente afronte” (Hazlett-Stevens & Craske, 2008, p. 309). Elaborada esa jerarquía y habiéndolo explicitado cómo funciona el ejercicio, se procede a ir exponiendo al cliente a esas situaciones, sea en sesión o como tarea, tratando de que registre qué le ocurre internamente al encontrarse

⁶ Si bien aquí nos enfocamos en aspectos disfuncionales, es preciso mencionar que mediante este tipo de psicoterapia se puede intervenir sobre cualquier clase de comportamientos. En este sentido, los objetivos terapéuticos podrían ocuparse de aumentar conductas funcionales o habilidosas (mejorar el rendimiento deportivo, aumentar habilidades sociales, entre otras).

en la situación aversiva. En el caso de Pablo, su miedo a los ascensores y a lugares con ascensores podría aliviarse del mismo modo. Aproximándose gradualmente a las situaciones aversivas desde las que menos miedo le generen hasta otras que le sean más intolerables.

Veamos nuevamente el contraste con REBT. En estas terapias, a partir de las evaluaciones que mencionamos más arriba, el objetivo

es mostrar al cliente que sus oraciones internalizadas son ilógicas y poco realistas en ciertos aspectos críticos, y que ahora tiene la capacidad para controlar sus emociones, para decirse a sí mismo oraciones más racionales y menos contraproducentes. (Ellis, 1989, p. 39)

A partir del modelo ABC, se pone el foco en el ítem B (por el inglés de creencia, belief), que media la asociación entre los eventos externos percibidos y las reacciones emocionales y conductuales, para modificarlo y a partir de ello modificar C. En palabras de David, en REBT se buscan “cambiar las consecuencias disfuncionales y volverlas consecuencias funcionales cambiando las creencias irracionales hacia creencias racionales” (David, 2015, p. 5). En el caso de Pablo, una terapeuta REBT intentaría cambiar estos pensamientos catastróficos disfuncionales por otros más adaptativos. Por ejemplo, ayudando a Pablo a hacer una evaluación más realista de las probabilidades de morir asfixiado en un ascensor, o evaluando evidencia a favor y en contra de la peligrosidad de los ascensores y la capacidad del cliente de afrontarla. Es decir, la estrategia central consistiría en modificar los pensamientos desadaptativos, para lograr así un cambio de conducta. En este caso, que Pablo logre subirse a los ascensores. Un modo de lograrlo es a partir de la reestructuración cognitiva, una técnica que consiste en mostrar al cliente que tiene control sobre sus pensamientos, mostrándole el modelo ABC en sesión y haciéndole saber que son esos pensamientos los que causan las consecuencias indeseadas (Ellis, 2008).

Luego de presentar la aproximación de las psicoterapias contextuales a la evaluación y la intervención, sumadas a la caracterización filosófica de la explicación del comportamiento de la **Sección 2**, en la próxima sección extraeremos las consecuencias pertinentes.

4. La caracterización filosófica de las explicaciones del comportamiento en psicoterapias contextuales

Estamos ya en condiciones de responder al interrogante que motiva este trabajo: ¿cuán adecuada resulta la caracterización filosófica tradicional de la explicación del comportamiento a la hora de describir las explicaciones en psicoterapias contextuales? Para responder, nos valdremos de las categorías utilizadas en la **Sección 2**.

4.1 ¿Hay comprensión en las psicoterapias contextuales?

La explicación del comportamiento como comprensión, como mencionamos, tiene su principal dominio de aplicación en las ciencias sociales. Se ha sugerido, a su vez, que este modo de explicación sería pertinente para la práctica clínica, en particular la psiquiatría. Thornton, por ejemplo, sugiere que también en los casos de sujetos con patologías psiquiátricas buscamos “encontrar un orden en lo que el otro dice y hace, incluso si resiste asimilación [a nuestra propia perspectiva]” (Thornton, 2010, p. 109). El mundo de alguien que delira tendrá

características distintas al nuestro y, sin embargo, puede ser reconstruido como conteniendo alguna racionalidad a partir del comportamiento y los reportes de esa persona. A primera vista, podría decirse que también la psicoterapeuta busca comprender. Del mismo modo que el cientista social, busca hacer justicia a la perspectiva de mundo del cliente e, incluso, tiene un deber ético de respetarla y no imponer la propia.

