

Artículo

Entrenamiento en Formulación de Casos en Psicoterapia a Través de Inteligencia Artificial Generativa

Felipe Concha 

Universidad Diego Portales, Chile

INFORMACIÓN

Recibido: Junio 20, 2023
Aceptado: Diciembre 23, 2023

Palabras clave:

Formulación de casos
Entrenamiento en psicoterapia
Inteligencia artificial
ChatGPT

Keywords:

Case formulation
Psychotherapy training
Artificial intelligence
ChatGPT

RESUMEN

La formulación de casos en psicoterapia se considera una competencia fundamental para el ejercicio clínico. Sin embargo, su enseñanza puede verse limitada por la disponibilidad de casos en el idioma del formando, la variedad de presentaciones clínicas de la literatura y la disponibilidad de entrenadores en esta materia. El presente artículo aborda cómo estos problemas pueden ser subsanados parcialmente utilizando Inteligencia Artificial Generativa (IAG) para el entrenamiento en análisis de casos. En particular, se explora el potencial de estas herramientas para crear casos clínicos en diversos formatos, identificar elementos relevantes de un caso, realizar diagnósticos e hipótesis, desarrollar planes de tratamiento y evaluar los conocimientos asociados a esta competencia. Para ello se muestran ejemplos concretos del uso de esta tecnología a través de la plataforma ChatGPT. Se finaliza el artículo con el abordaje de las precauciones éticas que deben considerarse al momento de usar IAGs.

Training in Psychotherapy Case Formulation Using Generative Artificial Intelligence

ABSTRACT

Case formulation in psychotherapy is considered a core competency for clinical practice. However, its teaching may be limited by the availability of cases in the trainee's language, the variety of clinical presentations in the literature, and the availability of trainers in this area. This article addresses how these problems can be partially overcome by using Generative Artificial Intelligence for case analysis training. In particular, it explores the potential of these tools to create clinical cases in various formats, identify relevant elements of a clinical case, make diagnoses and hypotheses, develop treatment plans, and assess the knowledge associated with this competence. To this end, concrete examples of the use of this technology are shown through the ChatGPT platform. The article discusses the ethical precautions that should be considered when using Generative Artificial Intelligence.

La formulación de casos (en adelante FC) es una de las habilidades fundamentales de un psicoterapeuta a través de la cual se identifica la información relevante, se realizan hipótesis y se desarrolla el plan de tratamiento específico para el consultante (Eells, 2015).

Además de su uso clínico *in situ*, es común que se utilice la FC como un ejercicio de entrenamiento de terapeutas en formación. Bajo esta modalidad, es posible mostrar a estudiantes el tipo de pensamiento clínico que deberían desarrollar desde cada enfoque teórico-metodológico. Además, permite la exploración de diversas realidades clínicas, sin tener que exponer a pacientes a terapeutas inexpertos, ni a terapeutas a fenómenos clínicos que podrían sobrepasarlos. Para Betan y Binder (2010), una alta habilidad para formular casos no asegura un mejor resultado clínico *per se*, pero la integración de esta competencia puede potenciar la comprensión y uso de las habilidades procedimentales de un psicoterapeuta de cara al paciente.

En la práctica, el entrenamiento en FC presenta desafíos y limitaciones prácticas que es necesario abordar, tales como la disponibilidad de casos clínicos que se adecuen al contexto en que se desempeñará el formando, de casos en idiomas distintos del inglés y de retroalimentación directa por parte del docente, entre otros. En el primer sentido, hay casos que se consideran clásicos como Anna O (Freud, 1992a), o El Hombre de Los Lobos (Freud, 1992b), sin embargo, estos abordan por lo general situaciones excepcionales que no necesariamente representan al paciente de los centros de atención primaria donde los terapeutas iniciales realizarán sus primeras prácticas. En segundo lugar, actualmente la mayor cantidad de literatura en la materia se encuentra publicada en inglés, lo que constituye un problema para estudiantes que no dominan tal idioma. Un tercer posible problema es la dificultad de proporcionar retroalimentación precisa y oportuna en aquellos cursos que se imparten de forma masiva. Es decir, al tener 30 - o más - estudiantes simultáneos no es posible realizar un acompañamiento personalizado a cada uno.

En este contexto, la Inteligencia Artificial Generativa (IAG) emerge como una prometedora herramienta para superar las limitaciones antes mencionadas. Por IAG se entiende un programa capaz de generar lenguaje similar al humano (Cooper, 2023). Dentro de su potencial es posible nombrar su capacidad para analizar grandes volúmenes de datos, identificar patrones y generar respuestas relevantes en diversos campos profesionales (p.e. Sallam et al., 2023).

En el ámbito de la psicoterapia, se está explorando cómo la inteligencia artificial, incluyendo las IAG, pueden aplicarse al diagnóstico, monitoreo, diseño de tratamiento e intervenciones a consultantes a través de distintas modalidades, por ejemplo, chatbots (Carlbring et al., 2023; Das et al., 2022; de Mello y de Souza, 2019; Masri y Mat, 2012; Mody y Mody, 2019).

Para el área específica del entrenamiento en FC, al utilizar algoritmos y técnicas de aprendizaje automático, la IAG podría hipotéticamente procesar casos clínicos simulados o reales y brindar a los terapeutas oportunidades adicionales para practicar y perfeccionar sus habilidades.

En este artículo, se mostrará cómo la IAG puede ser utilizada para el entrenamiento de terapeutas iniciales – pregrado y primeros años de ejercicio profesional – en FC a través de un ejemplo real creado con la plataforma ChatGPT. Para ello se presentarán las instrucciones básicas para simular casos clínicos y ejemplos de las respuestas generadas por la IA. Finalmente, se abordarán las limitantes y desafíos éticos asociados al uso de la IA en entrenamiento en FC.

Es importante mencionar que la propuesta aquí planteada no reemplaza, sino que complementa, el saber y el criterio de un terapeuta profesional humano para analizar casos ni para enseñar sobre análisis de casos.

Formulación de Casos en Psicoterapia

La FC puede ser definida como “un proceso de desarrollo de hipótesis acerca de las causas, precipitantes y factores mantenedores de los problemas psicológicos, interpersonales y comportamentales, así como un plan para abordar tales problemas” (Eells, 2022, p. 2). Es un proceso hipotético que se basa en teorías y evidencia empírica relacionada con los elementos presentes en el caso. Cabe destacar que no existe un modelo único de FC, ya que las hipótesis dependerán de la teoría psicoterapéutica y psicopatológica a la que el formulador adscriba (Eells, 2022).

A pesar de las diferencias entre los modelos de FC, Eells (2007) sostiene que comparten una estructura de trabajo que consta de tres momentos principales que serán descritos a continuación:

Describir la Información

Eells (2015) indica que este proceso es central en la FC, ya que de esto dependerán las hipótesis que se hagan y las metas del plan de trabajo. Para ello, el autor indica que se debe realizar un listado de los problemas que presenta el consultante. Estos los divide en dos grandes grupos, i) síntomas y signos de patología y ii) problemas de la vida cotidiana. Los primeros apuntan a aquellos factores que en su conjunto pueden ser constitutivos de un trastorno psicopatológico (p. ej. baja de peso, pensamientos intrusivos, alucinaciones), mientras los segundos apuntan a factores precipitantes o mantenedores de los anteriores (p. ej. riesgo socioeconómico, violencia doméstica, desastres naturales). Finalmente, todos los elementos disponibles deben ser jerarquizados según su relevancia para el caso.

