

Influencia de la relación terapéutica en la salud mental de los psicólogos clínicos¹

Influence of the therapeutic relationship on the mental health of clinical psychologists

Ingri Yomar Tangarife Lara²

July Andrea Reyes Calderón³

Naquin Steven Llano Gallón⁴

Daniela Zuluaga Hurtado⁵

Resumen

Aun cuando la relación terapéutica ha ganado gran terreno en la investigación dentro del campo de la psicología, estudiando aspectos como los resultados y éxito de la psicoterapia, se evidencia un vacío en el estudio respecto a la influencia que esta podría tener en la salud mental del psicólogo clínico. Por tal razón, en el presente artículo se describe la influencia que tiene la relación terapéutica en la salud mental del psicólogo clínico, mediante la revisión teórica de variables como salud mental y relación terapéutica, evidenciando que, pese a las escasas investigaciones, existe una marcada influencia que se ve reflejada en manifestaciones como el síndrome de burnout, fatiga por compasión, estrés traumático secundario, trauma vicario, uso y abuso del alcohol, problemas familiares, depresión, el riesgo suicida, y la satisfacción de la compasión, la resistencia indirecta y el crecimiento postraumático indirecto, el

¹ El presente artículo de aproximación teórica pretende hacer referencia a la influencia que tiene la relación terapéutica en la salud mental del psicólogo clínico.

² Psicóloga de la Universidad Cooperativa de Colombia. Estudiante aspirante a grado de la Especialización en Psicología Clínica con énfasis en Psicoterapia con niños y adolescentes. Correo: ingri.tangarife@gmail.com

³ Psicóloga de la Universidad Católica de Colombia. Estudiante aspirante a grado de la Especialización en Psicología Clínica con énfasis en Psicoterapia con niños y adolescentes. Correo: psijareyes@gmail.com

⁴ Psicólogo de la Universidad Antonio Nariño. Estudiante aspirante a grado de la Especialización en Psicología Clínica con énfasis en Psicoterapia con niños y adolescentes. Correo: naquinllano@gmail.com

⁵ Asesora. Magister en Psicología Clínica de la Universidad del Norte. Candidata a Doctorado en Psicología de la F.U Konrad Lorenz. Correo: danielazuluagahurtado@gmail.com

bienestar psicológico, la confianza, la regulación emocional, la adquisición de experiencia y el fortalecimiento de habilidades terapéuticas, las cuales impactan la vida del profesional tanto positiva como negativamente.

Palabras claves: Relación terapéutica, alianza terapéutica, psicología, salud mental, bienestar psicológico, psicólogo.

Abstract

Although the therapeutic relationship has gained much ground in research within the field of psychology, studying aspects such as the results and success of psychotherapy, there is evidence of a vacuum in the study with respect to the influence this could have on the mental health of the clinical psychologist. For this reason, this article describes the influence that the therapeutic relationship has on the mental health of the clinical psychologist, through the theoretical review of variables such as mental health and therapeutic relationship, showing that, despite the scarce research, there is a marked influence that is reflected in manifestations such as burnout syndrome, compassion fatigue, secondary traumatic stress, vicarious trauma, alcohol use and abuse, family problems, depression, suicide risk, and compassion satisfaction, indirect resistance and indirect post-traumatic growth, psychological well-being, confidence, emotional regulation, acquisition of experience and strengthening of therapeutic skills, which impact the life of the professional both positively and negatively.

Key words: Therapeutic relationship, therapeutic alliance, psychology, mental health, psychological well-being, psychologist.

Los psicólogos clínicos para realizar su ejercicio profesional de manera exitosa establecen una relación terapéutica sólida y de confianza, ante la cual se enfrentan a las distintas experiencias significativas del consultante, generando posibles cambios en el bienestar psicológico y emocional del profesional (Molina y Hewitt, 2002; Simionato y Simpson, 2018; Laverdière, Ogrodniczuk y Kealy, 2019).

Por lo anterior, surgen dos conceptos que son determinantes para el presente artículo: salud mental del psicoterapeuta y relación terapéutica. La salud mental se define como un estado de bienestar que abarca lo físico, lo social, lo emocional, lo comportamental y lo cognitivo, el cual está asociado a un estado de satisfacción con la vida, sentimiento de felicidad consigo mismo y con el mundo; no obstante, dicho estado no siempre se logra, pues las personas se enfrentan a diversas situaciones que alteran este bienestar, causando cambios en la forma de pensar, de ver el mundo y de actuar (Sala, 2001; Rondón, 2006; Schlipfenbacher y Jacobi, 2014).

Por otra parte, la relación terapéutica es un vínculo de confianza y protección entre dos o más personas, que involucra no solo las características del cliente, sino también las del terapeuta, sus aprendizajes, su vida y sus cogniciones, permitiendo el establecimiento de una alianza con el fin de alcanzar los objetivos terapéuticos (Kleinke, 2002; Corbella, Fernández, Saúl, García y Botella, 2008; Fernández, Herrera y Escobar, 2016).

En ese mismo sentido, para lograr buenos resultados en el proceso psicológico el terapeuta requiere de habilidades como la empatía, por medio de la cual logra tener una mejor lectura y comprensión de las emociones (Norcross, 2011; Jung, Wiesjahn, Rie, y Lincoln, 2015; De la Fuente y Cruz, 2017; Cáceres, 2019; Ramírez, 2019).

