

RECENSIÓN DE LIBROS | REVIEW OF BOOK

FORMULACIÓN DE CASO EVOLUCIONISTA:
UN LENGUAJE COMÚN EN PSICOTERAPIA

Evolutionist case formulation:

A common language in psychotherapy

Álvaro Quiñones Bergeret

Ril Editores

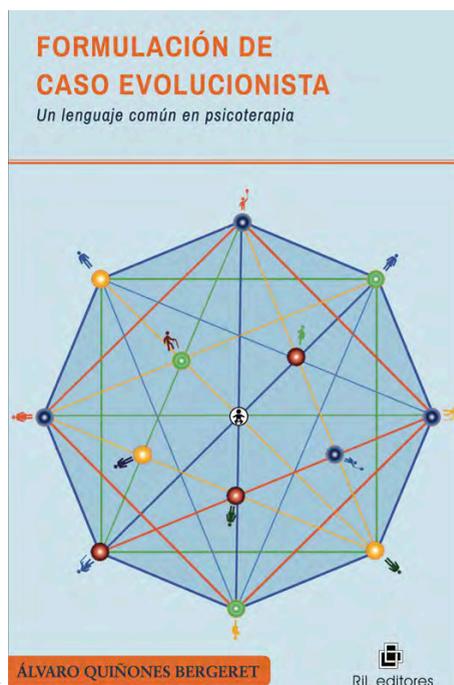
Páginas: 382

Año de publicación: 2021

Ciro Caro García

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6555-0201>

Universidad Pontificia Comillas (Madrid), España



Uno siempre escribe desde algún lugar, y en el comentario de cualquier obra es importante descifrar y hacer visibles esas coordenadas. Por tanto, ese es mi primer propósito con el libro del Dr. Álvaro Quiñones (profesor e investigador externo de la Universidad de Tarapacá, en Chile), titulado *Formulación de caso evolucionista: Un lenguaje común en psicoterapia*. El texto se divide en dos partes: la teoría subyacente –longitud Este– y la práctica clínica (longitud Oeste) en la que el modelo de formulación propuesto es explicado a partir de un caso de psicoterapia.

Fecha de recepción: 20 de septiembre de 2021. Fecha de aceptación: 4 de octubre de 2021.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: cirocaro@comillas.edu

Dirección postal: Ciro Caro. Universidad Pontificia Comillas de Madrid. Calle Mateo Inurria, 37, 28036 Madrid, España.

© 2021 Revista de Psicoterapia

Ambas, referencias espaciales en las que el autor se mueve como pez en el agua: con citas bibliográficas abundantes y pertinentes, y con soltura en la fundamentación de los conceptos –especialmente en lo que se refiere al *self* o “sí mismo”– por una parte, y con oficio o saber hacer en lo que toca al trabajo con los pacientes, por otra. Respecto a las cuestiones de latitud, lo que se mueve al Norte es, a todas luces, la intención de facilitar un sistema de referencias que prevenga frente a la improvisación en la toma de decisiones; y al Sur, la dotación a los clínicos de un sistema de registro y rastreo de los procesos terapéuticos claves abordados, que permita saber en todo momento “dónde estamos”. Es decir, qué ha pasado y hacia dónde es necesario caminar.

En el cruce entre latitud y longitud se halla el apellido que el autor reconoce en su propuesta de formulación de caso (FC): *evolucionista*. Donde el sufijo –ista no refleja una inclinación o un sesgo, sino la asunción reflexiva de la realidad de que no hay nada en lo humano –de lo que se ocupen la Psicología y la Psicoterapia– que no posea una función asociada, tanto a la supervivencia de la especie, como al devenir de su fenotipo psicológico. Pero, para no asustar a nadie, aclaremos que no se trata de un texto teórico que indaga en el origen distal de una serie de mecanismos psicológicos evolucionados y en su conexión lógica con conductas o problemas proximales, los cuales destierran a las teorías psicológicas que no los tuvieron en cuenta desde el principio. Antes bien, se trata de un manual en el que directamente se abordan aspectos del ser humano que, efectivamente, “no están ahí por casualidad”, y que deben ser integrados a la hora de comprender el sufrimiento y el funcionamiento psicológico intra- e interpersonal del individuo, así como a la hora de proponer una intervención psicológica coherente. Y que, sobre todo, son dimensiones del acontecer humano que ofrecen un lenguaje común a la Psicoterapia, como reza el subtítulo del libro. Lo primero que nos encontramos “ahí”, en ese sentido, es el *self* (el sí mismo), entendido como un sistema que conoce en un plano intersubjetivo (no como un soliloquio o como un ente aislado y descarnado), y que distribuye su actividad de conocer en diferentes dominios, que pueden verse afectados por diversos tipos de experiencias a lo largo del desarrollo. Estos, llamados *dominios de conocimiento intersubjetivo* (cognición, emoción, interpersonal, imaginación, corporalidad, sexualidad y religiosidad/espiritualidad), retroalimentan a su vez la experiencia del sí mismo de modos más o menos fluidos y constrictivos, que se traducen en dos tipos de señales clave acerca de la funcionalidad de la persona, que el terapeuta debe saber percibir y valorar: malestar/bienestar psicológico por un lado y desregulación/regulación psicológica por otro. Este es el termómetro que permite valorar si algo anda bien o mal, de qué se trata, en qué aspecto es necesario incidir a través de la terapia y en qué dirección. De este modo, la propuesta del autor logra ser parsimoniosa, tanto a la hora de explicar el caso, como a la hora de plantear la intervención, pues crea un espacio cartesiano en el que triangular lo que falla a la hora de procesar la experiencia o de dar una respuesta adaptativa y, en consecuencia, produce sufrimiento.