La psicoterapia, sin embargo, presenta un rasgo particular que vuelve insuficiente a esta caracterización de la explicación del comportamiento: su orientación constitutiva hacia la intervención. Como mencionamos previamente, al caracterizar el proceso psicoterapéutico, éste se enfoca en modificar un estado de cosas, de acuerdo a los objetivos terapéuticos establecidos conjuntamente con el cliente. Esta orientación hace que la búsqueda de información en la etapa de evaluación diagnóstica se lleve adelante con cierto objetivo terapéutico. En su descripción del análisis funcional, Haynes y O'Brien sostienen que allí no siempre se:

explica el comportamiento identificando todas las variables causales importantes. Antes bien, [se] identifican variables causales importantes que pueden ser manipuladas o estar bajo el control del cliente o el analista del comportamiento. (Haynes & O'Brien 1990, p. 655)

Por esta razón, no toda información que provea el cliente es relevante para el proceso. En este sentido, la indagación de la terapeuta es más limitada y sería desencaminado y poco informativo decir que busca reconstruir la perspectiva global del cliente. El objetivo parece ser algo más modesto pero también más preciso.

En el caso puntual de las psicoterapias contextuales, vimos que la herramienta de evaluación central es el análisis funcional, una articulación de causas y efectos históricamente seleccionadas. En el caso de la psicoterapia REBT, ocurre algo similar pero a partir del modelo ABC. En ambos casos, no se busca captar la perspectiva global del cliente a partir de una aproximación holística, sino que se trata de una indagación limitada a fines específicos. Así, la primer respuesta a nuestro interrogante es que debido a la orientación de las psicoterapias hacia la intervención, las explicaciones en psicoterapia no pretenden la comprensión de la que hablamos en la Sección 2. Esta respuesta no sólo vale para las psicoterapias contextuales sino para otras clases de psicoterapia, como ejemplificamos en el caso de REBT.

4.2 ¿Hay *evaluación normativa* en las psicoterapias contextuales?

Otro rol para la racionalidad que mencionamos en la **Sección 2** es el de la evaluación normativa. Una comparación con la psicoterapia REBT nos permite ilustrar el rol que podría tener en psicoterapia. En REBT, la evaluación normativa tenía lugar en la etapa de evaluación diagnóstica: el foco estaba puesto en el ajuste entre las cogniciones del cliente y la realidad. Las intervenciones posteriores, a su vez, buscaban restablecer dicho ajuste y volver al cliente más racional.

En el caso de las psicoterapias contextuales, por contraste, la relación con la evaluación normativa es diferente. En primer lugar, no forma parte de lo que hace la terapeuta, dado que el análisis funcional se pregunta por la función de los comportamientos con independencia de si las creencias que los causaron son más o menos racionales. El estándar aquí es el de la

funcionalidad con respecto a los valores y metas a largo plazo del cliente. En la intervención, a su vez, no se realizan intervenciones direccionadas hacia la búsqueda de evidencia para ciertas creencias, tal como se haría en REBT. Antes, las intervenciones buscan restaurar la funcionalidad perdida haciendo más amplio o más flexible el repertorio conductual del cliente. Tampoco es una clase de evaluación que se busque en los clientes, aunque sean un modo usual de dar sentido a la experiencia humana. Para una terapeuta contextual, muchas de estas evaluaciones son consideradas procesos de pensamiento rígido. En vez de estar en contacto con lo que efectivamente le ocurrió al cliente con su experiencia, su relato se concentra en justificar por qué hizo lo que debía o qué es lo que debería haber hecho.

4.3 ¿Se utiliza el modelo folk en psicoterapias contextuales?

Luego de haber analizado el rol de la racionalidad como comprensión y como evaluación normativa en las psicoterapias contextuales, nos preguntamos ¿qué rol tienen allí las explicaciones del *modelo folk*? Para responder a este interrogante, volveremos a considerar las etapas de evaluación e intervención. Respecto a la primera, presentamos el siguiente argumento por el cual la utilización del análisis funcional en esta etapa no sigue el *modelo folk*:

1. En la etapa de evaluación, las psicoterapias contextuales utilizan vocabulario funcional.
2. El principal motivo para utilizar vocabulario funcional es proveer explicaciones funcionales.
3. Aún cuando expliquen el comportamiento, las explicaciones funcionales no adoptan la forma del *modelo folk*.
4. En la etapa de evaluación, las explicaciones funcionales de las psicoterapias contextuales no adoptan la forma del *modelo folk*.

