

## EDITORIAL

# APORTACIONES Y RETOS DE LAS TERAPIAS COGNITIVAS ANTE UNA SOCIEDAD CAMBIANTE: INTRODUCCIÓN AL MONOGRÁFICO

## CONTRIBUTIONS AND CHALLENGES OF COGNITIVE THERAPIES IN THE FACE OF A CHANGING SOCIETY: INTRODUCTION TO THE SPECIAL ISSUE

**Adrián Montesano**

Universidad de Barcelona

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Montesano, A. (2014). Aportaciones y Retos de las Terapias Cognitivas ante una Sociedad Cambiante: Introducción al monográfico. *Revista de Psicoterapia*, 25(98), 1-5.

### Resumen

*Este número especial está dedicado a recopilar las contribuciones más significativas del V Congreso Nacional de Psicoterapias Cognitivas. Los trabajos incluidos en esta entrega cubren diferentes orientaciones y temáticas, que van desde la reflexión teórica sobre la naturaleza humana hasta la presentación de un caso clínico. No obstante, todos los artículos incluidos tienen un denominador común: su capacidad de ofrecer mapas conceptuales y herramientas innovadoras para la intervención clínica ante los retos para la psicoterapia que emergen de una sociedad en continua ebullición.*

*Palabras clave: Terapia Cognitiva, Congreso Nacional de Psicoterapias Cognitivas*

### Abstract

*This especial issue is dedicated to compile the most significant contributions of the V National Conference of Cognitive Psychotherapies. The selected papers in this volume cover different approaches and themes, ranging from theoretical reflections about human nature to the presentation of a single case study. Nevertheless, all the papers share a common denominator: their capacity to provide conceptual maps and innovative tools for clinical intervention, in the face of the clinical challenges emerging from an evolving and changing society.*

*Keywords: Cognitive therapy, Congreso Nacional de Psicoterapias Cognitivas*



Este número especial de la *Revista de Psicoterapia* está dedicado a recoger algunas de las aportaciones más representativas del V Congreso Nacional de Psicoterapias Cognitivas celebrado en Madrid entre el 14 y el 16 de Noviembre del 2013. El título del congreso *Terapias Cognitivas: aportaciones y retos ante una sociedad cambiante*, refleja el espíritu plural y crítico del encuentro y de la organización que promovió el evento: ASEPCO (Asociación Española de Psicoterapias Cognitivas: [www.terapiacognitiva.net](http://www.terapiacognitiva.net)). Digo *plural* porque la etiqueta Terapias Cognitivas acoge a una gran variedad de enfoques psicoterapéuticos con distintas sensibilidades; y *crítico* por su interés en encontrar caminos para adaptar la psicoterapia a los cambios tan acelerados a los que está sometida la sociedad, los cuales afectan no sólo al modo en que las personas manifiestan su sufrimiento sino también al modo en que buscan ayuda y pueden ser ayudadas.

Es claro que la psicoterapia ha recorrido un largo camino desde sus orígenes en los inicios del siglo pasado. Pero es quizás hoy, más que nunca, que la psicoterapia ocupa un lugar destacado en el tejido social, habiendo superado muchos de los tabúes que la condenaban a un ingrato y silencioso anonimato o, en el peor de los casos, al ostracismo. Esta renovada visibilidad de la psicoterapia en la sociedad actual se ve respaldada, por un lado, por el gran volumen de producción científica de los últimos 30 años (Lambert, 2013) pero, sobre todo, por la gran atención que recibe desde los medios de comunicación y de entretenimiento como la TV, las películas, las series, las novelas, la prensa e Internet. Pareciera que la idea de que la psicoterapia es una forma de tratamiento indispensable para diversos trastornos mentales (ansiedad, depresión, adicciones, etc.) y crisis personales (duelos, rupturas sentimentales, etc.), ha calado, de una vez por todas, en el ideario colectivo y que, poco a poco, va tomando presencia para los gestores de la salud física y mental. Lejos de dar por concluido su desarrollo, este hecho coloca a la psicoterapia en la situación de tener que demostrarse y reinventarse a sí misma y de ser capaz de dar respuesta a la diversidad de demandas que surgen de los cambios sociales así como del aumento de personas que buscan ayuda psicológica para resolver sus problemas.