Por otra parte, la propuesta de FC que revisamos permite alejar el zoom para ver cómo estos dominios –especialmente aquellos en los que se producen síntomas en un caso específico–, configuran un *tema intersubjetivo disfuncional*, cuya comprensión es la comprensión del modo-de-conocer/ser del paciente en diversas situaciones y, por tanto, es la comprensión de la persona misma. Dicho de otro modo, el tema subjetivo disfuncional expresa qué es lo que se tensa, se resiente o se duele en la persona en las situaciones que son importantes para ella (e.g., ¿valgo algo?, ¿soy querido/a?, ¿estoy en peligro?). Y esto, que es algo más que identificar rasgos de personalidad o aprendizajes disfuncionales, y por supuesto más que enunciar un diagnóstico, es una cuestión clave: puesto que desde una perspectiva constructivista *conocer es vivir* (Feixas, 2003) (o sea, dar significado a mi experiencia del mundo de modo holístico a medida que entro en contacto con él), este foco en los dominios de conocimiento intersubjetivo y en la identificación de un tema en el que éstos confluyen, apunta a un “metamecanismo” (por llamarlo de alguna manera) sobre el que ha de incidir la terapia: la experiencia y los procesos constructivos, entendidos a través de alguna herramienta conceptual. Por eso, el modelo de FC de Álvaro Quiñones, que no estipula “mecanismos” productores del malestar específicos es, en ese sentido, un modelo metateórico –y por tanto integrador– que deja el espacio adecuado para que el terapeuta que lo usa, recurra a aquellos mecanismos que sean de su preferencia. Ya sea que se trate de los procesos de ordenación nucleares (PONS) de Mahoney, de las organizaciones de significado personal de Guidano, de los esquemas de emoción de Greenberg, de los modelos operativos interiorizados (MOI) de la teoría del apego, o de las narrativas dominantes de White, por citar solo algunos.

En consecuencia, y si atendemos a la definición general de FC como una hipótesis acerca de las causas, los factores determinantes y los mecanismos disparadores, productores y mantenedores de los problemas psicológicos de una persona (Eells, 2007), entendemos el libro que nos ocupa como un marco de comprensión para diferentes maneras de formular esas hipótesis, que las ancla en la vivencia de la persona concreta, y las proyecta sobre diversos dominios en los que la experiencia “sana” o “problemática” se sintetiza. Todo ello sin patologizarla y aportando a la vez dirección a la terapia, como proponían Neimeyer y Raskin (2003) en su volumen –hoy clásico– *Constructions of disorder: Meaning-making frameworks for psychotherapy*, en el que, curiosamente, esta empresa aún no se asociaba a la FC, como sí creemos que debe ocurrir en nuestro tiempo, y para que la formulación no se convierta en un uso rutinario de plantillas para producir intervenciones en serie, calcadas unas de otras.

Por otra parte, esta propuesta es –como adelantábamos al comienzo– tanto una invitación a, como una capacitación para observar y registrar los juicios clínicos acerca del cliente y sus estados, de modo que se facilite un trazado y un rastreo minucioso del proceso terapéutico. Facilita, así, identificar una posición de partida desde la que proponer un rumbo –quizá según lo más urgente o necesario– y com-

parar para saber qué ha pasado: ¿ha habido progreso? ¿se ha dado en la dirección esperada? ¿qué nuevos dominios de significado intersubjetivo se convierten ahora en problemáticos o bien en fortalezas? Esto, además, es un valor del modelo como herramienta de gestión del caso, pues ofrece una manera directa y significativa de valorar el impacto del tratamiento en diferentes escalas temporales –la sesión, el módulo o bloque temático abordado, la fase del tratamiento, etc.–, con la que documentar la terapia. Algo de agradecer a la hora de hacer sesiones clínicas o de plantear las supervisiones, pero también a la hora de conectar la evaluación rutinaria de resultados con el proceso terapéutico a lo largo del tiempo, y de generar evidencias sobre la bondad de la intervención basadas en la práctica (Barkham et al., 2010). A todo esto, ayuda, sin duda, la organización del volumen en el que, tras la teoría, se despliega una segunda parte dedicada a la práctica, ilustrada con un caso clínico completo y dotada de los materiales y apéndices que permiten conceptualizar, representar, monitorizar y evaluar el proceso terapéutico (*Evaluación, Intervención y Entrevista de evaluación del proceso de psicoterapia*).

