III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2011.

Modelos teóricos en psicoterapia cognitiva. La conformación de la terapia cognitiva en la Argentina.

Korman, Guido Pablo.

Cita:

Korman, Guido Pablo (2011). *Modelos teóricos en psicoterapia cognitiva. La conformación de la terapia cognitiva en la Argentina. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: https://www.aacademica.org/000-052/38

ARK: https://n2t.net/ark:/13683/eRwr/vMy

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto*. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: https://www.aacademica.org*.

MODELOS TEÓRICOS EN PSICOTERAPIA COGNITIVA. LA CONFORMACIÓN DE LA TERAPIA COGNITIVA EN LA ARGENTINA

Korman, Guido Pablo
Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas. Argentina

RESUMEN
El autor reflexiona sobre la aparición de la psicoterapia cognitiva en la Argentina, revisando las bases teóricas que llevan al surgimiento de este modelo y a la posterior fundación de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva. A través de entrevistas abiertas y recurrentes con los primeros terapeutas cognitivos de la Argentina indaga las vivencias teóricas y personales que contribuyen a su desarrollo en este ámbito. A su vez describe el peso de autores en el campo de la psicología que contribuyeron al desarrollo de este modelo en la Argentina.

Palabras clave
Argentina Terapia Cognitiva Teoría

ABSTRACT
THEORETICAL MODELS IN COGNITIVE PSYCHOTHERAPY. THE FORMATION OF COGNITIVE THERAPY IN ARGENTINA
The author reflects on the emergence of cognitive psychotherapy in Argentina, reviewing the theoretical basis that led to the emergence of this model and the subsequent founding of the Argentina Association of Cognitive Therapy. Through open interviews with the firsts cognitive therapists from Argentina, he investigates the theoretical basis and personal experiences that contributed to its development in this field. In turn, he describes the influences of psychological authors that contributed to the development of this model in Argentina.

Key words
Argentina Cognitive Therapy Theory

Introducción
En la década de 1980 la Terapia Cognitiva (TC) era un área poco conocida dentro del campo psi en la Argentina hegemonizado por la presencia del psicoanálisis . En las últimas décadas, ésta no sólo ha crecido en el ámbito privado, sino también en el sistema de salud, en la experiencia cotidiana y en los circuitos profesionales, cada vez más influidos por el modelo anglosajón. A pesar de que en nuestro país las carreras de psicología se concentran mayoritariamente en el psicoanálisis, ha aumentado la presencia de la TC en la formación de psicólogos y existen cada vez más instituciones que enseñan psicoterapia cognitiva, tanto en cátedras de grado como en posgrados de universidades públicas y privadas, espacios que se suman a los centros privados de enseñanza establecidos durante la década de 1980.
El objetivo de este trabajo es describir los modelos teóricos a partir de las cuales se constituyó la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva (AATC). Con este objetivo, se llevaron a cabo entrevistas abiertas, recurrentes y extensas con miembros de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva, a quienes consideramos como *informantes calificados*; se realizó además un análisis de los registros de las actas de la AATC y la producción científica de dichos miembros. Cabe señalar que la elección de esta institución como objeto de estudio obedece a su prestigio y representatividad en el marco de la comunidad de psicoterapeutas cognitivos en la República Argentina.
Asimismo, hemos rastreado las principales influencias teóricas que se reflejaron en las entrevistas. Antes de abocarnos a ellas, describiremos brevemente el desarrollo de la TC en el contexto local.

La terapia cognitiva en Argentina
Una de las primeras instituciones en interesarse por la terapia cognitiva fue la Fundación *Aiglé*, creada en 1977 y liderada por Héctor Fernández Álvarez. En sus inicios no era una institución eminentemente cognitiva, sino que se caracterizaba por un clima de experimentación y eclecticismo generalizados. Con el correr de los años Aiglé fue virando hacia el modelo cognitivo, haciendo hincapié en los modelos integrativos. En 1987 se fundó el primer centro que incorporaba el término “cognitivo” en su denominación: el Centro de Terapia Cognitiva (CTC), que surge de un grupo de estudio de terapia cognitiva, conducido por Sara Baringoltz. En 1988, el psiquiatra Herbert Chappa fundó el Instituto de Terapias Cognitivas e Integrativas (CETEM) en la ciudad de La

Plata. Cuatro años más tarde, Juan Balbi creó en Buenos Aires el Centro de Terapia Cognitiva Posracionalista (CETEPO).