Veamos con detalle cada premisa. La primera rescata un rasgo central de las psicoterapias contextuales que expusimos en la **Sección 3**. El vocabulario funcional allí empleado puede conceptualizarse a partir de una aproximación que tiene en la selección natural biológica su dominio de aplicación paradigmático. Esta aproximación se conoce como etiológica, debido a que lo que explica la presencia del ítem en el presente es la presencia pasada de la misma clase de ítem en generaciones anteriores (Neander, 1991; Ginnobili, 2016). Esta caracterización parece acordar con lo que los adherentes a las psicoterapias contextuales afirman sobre su teoría: las consideran una rama de la ciencia evolutiva (Hayes et al., 2011; Sloan, Wilson & Hayes, 2018) debido a que en el comportamiento opera el mecanismo de *selección por consecuencias*, de acuerdo a la conceptualización de Skinner (Skinner, 1981).

La premisa 2 no requiere mayor elaboración, si aceptamos plausiblemente que el rol del vocabulario funcional es proveer cierta clase de inteligibilidad. El punto crucial del argumento se encuentra en la premisa 3. La primer parte de la premisa admite que ambas explicaciones podrían, en principio, no compartir *explananda*. Esto se debe a que una explicación funcional podría tener como *explananda* ítems de muy diversa naturaleza. Así, se han postulado explicaciones funcionales de fenómenos biológicos pero también culturales y sociales. Lo que la premisa explicita es que, si ambas explicaciones se circunscribieran al mismo *explanandum*, utilizarían distintos *explanans* para hacerlo inteligible.

Es en los explanans en lo que difieren ambas explicaciones. El modelo folk posee como explanandum a un comportamiento y como explanans a un estado mental que tiene con el primero una relación causal, de modo tal que citar cierto estado mental con cierto contenido es suficiente para hacer inteligible un determinado comportamiento. La explicación funcional que tiene a un comportamiento como explanandum, por su parte, tiene como explanans a ciertos efectos o consecuencias estables de ese comportamiento, complementadas con una historia selectiva que opera a través de un mecanismo general análogo al de la selección natural (Elster, 2006, p. 23; Olmos, 2018, p. 80; Godfrey-Smith, 2009). En este sentido, el explanans del modelo *folk* requiere un compromiso explicativo más modesto, mientras que una explicación funcional requiere especificar un efecto para el comportamiento y cómo éste pudo conferir cierto beneficio o ventaja adaptativa a ese rasgo por sobre otros. En el caso del análisis funcional, no basta sólo con saber que es una clase de causa para el comportamiento. Para una psicoterapeuta contextual, el comportamiento sólo está explicado si es posible complementar su ocurrencia con una historia que sea inteligible a partir de un mecanismo selectivo, lo que constituye la función o propósito del comportamiento. En este sentido, las explicaciones funcionales de la psicoterapia contextual no se parecen a las explicaciones del modelo *folk*.

Podría pensarse que, dado que las explicaciones funcionales etiológicas son en última instancia explicaciones causales, debido a que es un proceso causal el que las hace inteligibles.⁷ En efecto y centrándose en el caso de la biología, Jon Elster sostiene que:

la explicación funcional en la biología sólo está justificada cuando creemos en la verdad de una determinada teoría causal, que es la teoría de la evolución por selección natural. (Elster, 2006, p. 22)

Creemos, sin embargo, que es deseable mantener una distinción entre explicaciones causales y explicaciones funcionales como base para nuestra afirmación de que las explicaciones en psicoterapias contextuales no tienen a la relación explicativa de causalidad como un componente central. Esta distinción se da por diferenciar entre una explicación y los procesos en que se basa. En este sentido, una explicación funcional descansa, en última instancia, en procesos causales. Sin embargo, la explicación funcional brinda su propia clase de inteligibilidad mediante conceptos como los de beneficio, adaptación y selección que se perderían de vista si sólo nos centráramos en los procesos causales en bruto. Es cierto que, como mencionan Hofmann y Hayes, conocer la función de un comportamiento requiere conocer las ‘variables que causan o contribuyen a la ocurrencia de ese comportamiento’. Sin embargo, esto no es todo lo que debe saberse, sino que este proceso debe entenderse en términos de *beneficios* que contribuyeron a la persistencia del comportamiento. De este modo, hay una clase de inteligibilidad que sólo queda habilitada por incorporar conceptos como los de beneficio, adaptación y selección sólo queda habilitada cuando describimos a esos procesos causales de determinado modo. El propio Elster, quien reconoce la relación entre explicaciones funcionales y procesos causales, no niega que sean dos modos distintos de hacer inteligibles los procesos biológicos. En el mismo sentido, nuestro argumento respecto a la distintividad de la explicación funcional respecto al modelo *folk* descansa en sostener cuál es la relación

⁷ Agradecemos a un revisor anónimo el señalamiento sobre este punto.

explicativa que hace inteligible la relación entre *explanans* y *explanandum*. Y esa relación es distinta en cada caso: en un caso es una relación causal y en el otro es un propósito.