Ordenar e Interpretar la Información

Eells (2015) divide este proceso de la FC en dos pasos: diagnóstico e hipótesis explicatoria. El primer paso consiste en agrupar la información disponible en torno a una categoría diagnóstica. Cabe destacar que al ser un modelo transteórico, Eells no da prioridad a un tipo de manual diagnóstico por sobre otro, sino que pone el énfasis en el uso crítico de estos considerando la evidencia disponible de su confiabilidad y validez, su utilidad según caso a caso y las implicancias sociales que conllevan.

Luego del diagnóstico, el autor propone como tercer paso realizar una hipótesis explicatoria del caso clínico, la cual corresponde a una narrativa coherente respecto de los posibles orígenes del problema del caso, sus factores precipitantes y mantenedores, junto con los recursos disponibles de la persona y su ambiente. Para Eells (2015), la hipótesis explicatoria tiene a su base la consideración del relato del consultante y el apoyo de medidas psicométricas si las hubiera. Además, el clínico debe tener en consideración la evidencia disponible en investigación de proceso y resultado en psicoterapia, psicopatología, epidemiología, genética y estudios culturales.

Aplicación de la Formulación al Caso

Finalmente, toda formulación conlleva el desarrollo de un plan de trabajo para alcanzar los objetivos de cambio terapéutico identificados a través del diagnóstico y la hipótesis explicatoria. Según Eells (2015), un adecuado plan de trabajo debe ser de mutuo acuerdo, brindar una guía concreta de acción y apegarse a las capacidades del consultante. Sus objetivos deben estar jerarquizados según necesidad del paciente, ser concretos, alcanzables, medibles y enmarcados en tiempos realistas. Además, el plan de tratamiento debe poner a prueba la hipótesis explicativa de modo de poder corregirla en caso de ser necesario. Por último, un buen plan de trabajo señala Eells, debe ser eficiente y parsimonioso.

Estas tres instancias de la FC descritas por Eells (2015) servirán de base para el ejercicio de análisis de caos que se realizará a través de inteligencia artificial generativa en los siguientes apartados. Sin embargo, se aclara que esta decisión se ha tomado con fines prácticos y pedagógicos, pudiendo el lector utilizar cualquier otro esquema de FC al momento de utilizar una IAG.

Inteligencia Artificial y Entrenamiento de Profesionales de la Salud

Hasta el momento de entregar este manuscrito para su revisión, no se ha encontrado ninguna publicación empírica o teórica sobre el uso de IA para el entrenamiento en FC ni para el entrenamiento en otras habilidades de psicoterapia. Sin embargo, en otras profesiones de la salud si es posible encontrar artículos relacionados con esta temática, como se muestra a continuación.

Por ejemplo, una revisión sistemática realizada en 2021 reportó un total de 41 artículos que abordaban el uso de IA en el entrenamiento de profesionales de la salud, incluyendo médicos, enfermeros y técnicos en radiología (Charow et al., 2021). De estos, 31 se centraban en discutir las posibilidades del uso de IA, mientras que 10 informaban sobre experiencias concretas de entrenamiento. Estas experiencias se enfocaban principalmente en el uso general de IA, interpretación y comunicación de datos generados por esta tecnología.

En otro estudio realizado en 2023, se exploraron los posibles beneficios del uso de la IAG ChatGPT en el entrenamiento de médicos, odontólogos, farmacéuticos y profesionales de salud pública

(Sallam et al., 2023). Este estudio combinó las propuestas generadas por el chat con la evaluación de expertos en el campo. Los resultados indicaron que la IA podría mejorar la personalización del aprendizaje en medicina, el razonamiento clínico y la comprensión de conceptos complejos. En odontología, podría facilitar el aprendizaje paso a paso, actividades interactivas y retroalimentación directa. En farmacología, se destacó la comprensión de conceptos complejos y el uso de herramientas interactivas en la consulta. Y en salud pública, se mencionaron beneficios en la comprensión de datos estadísticos y la posibilidad de plantear situaciones clínicas en diversos escenarios.

En el campo de la medicina, Randhawa et al. (2020) identificaron 11 IAs centradas en el diagnóstico, simulación clínica y aprendizaje de temas relacionados con cardiología, biotecnología, cáncer, dermatología, enfermería, patología y radiología, así como dos chatbots de medicina de uso general.

Aplicación de IAG Para la FC en Psicoterapia

En este apartado se ejemplificará cómo pueden utilizarse IA generativas para el entrenamiento de psicoterapeutas en FC. Se utilizará la versión del 24 de mayo de 2023 de ChatGPT, a través de la página web chat.openai.com con su configuración por defecto y sin plug-ins añadidos. Se ha elegido ocupar esta IA generativa por ser gratuita y de libre acceso, pudiendo ser utilizada por quien quiera seguir las indicaciones del presente artículo. Por otro lado, se utilizará la estructura de formulación general de casos psicoterapéuticos, propuesta por Tracy D. Eells (2015) que se basa en los aspectos comunes de esta habilidad entre distintas escuelas de psicoterapia, en vez de poner énfasis en sus diferencias. Se ha tomado esta decisión con el objetivo de que sea útil a un amplio espectro de psicólogos en formación, en vez de solo a un nicho particular. De todos modos, se ejemplificará cómo solicitar al chat que analice el caso desde algunas escuelas específicas.

Aspectos Generales del uso de ChatGPT

ChatGPT, desarrollado por la empresa OpenAI, es una abreviación de “*Generative Pre-training Transformer*” y consiste en un programa que simula una conversación, con la particularidad de transformar lenguaje humano coloquial a instrucciones de programación y entregar respuestas que simulan la respuesta de un humano (OpenAI, s.f.). Para ello utiliza grandes bases de datos, de las cuales obtiene su información y tipo de respuesta que debe dar.

Las entradas de texto que el usuario proporciona al chat, se denominan *prompts* y a, grandes rasgos, podemos dividirlos en aquellos que solicitan una respuesta al chat, mientras otros configuran el tipo de respuesta. En el primer sentido, podemos pedir al chat que nos haga una introducción al psicoanálisis y generará una respuesta tipo. En el segundo sentido, podemos hacer la misma solicitud y, además, indicarle que nos dé la respuesta para niños de primaria, por ejemplo (ver respuestas en [material suplementario N°1](#)). Esto es relevante para este ejercicio, ya que la precisión de

la respuesta que nos entregue el chat estará relacionada con la configuración previa que hagamos del mismo a través de un adecuado uso de sus *prompts*. No está de más recordar además que, en términos generales, las entradas de texto que le demos al chat deben ser claras y precisas (OpenAI, s.f).

Algunas de las instrucciones más relevantes para llevar a cabo este ejercicio son: rol, objetivo, tipo de respuesta, y temperatura. Estas serán presentadas en la [Tabla 1](#) con su respectiva definición, instrucción y ejemplo.