La década de 1990 fue un período de expansión regional de la TC. En el aspecto institucional se consolidaron los lazos entre profesionales del medio, dando origen, al comenzar la década, a la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva. Asimismo, la TC ganó espacios en las instituciones privadas y públicas de formación de nuevas generaciones de psicólogos. Dado que las asociaciones profesionales que incorporan el término *cognitivo* a sus denominaciones surgieron alrededor de la misma época, podría decirse que la aparición, en 1992, de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva (AATC) se hizo eco de un proceso más general. La apertura internacional que tuvo lugar en esta década, y que fue consecuencia directa del estrechamiento de las redes académicas y profesionales, fruto de la llamada mundialización económica y cultural, ubicó a las TC en un lugar nuevo.

La primera carrera de posgrado en el campo de la psicología cognitiva clínica en ser reconocida oficialmente fue la Maestría en Psicología Clínica de Orientación Cognitiva que se implementó en la Universidad Nacional de San Luis en 1993. Asimismo, hacia 1992 comenzaron a dictarse en la Universidad Nacional de Mar del Plata diversos cursos de postgrado, organizados por el equipo de la Fundación *Aiglé*. En la actualidad, este mismo grupo ha desarrollado una Maestría de Psicología Clínica Cognitiva en la Universidad de Belgrano.

El papel de Eduardo Keegan es significativo en la institucionalización a nivel de la educación superior y en la formación de nuevas generaciones de psicólogos de orientación cognitiva en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, una institución que cuenta con más de 13.000 alumnos, y en el que la formación psicoanalítica ha sido tradicionalmente dominante.

Bases teóricas

En las entrevistas realizadas a los fundadores de la AATC, se mencionaron con mayor insistencia los nombres de Hans Eysenck, Aaron T. Beck, Michael Mahoney y Vittorio Guidano; además, pese a su menor jerarquía teórica, varios de los entrevistados recordaron como un hecho significativo la visita de Camilo Castillón Suárez. Otras influencias teóricas que aparecieron, si bien con menor frecuencia fueron: Oscar Gonçalves, Jeremy Safran, Jeffrey Young, Arthur Freeman, Albert Bandura y Marvin Goldfried.

Principales influencias

Hans Jürgen Eysenck

Eysenck fue un prestigioso psicólogo alemán que desarrolló su carrera académica en el Reino Unido. Es conocido fundamentalmente por sus trabajos en el campo de la personalidad, de la clínica y por el estudio de las raíces biológicas del comportamiento . En 1952 publicó su célebre artículo *The Effects of Psychotherapy: An Evaluation*, una revisión de 24 estudios clínicos en la que afirmó que no existía ninguna evidencia empírica que pudiera probar la efectividad de la psicoterapia, y que el psicoanálisis era incluso menos exitoso que la ausencia de tratamiento.

En el contexto local, la visita de Eysenck, en 1981, fue un acontecimiento particularmente significativo. Ésta tuvo lugar en el marco del Primer Congreso Argentino de Psicoterapias, organizado por la Universidad de Belgrano. Eysenck, que en ese entonces era el director de la Unidad de Psicología del Instituto de Psiquiatría de Londres y contaba con un fuerte prestigio mundial, destacó el valor de la psicoterapia y su relación con la investigación empírica clínica, polemizando así con un público eminentemente psicoanalítico, y causando revuelo en la platea. Héctor Fernández Álvarez recuerda la conferencia final, celebrada en un cine del barrio de Belgrano, como un momento de gran violencia. Fernández Álvarez refiere un durísimo intercambio de acusaciones entre Eysenck, quien, en palabras del actual director de Aiglé, sostenía que "le parecía mentira estar en un lugar donde las personas, pretendidamente bajo el amparo de la ciencia fueran ignorantes de aquellas cosas que podrían ser efectivas para mejorar la salud de la gente", y los psicoanalistas, a quienes, en palabras del mismo Fernández Álvarez, "no les importaba esto de la terapia del comportamiento que él planteaba, porque todo eso era la naranja mecánica".

