

I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología
del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos
Aires, 2009.

Terapia cognitiva en la Argentina.

Korman, Guido Pablo, Garay, Cristian Javier y
Viotti, Nicolás.

Cita:

Korman, Guido Pablo, Garay, Cristian Javier y Viotti, Nicolás (2009).
*Terapia cognitiva en la Argentina. I Congreso Internacional de
Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de
Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del
MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires,
Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-020/37>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eYG7/Qxb>

*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>.*

TERAPIA COGNITIVA EN LA ARGENTINA

Korman, Guido Pablo; Garay, Cristian Javier; Viotti, Nicolás
CONICET. Argentina

RESUMEN

Este trabajo se propone describir las causas que llevan a los primeros psicoterapeutas cognitivos en la Argentina a adherir al modelo teórico. A través de entrevistas realizadas a los primeros profesionales con formación en esta corriente teórica, algunos de ellos fundadores de la Asociación Terapia Cognitiva, se intentará destacar los hechos y factores que propiciaron la aparición de este movimiento en la clínica psicoterapéutica dentro de nuestro país.

Palabras clave

Terapia Cognitiva Historia Argentina

ABSTRACT

COGNITIVE THERAPY IN ARGENTINA

This project intends to describe the causes that takes to the first cognitive therapist in Argentina to adhere to this theoretical model. Based on interviews to the professionals that introduced the cognitive therapy in our country, the authors aim to highlight the facts that favor this movement in our country.

Key words

Cognitive Therapy History Argentina

Desde fines del siglo XIX hasta la década del 60, el campo de la psicoterapia fue nutrido por el psicoanálisis y las corrientes derivadas del mismo. Muchos de los discípulos de Freud (Adler, Jung, Horney, Sullivan, entre otros) propusieron importantes modificaciones a la teoría, dando lugar a estrategias terapéuticas disímiles en el trabajo clínico concreto (Garfield y Bergin, 1994).

Con el transcurrir de los años fueron apareciendo otras corrientes psicoterapéuticas, como la psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers (1942), entre muchas otras.

Cuando se lleva a cabo la historia de la Terapia Cognitiva (TC) se suelen generalmente armar dos historias diferenciadas. Una que la hace surgir derivada de las terapias comportamentales y tiene a los enfoques cognitivos como producto de las investigaciones en psicología básica (Rachman, 1997). Una segunda historia tiene como fuente la crisis del psicoanálisis en Estados Unidos (Semerari, 2002). Cada una de estas historias respalda distintas lecturas del fenómeno. Sin embargo ambas reconocen la influencia de la revolución cognitiva durante la década de 1960 (Kriz, 2002).

La terapia conductual (que se venía desarrollando muy lentamente desde principios de siglo) tuvo un fuerte apoyo a partir de la publicación -en 1958- de "Psicoterapia de inhibición recíproca" de Joseph Wolpe, quien impactó en el pensamiento de los especialistas de EEUU durante la década del 1960. Wolpe y sus discípulos más conocidos (Arnold Lazarus y Stanley Rachman) realizaron numerosos estudios que alcanzan notables logros en el campo de la aplicación de la psicoterapia (Kriz, 2002). El principal aporte de la terapia conductual fue poner énfasis en la conducta y en el desempeño del paciente, así como acentuar el rol más directivo del terapeuta. Por otra parte, tanto Carl Rogers como los conductistas destacaron la evaluación de los resultados en los tratamientos. Una diferencia entre estos enfoques y el psicoanálisis era la relativa brevedad que tenían estos nuevos tratamientos (duraban unas semanas o meses, mientras que las terapias de orientación psicoanalítica requerían largos años).

En 1952 Hans Eysenck lanza un provocador desafío a la psicoterapia, publicando una revisión de 24 estudios en los que concluye

que no había ninguna evidencia empírica que pudiera probar la efectividad de la psicoterapia y que el psicoanálisis era incluso menos efectivo que la ausencia de terapia. Los resultados postulados por Eysenck eran concluyentes: alrededor del 66% de los pacientes neuróticos sin tratamiento mejoraban durante los dos años que seguían al inicio de la entrevista; mientras que los que llevaban a cabo un tratamiento psicoanalítico tenían una mejora en torno al 44%, datos que daban cuenta de una eficacia menor a la ausencia de tratamiento. La terapia electroconvulsiva por su parte producía una mejora del 62% mientras que la ausencia de tratamiento y el cuidado por parte de un médico producía un 72% de mejoría. Este artículo dio lugar a una importante serie de investigaciones en psicoterapia y contrargumentaciones a lo dicho por Eysenck (Garfield y Bergin, 1994; Semerari, 2002).

Algunos de los terapeutas de la conducta empezaron desde muy temprano a integrar en sus teorías elementos cognitivos; sirva de ejemplo A. Lazarus, quien defendió un eclecticismo técnico debido a que un psicólogo clínico posee por objetivo asistir al paciente, motivo por el cual no puede permitirse renunciar a técnicas eficaces (Kriz, 2002). Asimismo, entre estos distintos abordajes de origen conductual encontramos elementos cognitivos para la ampliación de los modelos explicativos de la terapia de la conducta.