Tabla 1
Variables Clave a Definir en ChatGPT Para Obtener Respuestas Óptimas

Concepto clave	Definición	Prompt de ejemplo*
Rol	El rol que desempeñará el usuario y el chat durante la interacción. P.ej. paciente, terapeuta, investigador, docente	Tu rol es el de paciente en una sesión de terapia. Imagina que estás hablando con un terapeuta y siéntete libre de expresar tus pensamientos, emociones y preocupaciones como lo harías durante una conversación terapéutica.
Tarea	La tarea u objetivo es lo que se pretende que el chat entregue como respuesta final. Si es una tarea compleja, es útil dividirla en múltiples pasos.	Tu tarea es crear un caso clínico de psicoterapia. Presenta sus antecedentes generales, motivo de consulta, síntomas y factores protectores
Tipo de respuesta	Determina el estilo o formato de la respuesta solicitada. Puedes indicar la extensión de la respuesta, cantidad de palabras o párrafos, por ejemplo. También puedes pedir la respuesta en forma de tabla, enumeración, código de programación, etc.	Presenta la respuesta en una tabla donde la primera columna indica el nombre de la variable relevante; la segunda, define la variable; la tercera muestra un ejemplo de un caso clínico
Temperatura	La temperatura corresponde al grado de variabilidad de la respuesta. Su parámetro va de 0,0 a 1,0. Valores mayores dan respuestas más divergentes mientras valores menores entregan respuestas más típicas o convergentes.	Temperatura = 0.1, ¿Quién es Freud? Temperatura = 0.9, ¿Quién es Freud?

Nota. *Las respuestas del chat a los prompt de ejemplo se encuentran en el [material suplementario N°2](#) del artículo

Además de lo anterior, es posible guardar información en forma de variables y luego realizar operaciones. Por ejemplo, si indico “x=5; y=10” y luego escribo “dame el resultado de x + y” su respuesta será “15”. Esto es útil al momento de trabajar con instrucciones o textos largos, para no tener que re-escribir el prompt cada vez. Así, podría asignar una serie de preguntas a las variables P1, P2, P3, ..., Pn y luego solo indicarle al chat que me dé la respuesta a “P3” sin tener que escribir toda la instrucción. También, puedo pedirle que guarde un caso clínico completo bajo un nombre dado, por ejemplo, bajo el nombre del paciente o su número de caso. De ese modo, al preguntar por “Juan” o “Caso 1”, la IA sabrá que nos referimos específicamente la variable “Juan” y todo el contenido que ha sido almacenado en ella.

Finalmente, hay tres interacciones más que pueden ser de utilidad al momento de aprender sobre un tema en ChatGPT. Estas son: (i) la posibilidad de solicitar ayuda al chat acerca de sí mismo, p. ej. “Explicame cómo usar ChatGPT”; (ii) preguntarle si tiene cierta información dentro de su base de datos, p. ej., “Dime si conoces la entrevista de C. Rogers a Gloria”, y, (iii) confirmar si le hemos dado todas las instrucciones necesarias para completar la tarea que le hemos asignado, p. ej. “Crea un caso clínico para psicoterapia, indícame qué información necesitas para completar la tarea”.

Es importante mencionar que el diseño de prompts es una ciencia en sí misma y que no se agota en las breves instrucciones aquí señaladas. Más bien, lo planteado en este apartado es

un primer paso sobre lo que puede lograrse mediante ChatGPT, y se insta al lector a explorar tantos prompts como quiera hasta encontrar uno que se adapte a sus necesidades para el estudio de casos clínicos.

Aplicaciones Prácticas de ChatGPT Para el Estudio de FC en Psicoterapia

La utilización de IA generativas, como ChatGPT, ofrece diversas posibilidades para el entrenamiento en FC. Para este artículo se presentarán en tres niveles: (i) creación de material clínico, (ii) FC, y (iii) evaluación de conocimientos y competencias.

Creación de Material Clínico

Como se señaló al inicio de este artículo, una de las dificultades en el entrenamiento de terapeutas en FC es la disponibilidad de casos suficientes para analizar que representen la gran diversidad de fenómenos clínicos posibles. Gracias a este tipo de tecnología eso ya no será un problema. Por una parte, gracias a sus extensas bases de datos es posible tener a la mano casos clásicos de psicoterapia en distintas presentaciones y formatos.

Por otro lado, es posible crear tantos casos como dé la imaginación de quien use el chat. Un punto intermedio entre estas dos posibilidades es pedirle al chat que cree un caso basado parcialmente en uno ya existente. Incluso, si el lector no desea un caso escrito en prosa, puede solicitar al chat una versión en formato de diálogo. A continuación se creará un caso de ejemplo para luego observar su análisis.

Prompt Basándote en el caso del pequeño Hans de Sigmund Freud, crea un caso clínico parecido, pero una niña de 12 años e institucionalizada en un hogar de menores.

Respuesta

Nombre: Laura

Edad: 12 años

Antecedentes: Laura ha sido institucionalizada en un hogar de menores desde los 9 años debido a situaciones de negligencia y abuso por parte de su familia. Ha experimentado múltiples cambios de hogar y cuidadores, lo que ha generado inestabilidad emocional y dificultades en su desarrollo.

Presentación del caso: Laura es una niña de 12 años que ha mostrado un comportamiento inusual y preocupante desde su ingreso al hogar de menores. Presenta dificultades para establecer relaciones saludables con sus compañeros y cuidadores, mostrando una marcada falta de confianza y tendencia al aislamiento.

Durante las sesiones de terapia individual, Laura revela una serie de temores y preocupaciones relacionados con su pasado y su entorno actual. Muestra una fuerte aversión a los hombres y a las figuras de autoridad en general, lo que dificulta su adaptación a la dinámica del hogar y a la escuela. Laura expresa una profunda tristeza y una sensación de abandono, manifestando que se siente como si nadie realmente la quisiera o la entendiera.

Uno de los principales temas que emergen durante el tratamiento de Laura es su dificultad para confiar en los demás. Ella describe cómo en el pasado ha sido víctima de abusos físicos y emocionales, lo que ha afectado su autoestima y su percepción de sí misma. Laura manifiesta una constante necesidad de protegerse a sí misma y de evitar cualquier tipo de contacto cercano o relación profunda.

Además de su desconfianza generalizada, Laura muestra un miedo irracional a los animales, en particular a los perros. Relata haber sufrido un ataque de un perro cuando era más joven, lo que ha desencadenado un temor intenso y persistente hacia ellos. Esta fobia ha limitado su capacidad para participar en actividades al aire libre y ha aumentado su ansiedad en situaciones donde hay presencia de perros.

El tratamiento de Laura se centra en el establecimiento de una relación terapéutica segura y de confianza, brindándole un espacio para expresar sus emociones y preocupaciones sin temor a ser juzgada o abandonada. Se utilizan técnicas de terapia cognitivo-conductual para abordar su fobia a los perros, gradualmente exponiéndola a imágenes y luego a encuentros controlados con perros dóciles y amigables. También se implementan estrategias para fortalecer su autoestima y promover habilidades sociales y emocionales saludables.

A medida que avanza el tratamiento, Laura comienza a mostrar signos de mejoría en su capacidad para relacionarse con los demás y expresar sus emociones. Aunque los avances son lentos, la terapia proporciona a Laura un ambiente de apoyo y comprensión que le ayuda a reconstruir su confianza en sí misma y en los demás. Se espera que con el tiempo, Laura pueda superar sus miedos y traumas pasados, y lograr una reintegración exitosa en un entorno familiar seguro y estable.

FC en Psicoterapia

Un segundo grupo de aplicaciones de las IA generativas para el entrenamiento en análisis de casos, es precisamente su capacidad para realizar el análisis en sí mismo. Para ejemplificar este punto, se expondrán posibles respuestas del chat frente a las tres genéricas

del análisis de casos descritas por Eells (2015), es decir, identificación de elementos relevantes, diagnóstico e hipótesis comprensiva, y generación de un plan de tratamiento.