Llegamos así a la conclusión (4) de nuestro argumento, donde podemos afirmar que las explicaciones de las psicoterapias contextuales no tienen la forma del modelo folk. Que en estas psicoterapias el comportamiento se vuelva inteligible mediante explicaciones funcionales nos permite entender algunas afirmaciones de los adherentes a esta corriente en relación a otras psicoterapias. Hayes, por ejemplo, afirma que en psicoterapias contextuales es que en ellas es “la función de las cogniciones problemáticas, no su forma, lo que [es] más relevante” (Hayes 2004b: 5). La comparación aquí se da con psicoterapias de corte más cognitivo, como REBT. A lo que Hayes se refiere con ‘forma’ aquí puede ser similar a lo que el modelo folk considera el *explanans* de la explicación del comportamiento: el modo psicológico y su contenido. Si revisamos lo que hace REBT, notamos que mantiene similitudes con el modelo folk, ya que en la evaluación a partir del modelo ABC, se especifica un ítem interno que no refleja adecuadamente la realidad y generaría comportamientos disfuncionales. Se puede apreciar así en REBT una aproximación internalista y que da relevancia a la eficacia causal del contenido mental. Por contraste, en la explicación funcional de las psicoterapias contextuales, el ítem central es el comportamiento y sus efectos: el contenido de las cogniciones importa en la medida en que provoca comportamientos y esos comportamientos tienen efectos. De este modo, rasgos que figuraban prominentes en el modelo folk como la eficacia causal del contenido, dejan de ocupar un rol en la explicación funcional. Por estas razones, nuestra tercera respuesta al interrogante inicial es que aquí tampoco la caracterización filosófica sirve para dar cuenta de lo que se hace en psicoterapias contextuales.

Pasemos ahora a evaluar si el modelo folk caracteriza lo que se hace en la etapa de intervención de las psicoterapias contextuales. Sostendremos que, una vez identificada la clase funcional de comportamientos de interés, la intervención de la terapeuta contextual se da sobre la base de explicaciones causales. Sin embargo, los rasgos de estas explicaciones tampoco coinciden con los del modelo folk. Para argumentar este punto, veamos lo que sostiene Hayes respecto a esta etapa. En sus palabras, lo que allí busca la terapeuta es “lograr el objetivo de influenciar el comportamiento requiere la manipulación exitosa de eventos, y sólo las variables contextuales pueden ser manipuladas directamente” (Hayes 2004a: 656). Esta afirmación de Hayes puede desagregarse en dos componentes para comprender los dos aspectos de las psicoterapias contextuales que nos permitirán la comparación con la explicación del modelo *folk*: por un lado, una concepción manipulabilista de la explicación causal y por el otro qué elementos o variables la constituyen.

El primer punto puede ser conceptualizado a partir de lo que en filosofía se conoce como una aproximación intervencionista o manipulabilista de la causación y la explicación causal. La idea central de esta aproximación es que un evento C explica causalmente a uno E sólo si al intervenir sobre C, se da un cambio sobre E. Para Campbell, el manipulabilismo sostiene que:

encontrar cuáles son las conexiones causales es una cuestión de encontrar qué sucede cuando un factor [...] viene desde afuera del sistema que estamos considerando y actúa sobre una de sus variables. (Campbell, 2013, p. 936)

En el caso que nos ocupa, el elemento que vendría desde afuera del sistema sería la intervención de la terapeuta.

En el caso que nos ocupa, el elemento que vendría desde afuera sería la intervención terapéutica. La aproximación manipulabilista muestra ya una diferencia con respecto al modelo *folk*. Mientras que este modelo extrae su inspiración de la cognición social y tiene como objetivo explicar y predecir la conducta, la perspectiva manipulabilista se aproxima a los agentes como si fueran parte de un experimento en el que, idealmente, algunas de sus variables pueden modificarse.