Los estudios sobre relación terapéutica han sido de gran interés en la comunidad científica desde hace algunas décadas, de allí pues, se concluye que en la relación terapéutica existe un componente afectivo y comportamental que se presentan de manera paralela entre consultante y terapeuta, convirtiéndose en un pilar sobre el cual se construye y se fomenta la psicoterapia; por lo tanto, es un determinante en el proceso de intervención y el tratamiento (Arenas, Sierra y Zuluaga, 2019; España y Castaño, 2019).

Por su parte, la relación terapéutica es una variable que influye de manera directa con la cooperación, las redes afectivas, la confianza y el establecimiento de metas entre el consultante y terapeuta, al mismo tiempo este vínculo es fundamental en el proceso de cambio y está relacionado con la mejora del consultante, las técnicas y habilidades empleadas por el terapeuta (Restrepo y Vélez, 2014; Wittner y Vegh, 2016; Vivas y Castaño, 2019).

La Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2010) y La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) han develado que existe un deterioro en la salud mental debido al estrés laboral, los profesionales que tienen contacto directo con el sufrimiento humano no son ajenos, como es el caso de psicólogos clínicos, que experimentan agotamiento y reducción de recursos emocionales, manifestaciones somáticas y psicológicas, ansiedad e irritabilidad, producto de la atención especialmente a población infantil, a lo que se suma las condiciones laborales y sociales. En este orden de ideas, es importante resaltar que son pocos los estudios en salud mental del profesional en psicología en Colombia, pese a las grandes problemáticas sociales, políticas, económicas, de violencia, las frecuentes situaciones de emergencias complejas y desastres que en los últimos años han afectado al país (Molina y Hewitt, 2002; Gómez y Calderón, 2017; Hernandez y Sanmartin, 2018; Baldeón y Polanski, 2019).

En una mirada general de la salud mental en Colombia, según datos suministrados por el Estudio Nacional de Salud Mental (2015), el país se ubica entre los cinco primeros puestos con mayor prevalencia en algunas enfermedades mentales, teniendo como principal factor el consumo de alcohol, seguido por las consecuencias psicológicas de la exposición a eventos traumáticos, la depresión y los trastornos de ansiedad. Los resultados reflejan que la presencia de situaciones estresantes como los problemas económicos, de pareja, familiares e incluso eventos en el ambiente laboral, pueden generar malestar en las relaciones interpersonales. Asimismo, más del 50,5 % de la población colombiana presentan problemas relacionados con ansiedad y depresión; por lo tanto, es necesario la activación de investigaciones, programas, acciones o servicios de promoción de la salud mental.

Por otra parte, son pocos los estudios hallados sobre el impacto positivo del trabajo psicoterapéutico y la relación que se establece entre psicólogo y paciente; sin embargo, algunas investigaciones abordan temas como la satisfacción de la compasión, la resistencia indirecta y el crecimiento postraumático indirecto, lo que favorece la autoestima y empoderamiento del profesional en su ejercicio laboral (Wheeler y McElvaney,2017).

En relación con lo anterior, el objetivo general del presente artículo es describir la influencia que tiene la relación terapéutica en la salud mental del psicólogo clínico e identificar aspectos o cambios derivados de la relación terapéutica que aporten a un buen desarrollo tanto profesional como personal del psicólogo clínico.

Metodología

Este trabajo es el resultado de una revisión teórica, desarrollada mediante la búsqueda histórica en un periodo comprendido desde el año 1990 al 2020, puesto que se hizo necesario mostrar la contextualización de las variables establecidas en el artículo. La búsqueda se llevó a cabo explorando bases de datos como Scopus, Redalyc, Scielo, Ebsco, Science Direct, entre otras, las cuales cubren alrededor de 18.000 títulos de más de 5.000 editores internacionales, incluyendo la cobertura de 16.500 revistas revisadas por pares en diversas áreas del conocimiento, teniendo en cuenta diferentes autores, respecto al concepto de salud mental, relación terapéutica y las distintas influencias que existen entre estos. La revisión se ejecutó en inglés, español y portugués. Las palabras claves usadas fueron relación terapéutica, alianza terapéutica, psicología, salud mental, bienestar psicológico, psicólogo.

Marco teórico

Relación Terapéutica

Respecto a la relación terapéutica son varias las conceptualizaciones que desde cada uno de los enfoques psicológicos se han desarrollado; partiendo desde el psicoanálisis, esta es vista como una relación de trabajo que se establece entre cliente y analista, la cual es susceptible de ser analizada, configurando un pacto analítico que comprende la asociación libre por parte del paciente y la comprensión del analista (Castrillón y Pérez, 2018; Noyce y Simpson, 2018).

Por su parte, el Conductismo contrario a otros enfoques, no ha centrado su atención en la relación terapéutica, en cambio, da mayor importancia a las características propias del terapeuta como principio que aporta al buen resultado de la terapia, aun así, desde este enfoque toman en

cuenta el *rapport* como elemento para el establecimiento de la relación entre terapeuta y cliente (Arango y Moreno, 2009).

