

HISTORIA, TEORÍAS Y TÉCNICAS DE LA PSICOTERAPIA COGNITIVA

Antonio Semerari

Editorial Paidós

Barcelona, 2002

El libro que presentamos aborda un tema relativamente problemática, la de plantearse el desarrollo de la historia de una disciplina o movimiento que está todavía afirmándose en el ámbito de la psicoterapia, pero que ha ido adquiriendo en las últimas décadas un puesto de privilegio. Se trata de la terapia cognitiva. No queda claro, sin embargo, qué se entiende por psicoterapia cognitiva si mantenemos el concepto en singular, puesto que desde sus orígenes se han manifestado diversas tendencias en el seno de este movimiento. La terapia de los Constructos Personales de George Kelly, planteada en los años cincuenta ¿se puede considerar cognitiva? ¿Lo sería en comparación con los planteamientos posteriores de Beck y Ellis? ¿Se debería reservar el nombre de terapia cognitiva al desarrollo experimentado por las terapias conductuales, conocidas hoy como cognitivo-conductuales? ¿Pueden continuar considerándose terapia cognitiva las aproximaciones de corte constructivista o postracionalista, aparecidos con posterioridad?

El autor asume una perspectiva amplia e histórica para abordar todos estos temas. Amplia en el sentido de inclusiva, histórica en el sentido de encuadrar en su contexto la aparición y significado de cada una de ellas. Su relato se extiende hasta el presente, considerando con un criterio también geográfico los ultimísimos avances en cada uno de los países donde existe una actividad terapéutica e investigadora en este campo.

Al análisis de estos desarrollos dedica el autor los primeros capítulos que actúan de parte introductoria. Después de considerar las relaciones entre mente y teoría clínica desde el punto de vista cognitivo, en la segunda parte se plantea la relación existente entre teoría clínica y teoría terapéutica, a fin de guiar los comportamientos los efectos de la intervención del terapeuta. En los capítulos 4 y 5 se habla de los objetivos de un terapeuta cognitivo en el momento de afrontar un caso clínico y de los procesos cognitivos que aparecen en la relación terapéutica.

En la tercera parte se pretende proporcionar al lector una primera noción, lo más clara posible, de cómo piensa y actúa un terapeuta cognitivo competente. Este punto de vista se prefiere al determinado por la consideración de los cuadros

nosográficos específicos. Así, por ejemplo, no se habla de la terapia cognitiva de la depresión, ni de la terapia cognitiva de los trastornos de personalidad. Se remite para ello a la bibliografía especializada, a fin de evitar reiteraciones de escritos que actualmente están al alcance de todos. Se mantiene con todo la distinción entre pacientes neuróticos y pacientes “graves”, aplicando a esta última expresión a pacientes psicóticos y pacientes con graves trastornos de personalidad.

Antonio Semerari y su grupo de trabajo de investigación en Roma han desarrollado un estudio sistemático de los déficits metacognitivos presentes en los trastornos de personalidad, razón por la cual el libro se extiende particularmente en su consideración. Las características clínicas de tales déficits conllevan, a juicio del autor, modificaciones específicas en las modalidades de tratamiento, relativas tanto a la técnica, como a la duración y la regulación de la relación terapéutica, razón por la cual merecen una dedicación especial en este libro. Así se consideran dos tipos de operaciones terapéuticas: operaciones de valoración y encuadramiento del caso y operaciones dirigidas a la curación y el cambio.

En este sentido el libro se muestra crítico con aquellos enfoques de corte cognitivo que prescinden o dan poco relieve a la relación terapéutica. Puede que ésta no genere problemas en una intervención con pacientes “neuróticos”, pero los causará casi inevitablemente en las relaciones con los pacientes que hemos denominado “graves”. En consecuencia, concluye el autor, la psicoterapia cognitiva utiliza, al igual que cualquier otra psicoterapia, “posibilidades terapéuticas presentes potencialmente en cualquier relación humana e intenta incluirlas dentro de un modelo teórico que permita su control técnico. Por tanto, quien quiera aprender a ejercer la psicoterapia cognitiva debe tener presente que las operaciones de valoración y de contención sobre contenidos, funciones y relación constituyen un todo inseparable y que, todas juntas, definen la práctica de la disciplina”.

Manuel Villegas