Las preguntas fueron realizadas al chat tomando como referencia el caso de Laura, creado en el apartado anterior.

Prompt - Identificación de factores relevantes del caso Laura

Tu rol es un psicoterapeuta experto. Tu objetivo es exponer la información relevante del caso de Laura. Para completar tu tarea debes presentar los siguientes elementos: identificación general, problemática de la consultante, principales síntomas, factores predisponentes, factores precipitantes, factores mantenedores, factores protectores. Incluye, además, un apartado sobre su personalidad.

Respuesta

Identificación general:

Nombre: Laura

Edad: 12 años

Estado de residencia: Institucionalizada en un hogar de menores

Problemática de la consultante:

Laura ha experimentado situaciones de negligencia y abuso por parte de su familia, lo que ha resultado en su institucionalización en un hogar de menores. Presenta dificultades para establecer relaciones saludables con sus compañeros y cuidadores, mostrando una marcada falta de confianza y tendencia al aislamiento. Laura también muestra una aversión hacia los hombres y las figuras de autoridad en general.

Principales síntomas:

- 1. Dificultad para establecer relaciones saludables y confiar en los demás.*
- 2. Tendencia al aislamiento y falta de interacción social.*
- 3. Miedo intenso y fobia hacia los perros.*
- 4. Sensación de tristeza profunda y abandono.*
- 5. Baja autoestima y percepción negativa de sí misma.*

Factores predisponentes:

- 1. Negligencia y abuso por parte de la familia.*
- 2. Experiencias traumáticas anteriores, incluyendo un ataque de perro.*

Factores precipitantes:

- 1. Institucionalización en un hogar de menores debido a las situaciones de negligencia y abuso.*
- 2. Cambios frecuentes de hogar y cuidadores, generando inestabilidad emocional y dificultades en el desarrollo.*

Factores mantenedores:

- 1. Falta de confianza en los demás debido a las experiencias de abuso y negligencia pasadas.*
- 2. Miedo irracional a los perros y la presencia de perros en su entorno actual.*
- 3. Sentimientos de tristeza y abandono que afectan su percepción de sí misma y su interacción con los demás.*

Factores protectores:

- 1. Terapia individual que proporciona un espacio seguro y de confianza para Laura.*
- 2. Apoyo y comprensión por parte de los cuidadores y profesionales del hogar de menores.*
- 3. Estrategias terapéuticas para fortalecer su autoestima y promover habilidades sociales y emocionales saludables.*

Personalidad:

Aunque se requiere un estudio más profundo para evaluar completamente la personalidad de Laura, se observa que presenta rasgos de desconfianza, aislamiento y aversión hacia los hombres y las figuras de autoridad. Estos rasgos pueden ser resultado de las experiencias traumáticas que ha enfrentado y la falta de un entorno familiar seguro y estable. Sin embargo, también se aprecia una necesidad de protección y una búsqueda de apoyo y comprensión, lo que indica una posible resiliencia y un deseo de superar sus dificultades emocionales.

Prompt - Diagnóstico e hipótesis comprensiva

Tu rol es de psicoterapeuta experto. Tu tarea es desarrollar una hipótesis acerca de la problemática de Laura. Para lograrlo debes basarte en la teoría cognitivo-conductual de Aaron Beck. Tu respuesta debe referirse solo a tu hipótesis, no debes abordar el tratamiento aún.

Respuesta

Hipótesis acerca de la problemática de Laura desde la perspectiva cognitivo-conductual de Aaron Beck:

Desde la teoría cognitivo-conductual de Aaron Beck, se puede hipotetizar que la problemática de Laura está influenciada por sus patrones de pensamiento negativos y distorsionados, así como por las experiencias traumáticas que ha vivido.

1. Creencias negativas sobre sí misma: Laura puede tener creencias negativas arraigadas acerca de su valía personal y su capacidad para establecer relaciones saludables. Estas creencias pueden haber surgido a partir de experiencias de abuso y negligencia, lo que ha llevado a una baja autoestima y una percepción negativa de sí misma.

2. Sesgos cognitivos: Laura puede mostrar sesgos cognitivos comunes, como la generalización excesiva y la filtración mental. Estos sesgos pueden influir en su percepción de las interacciones sociales y reforzar su desconfianza hacia los demás. Por ejemplo, puede generalizar experiencias pasadas de abuso y asumir que todas las figuras de autoridad o hombres representan un peligro potencial.

3. Miedo condicionado y evitación: La fobia hacia los perros de Laura puede ser resultado de un miedo condicionado, en el que ha asociado un ataque de perro previo con el peligro y la ansiedad. Esta asociación negativa puede haber llevado a una evitación activa de los perros y situaciones en las que puedan estar presentes.

4. Patrones de aislamiento y falta de confianza: Laura puede tener dificultades para confiar en los demás y establecer relaciones saludables debido a sus experiencias pasadas. Estos patrones de aislamiento y falta de confianza pueden mantenerse a través de procesos de evitación y auto-protección, lo que limita su capacidad para desarrollar habilidades sociales y emocionales adecuadas.

En resumen, la hipótesis desde la perspectiva cognitivo-conductual es que las experiencias traumáticas de Laura han contribuido al desarrollo de patrones de pensamiento negativos, distorsionados y sesgos cognitivos que influyen en su percepción de sí misma y de los demás. Estos patrones cognitivos pueden mantener su falta de confianza, aislamiento social y su fobia a los perros.

Prompt - Desarrollo de un plan de tratamiento

Tu rol es psicoterapeuta experto. Tu tarea es indicar un plan de tratamiento para Laura. Debes incluir intervenciones a corto y mediano plazo. Incluye una evaluación sobre la necesidad de trabajar con otros profesionales.

Respuesta

Plan de tratamiento para Laura:

Objetivo general del tratamiento: Promover el bienestar emocional y social de Laura, fortalecer su autoestima, mejorar sus habilidades de afrontamiento y establecer relaciones saludables.

Intervenciones a corto plazo:

1. Evaluación y establecimiento de una alianza terapéutica: Es importante establecer un vínculo terapéutico sólido y de confianza con Laura. Esto implica crear un ambiente seguro y empático donde se sienta escuchada y comprendida.

2. Psicoeducación: Brindar a Laura información sobre los efectos del trauma y cómo ha afectado su funcionamiento emocional y social. Esto ayudará a normalizar sus experiencias y proporcionarle herramientas para comprender y manejar sus reacciones.

3. Técnicas de regulación emocional: Enseñar a Laura estrategias de regulación emocional, como la respiración profunda, la relajación muscular progresiva y la atención plena. Estas técnicas pueden ayudarle a manejar la ansiedad y el estrés relacionados con las situaciones desencadenantes.