A partir de esta concepción manipulabilista de la explicación causal, podemos comprender la segunda parte de la afirmación de Hayes respecto a que sólo las variables contextuales pueden ser manipuladas directamente. Parafraseando esta afirmación, se interviene sobre el comportamiento⁸ debido a que sólo estas variables pueden ser manipuladas. Es decir, sólo a través de estas variables la terapeuta puede constatar que las ha manipulado a partir de que el cliente ha hecho las cosas de otro modo. Visto a la luz de nuestro ejemplo sobre el miedo de Pablo, lo que la terapeuta hace a través de la exposición es tratar de generar aproximaciones graduales a los ascensores para evocar el miedo, tratando de romper con los efectos que traía la evitación. En este sentido, la intervención psicoterapéutica es conceptualizada a partir de cambiar el orden de los factores: la sensación de ansiedad y miedo son efectos de la evitación anterior. Así, mediante un proceso psicoeducativo, se busca que el cliente comprenda este modelo en donde la preeminencia está puesta en el comportamiento y sus efectos. De este modo, las explicaciones en psicoterapias contextuales se oponen a las de terapias como REBT, que buscan “cambiar las consecuencias disfuncionales y volverlas consecuencias funcionales cambiando las creencias irracionales hacia creencias racionales” (David, 2015, p. 5) o, dicho más llanamente, cambiar el comportamiento a partir de cambiar las cogniciones.

Este énfasis en el comportamiento nos permite contrastar este tipo de explicación con la del modelo *folk*. Uno de los aspectos de este modelo era su internalismo explicativo: los estados mentales, desde adentro, explicaban el comportamiento. En la etapa de intervención de las psicoterapias contextuales, la explicación causal se centra en el componente externo -el comportamiento- y al interior del sistema se registran los efectos. En este sentido, las psicoterapias contextuales tendrían una aproximación externista a la explicación causal y por eso serían distintas a las del modelo *folk*. En este sentido, la cuarta respuesta a nuestro interrogante inicial es que, debido a la concepción manipulabilista de la explicación causal y el énfasis sobre las variables externas, las explicaciones del comportamiento en psicoterapia contextual no adoptan los rasgos del modelo *folk*.⁹

⁸ En aras de la simplicidad, nos centraremos en el comportamiento como variable contextual.

⁹ Elegimos un caso de miedo generalizado y técnicas como la reestructuración cognitiva y la exposición a sabiendas de que la efectividad de cada intervención varía según el trastorno y de que cada corriente psicoterapéutica tiene intervenciones más o menos comportamentales y más o menos cognitivas. Aún así, nuestra elección no es arbitraria. Las técnicas de intervención expuestas para ACT y REBT ilustran la aproximación teórica que cada corriente psicoterapéutica manifiesta tener. Un trabajo más detallado requeriría evaluar si todas las técnicas de una corriente psicoterapéutica dada reflejan sus compromisos teóricos.

4.4 Síntesis de resultados

Estamos en condiciones ahora de sintetizar las tesis a las que hemos arribado. Por un lado, consideramos que la racionalidad no juega un rol sustantivo ni como comprensión ni como evaluación normativa en las psicoterapias contextuales. La causalidad, considerada a partir del modelo folk, por su parte, tampoco parece reflejar adecuadamente lo que ocurre en la evaluación ni en la intervención de estas psicoterapias.

	REBT	ACT
Comprensión	No	No
Evaluación normativa	Sí	No
Modelo folk	Sí	No

5. Conclusión

En el presente artículo nos preguntamos si la caracterización tradicional de la explicación del comportamiento a la que se adscribe en algunas áreas de la filosofía resultaba adecuada para caracterizar las explicaciones del comportamiento en las psicoterapias contextuales. Para responder a esa pregunta, partimos de clarificar esa caracterización filosófica tradicional y de caracterizar a las psicoterapias contextuales. Así, nos centramos en las relaciones explicativas de las explicaciones del comportamiento -causalidad y racionalidad- y caracterizamos modos de comprenderla según cuál de ellas se considere relevante. Si se privilegia la racionalidad en su sentido constitutivo, la explicación del comportamiento se vuelve una forma de comprensión. Si se considera relevante la racionalidad en su sentido derivado, la explicación del comportamiento se vuelve una forma de evaluación normativa. Finalmente, si la relación explicativa relevante es la causalidad, la explicación del comportamiento se vuelve una explicación causal folk. Respecto a las psicoterapias contextuales, distinguimos dos etapas en el proceso psicoterapéutico: la evaluación y la intervención. En la primera, el modo de entender lo que le está pasando al cliente es a través del análisis funcional. En la segunda etapa, el objetivo es intervenir sobre variables manipulables, que en estas psicoterapias son variables contextuales como el comportamiento.

Contando con estas herramientas teóricas, pudimos dar respuesta a nuestro interrogante -respuestas que sintetizamos en el cuadro de más arriba. Al interrogante inicial, nuestra respuesta es negativa: en psicoterapias contextuales no se busca comprender ni evaluar normativamente al cliente. A su vez, si bien la explicación causal tiene un rol importante en las psicoterapias contextuales, especialmente en la etapa de intervención, la caracterización del modelo folk no parece adecuada para describir lo que allí ocurre. Por otra parte, sostuvimos que algunos rasgos de la caracterización filosófica tradicional de la explicación del comportamiento sí eran apropiados para caracterizar otra clase de psicoterapias como REBT.