Precisamente, el congreso celebrado en Madrid trató de funcionar como un detector de nuevas realidades clínicas y como un altavoz de propuestas emergentes en el campo de la psicoterapia y la psicología clínica. Aunque la idea de dedicar un número de la revista ya estaba prevista antes de la celebración del congreso, la necesidad de llevarla a cabo cogió aun más fuerza ante la gran participación, el fructífero intercambio de ideas y la calidad de las presentaciones de que fuimos testigos los asistentes del encuentro. Como participante del congreso y colaborador de la revista tuve la suerte de ser encomendado a la honorable aunque difícil tarea de seleccionar y gestionar los trabajos que serían incluidos en el presente monográfico. A sabiendas de las limitaciones de espacio de la prensa escrita y de que cualquier elección implica a su vez el rechazo de otras alternativas igualmente válidas, me esforcé por conseguir una muestra de artículos que recogieran el espíritu plural y

autocrítico antes mencionado. No obstante, creo que es importante explicitar que los fuertes dilemas surgidos en el proceso de selección de artículos nos llevaron finalmente a tomar la decisión de dedicar dos números enteros a las aportaciones del congreso. Sólo de esta manera podíamos reflejar de una forma mínimamente satisfactoria la esencia de lo acontecido durante el mes de noviembre del 2013 bajo el generoso auspicio de la Universidad de Comillas.

Así pues, los textos publicados en este número son sólo la primera parte del conjunto de artículos seleccionados. Fruto de la inteligencia y generosidad de los autores que se han implicado en la preparación de este monográfico, tenemos la oportunidad de reflexionar sobre una variedad de temas clínicos de actualidad. En el primero de los textos Isabel Caro (Caro, 2014) nos ofrece una audaz reflexión sobre las aportaciones de la terapia cognitiva clásica, indicando cómo el desarrollo del modelo hegemónico cognitivo-conductual pasa por la apertura a la diversidad, cuestionando seriamente su diferenciación de otros modelos. Pero su audacia va más allá del estado actual y se aventura a delinear las trayectorias de desarrollo y los retos que deberá afrontar la psicoterapia cognitiva en los años venideros. Su experiencia académica y su sensibilidad clínica convierten al texto en referencia tanto para psicoterapeutas noveles como experimentados.

La lectura de este primer artículo es, sin duda, un buen acicate para aproximarse a las novedades propuestas en el resto de contribuciones del monográfico. En mi opinión, el segundo de los artículos (Villegas, 2014) expone uno de los avances mejor articulados, profundos y más interesantes del panorama nacional en psicoterapia. Con frecuencia se dice que la sociedad actual sufre una crisis profunda de valores, y que la falta de autoreflexión y la orientación del ser humano hacia el tener más que hacia el ser (Fromm, 1991), hacen que la moral y su desarrollo se vean fuertemente comprometidas. La teoría de Manel Villegas se articula, precisamente, sobre las bases del desarrollo moral, para entender y explicar la conducta humana y la psicopatología. La aplicación psicoterapéutica (véase, Villegas, 2011, 2013) de su reflexión teórica es de un valor incalculable para hacer frente a las demandas de la sociedad actual y ayudar a las personas a alcanzar un mayor nivel de autonomía y de responsabilidad sobre su propia existencia. En el presente texto, el lector podrá viajar hasta el origen de la construcción de la dimensión moral en el psiquismo humano y transitar las intrincadas avenidas de su potencial desarrollo.

El tercer texto de esta compilación (Chimpén, Dumitrescu y Montesano, 2014) también hace hincapié sobre la importancia de los valores personales, desde el punto de vista de su aplicación a uno de los fenómenos sociales más perturbadores de la vida de los adolescentes: el incremento de la violencia y las formas de abuso en los centros escolares. Los autores han adaptado algunos de los procedimientos narrativos surgidos del Dulwich Centre en Adelaida, Australia, al contexto español y al marco de la prevención de la violencia. La originalidad de su aportación, no obstante, recae no sólo sobre la innovación técnica sino también sobre su intencionalidad de contribuir al desarrollo de valores personales y, por tanto, de la identidad, en una

etapa del ciclo vital que resulta crítica para tal fin. No resultaría inverosímil que los efectos profilácticos sobre la violencia y el Bullying, pudieran contribuir, a largo plazo, a reducir el impacto en la crisis de valores en las generaciones venideras. En cualquier caso, tanto si se está interesado en el tema de la violencia escolar como si no, el lector encontrará en este texto una rica descripción de innovadoras técnicas narrativas (el Árbol de la Vida y los Documentos colectivos) que pueden ser aplicadas en otros contextos psicoterapéuticos y de intervención comunitaria. Dichos procedimientos, son fáciles de asimilar desde otros marcos de intervención que no sean puramente narrativos, por lo que creo firmemente que el texto ayudará a enriquecer el arsenal técnico de un amplio abanico de lectores.