4. *Reestructuración cognitiva: Identificar y cuestionar las creencias negativas y distorsionadas de Laura sobre sí misma y los demás. Trabajar en la sustitución de pensamientos negativos por pensamientos más realistas y adaptativos, promoviendo la autoestima y la confianza.*

Intervenciones a mediano plazo:

1. *Terapia de exposición gradual: Desarrollar un plan de exposición gradual a los perros, comenzando con técnicas de imaginación y avanzando hacia la interacción real con perros amigables y bien entrenados. El objetivo es reducir la ansiedad y superar su fobia a los perros.*

2. *Habilidades sociales y emocionales: Enseñar a Laura habilidades sociales, como el establecimiento de límites personales, la comunicación efectiva y el manejo de conflictos. Fomentar la empatía, la escucha activa y el reconocimiento de las emociones propias y de los demás.*

3. *Terapia familiar: Involucrar a la familia o a los cuidadores en el proceso terapéutico puede ayudar a fortalecer los vínculos familiares y mejorar el apoyo emocional de Laura. Se puede trabajar en la resolución de conflictos, la comunicación efectiva y la creación de un entorno familiar seguro y de apoyo.*

4. *Coordinación con otros profesionales: Evaluar la necesidad de colaboración con otros profesionales, como trabajadores sociales, educadores o médicos, para abordar aspectos específicos de la vida de Laura. Por ejemplo, se podría requerir la colaboración de un trabajador social para evaluar las condiciones familiares y determinar la idoneidad de un posible reintegro.*

Es importante adaptar el plan de tratamiento a las necesidades individuales de Laura y revisarlo regularmente para evaluar su progreso. Además, se debe realizar una evaluación continua para determinar si es necesario involucrar a otros profesionales, según las necesidades específicas de Laura y las circunstancias de su situación familiar. La colaboración interdisciplinaria puede ser beneficiosa para abordar de manera integral los aspectos psicosociales y ambientales que impactan en el bienestar de Laura.

El lector podrá evaluar la pertinencia de las respuestas generadas por la IA. Pero, no puede negarse que podrían llegar a ser de utilidad como material de discusión de un curso o taller sobre FC en psicoterapia. Por temas de espacio no se incluyen otros prompts con sus respectivas respuestas. Pero algunas ideas interesantes pueden ser pedir al chat que presente los datos relevantes en formato de tabla o según el formato de una ficha clínica pre-establecida. En el caso del diagnóstico, puede solicitarse al chat que presente la información según otra corriente terapéutica o bajo los ejes del DSM-IV. Finalmente, respecto del tratamiento, se le puede solicitar brindar respuestas enfocadas en técnicas específicas o formatos de tratamientos diversos como terapia familiar, terapia de grupo, terapia de juego, etc.

Evaluación

Finalmente, un tercer gran grupo de aplicaciones que se puede solicitar a una IA generativa como ChatGPT es que actúe como

docente o evaluador. De este modo, el estudiante puede realizar el diagnóstico y pedir la opinión de la IA acerca del mismo. O, también podría solicitarle que le haga preguntas de alternativas en torno al caso. Si bien esto no reemplaza la guía de un profesional docente, sí puede favorecer lo que se conoce como entrenamiento deliberado en psicoterapia (Chow et al., 2015). Es decir, el entrenamiento basado en evaluación y retroalimentación directa, el cual el estudiante puede llevar a cabo en todo momento gracias a la IAG. Y si bien no hay estudios sobre los beneficios del entrenamiento deliberado en el entrenamiento de análisis de casos, sí se lo ha sindicado como un factor esencial en el entrenamiento general de la psicoterapia (Chow et al., 2015) y otras profesiones (Ericsson y Pool, 2016)

Prompt – Evaluación en torno a un caso clínico Tu rol será el de un psicoterapeuta experto que me evaluará en torno al caso de Laura. Hazme cinco preguntas sobre el caso de Laura referentes a la identificación de información clínicamente relevante, diagnóstico o plan de tratamiento. Presenta las preguntas en formato de alternativas. No me des las respuestas hasta que yo te lo indique.

Respuesta ¡Por supuesto! Aquí tienes cinco preguntas sobre el caso de Laura en formato de alternativas. Por favor, selecciona la respuesta que consideres más adecuada para cada una de ellas. Una vez que hayas seleccionado todas las respuestas, estaré encantado de proporcionarte mi evaluación basada en tus respuestas.

1. *¿Cuál de los siguientes diagnósticos sería más apropiado para Laura según la información proporcionada?*
 - a) *Trastorno de personalidad paranoide.*
 - b) *Trastorno de ansiedad generalizada.*
 - c) *Trastorno de estrés postraumático.*
 - d) *Trastorno de conducta.*

2. *¿Cuál de las siguientes intervenciones sería más relevante para abordar la fobia de Laura a los perros?*
 - a) *Terapia de exposición gradual.*
 - b) *Técnicas de relajación.*
 - c) *Terapia cognitiva.*
 - d) *Terapia de juego.*

3. *¿Cuál de los siguientes factores podría ser un factor mantenedor en el caso de Laura?*
 - a) *Cambios frecuentes de hogar y cuidadores.*
 - b) *Baja autoestima.*
 - c) *Experiencias traumáticas previas.*
 - d) *Aversión hacia las figuras de autoridad.*

4. *¿Cuál de las siguientes estrategias sería más adecuada para abordar la falta de confianza de Laura?*
 - a) *Terapia familiar.*
 - b) *Habilidades de afrontamiento.*
 - c) *Psicoeducación.*
 - d) *Reestructuración cognitiva.*

5. *¿Cuál de las siguientes colaboraciones sería más relevante en el plan de tratamiento de Laura?*
 - a) *Colaboración con un trabajador social para evaluar las condiciones familiares.*
 - b) *Colaboración con un fisioterapeuta para abordar síntomas físicos.*
 - c) *Colaboración con un nutricionista para mejorar la alimentación.*
 - d) *Colaboración con un psiquiatra para prescribir medicación.*

Espero tus respuestas para continuar con la evaluación.

Aspectos Éticos por Considerar

Finalmente, se desea realizar un breve comentario sobre los aspectos éticos que deben ser considerados al momento de pensar en el entrenamiento de terapeutas a través de Inteligencia Artificial Generativa. Por ejemplo, [Sallam et al. \(2023\)](#) advierten sobre los riesgos asociados a su uso, que incluyen el manejo privado de datos, el detrimento en el desarrollo de otras habilidades comunicacionales y del pensamiento crítico, así como la posibilidad de obtener respuestas sesgadas o poco precisas

Por ejemplo, podría suponerse la situación de que un terapeuta en formación suba los datos de un consultante real a una IAG con

la buena intención de realizar un mejor análisis del caso y plan terapéutico. Sin embargo, antes de ello se debe estudiar a fondo la confidencialidad de los datos que asegura el proveedor de la IAG. En este caso se ha utilizado como ejemplo ChatGPT y hasta la fecha se han reportado filtraciones de datos sensibles de grandes empresas debido a que sus trabajadores han utilizado el chat para analizar información privada ([Qammar et al., 2023](#)).

Por otro lado, como señala [Sallam et al. \(2023\)](#) debe tenerse siempre en cuenta que las IAG no están exentas de sesgos, dado que son creadas y entrenadas por humanos. Aunque pueden manejar bases de datos inmensas, la selección de dichas bases contiene los sesgos de sus creadores. Por ejemplo, debido a que la mayo-

ría de los artículos académicos se publican en inglés, las bases de datos utilizadas para entrenar a la IA pueden tener un sesgo hacia la información producida en ese idioma. Por otro lado, los conocimientos no hegemónicos que no están presentes en las bases de datos oficiales pueden quedar excluidos de las posibles respuestas generadas por la IA.