Entre tanto, desde el enfoque Humanista Rogers teorizó al respecto, planteando que es importante la relación para que se gesten cambios importantes en el ser humano; también, agregó que la relación terapéutica debe ser interactiva y depende de lo que el cliente percibe del proceso, de su experiencia personal y lo que siente respecto al terapeuta (Arango y Moreno, 2009; Noyce y Simpson, 2018).

De otro lado, en lo que concierne al presente artículo, el enfoque cognitivo conductual determina la relación terapéutica como un elemento que en parte potencia las expectativas de recibir ayuda; además, recoge en su conjunto aquellos atributos de interacción entre psicólogo y paciente, como conductas, emociones y pensamientos, es decir, la relación de interacción entre dos personas que se sitúan en un contexto terapéutico donde convergen modos de comportamiento, de pensar y de sentir, así como creencias, rasgos propios y culturales, entre otros (Arango y Moreno, 2009; Norcross y Lambert, 2011; Lopes, 2017; Noyce y Simpson, 2018; Wilmots, Midgley, Thackeray, Reynolds y Loades, 2019).

La relación terapéutica es un constructo donde se establecen lazos emocionales en la diada paciente – psicoterapeuta, con el fin de establecer acuerdos para lograr unos objetivos que favorece a la psicoterapia, su desarrollo y su eficacia, arrojando resultados o cambios que pueden ser potencialmente tanto positivos como negativos para el paciente y para el terapeuta (Corbella, Fernández, Saul, García y Botella, 2008; Gillies, 2010; Pavía, 2010; Etchevers, Garay, González y Simkin, 2012; Betancur, Ortiz y Saldarriaga, 2019).

En este orden de ideas, la práctica profesional de la psicoterapia tiene en cuenta: primero las técnicas surgidas de un conocimiento teórico, segundo la relación que se establece entre

terapeuta y paciente, y como tercer aspecto involucra características personales del profesional, siendo esta la principal herramienta terapéutica, la cual se actualiza en cada encuentro terapéutico y al mismo tiempo influye de manera positiva potencializando la relación terapéutica (Oro, 2002; Corbella, et al. 2008; Pavía, 2010; Harper, Meyer, Johnson, y Penn, 2014; Jung, Wiesjahn, Rief, y Lincoln, 2015; De la Fuente y del Castillo, 2017).

En síntesis, la relación terapéutica vendría a ser un aspecto determinante para la eficacia de la terapia y el factor principal común de las diversas orientaciones psicoterapéuticas; por último, de los factores de la personalidad del terapeuta, cobra especial interés su habilidad para establecer una relación cálida y de apoyo, convirtiéndose éstos en elementos fundamentales para el proceso y los resultados finales de la terapia (Kleinke 2002; Corbella y Botella, 2003; Cervantes y Fruggeri, 2018; Buchholz y Abramowitz, 2020).

Salud mental

El concepto de Salud mental está relacionado con evaluación, diagnóstico y tratamiento de enfermedades, considerado como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, logrando enfrentarse a la vida social, familiar y laboral, sobrepasando sus adversidades y demandas (OMS, 2004; Muñiz, 2017; Porras 2017; Macaya, Pihan y Vicente, 2018; Castaño y Betancur, 2019).

Hay que mencionar, además, el concepto de salud mental desde otros enfoques, la escuela psicoanalítica postula el síntoma como un malestar que no se elimina, propio del ser humano, obstaculizando la posibilidad de diferenciar entre sano y enfermo, acorde a esto, la salud mental no es completa, ni alcanzable y la psicoterapia deja de ser exclusiva para quien tiene un diagnóstico (Haddad y Ulrich, 2009; Miranda, 2018).

Ahora bien, para el conductismo la salud mental se concibe como salud comportamental, en otras palabras, como hábitos y conductas adaptativas que resultan del aprendizaje, permitiendo al sujeto ser parte de un contexto determinado (Restrepo y Jaramillo, 2012; Miranda, 2018). Seguidamente, desde la postura cognitivo conductual, la salud mental involucra aspectos biológicos, psicológicos, interpersonales y sociales, así como habilidades y capacidades del individuo para lograr las metas, guiado por la atribución y percepción de los distintos eventos ocurridos en su entorno (Keegan, 2012).

Por último, la psicología humanista – existencial, contempla a la salud mental como un proceso no un fin, que se da en el aquí y en el ahora, en el cual el ser humano tiene una realización y crecimiento personal desde sus capacidades y fortalezas; logrando como objetivo ser lo que quiere ser, por ende, es el único responsable de ser feliz; en consecuencia, la salud mental está directamente relacionada con el autodescubrimiento y la auto aceptación que cada persona logra (Carranza, 2003; Gallegos, 2015).

Para concluir, la salud mental es un concepto colectivo que aborda prácticas sobre los trastornos mentales, situaciones psicosociales y de bienestar; en esencia, la salud mental es un estado que está vinculado a la vida cotidiana a través de conductas y relaciones interpersonales, permitiendo el desarrollo de recursos emocionales, cognitivos y mentales para la vida (Jiménez, 2019).