El afán provocador de Eysenck y las polémicas que generó dejaron un vívido recuerdo en la mayoría de los futuros impulsores del modelo cognitivo en la Argentina. La mayor parte de los entrevistados señala que esta visita resultó crucial en la búsqueda de una identidad psicoterapéutica: quienes asistieron a las conferencias se llevaron la impresión de que ambas posturas teóricas eran excesivamente abstractas, y que hacía falta un esfuerzo de diálogo e integración entre los distintos modelos. Con este mismo espíritu se conformaría más tarde la AATC.

Aaron Timothy Beck

Beck es una de las principales figuras en el desarrollo de la terapia cognitiva tanto por sus propuestas teóricas como por la copiosa producción de quienes fueron sus discípulos. La teoría cognitiva de Beck plantea que cualquier influencia sobre la cognición debería verse seguida de un cambio en el estado del ánimo y, en consecuencia, de cambios a nivel de la conducta .

La influencia de Beck en el contexto local ha sido significativa; de hecho, la AATC buscó deliberadamente desde un primer momento estrechar sus vínculos con la IACP, en ese entonces comandada por Aaron T. Beck, quien en la actualidad es su presidente honorario: la AATC se formó en 1992, dos años después que la IACP, y a sólo cuatro años de su fundación, la institución argentina logró asociarse a su par estadounidense (Claudia Bregman [actual presidenta de la AATC y miembro de la Fundación Aiglé], comunicación personal).

De esta manera, a la hora de buscar un marco teórico de pertenencia, la AATC optó por el modelo creado por

Beck para posicionarse en el contexto internacional, y para escapar de la polémica que en ese momento tenía lugar en el seno de la Association for Advancement of Behavioral Therapies (Asociación para el Desarrollo de las Terapias Conductuales) sobre la validez de incluir la cognición en los tratamientos conductuales.

Beck es un psiquiatra formado en el psicoanálisis, que luego de cuestionar el modelo psicoanalítico de la depresión desarrolló un modelo propio de enfoque cognitivo. Cabe señalar, además, que la mayoría de los fundadores de la AATC también provenían del psicoanálisis, por lo que la experiencia de Beck les resultaba afín.

A propósito de esto, recuerda Héctor Fernández Álvarez: "Aquello mismo que lo había llevado a Beck a decir 'bueno, yo, con tantos años de estar trabajando en psicoanálisis, quiero ver si puedo encontrar algo que sea un poco más efectivo, sin renegar de lo que hice, pero que sea más efectivo', a nosotros también nos pasó".

Beck propone un modelo sencillo en el que se combinan la psicología del sentido común y la psicología científica. Estas características, por un lado, lo hacen accesible al público en general y, por el otro, permiten una rápida difusión entre profesionales. A su vez, este modelo teórico se muestra ecléctico en su integración de diversas técnicas terapéuticas, como puede observarse desde sus inicios, cuando Beck incorpora estrategias conductuales a su tratamiento para la depresión. Por lo demás, la posibilidad de incorporar otros procedimientos terapéuticos, como la medicación, al repertorio técnico del terapeuta, probablemente haya resultado muy atractiva para los terapeutas locales, en la medida en que plantea un enfoque no confrontativo, a diferencia del modelo de Eysenck, considerado disruptivo por la mayoría de los entrevistados.

Michael Mahoney

Michael Mahoney fue uno de los primeros en reconocer que la psicología había recibido el impacto de la *revolución cognitiva* en la década del 60. A partir del desarrollo del modelo mediacional básico (*basic mediational model*), Mahoney fue uno de los primeros en proponer que la actividad cognitiva afectaba la conducta. Cabe destacar, además, que fue el primer editor de la revista *Cognitive Therapy and Research* (Terapia cognitiva e Investigación) cuyo objetivo, según puede leerse todavía en la página web de la publicación[1], era estimular la investigación sobre el rol del proceso cognitivo y difundir sus resultados. La existencia de esta publicación permitió a muchos investigadores presentar nuevas ideas y desarrollar el campo .

Junto a Vittorio Guidano fue uno de los impulsores del constructivismo en psicoterapia, y creador de la revista *Constructivism in the Social Sciences* . Incursionó en distintas áreas de la psicología: el conductismo, el cognitivismo y finalmente el constructivismo, al que le dedicó los últimos años de su vida. En resumen, se interesó por el proceso básico de cambio, la epistemología y las relaciones del yo, entre otras áreas .