En tercer lugar, y final, las alucinaciones son quizás el mayor riesgo del uso de IAG. Este fenómeno se refiere a la generación de respuestas por parte de la IA que tienen una estructura gramatical lógica, pero carecen de fundamentos en la realidad (Alkaissi y McFarlane, 2023). En tal sentido, para el estudiante será un imperativo metodológico cotejar lo aprendido a través de IAG con la opinión de un profesional de mayor experiencia y/o con la literatura científica alusiva a cada caso.

En resumen, si bien el uso de IA en el entrenamiento de profesionales de la salud muestra un gran potencial, es necesario ser cautelosos con los posibles sesgos y la información falsa que estas tecnologías pueden generar.

Conclusión

El entrenamiento en análisis de casos mediante el uso de Inteligencia Artificial Generativa (IAG), como ChatGPT, presenta una serie de beneficios y ofrece perspectivas interesantes para el campo de la psicoterapia. Dentro de estos se pueden nombrar el acceso a recursos amplios y retroalimentación interactiva. En el primer sentido, La IAG proporciona a los terapeutas en formación un acceso inmediato a una vasta cantidad de información y recursos relevantes. Esto les permite crear o explorar casos clínicos variados y aprender de una amplia gama de enfoques y técnicas terapéuticas. El acceso a esta base de conocimientos podría enriquecer la formación y mejorar la comprensión clínica. En un segundo sentido, mediante la interacción con ChatGPT, los terapeutas en formación pueden recibir retroalimentación inmediata y orientación en tiempo real sobre su análisis de casos. Esta retroalimentación interactiva permite un aprendizaje adaptativo y personalizado, lo que podría contribuir a un desarrollo más rápido y efectivo de habilidades clínicas.

Si bien es una herramienta que puede parecer prometedora, no es perfecta y se debe tener en cuenta los riesgos éticos asociados a su uso, tales como la privacidad de los datos de consultantes reales, la presencia de sesgos en sus bases de datos y las respuestas falsas o alucinaciones de la IAG. Sin embargo, esto puede ser regulado mediante su uso como un potenciador del aprendizaje y no como un reemplazo del diálogo crítico con un profesional humano o con la literatura científica.

Por otro lado, en cuanto a los límites de esta propuesta se puede mencionar (i) el sesgo del autor, en el sentido, de elegir aquellos ejemplos de *prompts* que avalan la propuesta y omitir – por temas de espacio – aquellos que no generaron los resultados esperados; (ii) no contar con una comparación de respuestas según *prompts* con distintos grados de especificidad y complejidad, y;

(iii) la falta de comparación con otras IAGs en cuanto a usabilidad, diseño de prompts y calidad de respuestas obtenidas; (iv) la propuesta ha sido diseñada pensando en estudiantes de pregrado y primeros años de ejercicio laboral, sin embargo, podría ser limitada para terapeutas más experimentados que ya dominan esta habilidad.

Este artículo corresponde a una propuesta teórica de uso de la IAG pero debe ser acompañada en un futuro de investigación empírica acerca de su efectividad en el desarrollo de la habilidad de FC en psicoterapia. Por ejemplo, se sugiere investigar la transferencia del análisis de casos simulado con IA a situaciones reales; la idoneidad de las respuestas de ChatGPT en cada corriente teórica; ingeniería de prompting específico para este tipo de dinámica enseñanza/aprendizaje; comparación de aprendizaje mediante el uso exclusivo de IA versus un tutor humano, o una versión mixta, entre otros posibles temas de investigación.

A modo de cierre, se invita al lector a considerar que las IAs generativas de lenguaje han significado una verdadera revolución tecnológica en distintivos campos disciplinarios y que la psicoterapia no debe mantenerse al margen, sino descubrir sus usos, aprovechar su potencial y desarrollar una aplicación ética de las mismas.

Referencias

- Alkaissi, H., y McFarlane, S. I. (2023). Artificial hallucinations in ChatGPT: implications in scientific writing. *Cureus, 15*(2), e35179. <https://doi.org/10.7759/cureus.35179>
- Betan, E. J., y Binder, J. L. (2010). Clinical expertise in psychotherapy: How expert therapists use theory in generating case conceptualizations and interventions. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 40*, 141-152. <https://doi.org/10.1007/s10879-010-9138-0>
- Carlbring, P., Hadjistavropoulos, H., Kleiboer, A., y Andersson, G. (2023). A new era in internet interventions: The advent of Chat-GPT and AI-assisted therapist guidance. *Internet Interventions, 32*, 100621. <https://doi.org/10.1016%2Fj.invent.2023.100621>
- Charow, R., Jeyakumar, T., Younus, S., Dolatabadi, E., Salhia, M., Al-Mouaswas, D., Anderson, M., Balakumar, S., Clare, M., Dhalla, A., Gillan, C., Haghzare, S., Jackson, E., Lalani, N., Mattson, J., Peteanu, W., Tripp, T., Waldorf, J., Williams, S., ... Wiljer, D. (2021). Artificial intelligence education programs for health care professionals: scoping review. *JMIR Medical Education, 7*(4), e31043. <https://doi.org/10.2196/31043>
- Chow, D. L., Miller, S. D., Seidel, J. A., Kane, R. T., Thornton, J. A., y Andrews, W. P. (2015). The role of deliberate practice in the development of highly effective psychotherapists. *Psychotherapy, 52*(3), 337-345. <https://doi.org/10.1037/pst0000015>

- Cooper, G. (2023). Examining science education in ChatGPT: an exploratory study of generative artificial intelligence. *Journal of Science Education and Technology*, 32(3), 444–452. <https://doi.org/10.1007/s10956-023-10039-y>
- Das, A., Sele, S., Warner, A. R., Zuo, X., Hu, Y., Kuttichi Keloth, V., Li, J., Zheng, W. J., y Xu, H. (2022). Conversational bots for psychotherapy: a study of generative transformer models using domain-specific dialogues. *Proceedings of the 21st Workshop on Biomedical Language Processing*, 285–297. <https://doi.org/10.18653/v1/2022.bionlp-1.27>
- de Mello, F. L., y de Souza, S. A. (2019). Psychotherapy and artificial intelligence: a proposal for alignment. *Frontiers in Psychology*, 10, 263. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00263>
- Eells, T. D. (2007). *Handbook of psychotherapy case formulation (2nd Edition)*. The Guildford Press.
- Eells, T. D. (2015). *Psychotherapy case formulation*. American Psychological Association.
- Eells, T. D. (2022). *Handbook of psychotherapy case formulation (3rd Edition)*. The Guildford Press.
- Ericsson, A., y Pool, R. (2016). *Peak: Secrets from the new science of expertise*. Random House.
- Freud, S. (1992a). *Obras completas - Tomo II*. Amorrortu Ediciones.
- Freud, S. (1992b). *Obras completas - Tomo XVII*. Amorrortu Ediciones.
- Masri, R. Y., y Mat Jani, H. (2012). Employing artificial intelligence techniques in Mental Health Diagnostic Expert System. *2012 International Conference on Computer y Information Science (ICCIS)*, 1, 495–499. <https://doi.org/10.1109/iccisci.2012.6297296>
- Mody, V., y Mody, V. (2019). Mental health monitoring system using artificial intelligence: a review. *2019 IEEE 5th International Conference for Convergence in Technology (I2CT)*, 1–6. <https://doi.org/10.1109/i2ct45611.2019.9033652>
- OpenAI (s.f.). *GPT Models*. <https://platform.openai.com/docs/guides/gpt>
- Qammar, A., Wang, H., Ding, J., Naouri, A., Daneshmand, M., y Ning, H. (2023). Chatbots to ChatGPT in a cybersecurity space: Evolution, vulnerabilities, attacks, challenges, and future recommendations. *Journal of Latex Class Files*, 14(8), 1-17. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2306.09255>
- Randhawa, G. K., y Jackson, M. (2020). The role of artificial intelligence in learning and professional development for healthcare professionals. *Healthcare Management Forum / Canadian College of Health Service Executives = Forum Gestion Des Soins de Sante / College Canadien Des Directeurs de Services de Sante*, 33(1), 19–24. <https://doi.org/10.1177/0840470419869032>
- Sallam, M., Salim, N., Barakat, M., y Al-Tammemi, A. (2023). ChatGPT applications in medical, dental, pharmacy, and public health education: A descriptive study highlighting the advantages and limitations. *Narra J*, 3(1), e103. <https://doi.org/10.52225/narra.v3i1.103>