Relación terapéutica y salud mental en el psicólogo clínico

Durante la intervención clínica independientemente del enfoque o postura teórica, el vínculo que se genera entre terapeuta y paciente juega un papel importante respecto al psicólogo (Araya y Porter, 2017; De la fuente y Cruz, 2017; Bedoya y Ochoa, 2019; Gutiérrez y Pozo, 2019; Rodríguez, Agostinelli, Díaz y Daverio, 2019; Vivas y Castaño, 2019; Cuenca y Saraguro,

2020; Schenk, Rosset, Inderbinen, Fürer, Schmeck y Schlüter-Müller, 2020). Por tanto, los psicólogos clínicos requieren de ciertas herramientas en el momento de establecer una relación terapéutica sólida, entre las cuales están: las habilidades interpersonales, la empatía, la calidez y la expresión emocional. A medida que el profesional se ve inmerso en el mundo del consultante, se resalta la influencia positiva que tiene la relación terapéutica en las habilidades mencionadas anteriormente, permitiendo al psicólogo alcanzar la excelencia en su ejercicio y el bienestar psicológico (Prado, Gimeno, Inchausti y Sánchez 2019).

Es por esto que, es fundamental resaltar el efecto positivo de la relación terapéutica durante el proceso de intervención, cobrando importancia las opiniones, las expectativas y los objetivos establecidos, posibilitando al terapeuta establecer límites entre la vida personal, familiar y laboral, siendo consciente de sus emociones y su bienestar emocional (Gómez, Doran y Roussos, 2019; Muñoz, 2019; Ramírez y Ochoa, 2019; Vargas y Reyes, 2019; Espada, 2020).

Por otra parte, es válido mencionar que todos los ejercicios profesionales en el campo de la salud pueden llegar a presentar una atribución negativa en el trabajador; sin embargo, en el caso de los trabajadores de la salud mental al tener contacto directo con el sufrimiento, la frustración humana y la responsabilidad que tienen en la toma de decisiones frente a cada caso, los hace más susceptibles a padecer las consecuencias negativas sobre la salud mental, física, emocional, laboral y familiar del profesional (Rionda, González, Granda, Fernández y Díaz, 2019; Ochoa, Pésantez y Bowen, 2020).

El estrés laboral, la fatiga por compasión, el síndrome de burnout, el trauma vicario, la depresión, la ansiedad, el riesgo suicida, el agotamiento emocional y físico, son algunas de las principales manifestaciones producto del estrés en los profesionales clínicos; aunado a esto, la presión laboral, el aumento de demandas en los servicios, la acumulación de historias contadas

por los clientes, entre otras, se convierten en coadyuvantes en el agudizamiento de la sintomatología, dejando como consecuencia la baja eficacia en el servicio prestado. Factores psicosomáticos como los trastornos de sueño, gástricos, sexuales, reexperimentación, evitación, embotamiento, percepción negativa y enfermedades cardíacas, ponen en riesgo la capacidad cognitiva y emocional del terapeuta, afectando directamente su salud mental (Del Valle, 2016; Giraldo, 2018; Peralta y Villalba, 2019; Rionda, González, Granda, Fernández y Díaz, 2019; Cramond, Fletcher y Rehan, 2020; Ochoa, Pésantez y Bowen, 2020).

Sumado a lo anterior, el trabajo clínico con pacientes con componentes emocionales significativos podría gestar en el terapeuta una alteración en su salud mental, y como consecuencia producirse el agotamiento laboral, ausentismo, menor productividad, insatisfacción laboral y bajo compromiso organizacional (O'Connor, Neff y Pitman 2018; Tang, Lim, Koh y Cheung 2019). Además, desarrollar una serie de conductas adictivas como fumar, consumo de sustancias psicoactivas, uso y abuso del alcohol y la ludopatía, como forma de escape ante el malestar emocional (Tang, Lim, Koh y Cheung; 2019).

Pese a que, en el campo del bienestar y salud mental la resiliencia, la autorregulación y la modulación del estrés son estilos de afrontamiento, generalmente eficaces en la regulación emocional del terapeuta, logrando aumentar su bienestar psicológico, su confianza emocional, disminución del estrés y tensión (Argumedo y Kobylinski, 2019; Cerón y Mediavilla, 2019; Garzón y Vásquez, 2019; Salamanca y Guzmán, 2019; Vinueza y Cañar, 2019) en los profesionales de la salud mental se ha podido observar poca capacidad de autocontrol, traduciéndose en desregulación emocional (Rionda, González, Granda, Fernández y Díaz, 2019; Stordeur y Vernengo, 2019).

De los anteriores planteamientos podría inferirse que a partir de la relación terapéutica que se establece en el ejercicio clínico, posiblemente surjan en el psicólogo una serie de manifestaciones cognitivas, emocionales, comportamentales y fisiológicas, así como cambios en la visión de sí mismo, los demás y el mundo, influyendo de algún modo en su salud mental (Guerra y Pereda; 2015).

Discusión y conclusiones

Como se ha visto a lo largo del artículo, la relación terapéutica es un tema que ha cobrado gran interés en el campo de la investigación y más específicamente desde la psicología clínica, enfocadas en aspectos como los resultados de la psicoterapia y el impacto en el paciente, pero de acuerdo con la literatura, muy pocos abordan las diferentes influencias de la relación terapéutica en el psicólogo clínico.