Creemos, a su vez, que estas respuestas por la negativa nos permiten aproximarnos a una caracterización positiva de la evaluación e intervención en psicoterapias contextuales. Si

bien una articulación precisa de esta tesis excede los objetivos de este trabajo, nos permitimos sugerir que las explicaciones que se utilizan en las psicoterapias contextuales son híbridas, en el sentido de que parecen contener dos tipos de explicaciones, uno en la etapa de evaluación o diagnóstico y otro en la etapa de intervención. En la primera, las explicaciones serían funcionales. Lo que importa en dicho momento es entender por qué sufre el cliente, identificar los comportamientos problemáticos y establecer conjuntamente los objetivos terapéuticos. El análisis funcional es la herramienta privilegiada que permite llevar a cabo estas tareas a partir de considerar que los comportamientos tienen funciones, y que su presencia puede explicarse a través de un proceso etiológico de selección por consecuencias. Por otra parte, en la etapa de intervención parecen emplearse explicaciones que se corresponden con una concepción manipulabilista de la explicación causal, en la que algo es una causa si puede intervenir sobre ella y hacer variar el efecto. En el caso de las psicoterapias contextuales, las explicaciones causales se centran sobre variables externas como el comportamiento, en la medida en que las variables internas como los pensamientos no serían manipulables.

Entendemos que estas primeras conclusiones a las que hemos arribado respecto a las explicaciones híbridas en psicoterapias contextuales representan un primer y modesto paso en dirección a entenderlas. Para finalizar, querríamos enfatizar la conexión que hicimos al comienzo del artículo entre psicoterapia y filosofía. Si bien el análisis realizado aquí pone de relieve los límites de la caracterización filosófica de la explicación del comportamiento para caracterizar a las psicoterapias contextuales, esto no quiere decir que debemos abandonar la teorización filosófica sobre la psicoterapia. Antes bien, son precisamente las herramientas conceptuales de esta disciplina las que nos permitieron caracterizar de un modo más preciso lo que ocurre en las psicoterapias contextuales. En este sentido, creemos que la filosofía de la psicoterapia puede contribuir como un campo interdisciplinario potencial en el que asuntos filosóficamente tematizados tengan su lugar aplicados a la psicoterapia, y problemas surgidos en el contexto de las psicoterapias puedan evaluarse con una mirada filosófica.

Referencias

- Bermúdez, J. L. (2005). *Philosophy of psychology: A contemporary introduction*.
- Burge, T. (1993). Mind-body causation and explanatory practice. En J. Heil & A. Mele (Eds.), *Mental causation* (pp. 97–120). Clarendon Press.
- Campbell, J. (2013). Causation and mechanisms in psychiatry. En K. W. M. Fulford, M. Davies, R. G. T. Gipps, G. Graham, J. Z. Sadler, G. Stanghellini, & T. Thornton (Eds.), *The Oxford handbook of philosophy and psychiatry* (pp. 935–949). Oxford University Press.
- Craver, C. F. (2007). *Explaining the brain: Mechanisms and the mosaic unity of neuroscience*. Clarendon press.
- Cummins, R. (2010). ‘How does it work?’ vs. ‘What are the laws?’ two conceptions of psychological explanation. En *The world in the head* (pp. 282–310). Oxford University Press.
- David, D. (2015). Rational emotive behavior therapy (REBT). En R. L. Cautin & S. O. Lilienfeld (Eds.), *The encyclopedia of clinical psychology* (pp. 1–8). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118625392.wbecp077>