Material Suplementario - Entrenamiento en Formulación de Casos en Psicoterapia a Través de Inteligencia Artificial Generativa

Material Suplementario N°1

Las respuestas que aquí se muestran son ejemplos reales del uso de ChatGPT versión del 26 de mayo de 2023, en la cuenta de uso gratuito sin plug-ins añadidos. El texto fue generado el 10 de junio de 2023.

Prompt

Hazme una introducción al psicoanálisis

Respuesta

El psicoanálisis es una disciplina fundada por Sigmund Freud a finales del siglo XIX que busca comprender y tratar los trastornos mentales y emocionales, así como explorar la estructura y el funcionamiento de la mente humana. Es considerado tanto una teoría de la personalidad como un método terapéutico.

El psicoanálisis se basa en la premisa de que gran parte de nuestra vida mental es inconsciente, es decir, no somos conscientes de muchos de los pensamientos, impulsos y conflictos que influyen en nuestro comportamiento. Freud desarrolló un modelo de la mente compuesto por tres estructuras: el ello, el yo y el superyó. Estas instancias interactúan entre sí y determinan nuestras acciones y experiencias.

El ello representa nuestros deseos y pulsiones más primitivos y básicos, que buscan satisfacción inmediata sin considerar las restricciones sociales o morales. El superyó, por otro lado, es la voz de la conciencia y representa los valores y normas internalizadas. Entre el ello y el superyó se encuentra el yo, que trata de equilibrar las demandas del ello y las restricciones del superyó.

El psicoanálisis utiliza una técnica llamada asociación libre, en la que los pacientes expresan libremente sus pensamientos, emociones y recuerdos sin censura. A través del análisis de estas expresiones, el psicoanalista busca identificar patrones recurrentes, conflictos subyacentes y traumas no resueltos que puedan estar afectando la vida del individuo.

El objetivo final del psicoanálisis es el autoconocimiento y la resolución de conflictos psíquicos, lo que lleva a un mayor bienestar emocional y una mayor capacidad para enfrentar los desafíos de la vida. A través del proceso de análisis, los pacientes pueden obtener una comprensión más profunda de sí mismos, así como adquirir herramientas para lidiar con sus problemas y tomar decisiones más saludables.

Si bien el psicoanálisis ha sido objeto de debate y críticas a lo largo de los años, ha dejado una huella profunda en la psicología y ha influido en muchas corrientes terapéuticas posteriores. Sus conceptos y enfoques siguen siendo relevantes en el campo de la psicoterapia y continúan siendo objeto de investigación y desarrollo.

Prompt

Hazme una introducción al psicoanálisis. Da una respuesta para niños de educación primaria

Respuesta

¡Claro! Aquí tienes una introducción al psicoanálisis adaptada para niños de educación primaria:

El psicoanálisis es una forma especial de entender cómo funciona nuestra mente y cómo nos sentimos. Imagina que nuestra mente es como un iceberg, y solo podemos ver la punta que está fuera del agua. Esa parte se llama "consciente" y son las cosas de las que estamos al tanto, como nuestros pensamientos y emociones que reconocemos fácilmente.

Pero debajo del agua, hay una parte más grande que no vemos, y se llama "inconsciente". Es como un mundo secreto dentro de nosotros. En ese lugar, se guardan cosas que no sabemos que están ahí, pero que nos afectan sin que nos demos cuenta.

El psicoanálisis nos ayuda a explorar ese mundo secreto y descubrir lo que está escondido. Los psicoanalistas son personas especiales que nos ayudan a entender nuestros sentimientos y pensamientos. Nos escuchan con mucha atención mientras hablamos sobre nuestras vidas y nos hacen preguntas.

También nos dejan hablar libremente y nos animan a decir todo lo que nos viene a la mente, sin importar si parece raro o sin sentido. Esto se llama "asociación libre". A través de estas conversaciones, los psicoanalistas pueden entender mejor nuestros sueños, deseos y preocupaciones ocultas.

El psicoanálisis nos ayuda a conocernos mejor y a entender por qué a veces nos sentimos tristes, enojados o asustados. Nos enseña cómo podemos manejar esos sentimientos y hacer cambios positivos en nuestras vidas.

Recuerda que el psicoanálisis es solo una forma de ayudarnos a entender nuestra mente y emociones. Hay muchas otras maneras de cuidar de nuestra salud mental, como hablar con amigos, hacer ejercicio o dibujar. Lo más importante es saber que siempre hay alguien dispuesto a escucharnos y ayudarnos a sentirnos mejor.

Material Suplementario N°2

Prompt - ejemplo de rol Tu rol es el de paciente en una sesión de terapia. Imagina que estás hablando con un terapeuta y siéntete libre de expresar tus pensamientos, emociones y preocupaciones como lo harías durante una conversación terapéutica.

Respuesta Gracias por la instrucción. Como paciente en una sesión de terapia, me gustaría aprovechar esta oportunidad para compartir algunos de mis pensamientos, emociones y preocupaciones.

Últimamente, he estado experimentando niveles elevados de estrés y ansiedad en mi vida cotidiana. Siento una presión abrumadora en el trabajo y me cuesta encontrar un equilibrio saludable entre mi vida laboral y personal. Además, estoy lidiando con conflictos interpersonales que han estado afectando mi bienestar emocional.

A veces me siento agotado y desmotivado, y siento que estoy perdiendo el rumbo. Me preocupa no poder manejar adecuadamente estas situaciones y el impacto que pueden tener en mi salud física y mental a largo plazo.

En general, quiero encontrar formas saludables de lidiar con el estrés, mejorar mi autoestima y fortalecer mis habilidades de afrontamiento. Me gustaría explorar diferentes enfoques terapéuticos y recibir orientación para poder tomar decisiones más saludables y encontrar un mayor equilibrio en mi vida.

Agradezco mucho tener este espacio para compartir mis pensamientos y emociones. Espero poder recibir apoyo y orientación para comenzar a abordar estos desafíos.

Prompt - ejemplo de tarea Tu tarea es crear un caso clínico de psicoterapia. Presenta sus antecedentes generales, motivo de consulta, síntomas y factores protectores

Respuesta Caso clínico de psicoterapia

Antecedentes generales:

El paciente, llamado Juan, es un hombre de 35 años. Ha estado trabajando como ejecutivo en una empresa durante los últimos 10 años. Es soltero y vive solo en la ciudad. Juan ha experimentado episodios de ansiedad y depresión en el pasado, pero nunca ha buscado ayuda profesional para abordar estos problemas. Ha decidido iniciar terapia debido a un aumento significativo en sus síntomas y su deseo de mejorar su bienestar emocional.