El artículo de Grau y Sánchez (2014) responde a otro de los retos más importantes en el campo de la salud mental al que la psicología y la psicoterapia no pueden dar una respuesta. Me refiero a los Trastornos de la Conducta Alimentaria. La gravedad de dichos trastornos (es el trastorno mental que más muertes ocasiona) y la incapacidad del modelo médico de ofrecer un tratamiento efectivo, imprimen el deber y la urgencia de desarrollar y consolidar modelos de intervención psicológica que, como mínimo, frenen el atroz impacto de los trastornos (anorexia, bulimia, atracones, obesidad) sobre la población de mujeres (y cada vez más en la de los hombres). A este respecto, la concienzuda revisión de los autores sobre la investigación en la cognición social en los trastornos de la conducta alimentaria, ofrece vías de innovación insoslayables para cubrir los numerosos déficits de los tratamientos al uso y responder a los perfiles cambiantes de dichos trastornos. En el texto puede notarse la dilatada experiencia clínica de los autores en el campo de los trastornos alimentarios, en la capacidad de traducir los datos de la investigación a la práctica clínica.

Fruto también de la experiencia clínica de los autores surge el quinto y último texto de este monográfico (Seijas y Larraz, 2014). En el contexto de su trabajo clínico en el Hospital Universitario Son Espases, se encontraron con un caso atípico y que, en cierto modo, genera consternación: una niña de 10 años que no oye, pero que no tiene ningún elemento biológico que le genere sordera. La niña estaba a punto de someterse a una operación quirúrgica para realizarle un implante coclear, sin embargo, la coordinación de interconsulta con el equipo de psicología hizo posible que la niña recuperase su funcionalidad auditiva y evitase la terrible experiencia de someterse a cirugía, la cual, inevitablemente, le marcaría de por vida. ¿Cómo lo hicieron los terapeutas? Para descubrirlo sólo hay que adentrarse en el texto de los autores en el que primero conceptualizan los trastornos disociativos en la infancia, y después describen las intervenciones realizadas con la niña que no oye pero que no es sorda. No es extraño que esta aportación ganara el premio, por votación popular, al mejor poster del V Congreso de Psicoterapias Cognitivas. El poster puede consultarse en la web del congreso o en la url <http://congresos.uned.es/w5037/pdfs>.

Como puede desprenderse de lo expuesto, todos los artículos incluidos tienen

un énfasis eminentemente clínico y, en su conjunto conforman, bajo mi punto de vista, una buena dosis de conocimiento y de integración de la teoría con la práctica de la psicoterapia. Espero que los artículos seleccionados resulten de interés e inspiración para los lectores de la revista en su propia práctica y formación profesional. La segunda entrega, que verá la luz en el siguiente número de la revista, contará, entre otras sorpresas, con artículos empíricos y contribuciones de carácter internacional.

### Referencias bibliográficas

- Caro, I. (2014). Presente y futuro de las psicoterapias cognitivas. *Revista de Psicoterapia*, 98, 7-24
- Chimpén, C., Dumitrascu, A., Montesano, A. (2014). Un enfoque narrativo en la prevención de la violencia escolar: El Árbol de la Vida y los Documentos Colectivos. *Revista de Psicoterapia*, 98, 41-59
- Grau, A. y Sánchez, M. (2014) Cognición social en trastornos de la conducta alimentaria: hallazgos clínicos e implicaciones para la psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 98, 61-75
- Lambert, M. J. (2013). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. En M. J. Lambert (Editor) *Bergin & Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change (6<sup>th</sup> Ed., Pp. 169-218)*. New York: Wiley.
- Seijas, R. y Larraz, G. (2014). No oigo y no estoy sorda: ¿Alguien me lo puede explicar?. *Revista de Psicoterapia*, 98, 77-91
- Villegas, M (2014). Origen, construcción y desarrollo de la dimensión moral en el psiquismo humano. *Revista de Psicoterapia*, 98, 25-40
- Fromm, E. (1991). *Del tener al ser*. Barcelona: Paidós.
- Villegas, M. (2011). *El error de Prometeo. Psico(pato)logía del desarrollo moral*. Barcelona: Herder.
- Villegas, M. (2013). *Prometeo en el diván. Psicoterapia del desarrollo moral*. Barcelona: Herder.