En esta revisión teórica, se evidenciaron artículos enfocados en las afectaciones producto de la relación terapéutica y la práctica clínica en las diferentes profesiones, en el caso de la medicina y enfermería encontramos el burnout, el desgaste por empatía y el estrés traumático secundario, así mismo en la psicología se encontraron estudios entorno a la traumatización vicaria; no obstante, se hace necesario que en Colombia teniendo en cuenta su contexto de violencia y las condiciones sociales, se realicen investigaciones enfocadas en el ejercicio del psicólogo clínico considerando variables como la relación terapéutica y su influencia (McCann y Pearlman, 1990; Arango y Moreno, 2009; Guerra y Pereda, 2015; Giraldo, 2018; Arenas, Sierra y Zuluaga 2019).

Por otro lado, la práctica psicoterapéutica exige ciertas características y habilidades relacionadas con el psicólogo, como empatía, calidez, interés, entre otras, a parte de la formación y actualización académica y teórica permanente (Araya y Porter, 2017); aun así, no se debe

desconocer que la relación terapéutica puede influir e impactar significativamente en el terapeuta a nivel emocional, cognitivo, comportamental y fisiológico, es decir, podría padecer síntomas como reexperimentación, evitación, embotamiento, percepción negativa de sí mismo y de los demás, baja motivación, apatía e irritabilidad, entre otras (Del Valle, 2016); también, ser una oportunidad para el crecimiento personal, desarrollo de la resiliencia y para el establecimiento de límites entre la vida personal, familiar y laboral, lo que le permitiría tener un equilibrio emocional y salud mental (Espada, 2020).

El abordaje literario muestra también que la naturaleza de la relación terapéutica varía y adquiere una perspectiva diferente desde cada uno de los enfoques epistemológicos de la psicología, de la misma manera, la posición e importancia del vínculo que se genera entre terapeuta y paciente es diferente dentro del proceso en cada uno de estos (Arango y Moreno, 2009; Noyce y Simpson, 2018; Wilmots, Midgley, Thackeray, Reynolds y Loades, 2019).

Ahora bien, el rapport, la empatía y la interacción juegan un papel importante en la construcción y establecimiento de la relación terapéutica, contribuyendo en el fortalecimiento del vínculo junto con los aportes y propuestas de cada uno de los participantes del proceso terapéutico (Betancur, Ortiz y Saldarriaga, 2019).

En ese mismo sentido, los conceptos de enfermedad y salud mental presentan variaciones, tanto en los diferentes enfoques como en los diversos ámbitos, clínico, social y cultural, de ahí que, varíe también su abordaje, el tratamiento y lo que podría representar bienestar no solo para el consultante y/o paciente sino también para el terapeuta (Carrazana, 2003).

A manera de colofón, la relación terapéutica es un vínculo de confianza entre dos o más personas, en la que están inmersos todas sus características, aprendizajes, cogniciones y procesos psicológicos; por otra parte, la salud mental es considerada como un estado de bienestar, donde

las personas son conscientes de sus aptitudes y relaciones interpersonales, permitiéndoles afrontar y desarrollar las distintas situaciones de la vida.

A partir de la revisión teórica y los objetivos planteados en este artículo, se evidencia que la relación terapéutica tiene una influencia tanto positiva, como negativa en la salud mental del psicólogo clínico. En este sentido, desde la influencia positiva se pueden evidenciar aspectos como: el bienestar psicológico, la confianza, comprensión, la regulación emocional, la adquisición de experiencia y el fortalecimiento de habilidades terapéuticas, que están ligadas a la disminución de la sensación del estrés, permitiendo que el profesional goce del bienestar en su salud mental.

De igual modo, en la influencia negativa se pueden considerar patologías como el síndrome de burnout, la depresión, la ansiedad, estrés por compasión, estrés traumático secundario, trauma vicario y síntomas relacionados como el uso y abuso del alcohol, ludopatías, problemas familiares, cardiopatías y el riesgo suicida, todas a consecuencia del vínculo terapéutico y al asiduo contacto con los consultantes que se encuentran en situaciones desadaptativas, que son agravantes en el agudizamiento de síntomas que afectan la salud mental del psicólogo clínico.

Para dar como concluido, se evidencia la necesidad de hacer un abordaje de la influencia de la relación terapéutica en la salud mental del psicólogo clínico y con este incentivar a la realización de futuras investigaciones más profundas en este campo clínico.

Referencias

- Arango, A. M., y Moreno, M. F. (2009). Más allá de la Relación Terapéutica: un recorrido histórico y teórico. *Acta Colombiana de Psicología*, 2(2), 135-145.
- Araya, C., y Porter, B. (2017). Habilidades del terapeuta y mindfulness. *Revista Argentina de clínica psicológica*, 15, 232-240.
- Argumedo, D.J., y Kobylinski, D. (2019). Relación entre procesos de autoconciencia y salud mental en jóvenes universitarios. *Pontificia Universidad Católica del Perú*.
Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12404/15652>.
- Arenas, L., Sierra, M. I., y Zuluaga, D. (2019). Impacto del burnout del psicólogo en la relación terapéutica. *Universidad Católica de Pereira*. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/10785/5557>.
- Baldeón, S., y Polanski, T. (2019). El uso del autocuidado y el desgaste por empatía en Psicólogos Clínicos de Quito, Ecuador, mayo-noviembre 2018. *Universidad Central de Ecuador*.
- Bedoya, B., y Ochoa, P.P. (2019). La alianza terapéutica como predictor del resultado en psicoterapia en un adolescente con problemas parentales: Reporte de caso clínico. *Universidad Católica de Pereira*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10785/5561>.
- Betancur L, C., Ortiz G, M., y Saldarriaga P, J. (2019). Recorrido sobre la relación terapéutica y sus nacientes retos. *Universidad Católica de Pereira*. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/10785/5554>.