Finalmente, *Formulación de caso evolucionista* es un modelo que asume otro aspecto substancial de lo que define a la FC: ser una alternativa útil al diagnóstico psiquiátrico y ofrecer un medio compartido entre clientes y terapeutas, para dar sentido al sufrimiento de las personas y a los modos que éstas desarrollaron para adaptarse, sobrevivir y formar una identidad (Johnstone y Dallos, 2014). Esto requiere potenciar la formulación con una mirada retrospectiva, que no se halla presente de modo explícito en esta propuesta ni en sus “instrucciones de uso”, pero que sí que es claramente compatible con el planteamiento de base. Basta para ello completar el conocimiento del modelo propuesto con el conocimiento sobre qué preguntas estimulan la reflexión y el desarrollo de narrativas en un entorno de seguridad psicológica. De ese modo, por ejemplo, un terapeuta familiarizado con la mirada del Marco PAS (Poder Amenaza Significado) (Boyle y Johnstone, 2020) podría hacer lo siguiente: ayudaría a una persona a comprender qué le ocurrió, a qué amenazas sobrevivió, qué sentido le dio a esos sucesos, qué tuvo que hacer para sobrevivir, y, en definitiva, cuál es su historia; y lo haría rastreando, al tiempo, qué dominios de conocimiento intersubjetivo se vieron afectados y cómo, y de qué manera esa historia se plasma en la configuración de un tema intersubjetivo disfuncional que le resta poder y la hace más vulnerable y menos incluida en el sistema, o la mantiene en un terreno de amenaza al que sigue respondiendo sintomáticamente.

Igual que uno se pregunta desde dónde escribe un autor, también reflexiona sobre a dónde me lleva, o al menos acerca de hasta dónde me ayuda a llegar si yo pongo de mi parte. En ese sentido, el párrafo anterior expresa algunas de estas posibilidades, y es tanto un ejemplo de la potencia de la propuesta de Álvaro Quiñones publicada por la Ril Editores, como de la tarea que puede asumir un lector activo, y a la que, en el fondo, invita el libro. Esta cuestión de la actividad vs. pasividad del lector tiene que ver mucho con los intereses sobre la FC que comparto con el autor, puesto que esta competencia clínica ha de servir para algo, y muy principalmente

para mejorar la efectividad de la terapia (Caro y Montesano, 2016). Así pues, y para concluir parafraseando la distinción de Kahneman (2012) sobre los sistemas 1 y 2 de pensamiento de los humanos, un modelo de FC ha de servir para pensar despacio lo que normalmente pensamos demasiado rápido; y con la práctica, para pensar rápido lo que antes nos llevaba más tiempo y esfuerzo. Por tanto, con sus puntos fuertes y áreas de mejora, con sus zonas de luz y sus zonas de sombra, como todos los modelos de FC estructurados (Eells, 2007) que pretenden ayudar a los terapeutas, *Formulación de caso evolucionista: Un lenguaje común en psicoterapia* es, sin duda, una excelente herramienta tanto para formular despacio como para formular rápido.

Referencias

- Barkham, M., Hardy, G. E. y Mellor-Clark, J. (2010). *Developing and delivering practice-based evidence: A guide for the psychological therapies* [Desarrollar y entregar evidencia basada en la práctica: una guía para las terapias psicológicas]. Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9780470687994>
- Boyle, M. y Johnstone, L. (2020). *A straight talking introduction to the Power Threat Meaning Framework: An alternative to psychiatric diagnosis* [Una introducción directa al marco del significado de amenazas de poder: una alternativa al diagnóstico psiquiátrico]. PCCS Books.
- Caro, C. y Montesano, A. (2016). Una mirada a la formulación de caso en psicoterapia: Introducción conceptual y perspectiva de futuro. *Revista de Psicoterapia*, 27(104), 23-45. <https://doi.org/10.33898/rdp.v27i104.127>
- Eells, T. D. (2007). *Handbook of Case Formulation* [Manual de Formulación de Casos]. Guilford Press.
- Feixas, G. (2003). Una perspectiva constructivista de la cognición: implicaciones para las terapias cognitivas. *Revista de Psicoterapia*, 14(56), 107-112. <https://doi.org/10.33898/rdp.v14i56.722>
- Johnstone, L. y Dallos, R. (2014). *Formulation in Psychology: Making sense of people's problems* (2ª Ed.) [Formulación en psicología: dar sentido a los problemas de las personas]. Routledge.
- Kahneman, D. (2012). *Pensar rápido, pensar despacio*. Debate.