- Davidson, D. (1970). Mental events. En L. Foster & J. W. Swanson (Eds.), *Experience and theory* (pp. 207–224). University of Massachusetts Press.
- Davidson, D. (1974). Psychology as philosophy. En S. C. Brown (Ed.), *Philosophy of psychology* (pp. 41–52). Palgrave Macmillan UK. <https://doi.org/10.1007/978-1-349-02110-9>
- Davidson, D. (1995). Acciones, razones y causas. En *Ensayos sobre acciones y sucesos* (pp. 17–36). Crítica; UNAM, Instituto de Investigaciones Filosóficas.
- Davidson, D. (2001). Interpretación Radical. En D. Davidson, *De la verdad y de la interpretación: Fundamentales contribuciones a la filosofía del lenguaje*. Gedisa.
- Díez, J., & Moulines, C. U. (1999). *Fundamentos de filosofía de la ciencia*. Ariel.
- Dindo, L., Van Liew, J. R., & Arch, J. J. (2017). Acceptance and commitment therapy: A transdiagnostic behavioral intervention for mental health and medical conditions. *Neurotherapeutics*, 14(3), 546–553. <https://doi.org/10.1007/s13311-017-0521-3>
- Drayson, Z. (2014). The personal/subpersonal distinction. *Philosophy Compass*, 9(5), 338–346. <https://doi.org/10.1111/phc3.12124>
- Dretske, F. (1993). Mental events as structuring causes of behavior. En J. Heil & A. Mele (Eds.), *Mental causation* (pp. 121–136). Clarendon Press.
- Ellis, A. (1989). Rational psychotherapy. *TACD Journal*, 17(1), 67–80. <https://doi.org/10.1080/1046171X.1989.12034348>
- Ellis, A. (2008). Cognitive restructuring of the disputing of irrational beliefs. En W. T. O'Donohue (Ed.), *Cognitive behavior therapy: Applying empirically supported techniques in your practice* (2. ed, pp. 91–95). Wiley.
- Ellis, A., David, D., & Lynn, S. J. (2010). Rational and irrational beliefs: A historical and conceptual perspective. En D. David, S. J. Lynn, & A. Ellis (Eds.), *Rational and irrational beliefs: Research, theory, and clinical practice* (pp. 3–22). Oxford University Press.
- Elster, J. (2006). *El cambio tecnológico: Investigaciones sobre la racionalidad y la transformación social*. Gedisa.
- Forsyth, J. P., Lejuez, C. W., Hawkins, R. P., & Eifert, G. H. (1996). Cognitive vs. contextual causation: Different world views but perhaps not irreconcilable. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 27(4), 369–376. [https://doi.org/10.1016/S0005-7916\(96\)00048-1](https://doi.org/10.1016/S0005-7916(96)00048-1)
- Ginnobili, S. (2016). Adaptación y función. El papel de los conceptos funcionales en la teoría de la selección natural darwiniana. *Ludus Vitalis*, 17(31), 3–24. <http://www.ludus-vitalis.org/ojs/index.php/ludus/article/view/270>
- Godfrey-Smith, P. (1998). *Complexity and the function of mind in nature*. Cambridge University Press.
- Godfrey-Smith, P. (2009). *Darwinian populations and natural selection*. Oxford University Press.
- Graham, G. (2019). Behaviorism. En E. N. Zalta (Ed.), *The stanford encyclopedia of philosophy* (Spring 2019). Metaphysics Research Lab, Stanford University. <https://plato.stanford.edu/archives/spr2019/entries/behaviorism/>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2014). *Terapia de aceptación y compromiso: Proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*. Desclée de Brouwer.

- Hayes, S. C., Villatte, M., Levin, M., & Hildebrandt, M. (2011). Open, aware, and active: Contextual approaches as an emerging trend in the behavioral and cognitive therapies. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7(1), 141–168. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104449>
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., & Gifford, E. V. (1999). Consciousness and private events. En B. A. Thyer (Ed.), *The philosophical legacy of behaviorism* (Vol. 22, pp. 153–188). Springer Netherlands. <https://doi.org/10.1007/978-94-015-9247-5>
- Haynes, S. N., & O'Brien, W. H. (1990). Functional analysis in behavior therapy. *Clinical Psychology Review*, 10(6), 649–668. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(90\)90074-K](https://doi.org/10.1016/0272-7358(90)90074-K)
- Hazlett-Stevens, H., & Craske, M. G. (2008). Live (in vivo) exposure. En W. T. O'Donohue (Ed.), *Cognitive behavior therapy: Applying empirically supported techniques in your practice* (2. ed, pp. 309–316). Wiley.
- Heil, J., & Mele, A. (Eds.). (1993). *Mental causation*. Clarendon Press.
- Hofmann, S. G., & 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>
- Hornsby, J. (1993). Agency and causal explanation. En J. Heil & A. Mele (Eds.), *Mental causation* (pp. 161–188). Clarendon Press.
- Hornsby, J. (2000). Personal and sub-personal; a defence of dennett's early distinction. *Philosophical Explorations*, 3(1), 6–24. <https://doi.org/10.1080/13869790008520978>
- Kazdin, A. E. (2007). Mediators and mechanisms of change in psychotherapy research. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3(1), 1–27. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091432>
- Klepac, R. K., Ronan, G. F., Andrasik, F., Arnold, K. D., Belar, C. D., Berry, S. L., Christoff, K. A., Craighead, L. W., Dougher, M. J., Dowd, E. T., Herbert, J. D., McFarr, L. M., Rizvi, S. L., Sauer, E. M., & Strauman, T. J. (2012). Guidelines for cognitive behavioral training within doctoral psychology programs in the United States: Report of the inter-organizational task force on cognitive and behavioral psychology doctoral education. *Behavior Therapy*, 43(4), 687–697. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2012.05.002>
- Levin, M. E., Twohig, M. P., & Smith, B. M. (2016). Contextual behavioral science: An overview. En R. D. Zettle, S. C. Hayes, D. Barnes-Holmes, & A. Biglan (Eds.), *The wiley handbook of contextual behavioral science* (pp. 17–36). John Wiley & Sons.
- Malle, B. F. (2004). *How the mind explains behavior: Folk explanations, meaning, and social interaction*. MIT Press.
- Mantzavinos, C. (2012). Explanations of *Meaningful* actions. *Philosophy of the Social Sciences*, 42(2), 224–238. <https://doi.org/10.1177/0048393110392590>
- McDowell, J. (1998). The constitutive ideal of rationality: Davidson and sellars. *Crítica*, 30(88), 29–48. <https://doi.org/10.22201/iifs.18704905e.1998.695>
- Neander, K. (1991). Functions as selected effects: The conceptual analyst's defense. *Philosophy of Science*, 58(2), 168–184. <https://doi.org/10.1086/289610>

