

EDITORIAL

APROXIMACIONES A LA DINÁMICA DEL CAMBIO: ESTRUCTURAS Y PROCESOS EN PSICOTERAPIA. INTRODUCCIÓN AL MONOGRÁFICO

APPROACHES TO THE DYNAMICS OF CHANGE: STRUCTURES AND PROCESSES IN PSYCHOTHERAPY. INTRODUCTION TO THE SPECIAL ISSUE

Adrián Montesano

Universidad de Barcelona

Cómo Referenciar este artículo/How to reference this article:

Montesano, A. (2014). Aproximaciones a la dinámica del cambio: Estructuras y procesos en psicoterapia. Introducción al monográfico. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 1-4

Resumen

Este número especial es la segunda y última parte de la recopilación de las contribuciones más significativas del V Congreso Nacional de Psicoterapias Cognitivas. Los seis trabajos incluidos en esta segunda entrega exploran diferentes estructuras y procesos que subyacen a la dinámica del cambio en psicoterapia. El lector encontrará tanto revisiones teóricas como artículos empíricos con diseños de grupos y de caso único. En su conjunto configuran una narrativa plural que estimula y desafía el debate sobre los mecanismos involucrados en el proceso de cambio terapéutico y contribuye a incrementar el arsenal técnico de los terapeutas.

Palabras clave: *Terapia Cognitiva, Estructuras cognitivas, Procesos de cambio*

Abstract

This is the second and last installment of the most significant contributions compilation from the V National Cognitive Psychotherapy Conference. The six papers included in this second part explore different structures and processes underlying the dynamics of change in psychotherapy. The reader will find both theoretical reviews and empirical contributions of group and single-case designs. Taken together, they configure a plural narrative that stimulate and challenge the discussion about the mechanisms of change involved in the process of therapeutic change and contribute to the improvement of the therapists' technical repertoire.

Keywords: *Cognitive therapy, Cognitive structures, Change processes*

Fecha de recepción: 25/10/2014. Fecha de aceptación: 26/10/2014.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: adrianmontesano@ub.edu

Dirección postal: Adrián Montesano, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos, Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona, Passeig Vall d'Hebron, 171, 08035, Barcelona. Phone: +34933125118.

© 2014 Revista de Psicoterapia



Este número especial es la segunda entrega de los dos monográficos que hemos dedicado a recoger los trabajos más significativos del V Congreso Nacional de Psicoterapias Cognitivas celebrado en Madrid entre el 14 y el 16 de Noviembre del 2013. En el número anterior (Montesano, 2014) ya anunciamos que la dificultad de seleccionar qué artículos formarían parte del monográfico nos llevó a tomar la decisión de dedicar dos números consecutivos a los trabajos presentados. Sólo de esta forma podíamos sentirnos medianamente satisfechos con nuestro intento de captar y trasladar al papel lo acontecido durante el encuentro. Así pues, en esta segunda entrega hemos seguido la misma línea editorial que en el número anterior, a sabiendas de que los trabajos autocríticos y con una visión plural tuvieron el mayor nivel de acogimiento por parte del público asistente. No obstante, para esta segunda entrega hemos reservado aquellos trabajos que de forma especial dan cuenta del proceso terapéutico, los mecanismos y las estructuras implicadas en la dinámica del cambio en psicoterapia.

En efecto, en las últimas décadas el estudio sobre estructuras y procesos ha ganado gran popularidad entre los investigadores, desplazando el interés sobre contenidos específicos, para entender la naturaleza de la construcción del síntoma y la dinámica del cambio en psicoterapia. Parece además que esta tendencia es compartida por los distintos modelos psicoterapéuticos al uso, lo que ha contribuido a consolidar un nuevo estadio en la evaluación del cambio en psicoterapia. El estudio de estructuras y procesos reviste, no obstante, una gran dificultad. Estudiar las estructuras cognitivas, por ejemplo, implica acceder a esquemas implícitos, que en muchas ocasiones no son accesibles ni siquiera para la propia persona evaluada, mientras que estudiar el proceso implica intentar capturar fotografías estáticas sobre el infinito movimiento al que está sometida la experiencia humana. Abordar estructuras y procesos es algo así como querer cazar en el fondo del océano e intentar fotografiar una estrella fugaz, respectivamente. A pesar de ello, algunos investigadores motivados a estudiar la complejidad de la conducta humana, han generado instrumentos y procedimientos que para adentrarse en tan inhóspitos parajes.

Los trabajos incluidos en el monográfico revisan de forma crítica varios de los aspectos cruciales sobre las estructuras (e.g., construcción del self y de los otros, cognitivas, tipo de vinculación familiar, etc.) y los procesos (e.g., asimilación, insight, dinámica familiar, ciclo de la experiencia) relacionados con la dinámica del cambio y la psicoterapia en una variedad de trastornos psicológicos (depresión, ansiedad, conducta alimentaria) incluso funcionales (fibromialgia). En conjunto ofrecen un marco plural para entender distintas facetas del cambio.

En el primero de los textos, el de mayor reflexión teórica (García-Martínez, 2014), el lector se topará con el desafío de resolver la pregunta ¿Existe la terapia cognitiva? La respuesta crítica a esta cuestión se va desarrollando a lo largo de la exposición argumental del autor, en la que revisa el grueso de las psicoterapias ¿cognitivas? pivotando sobre el eje epistemológico de la construcción del conocimiento. Es, sin duda, una revisión excelente del repertorio de psicoterapias

tradicionales y modernas, situándolas en su contexto cultural (desenclave, vaciamiento, sistemas expertos). Esta revisión supone un buen complemento a la ya realizada por Caro (2014) en el número anterior sobre el modelo cognitivo clásico. El artículo va ganando en intensidad a medida que avanza el texto, que finalmente el autor resuelve con una síntesis integrativa a modo de contribución propia a la literatura.