- Buchholz, J. L., y Abramowitz, J. S. (2020). The Therapeutic Alliance in Exposure Therapy for Anxiety-Related Disorders: A Critical Review. *Journal of Anxiety Disorders*, 70(10219).
- Carrazana, V. (2003). El concepto de salud mental en psicología humanista-existencial. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSA*, 1(1), 1-19.
- Castaño, S., y Betancur, C., (2019). Salud mental en la niñez: significados y abordajes de profesionales en Medellín, Colombia. *CES Psicología*, 12(2), 51-64.
- Caceres J. L. (2019). Empatía y estilo personal del terapeuta en la formación de la alianza terapéutica en psicólogos. Disponible en:
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10376>.
- Castrillon O, L., y Pérez A, C. (2018). Construcción de la alianza terapéutica con adolescentes víctimas de abuso sexual. *Biblioteca Digital Universidad de Antioquia*. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/10495/10404>.
- Cerón, K., y Mediavilla, D. (2019). Años de experiencia, fantasía y toma de perspectiva en psicólogos. *Universidad internacional SEK*. Recuperado de:
<http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3520>.
- Cramond, L., Fletcher, I., y Rehan, C. (2020). Experiences of clinical psychologists working in palliative care: A qualitative study. *European Journal of Cancer Care*, e13220.
- Cervantes C., V., y Fruggeri, L. (2018). Alianza terapéutica y proceso discursivo: las dos ramas del análisis de proceso en terapia familiar. *Redes: Revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, 38, 65-92.

Corbella, S., y Botella, L. (2003). La alianza terapéutica: historia, investigación y evaluación. *Anales de Psicología*, 205-221.

Corbella, S., Fernández, H., Saúl, L. Á., García, F., y Botella, L. (2008). Estilo personal del terapeuta y dirección de intereses. *Apuntes de Psicología*, 26(2), 281-289.

Cuenca, C.E., y Saraguro, T.A. (2020). Influencia de los rasgos de personalidad en el desgaste por empatía en psicólogos clínicos de la zona 7 del Ministerio de la Salud Pública. Periodo 2018 – 2019. *Universidad nacional de Loja facultad de la salud humana carrera de psicología clínica*.

De la Fuente Zepeda, J., y Cruz del Castillo, C. (2017). Personalidad, experiencia y formación del psicoterapeuta como predictor de la alianza terapéutica. *Psicología Iberoamericana*, 25(2), 17-25.

Del Valle, P. (2016). El estudio del fenómeno de traumatización vicaria basado en sus principales autores. Recuperado de:
https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/1614/delValleSantaCruzPaula_TFG.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Etchevers, M., Garay, C., González, M., & Simkin, H. (2012). Principales desarrollos y enfoques sobre alianza y relación terapéutica. *Anuario de Investigaciones*, 225-232.

Espada, J. (2020). Salud y riesgos laborales en los equipos de tratamiento familiar. Obtenido de https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/33953373/Riesgos_y_Salud_Laboral_ETF.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DSalud_y_Riesgos_Laborales_en_los_Equipos.p

df&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=ASIATUSBJ6BALBBRRV4.

España, A., y Castaño, D. C. (2019). El empirismo colaborativo en la intervención conductual de un niño con dificultades escolares. *Universidad Católica de Pereira*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10785/5562>.

Fernández, O. M; Herrera, P., y Escobar, M. J. (2016). Adolescentes en Psicoterapia: Su Representación de la Relación Terapéutica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 559-575.

Gallegos, W. L. (2015). Carl R. Rogers y la terapia centrada en el cliente. *Avances en Psicología*, 23(2), 141-148.

Garzón, E., y Vásquez, J. (2019). Proceso psicoterapéutico personal en el ejercicio profesional del psicólogo. Universidad internacional SEK. Recuperado de: <http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3503>.

Gillies, F. (2010). Being with humans: An Evolutionary Framework for the Therapeutic Relationship. *En M. Milton, therapy and Beyond: Counselling Psychology Contributions to Therapeutic and Social Issues*, 73-87.

Giraldo, A. M. (2018). Traumatización vicaria en profesionales del área psicosocial. *Revista Académica Multidisciplinaria TRASCENDERÉ*, 6-22.

Gómez, M., y Calderón, P. (2017). Salud mental en el trabajo: entre el sufrimiento en el trabajo y la organización saludable. *Revista Katharsis*, 23, 177-201.

