



PSIQUE ACADÉMICA · LECTURA DE CIMENTACIÓN

De la curiosidad natural al instrumento clínico: generalidades de la entrevista psicológica

Entrevista Psicológica

Sesión S01 · Generalidades de la entrevista psicológica

01

De la curiosidad natural a la tecnología clínica: historia de la entrevista

La historia de la entrevista como herramienta profesional comienza, en su forma moderna, con Carl Rogers en los años cuarenta. Rogers registró lo que muchos intuían pero nadie había sistematizado: que el modo en que el entrevistador se acerca a otra persona determina qué tan profundo puede llegar. Rogers habló de condiciones necesarias para el cambio: aceptación incondicional, empatía precisa, congruencia. Décadas después, Thomas Gordon refinó estas ideas con el modelo de escucha activa que hoy se conoce como mensajes yo y mensajes tú. Lo que parece sentido común tiene una genealogía rigurosa.

En los años setenta, las aproximaciones cognitivas y las terapias focales en tiempo limitado le agregaron estructura: dejar de lado la conversación infinita y construir un arco con propósito. Hoy, la entrevista basada en evidencia integra todo esto con principios de neurociencia afectiva y de los sesgos interculturales. No es aprender a hablar bonito: es aprender una disciplina con ciencia detrás.

Esto importa especialmente en América Latina, donde la región tiene una tradición oral que no existe con la misma fuerza en Europa o Norteamérica. Los problemas se resuelven hablando, las emociones se procesan conversando, la confianza se construye mirándose a los ojos y usando el tono de voz tanto como las palabras. Un entrevistador que llega con técnicas importadas sin sensibilidad cultural es como un cirujano que opera sin esterilidad: puede tener buenas intenciones, pero el resultado va a fallar.

02

La entrevista como encuentro: antes de que fuera método

Si pudiera observarse a un psicoterapeuta en sus primeros años de práctica, antes de que internalizara protocolos y ensayara técnicas, se vería algo interesante: ese terapeuta ya está entrevistando. No lo hace con la elegancia de quien domina un modelo, pero está haciendo lo esencial, que es crear un espacio donde otra persona se sienta segura para hablar de sí misma. Eso que hace de manera intuitiva tiene un nombre antiguo y respetable: es la tradición humanista de la escucha, que en América Latina encuentra sus raíces en prácticas que preceden la profesionalización de la psicología.

En los años cincuenta del siglo pasado, Carl Rogers propuso algo que hoy parece obvio pero que en su momento fue revolucionario: que el terapeuta no necesitaba ser un experto que prescribe soluciones, sino alguien capaz de crear las condiciones para que el consultante encontrara sus propias respuestas. Esta idea, que hoy suena a lugar común, transformó la forma en que se entendía la relación de ayuda. Pero aquí viene lo fascinante: Rogers no

inventó nada nuevo. Lo que hizo fue sistematizar algo que los seres humanos habían hecho toda la vida cuando alguien llegaba afligido a su puerta.

Rogers democratizó algo que antes era privilegio de los especialistas. Si antes solo el médico o el sacerdote podían escuchar de cierta manera, Rogers argumentó que cualquier persona con las condiciones adecuadas podría facilitar el crecimiento personal. Esto tuvo consecuencias profundas para la entrevista porque comenzó a separarla del interrogatorio médico y la acercó a un encuentro entre subjetividades. La confianza no se construye con técnicas; se construye con presencia, con consistencia, con la capacidad de sostener el relato del otro sin colapsar bajo su peso.

03

La invención del método: cuando la curiosidad se volvió sistema

A finales del siglo XIX y principios del XX, cuando la psicología apenas se separaba de la filosofía y buscaba su lugar entre las ciencias, los investigadores se enfrentaron a un problema práctico: cómo estudiar la mente si la mente no se ve. Las primeras respuestas vinieron de la mano de pruebas estandarizadas, pero muy pronto quedó claro que los tests no lo explicaban todo. Había algo en la persona que las pruebas no capturaban, y ese algo solo podía accederse a través del lenguaje, de la conversación, del relato que el sujeto hacía de sí mismo. Así nació la necesidad de la entrevista como método de investigación.

Los primeros en sistematizarla fueron probablemente los investigadores del área clínica, que necesitaban distinguir entre diferentes cuadros psicopatológicos. Alfred Binet, en sus trabajos sobre inteligencia, ya utilizaba entrevistas como complemento de sus pruebas. Pero fue en el contexto de la psicología clínica donde la entrevista se volvió indispensable. El clínico necesitaba saber no solo qué síntomas presentaba el paciente, sino cómo los experimentaba, qué significaban para él, cómo se insertaban en su historia particular. Ningún test podía responder esas preguntas; solo la conversación estructurada podía hacerlo.