Sara Baringoltz recuerda: "Bueno, el otro que me gustó desde el vamos fue Mahoney (…) Mahoney en realidad me pareció la persona más ilustrada que he conocido en mi vida. Lo que ese hombre había leído y pensado y procesado (…) Al día de hoy, me sigue pareciendo un fuera de serie. Después, con el tiempo, bueno, en el tema que a mí más me gusta, que es la persona del terapeuta y el vínculo terapéutico, tenía muchísimas coincidencias con él, y me parece que fue un maestro en todo esto. Con él después tuve una relación personal bastante cercana, así que yo creo que en todos estos veinte años fue una de las personas más cercanas al centro".

Muchos de los autores recuerdan el carisma de Mahoney y la amplitud de sus intereses la psicología del sentido común y la psicología científica . Asimismo este pensamiento en desarrollo captó el interés de los psicoterapeutas locales.

La obra de Mahoney despertó el interés de los psicoterapeutas locales porque les permitía pensar los procesos de cambio y transformación que ellos mismos estaban experimentando, no sólo en el ámbito teórico sino también en su quehacer terapéutico; prueba de esto es la aparición de numerosos trabajos dedicados a la persona del terapeuta .

Vittorio Guidano

Guidano fue una figura fundamental para entender el surgimiento de la AATC.

Junto a Giovanni Liotti , introdujo un enfoque estructural en la práctica psicoterapéutica. En este enfoque se incluyen distintos modelos teóricos: la terapia conductual, la teoría del aprendizaje social, la epistemología evolucionista, la psicología cognitiva, la teoría psicodinámica y la terapia cognitiva. Estos autores concluyen que para entender la complejidad del trastorno emocional, y en consecuencia desarrollar un modelo de psicoterapia adecuado, es necesario tener una visión que tenga en cuenta el rol activo del individuo en la construcción del conocimiento del yo y del mundo . Estos autores toman de la teoría del apego de Bowlby la importancia adjudicada a las relaciones con otros significantes que determinan el desarrollo de la autoimagen del niño y que continuamente ayudan a confirmarla y reforzarla . La definición del yo es asumida, coordinada e integrada en cogniciones y emociones. Guidano y Liotti estudian las conductas de los pacientes para, a partir de ellas, describir cuáles son las estructuras cognitivas que guían ese comportamiento . Las ideas trabajadas en este primer texto fueron ampliadas en escritos posteriores de Guidano . Éstos desarrollaban la idea de que los problemas conductuales eran consecuencia de la organización cognitiva. El objetivo de la terapia era, en consecuencia, modificar estas estructuras cognitivas. Una característica del modelo desarrollado por Guidano es la importancia de la filosofía posracionalista a la hora de sustentar la práctica clínica y la incorporación de los aspectos narrativos en el modelo.

Vittorio Guidano tuvo un fuerte impacto en la mayoría de los grupos que conforman la AATC, pero muy especialmente en el CETEPO, liderado por Juan Balbi. De

hecho, al momento de su fallecimiento, el 31 de agosto de 1999, Guidano se encontraba en Buenos Aires, donde planeaba radicarse. Anteriormente había fundado junto con Juan Balbi la Fundación para el Avance de los Estudios Posracionalistas (Comunicación personal con Juan Balbi).

Según los relatos de la mayoría de los entrevistados, la idea de armar la AATC fue una sugerencia directa de Vittorio Guidano.

Recuerda Ruth Wilner: "Después de una visita de Vittorio Guidano, que insistió mucho en que teníamos que armar la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva, Sara se reunió algunas veces con Sergio Pagés, y armaron el bosquejo, que después tomamos todo un grupo que trabajamos en la formación de la primer comisión de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva, que bueno, en su primer gestión, Fernando García fue presidente y yo fui vicepresidenta".

La obra de Guidano ha tenido un rol fundamental en la formación de

la AATC. Por un lado a partir del impacto que su obra teórica ha tenido en los principales exponentes de dicha asociación y por otro lado a raíz de su implicación personal con dichos exponentes a quiénes sugiere la creación de una asociación local que agrupe a los terapeutas cognitivos argentinos.