Motivo de consulta:

Juan busca terapia debido a una sensación abrumadora de insatisfacción y malestar en su vida. Ha experimentado una disminución en su estado de ánimo general, acompañado de una falta de motivación y alegría en las actividades que solían interesarle. Se siente atrapado en una rutina monótona y tiene dificultades para encontrar un propósito significativo en su trabajo y en su vida personal. Juan también informa de un aumento en los niveles de ansiedad y estrés, particularmente relacionados con las demandas laborales y las expectativas de éxito.

Síntomas:

- Estado de ánimo deprimido persistente.

- Pérdida de interés y placer en actividades antes disfrutadas.
- Sentimientos de falta de propósito y dirección en la vida.
- Ansiedad y estrés elevados relacionados con el trabajo.
- Preocupación constante por el rendimiento y el juicio de los demás.
- Dificultad para concentrarse y tomar decisiones.
- Aislamiento social y falta de conexión emocional.

Factores protectores:

A pesar de los desafíos que enfrenta, Juan cuenta con algunos factores protectores en su vida. Mantiene una red de apoyo social compuesta por amigos cercanos y familiares con quienes puede contar para recibir apoyo emocional. Además, Juan tiene un interés y una inclinación hacia la práctica de actividades físicas y deportivas, lo que le brinda una forma de liberar estrés y mejorar su bienestar general. Su voluntad de buscar ayuda profesional a través de la terapia también es un factor protector, ya que indica su disposición para enfrentar y abordar sus dificultades emocionales.

En la terapia, se trabajará para fortalecer estos factores protectores, así como explorar y abordar los síntomas y desafíos que Juan enfrenta en su vida cotidiana. El objetivo será ayudarlo a encontrar un mayor sentido de propósito, desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento y promover un mayor bienestar emocional en su vida.

Prompt - Ejemplo de tiop de respuesta

Presenta una tabla donde la primera columna indica el nombre de la variable psicoterapéutica relevante; la segunda, define la variable; la tercera muestra un ejemplo de un caso clínico

Respuesta

Aquí tienes una tabla con la primera columna indicando el nombre de la variable psicoterapéutica relevante, la segunda columna definiendo la variable y la tercera columna mostrando un ejemplo de un caso clínico:

Variable Psicoterapéutica	Definición	Ejemplo de Caso Clínico
Transferencia	La transferencia se refiere a los sentimientos y actitudes inconscientes que un paciente proyecta en su terapeuta, basados en experiencias pasadas.	Un paciente que experimenta sentimientos de amor o enojo intenso hacia su terapeuta debido a la similitud inconsciente que encuentra entre su terapeuta y su padre.
Contratransferencia	La contratransferencia se refiere a los sentimientos y reacciones emocionales del terapeuta hacia el paciente, basados en experiencias pasadas.	Un terapeuta que experimenta sentimientos de frustración y enojo hacia un paciente que muestra un comportamiento desafiante, similar al comportamiento desafiante de un hermano en la infancia del terapeuta.
Resistencia	La resistencia es cualquier barrera o defensa psicológica que el paciente presenta durante la terapia y que dificulta el progreso terapéutico.	Un paciente que se niega a hablar sobre un evento traumático pasado y evita cualquier discusión relacionada con ese tema durante las sesiones de terapia.
Insight	El insight es una comprensión profunda y repentina de los motivos subyacentes o las causas de los problemas emocionales o conductuales de una persona.	Un paciente que, después de meses de terapia, de repente comprende cómo sus experiencias de abandono en la infancia están relacionadas con sus dificultades para establecer relaciones cercanas en la edad adulta.

Empatía	La empatía es la capacidad del terapeuta para comprender y experimentar los sentimientos y perspectivas del paciente desde su punto de vista.	Un terapeuta que muestra una profunda comprensión y conexión emocional con un paciente que ha experimentado una pérdida significativa, brindándole consuelo y apoyo durante la terapia.
Validación	La validación implica reconocer y aceptar los sentimientos y experiencias del paciente como válidos y comprensibles, sin juzgarlos o minimizarlos.	Un terapeuta que valida las emociones de un paciente que ha sufrido abuso emocional, reconociendo la gravedad del trauma y brindando apoyo y validación en lugar de minimizar o ignorar el impacto del abuso.
Espero que esta tabla te sea útil. Ten en cuenta que los ejemplos de casos clínicos son ficticios y se proporcionan solo con fines ilustrativos.		

Prompt - Ejemplo de temperatura (i)

Respuesta

Temperatura = 0.1, ¿Quién es Freud?

Freud, también conocido como Sigmund Freud, fue un destacado neurólogo y psicólogo austriaco que vivió entre 1856 y 1939. Es considerado el padre del psicoanálisis, una teoría y método terapéutico que ha tenido una gran influencia en el campo de la psicología.

Freud desarrolló una teoría completa de la mente humana y propuso que los procesos mentales se dividen en tres estructuras: el inconsciente, el preconscious y el consciente. Además, introdujo conceptos fundamentales como el inconsciente, el complejo de Edipo, la represión, la interpretación de los sueños y la sexualidad infantil.

Sus teorías y su enfoque en el papel del inconsciente y las pulsiones sexuales generaron una gran controversia en su época y siguen siendo objeto de debate en la actualidad. Aunque algunas de sus ideas han sido criticadas y revisadas, su legado ha dejado una profunda huella en la psicología y en el campo de la terapia psicoanalítica.

Es importante tener en cuenta que la temperatura de 0.1 utilizada en este contexto genera respuestas más coherentes y predecibles, por lo que la respuesta proporcionada es una descripción general y objetiva de quién es Freud.

Prompt - ejemplo de temperatura (ii)

Respuesta

Temperatura = 0.9, ¿Quién es Freud?

¡Freud, el hombre, el mito, el psicoanalista! Sigmund Freud fue un neurólogo y psicólogo austriaco que revolucionó el campo de la psicología con su teoría del psicoanálisis. ¿Estás listo para adentrarte en el mundo fascinante de Freud? ¡Aquí vamos!

Freud postuló que la mente humana está compuesta por tres partes: el inconsciente, el preconscious y el consciente. Pero lo más emocionante es su enfoque en los impulsos y deseos sexuales reprimidos que influyen en nuestro comportamiento y en nuestra personalidad. ¡Sí, hablamos de la infame teoría del complejo de Edipo y de la importancia de la sexualidad en el desarrollo psicológico!

Además, Freud destacó la importancia de los sueños como una ventana al inconsciente y desarrolló técnicas como la interpretación de los sueños y la asociación libre para desentrañar los secretos ocultos de la mente. Imagina entrar en su oficina, recostarte en el diván y compartir tus sueños más extravagantes.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que Freud también ha sido objeto de críticas y revisiones a lo largo de los años. Algunos consideran que sus teorías son demasiado deterministas y enfocadas en la

sexualidad, mientras que otros valoran su contribución a la comprensión del inconsciente y el análisis de los conflictos psicológicos.

En definitiva, Freud es una figura icónica en el campo de la psicología y su influencia se extiende hasta el día de hoy. Aunque algunas de sus ideas han sido discutidas y revisadas, su legado sigue siendo fuente de debate y exploración en la comprensión de la mente humana. ¡Así que prepárate para sumergirte en el viaje psicoanalítico de Freud y descubrir qué secretos ocultos puedes desenterrar!