

# ¿Qué Es lo que Cambia en la Psicoterapia? La Perspectiva de Pacientes Adolescentes con Síntomas Depresivos, sus Terapeutas y Observadores Externos

## What Changes in Psychotherapy? The Perspective of Adolescents with Depressive Symptoms, Their Therapists, and External Observers

Ana María Cortés, Olga María Fernández y Claudia Milena Capella  
Universidad de Chile

H. Daniel Espinosa  
Universidad CES

Mariane Krause  
Pontificia Universidad Católica de Chile

La depresión en adolescentes es un problema de salud pública, siendo la psicoterapia efectiva en su tratamiento. Sin embargo, aún es necesario profundizar en la comprensión del cambio. El objetivo del estudio fue caracterizar el contenido del cambio terapéutico en psicoterapias con adolescentes con síntomas depresivos, desde diferentes perspectivas (adolescentes, terapeutas, observadores externos). La aproximación fue cualitativa, realizando entrevistas de seguimiento post terapia a 6 adolescentes y sus terapeutas, seleccionados intencionalmente; se aplicaron el Youth Outcome Questionnaire, el Inventario de Depresión de Beck y una ficha sociodemográfica y clínica a los pacientes. Ocho observadores externos identificaron momentos de cambio en videograbaciones de las sesiones terapéuticas a través de un manual de observación y codificación. A través de un análisis de contenido, los resultados mostraron convergencias y divergencias en la apreciación de la psicoterapia y en los facilitadores del cambio. Los adolescentes y observadores externos coinciden en la relevancia que les dieron a los cambios intrapsíquicos, en contraste con los terapeutas, quienes resaltaron los cambios comportamentales. Se discute acerca de la importancia de integrar diferentes perspectivas para entender el cambio psicoterapéutico.

*Palabras clave:* cambio psicoterapéutico, depresión, adolescentes, investigación cualitativa

Depression in adolescents constitutes a public health problem that can be effectively treated with psychotherapy. However, it is still necessary to improve the understanding of the process of change. A qualitative approach was used to characterize the content of therapeutic change in psychotherapies with adolescents with depressive symptoms from several perspectives (adolescents, therapists, and external observers). Post-therapy follow-up interviews with 6 purposively selected adolescents and their therapists were conducted. The Youth Outcome Questionnaire, the Beck Depression Inventory, and a sociodemographic and clinical survey were administered to the patients. Eight external observers followed an observation and coding manual to identify change moments in video recordings of the therapy sessions. A content analysis revealed convergences and divergences in the participants' evaluation of psychotherapy and change facilitators. The adolescents and external observers both ascribed importance to intrapsychic changes, whereas the therapists emphasized behavioral changes. The importance of integrating multiple perspectives in order to understand psychotherapeutic change is discussed.

*Keywords:* psychotherapeutic change, depression, adolescents, qualitative research

---

Ana María Cortés y Claudia Milena Capella, Departamento de Psicología, Universidad de Chile, Santiago, Chile; Olga María Fernández, Facultad de Medicina, Universidad de Chile, Santiago, Chile; H. Daniel Espinosa, Universidad CES, Medellín, Colombia y Mariane Krause, Escuela de Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago, Chile.

El artículo es parte de la tesis de la primera autora para optar al Grado de Magíster en Psicología, Mención Psicología Clínica Infante Juvenil, de la Universidad de Chile. Este estudio recibió apoyo del Fondo de Innovación para la Competitividad del Ministerio de Economía, Fomento y Turismo, a través de la Iniciativa Científica Milenio (Proyectos IS130005 y NM100018), y del Fondo Nacional de Desarrollo Científico y Tecnológico (Proyecto FONDECYT 1141179 “Experiencias de Éxito y Fracaso en Psicoterapia — Construcción de un Modelo Comprehensivo Multidimensional”).

Los autores agradecen al Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad y al FONDECYT, por aportar financiamiento para la realización de este estudio.

La correspondencia relativa a este artículo debe ser dirigida a Claudia Milena Capella, Departamento de Psicología, Universidad de Chile, Avda. Ignacio Carrera Pinto 1045, Ñuñoa, Santiago, Chile. E-mail: [ccapella@u.uchile.cl](mailto:ccapella@u.uchile.cl)