Comentarios finales

Podemos decir que los autores que impactaron en la psicoterapia cognitiva en la Argentina, con la excepción, quizá, de Eysenck, comparten una evidente vocación pragmática e integradora: Beck proviene del psicoanálisis, y luego elabora un modelo teórico que es técnicamente ecléctico; Mahoney pasa por el conductismo, por el cognitivismo y finalmente por el constructivismo, y sus desarrollos teóricos dan cuenta de un pensamiento muy dinámico; Guidano se caracteriza por su afán integrador, en el que conviven el modelo cognitivo y la teoría del apego de Bowlby.

Estos modelos les resultaron interesantes a los primeros psicoterapeutas cognitivos argentinos porque su carácter integrador les permitía compatibilizar su propia formación, casi siempre psicoanalítica, con un nuevo paradigma teórico cuyos resultados podían ser evaluados científicamente. El caso de Eysenck, que se encontró con cierta resistencia por parte de los futuros terapeutas cognitivos argentinos a causa de su excesiva vehemencia, resulta importante sin embargo porque, debido a su ferviente oposición al psicoanálisis, inspiró a sus colegas argentinos a mirar más allá de los límites de la disciplina imperante en el campo psi local, en la que la mayoría de ellos se había formado, y que en nuestro país fue, durante mucho tiempo, casi la única opción tanto académica como terapéutica.

NOTA

[1] http://www.sci.sdsu.edu/CAL/CTR/CTR.html

BIBLIOGRAFÍA

Balbi, J. (Ed.). (2004). La mente narrativa. Hacia una concepción posracionalista de la identidad personal. Buenos Aires: Paidós.

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1983). Terapia cognitiva de la depresión. Bilbao: Desclée De Bruwer.

Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. II. Some principles of psychotherapy. The fiftieth Maudsley Lecture. Br J Psychiatry, 130, 421-431.

Dobson, K. S., & Dozois, D. J. A. (2010). Historical and Philosophical Bases of the Cognitive Behavioral Tharapies. In K. S. Dobson (Ed.), Handbook of Cognitive Behavioral Tharapies (1 Ed. ed., pp. 3-38). New York: The Guilford Press.

Eysenck, H. J. (1952). The Effects of Psychotherapy: An Evaluation. Journal of Consulting Psychology, 16 319-324.

Fernández-Álvarez, H., García, F., Lo Bianco, J., & Corbella Santomá, S. (2003). Assessment Questionnaire on The Personal Style of the Therapist PST-Q. Clinical Psychology and Psychotherapy, 10, 116-125.

Fernández-Álvarez, H., García, F., & Scherb, E. (1998). The Research Program at AIGLE. Journal of Clinical Psychology in Medical Settings, 54(3), 343-359.

Guidano, V. F. (Ed.). (1987). Complexity of the Self: A developmental approach to psychopatology and therapy. New York: Guilford Press.

Guidano, V. F. (Ed.). (1991). The self in process. New York: Guilford Press.

Guidano, V. F., & Liotti, G. (Eds.). (1983). Cognitive processes and emotional disorders: A estructural approach to psychopatology and therapy. New York: Guilford Press.

Keegan, E. (2007). Ensayos de Terapia Cognitiva. (1 ed.). Buenos Aires: EUDEBA

Klappenbach, H. (2006). Periodización de la psicología en Argentina. Revista de Historia de la Psicología, 27(1), 109-164

Korman, G., Viotti, N., & Garay, C. J. (2010). Orígenes y Profesionalización de la Psicoterapia Cognitiva. Algunas Reflexiones sobre la Reconfiguración del Campo PSI en Buenos Aires. Revista Argentina de Clínica Psicológica, XIX(2), 141-150.

Mahoney, M. J. (2000). Behaviorism, Cognitivsm, and Constructivism: Reflectios on Persons and Patterns in my Intellectual Development. In M. R. Goldfried (Ed.), How therapist change: Personal and professional reflections (pp. 183-200). Washington: American Psychological Association.

Moltedo, A. (2008). La Evolución de la obra y el Modelo de Vittorio Guidano: Notas Histórico Biográficas. Revista de Psicología [en línea], XVII(I), 1-23. Retrieved from http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=26412982003

Plotkin, M. B. (2003). Freud en las Pampas. . Buenos Aires: Sudamericana.

Seoane, J. (1997). Aportaciones sociales de la psicología de Hans Eysenck. Anales de psicología, 13(2), 127-137.

Zagmutt Cahbar, A. (2006). IN MEMORIAM, Michael Mahoney (1946-2006). Terapia Psicológica, 24(1), 1-2.