Otra revisión de gran calado es la llevada a cabo por Basto y Salgado (2014) en la que analizan cómo la investigación del proceso de cambio se ha articulado con los modelos teóricos. En su clara y actualizada revisión recopilan la información que trata de dar respuesta a las preguntas: ¿Cuáles son y qué papel tienen los mecanismos de cambio en el proceso terapéutico? ¿Los resultados obtenidos tras una intervención son debidos a los procesos y mecanismos de cambio que supuestamente cada tratamiento promueve? Estas cuestiones son sin duda elementos esenciales para entender cómo funcionan concretamente las psicoterapias y por tanto, para mejorarlas. Los autores realizan una brillante descripción de la investigación sobre el proceso de cambio y los estudios de proceso-resultado, comparando principalmente mecanismos cognitivos y emocionales, aunque sus resultados son extrapolables al estudio de cómo la psicoterapia promueve el cambio en general. Invito al lector a descubrir cuáles son las reflexiones y conclusiones de estos autores y a descubrir cómo desafían la utilidad del modo en que se plantea el estudio de los mecanismos de cambio en la actualidad. De lectura obligatoria.

El tercer texto incluido (Vegazo y Saúl, 2014) en este monográfico es un estudio empírico sobre el cambio tras una psicoterapia de grupo para mujeres con un diagnóstico de distimia. Es un estudio sofisticado que estudia el proceso de cambio a través de la técnica de rejilla teniendo en cuenta variables de construcción del sí mismo y de la estructura cognitiva. Desde la Universidad de Ramon Llull, López, Herrero y Botella (2014) nos brindan con un trabajo sobre la dinámica familiar en los trastornos de la conducta alimentaria. Ya desde las formulaciones clásicas de la terapia familiar el afecto y el control se erigieron como coordenadas esenciales para entender la estructura y la mitología del contexto familiar de este tipo de psicopatología. En el estudio del monográfico se realiza un análisis comparado de dichas variables en los distintos subtipos diagnósticos y se discuten las principales implicaciones para la investigación y la práctica clínica.

Finalmente, el último bloque de estudios del monográfico recoge dos estudios de caso único. En el primero Caro y Pérez (2014) utilizan el modelo de asimilación (Stiles et al., 1990) para analizar el proceso de cambio en un caso de una mujer con un trastorno de ansiedad generalizada. Concretamente, exploran cómo las voces de la paciente (junto con las de la terapeuta) se entrelazan para generar y afianzar el Insight. Es un estudio muy interesante para entender los microprocesos involucrados en la generación de nuevos significados en psicoterapia. Precisamente, en el segundo de los casos presentados (Paz, Compañ y Aguilera; 2014) se presenta un caso basado en la evidencia de psicoterapia para la fibromialgia en el que se describe

paso a paso el proceso de reconstrucción de significados a la luz del ciclo de la experiencia. Estos dos últimos trabajos suponen una contribución esencial no sólo por su capacidad para describir cómo se produce el cambio sino también por su sensibilidad clínica y su aplicabilidad en la práctica diaria de nuestros lectores, tanto clínicos, investigadores como de perfil combinado.

Con estos 6 textos se cierra el especial dedicado al V congreso de psicoterapias Cognitivas. Como editor, quedaría enormemente satisfecho si el lector llegase a disfrutar un tercio de lo que he disfrutado yo con la supervisión de estos trabajos cuyos autores han preparado de forma tan entregada y responsable; pues ello implicaría, sin duda alguna, un notable enriquecimiento profesional.

Referencias bibliográficas

- Basto, I. y Salgado, J. (2014). La investigación sobre el proceso de cambio en psicoterapia y los diferentes enfoques terapéuticos: Un análisis de los mecanismos cognitivos y emocionales. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 31-47.
- Caro Gabalda, I. (2014). Presente y futuro de las psicoterapias cognitivas. *Revista de Psicoterapia*, 25(98), 7-24.
- Caro, I. y Pérez-Ruiz, S. (2014). La asimilación de experiencias problemáticas: el diálogo entre voces en el nivel de Insight. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 83-96.
- García-Martínez, J. (2014). ¿Existe la terapia cognitiva? Una reflexión sobre los modelos de psicoterapia centrados en el trabajo con elementos de conocimiento. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 5-30.
- López, C., Herrero, O., Y Botella, L. (2014). Dinámica familiar y vínculo parental en pacientes diagnosticados de trastorno de la conducta alimentaria. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 69-81.
- Montesano, A. (2014). Aportaciones y retos de las terapias cognitivas ante una sociedad cambiante: Introducción al monográfico. *Revista de Psicoterapia*, 25(98), 1-5.
- Paz, C., Compañ, V., Aguilera, M. (2014). La revisión del ciclo de experiencia en un caso de fibromialgia. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 97-112.
- Stiles, W.B., Elliott, R., Llewelyn, S., Firth-Cozens, J., Margison, F.R., Shapiro, D.A., y Hardy, G. (1990). Assimilation of problematic experiences by clients in psychotherapy. *Psychotherapy*, 27, 411-420.
- Vegazo, E. y Saúl, L. A. (2014). Cambios en la construcción del sí mismo, estructura cognitiva y sintomatología en mujeres con trastorno distímico en terapia de grupo. Comparación con una muestra no clínica. *Revista de Psicoterapia*, 25(99), 49-67.