- Olmos, A. S. I. (2018). *El concepto de función y la explicación funcional de la neuroetología*. Editorial Teseo. <https://www.teseopress.com/elconceptodefucion/>
- Páez Blarrina, M., & Martínez, O. G. (2014). *Múltiples aplicaciones de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)*. Ediciones Pirámide.
- Pérez-Álvarez, M. (2018). La psicoterapia como ciencia humana, más que tecnológica. *Papeles del Psicólogo - Psychologist Papers*, 40(1). <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2877>
- Reyes, M. A., Olaz, F. O., & Salinas, A. N. V. (2016). Historia de la terapia contextual en México y Latinoamérica. En O. M. Rodrigues Jr. (Ed.), *Algunas Historias de la Psicología de Base Comportamental en Latinoamérica* (pp. 39–62). Instituto Paulista de Sexualidade.
- Risjord, M. (1999). No strings attached: Functional and intentional action explanations. *Philosophy of Science*, 66, S299–S313. <http://www.jstor.org/stable/188779>
- Salmon, M. H. (1999). Explanation in the social sciences. En J. Earman, C. Glymour, J. G. Lennox, P. Machamer, J. E. McGuire, J. D. Norton, W. C. Salmon, K. F. Schaffner, & M. H. Salmon, *Introduction to the philosophy of science* (pp. 384–409). Hackett Publishing Company.
- Skinner, B. F. (1981). Selection by consequences. *Science (New York, N.Y.)*, 213(4507), 501–504. <https://doi.org/10.1126/science.7244649>
- Sloan Wilson, D., & Hayes, S. C. (Eds.). (2018). *Evolution and contextual behavioral science: An integrated framework for understanding, predicting, and influencing human behavior*. Context Press.
- Sober, E. (1997). Is the mind an adaptation for coping with environmental complexity? *Biology & Philosophy*, 12(4), 539–550. <https://doi.org/10.1023/A:1006558002982>
- Taylor, C. (2005a). Comprensión y etnocentrismo. En *La libertad de los modernos* (pp. 199–222). Amorrortu Editores.
- Taylor, C. (2005b). La interpretación y las ciencias del hombre. En *La libertad de los modernos* (pp. 143–198). Amorrortu Editores.
- Thornton, T. (2010). Psychiatric explanation and understanding. *European Journal of Analytic Philosophy*, 6(1), 95–110.
- Twohig, M. P., Abramowitz, J. S., Bluett, E. J., Fabricant, L. E., Jacoby, R. J., Morrison, K. L., Reuman, L., & Smith, B. M. (2015). Exposure therapy for OCD from an acceptance and commitment therapy (ACT) framework. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 6, 167–173. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2014.12.007>
- Winch, P. (1990). *The idea of a social science and its relation to philosophy*. Routledge.
- Zanón Orgaz, I., Matías Lago, T., Luque González, A., Moreno-Agostino, D., Aranda Rubio, E., Morales Pillado, C., García Tabuyo, M., & Márquez-González, M. (s/f). *Guía para la elaboración de un análisis funcional del comportamiento humano*. Centro de Psicología Aplicada. Universidad Autónoma de Madrid. <https://pavlov.psyciencia.com/pdf/Protocolo%20ana%CC%81lisis%20funcional.pdf>