- Gómez, J.M., Doran, J., y Roussos, A. (2019). Perspectiva del terapeuta acerca de la negociación de la alianza: Un Instrumento para su evaluación interdisciplinaria. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 36, 2.
- Guerra, C., y Pereda, N. (2015). Estrés traumático secundario en psicólogos que atienden a niños y niñas víctimas de malos tratos y abuso sexual: un estudio exploratorio. *Anuario de Psicología*, 45(2), 177-188
- Gutiérrez, M., y Pozo, G. (2019). Alianza Terapéutica de consultantes en el proceso de psicoterapia. *Universidad internacional SEK*. Recuperado de:
<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/3516/2/ART%C3%8DCULO%20CIENT%C3%8DFICO.pdf>
- Haddad, M. I., y Ulrich, G. M. (2009). Salud mental y psicoanálisis, una tensión irreductible. *In II Congreso Internacional de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de La Plata*.
- Harper, K., Meyer, P. S., Johnson, D., & Penn, D. L. (2014). An investigation of the relationship between therapist characteristics and alliance in group therapy for individuals with treatment-resistant auditory hallucinations. *Journal of Mental Health*, 166-170
- Hernandez H, D., y Sanmartin R, C. (2018). La paradoja de la salud mental en Colombia: entre los derechos humanos, la primacía de lo administrativo y el estigma. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 43-56.
- Instituto Nacional de Salud Mental en Colombia. (2013). La salud mental en Colombia. *Biomédica Revista del Instituto Nacional de Salud*, 33(4), 497-498.

- Jiménez, W.A. (2019). Salud mental y democracia participativa en Colombia periodo 2010-2014. Trabajo de Grado. *Universidad Católica de Colombia*. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10983/24177>.
- Jung, E., Wiesjahn, M., Rie, W., Y Lincoln, T. (2015). Perceived therapist genuineness predicts therapeutic alliance in cognitive behavioural therapy for psychosis. *British Journal of Clinical Psychology*, 34-48.
- Keegan, E. (2012). La salud mental en la perspectiva cognitiva conductual. *Revista Argentina de Psiquiatría*, 20, 52-56.
- Kleinke, C. L., y Boulandier, C. (2002). *Principios comunes en psicoterapia*. Desclée de Brouwer.
- Laverdière, O., Ogrodniczuk, J., y Kealy, D. (2019). Clinicians' Empathy and Professional Quality of Life. *The Journal of nervous and mental disease*, 207, 49-52.
- Lopes, A. D. (2017). O vínculo terapêutico nas terapias cognitivas. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 55-71.
- Macaya, X.C., Pihan, R., y Vicente, B. (2018). Evolución del constructo de salud mental desde lo multidisciplinario. *Humanidades Médica*. 18(2), 215-232.
- McCann, L., & Pearlman, L. (1990). Vicarious traumatization: A framework for understanding the psychological effects of working with victims. *Journal of Traumatic Stress*, 131-149.
- Ministerio de la Protección Social y Dirección de Epidemiología y Demografía (2015). Encuesta Nacional De Salud Mental. Disponible en:

http://www.odc.gov.co/Portals/1/publicaciones/pdf/consumo/estudios/nacionales/CO031102015-salud_mental_tomoI.pdf.

Miranda, H. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 23(83), 86-95.

Molina R, J., y Hewitt R, N. (2002). La salud mental de los psicólogos que ejercen como terapeutas en Bogotá. *Acta Colombiana de Psicología*, 43-59.

Muñiz, T. (2017). Legislación en salud mental en Uruguay hacia un abordaje integral en perspectiva de derechos. *Facultad de psicología universidad de la república*.

Muñoz, C. (2019). Preocupación empática en psicólogos. *Universidad internacional SEK*.

Norcross, J., y Lambert, M. (2011). Psychotherapy Relationships That Work II. *Educational Publishing Foundation*, 4-8.

Norcross, J. C. (2011). Psychotherapy Relationships That Work: Evidence-Based Responsiveness. *Psychotherapy in Australia*, 18(2), 86-87.

Noyce, R., y Simpson, J. (2018). The Experience of Forming a Therapeutic Relationship from the Client's Perspective: A Metasynthesis. *Psychotherapy Research*, 281-296.

Ochoa, C., Pesántez, M. P., y Bowen, V. E. (2020). Riesgo suicida y su asociación con el síndrome de Burnout en psicólogos clínicos de los CETADS de Cuenca. *Universidad del Azuay*.

O'Connor, K., Neff, D. M., y Pitman, S. (2018). Burnout in mental health professionals: A systematic review and meta-analysis of prevalence and determinants. *European Psychiatry, 53*, 74-99.

Organización Mundial de la Salud. (2016). Salir de la penumbra: Hacer que la salud mental sea una prioridad de desarrollo a nivel mundial. *Banco Mundial*. Recuperado de <http://envivo.bancomundial.org/hacerque-la-salud-mental-sea-una-prioridad-de-desarrollo-a-nivel>.

Organización Mundial de la Salud. (2004). Promoción de la salud mental: conceptos, evidencia emergente y practica. *Francia: Organización Mundial de la Salud*.

Organización Internacional del trabajo. (2010). Riesgos emergentes y nuevos modelos de prevención en un mundo de trabajo en transformación. *Ginebra: OIT*. Disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_124341.pdf.

Oro, O. R. (2002). Epistemología y psicología. Un aporte desde la psicología comprensiva y la logoterapia. *NOUS*, 9-22.