En América Latina, esta formalización llegó con cierto rezago pero con gran vitalidad. Durante las décadas de los sesenta y setenta, cuando se profesionalizó la psicología clínica en países como Argentina, México, Brasil y Chile, los primeros psicoterapeutas latinoamericanos tuvieron que construir sus propios modelos de entrevista adaptados a sus contextos. No podían copiar directamente lo que se hacía en Europa o Estados Unidos porque las realidades eran otras: las consultas llegaban con sufrimientos vinculados a la pobreza, la violencia política, el desarraigo cultural. La entrevista tuvo que adaptarse, volverse más flexible, más atenta a lo que el consultante traía como problema, que muchas veces no encajaba en las categorías diagnósticas importadas.

Lo que se construyó en ese período fue una comprensión de la entrevista como procedimiento semiestructurado, es decir, con un rumbo general pero con capacidad de

adaptarse a lo que emerge. Esta flexibilidad es quizás una de las características más distintivas de la práctica latinoamericana: la entrevista como conversación genuina que no obstante tiene intencionalidad clara. No es el interrogatorio frío del modelo médico tradicional, pero tampoco es la conversación casual que podría tenerse con un amigo. Está en algún punto intermedio.

04

Las escuelas y sus maneras de escuchar

Cuando el estudiante de psicología se introduce en el estudio de la entrevista, frecuentemente se encuentra con un problema aparentemente práctico pero profundamente teórico: qué modelo usar. Hay tantas propuestas que la elección puede resultar paralizante. La entrevista psicoanalítica tiene una manera de escuchar centrada en lo no dicho, en las resistencias, en el inconsciente que se revela entre líneas. La entrevista cognitiva prioriza los pensamientos, las creencias, los esquemas que subyacen al malestar. La entrevista humanista enfatiza la experiencia vivida, lo que el consultante siente en el momento presente. La entrevista motivacional, desarrollada inicialmente para el tratamiento de adicciones, se enfoca en explorar y resolver la ambivalencia.

Estas diferencias no son meras técnicas que pueden intercambiarse según el gusto del entrevistador. Cada modelo escucha de manera diferente porque tiene una teoría distinta sobre qué es el ser humano, qué es el sufrimiento y qué es el cambio. Cuando un psicoanalista escucha, está atento a las asociaciones libres, a los sueños, a los patrones repetitivos que revelan estructuras inconscientes. Cuando un terapeuta cognitivo atiende, está buscando distorsiones en el pensamiento, creencias irracionales, esquemas disfuncionales. Cuando un humanista escucha, está pendiente de la experiencia fenomenológica del consultante, de cómo siente y percibe su mundo en este preciso momento.

En América Latina, los profesionales han desarrollado una capacidad notable para integrar modelos, creando enfoques eclécticos que combinan lo mejor de cada tradición. Un psicoterapeuta clínico en Bogotá puede utilizar técnicas cognitivas para trabajar creencias disfuncionales, pero mantener una postura humanista en la relación, creando condiciones de aceptación incondicional. Puede también incorporar elementos de la entrevista motivacional cuando trabaja con consultantes que son ambivalentes respecto al cambio. Esta flexibilidad es posible cuando se comprende que los modelos no son religiones incompatibles, sino herramientas con indicaciones específicas.

Sin embargo, aquí hay una advertencia importante: la integración ecléctica solo funciona cuando se domina cada modelo en profundidad. Cuando un entrevistador intenta usar un poco de todo sin comprender la lógica interna de cada enfoque, el resultado suele ser una entrevista confusa, sin rumbo claro, donde el consultante termina sin saber qué se espera de él y el entrevistador sin saber qué hacer con lo que escucha. La riqueza de la pluralidad

teórica exige un compromiso: estudiar cada modelo en serio, practicar hasta internalizar su lógica, y solo entonces comenzar a integrar.

05

El arte de preguntar: más que técnica, una ética del encuentro

Podría parecer que preguntar es lo más fácil del mundo, pero la diferencia entre una pregunta que abre puertas y una que las cierra determina en gran medida el destino de la entrevista. Hay preguntas que hacen hablar, que invitan al consultante a explorar esquinas de su experiencia que no había mirado. Y hay preguntas que callan, que generan defensa, que cierran posibilidades. La diferencia no está en la pregunta misma sino en quién la hace, en qué momento, con qué intención, y sobre todo, en qué relación se ha construido previamente.

La pregunta más básica que puede hacerse en una entrevista es la pregunta abierta: aquella que no puede responderse con un sí o un no, que exige narrar, explicar, desarrollar. Qué te trae por aquí es una pregunta abierta que invita al consultante a construir su propio relato desde el inicio. La tradición humanista ha privilegiado estas preguntas porque respetan la autonomía del consultante, permiten que traiga su problema con sus propias palabras, sin imposición de categorías ajenas. Pero la pregunta abierta tiene un límite: puede resultar demasiado amplia, especialmente cuando el consultante está ansioso o tiene dificultades para estructurar su pensamiento. En esos casos, la pregunta cerrada, que orienta más específicamente, puede ser más útil.

Hay también preguntas que apuntan a lo emocional, que invitan al consultante a conectar con lo que siente: cómo se sintió cuando eso ocurrió es una pregunta que no se contenta con los hechos, sino que exige la dimensión afectiva. Hay preguntas que apuntan a lo cognitivo: qué pensó en ese momento. Hay preguntas que apuntan a la conducta: qué hizo. Y hay preguntas que apuntan a lo relacional: cómo se lleva con las personas involucradas. Cada tipo de pregunta revela un aspecto diferente de la experiencia, y el buen entrevistador sabe cuándo usar cada una.

Más importante que el tipo de pregunta es la intención que la anima. Una pregunta puede técnicamente ser correcta y sin embargo fallar en su propósito si el consultante percibe que no hay genuino interés en la respuesta. Aquí es donde la entrevista se convierte en algo más que técnica y se vuelve arte. En América Latina, donde las relaciones suelen estar marcadas por jerarquías que tensionan la horizontalidad, hacer preguntas desde una posición de auténtico respeto requiere una conciencia particular. La pregunta, entonces, no solo es una herramienta para obtener información; es también un acto político que puede confirmar o subvertir estructuras de dominación.

06

Síntesis: elementos, funciones, fases y el debate sobre la neutralidad

La entrevista constituye el instrumento privilegiado del encuentro clínico, siendo el espacio donde el profesional de la salud mental establece el primer contacto sistemático con quien solicita ayuda. A diferencia de una conversación casual, la entrevista posee una estructura intencional, fines delimitados y un marco temporal que la define como procedimiento científico y humano a la vez. Desde una perspectiva latinoamericana, la entrevista no ocurre en el vacío cultural; las formas de narrar el sufrimiento, de establecer rapport y de significar el malestar están mediadas por el contexto social, por lo cual el entrevistador debe estar atento a las particularidades de cada consultante.

Los elementos constitutivos de la entrevista incluyen al entrevistador, con su formación, habilidades comunicativas y disposición emocional; al entrevistado, con su narrativa, expectativas y recursos; y al marco situacional, que incluye el espacio físico, el tiempo disponible y el encuadre acordado. El rapport, esa capacidad de generar un clima de confianza y seguridad, no es una técnica aislada sino el resultado de la integración coherente entre lo que el profesional dice, cómo lo dice y cómo se presenta corporalmente.

Las tres fases fundamentales de toda entrevista son: apertura, que corresponde al establecimiento del vínculo y el encuadre; desarrollo, que corresponde a la exploración del motivo de consulta, la historia y los síntomas; y cierre, que corresponde a la síntesis, los acuerdos y las derivaciones si corresponde. La entrevista cumple múltiples funciones que van desde la evaluación inicial y la recolección de información hasta el establecimiento del vínculo terapéutico y la orientación para la intervención futura.

Uno de los debates más persistentes en la teoría de la entrevista psicológica concierne al grado de directividad que el terapeuta debe imprimir a sus intervenciones. En un extremo se encuentra la postura clásica psicoanalítica, que enfatiza la neutralidad del analista como condición necesaria para que emerjan libremente las asociaciones del paciente. En el otro extremo, las aproximaciones cognitivas y conductuales asumen una posición claramente directiva, donde el terapeuta guía activamente la conversación hacia objetivos terapéuticos predeterminados. Lo que sí parece consenso es que la llamada neutralidad absoluta es un mito: el terapeuta siempre comunica algo, siempre transmite una actitud, siempre está haciendo opciones clínicas aunque finja no hacerlo. La honestidad epistemológica exige reconocer esta imposibilidad de la neutralidad total y, en cambio, trabajar con la transparencia sobre los propios supuestos teóricos y las propias decisiones clínicas.

La entrevista psicológica no es un fenómeno exclusivamente psicológico; constituye un punto de intersección donde convergen múltiples disciplinas que estudian la comunicación humana: la lingüística pragmática, la sociología de la interacción y la antropología. Dominar estos fundamentos es la piedra angular de todo lo que vendrá después en la formación como entrevistador.

Psique Académica – Escuela de Psicología. Lectura elaborada a partir del contenido instruccional oficial (OVA). Uso educativo.