Pavía, J. P. (2010). La Relación Terapéutica, ética y epistemología. Recuperado de: <https://gestaltnet.net/sites/default/files/La%20Relacion%20Terapeutica-%20etica%20y%20epistemologia%20Juan%20P%20Pavia.pdf>.

Peralta López, J. R., y Villalba Jiménez, W. M. (2019). Estrés laboral y desarrollo de trastornos psicosomáticos en estudiantes de posgrado. *Revista Psicología y Salud, 28*(2).

- Prado, J., Gimeno, A., Inchausti, F., y Sánchez, S. (2019). Pericia, efectos del terapeuta y práctica deliberada: El ciclo de la excelencia. *Papeles del Psicólogo*, 40(2), 89-100.
- Polanski, T. (2019). El uso del autocuidado y el desgaste por empatía en Psicólogos Clínicos de Quito, Ecuador. *Universidad Central de Ecuador*.
- Porras, N. R. (2017). Análisis de la relación entre la salud mental y el malestar humano en el trabajo. *Equidad y Desarrollo*. (29), 161-178.
- Ramírez, S., y Ochoa, P.P (2019). Autocompasión y percepción de la alianza terapéutica en terapeutas practicantes de la especialización en psicología clínica en niños y adolescentes: Un estudio exploratorio. *Universidad Católica de Pereira*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10785/5550>.
- Restrepo, D. A., y Jaramillo, J. C. (2012). Conceptions about mental health in the field of public health. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 30(2), 202-211.
- Restrepo, D.A. y Vélez, A. J. (2014). Relación entre el bienestar psicológico de los psicoterapeutas y el vínculo terapéutico. *Repositorio Universidad de Antioquia*.
- Rionda, I. S., González, J. V. G., Granda, F. J. L., Fernández, E. A., y Díaz, Á. L. (2019). Grado de burnout en especialistas en formación de medicina y psicología clínica. *Educación Médica*.
- Rodríguez, M., Agostinelli, J., Díaz, M., y Daverio, R. (2019). ¿Qué pacientes rechazan los psicoterapeutas? Una exploración sobre los casos- temas y estilos de personalidad- que

- perturban los psicólogos y psiquiatras en el trabajo clínico. *Ciencias psicológicas*, 13 (1), 32-44.
- Rondón, M. (2006). Salud mental: Un problema de salud pública en el Perú. *Revista peruana de Medicina experimental y salud pública*. Vol. 23. Nùm. 4.
- Salamanca, J., y Guzmán, J. (2019). Desarrollo humano, psicología de la salud y su rol en la atención primaria de salud. *Revista de la Universidad del Valle de Atemajac*, 93.
- Sala, V. L. (2001). La Salud Mental de los Psicólogos: una reflexión desde la ética profesional. *Información psicológica*, (77), 33-36.
- Schenk, N., Rosset, V., Inderbinen, M., Fürer, L., Schmeck, K., y Schlüter-Müller, S. (2020). Alliance Ruptures in the Psychotherapy of Adolescents with Borderline Personality Pathology: Risk or Benefit? *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 69(1), 60-8.
- Schlipfenbacher, C., y Jacobi, F. (2014). Psychische Gesundheit: Definition und Relevanz. In *Public Health Forum*, 22(1), 2-5.
- Simionato, G. K., y Simpson, S. (2018). Personal risk factors associated with burnout among psychotherapists: A systematic review of the literature. *Journal of clinical psychology*, 1-26.
- Stordeur, M., Vernengo, M. P., Mallo, N., Yaya, I. L., y Valladares, L. (2019). Regulación afectiva e intervenciones en psicoterapia. Estudio sobre terapeutas. *INTERSECCIONES PSI*, 25.

Tang, C., Lim, M. M., Koh, J. M., y Cheung, F. Y. L. (2019). Emotion Dysregulation Mediating Associations Among Work Stress, Burnout, and Problem Gambling: A Serial Multiple Mediation Model. *Journal of gambling studies*, 35(3), 813-828.

Vargas, A., y Reyes, M. (2019). Estrategias de afrontamiento al estrés y burnout en psicólogos. *Universidad internacional SEK*. Recuperado de:
<http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3515>.

Vinueza, A., y Cañar, A. (2019). La despersonalización y la satisfacción personal en psicólogos que realizan intervenciones con mujeres víctimas de violencia. *Universidad internacional SEK*. Recuperado de:
<https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/3514/1/Articulo%20Despersonalizaci%C3%B3n%20y%20Satisfacci%C3%B3n%20Personal.pdf>.

Vivas, L.K., y Castaño, D. (2019). Las actitudes terapéuticas del psicólogo cognitivo conductual en la psicoterapia con niños y niñas. *Universidad Católica de Pereira*. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/10785/5555>.

Wheeler, A. J., y McElvaney, R. (2017). "Why would you want to do that work?" The positive impact on therapists of working with child victims of sexual abuse in Ireland: a thematic analysis. *Counselling Psychology Quarterly*, 1-15.

Wilmots, E., Midgley, N., Thackeray, L., Reynolds, S., y Loades, M. (2019). The therapeutic relationship in Cognitive Behaviour Therapy with depressed adolescents: A qualitative study of good-outcome cases. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*.

Wittner, V. Y Vegh. S.V. (2016). La alianza terapéutica con paciente TLP. *Repositorio Universidad de Palermo.*