Hay una serie de abordajes muy distintos que podrían ser incluidos dentro de las terapias cognitivas surgidos de la crisis del psicoanálisis durante los años 60 en Estados Unidos (Semerari, 2002). Surgieron de la mano del desarrollo de teorías y modelos psicoterapéuticos, cuyo objetivo era disminuir el malestar generado por los trastornos depresivos y ansiosos en un lapso relativamente breve. Se diferenciaron rápidamente de las corrientes psicológicas dominantes en la época: el psicoanálisis y el conductismo. Conceptos tales como 'pulsiones de vida' y 'pulsiones de muerte' para esa generación de psicoanalistas eran inaceptables. Esta crisis tuvo como contrapartida en el psicoanálisis un conjunto de autores que, que como es el caso de Peterfreund (1983), intentaban comprender la experiencia de los pacientes desde sus constructos personales.

Tanto Beck como Ellis, de formación psicoanalítica, producen la misma crítica que va a dar lugar a la TC. Su foco particular era -y es actualmente- el papel de la cognición en los fenómenos mentales patológicos. Sus principales argumentos para el cambio parten de las pautas internas de evaluación, procesamiento y argumentación que sustentan la conducta (Kriz, 2002). Tanto Beck como Ellis se distancian del psicoanálisis específicamente en la diferencia entre la teoría clínica y la metapsicología freudiana (Semerari, 2002).

La psicoterapia de orientación cognitiva tiene un origen heterogéneo que responde tanto a la crisis del psicoanálisis como a las dificultades teóricas del conductismo.

METODOLOGÍA

La mayor parte de la información fue recabada a través de entrevistas abiertas, recurrentes y extensas con miembros de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva (AATC), a quienes consideramos como "informantes calificados". Tomamos como unidad de análisis, a efectos de esta investigación, a los terapeutas que integran la AATC, considerando que funciona como la institución que aglutina a los terapeutas cognitivos del país, por lo cual creemos que posee la suficiente consistencia como para que asumamos que se trata de los representantes de dicha orientación en Argentina.

LA TC EN LA ARGENTINA

Para enmarcar temporalmente a la Terapia Cognitiva, recurrimos a la periodización que Klappenbach (2006) desarrolla sobre la historia de la psicología argentina. Dicho autor establece un primer período que es el de la psicología clínica, experimental y social (entre 1895 y 1916). En segundo lugar, el período de la psicología filosófica (desde 1916 hasta 1941). En tercer lugar, el período de la denominada psicotecnia y orientación profesional (entre 1941 y 1962). Posteriormente, el período centrado en el debate sobre el rol profesional del psicólogo (1960-1983). El último período, de la plena institucionalización, iniciado en 1984, ha conducido a un importante desarrollo de la psicología en todo el país.

Es en este último período donde hace su aparición la orientación cognitiva en la Argentina. Entre los años 70 y 80, unos pocos profesionales de nuestro país comenzaron a interesarse por los modelos de orientación cognitiva.

¿Cuáles son las causas desde la perspectiva de los actores que los llevan a interesarse en este modelo? A partir de las entrevistas recabadas, se han podido identificar algunos factores y hechos que los psicoterapeutas cognitivos consideran que propiciaron la adhesión a este nuevo modelo, por otra parte vale la pena señalar que la mayoría de estos primeros psicoterapeutas cognitivos provenían de distintas orientaciones dentro del psicoanálisis:

- La búsqueda de modelos diferentes al modelo psicoanalítico hegemónico de principios de los años 80 en la formación psicológica de la Argentina.
- La búsqueda de efectividad en los tratamientos psicoterapéuticos.
- La organización del "Primer Congreso de Psicoterapias", en el año 1980, por diversas razones. En un principio, porque se decidió que el congreso fuera de "psicoterapias" y no de "psicoanálisis", lo cual, desde la perspectiva de los entrevistados, era un hecho poco común para la época, permitiendo dentro de su denominación, corrientes distintas al modelo hegemónico psicoanalítico. Por otro lado, la totalidad de los entrevistados considera que la participación de Hans Eysenck, como invitado especial, contribuyó en gran medida en el desarrollo de la TC en Argentina.

Ejemplificaremos estas tres ideas:

"(...) hicimos un grupo de estudio de Laing y Cooper y o sea, lo que te quiero decir es que nuevamente no hacía que nos casáramos con esto, con lo otro... y en el 83, a debe haber sido 84, tal vez un año más; acá dentro empezó el primer grupo de gente que nos empezábamos a formar específicamente con lo que llamamos en su momento Terapia Breve, que era una cosa recontra-avanzada y no es lo que para todos, no es que abierta para todos, había algunos que queríamos hacer eso, por hacer algo distinto y en ese grupo empezamos a formar, digamos, el primer grupo que se empezó a formar en TC."

"En el '77. Nos juntamos con distintas personas que coincidíamos todos que no nos gustaba la clínica dogmática del psicoanálisis dominante, por la cual sólo se podía ser psicoanalista, y si no, no se era nada."

"Invitamos a Eysenck, representante conductista, y había psicoanalistas de acá, reconocidos, como Abadi, en esa época. Y ese para mí fue un hito importantísimo, porque ese fue un congreso, o sea, no era un congreso psicoanalítico, sino que era un congreso de confrontación. Y la verdad que la confrontación fue enorme. Enorme. Sobre todo entre Eysenck y Abadi, que estaban en dos posturas totalmente opuestas. Terriblemente agresivos el uno con el otro. Fue muy interesante ese congreso. Cuando terminó ese congreso yo dije, a mí no me convence ni el uno ni el otro, esto es una locura. Se pelearon directamente. Fue bravísimo. Abadi le decía al otro que era un mecanicista, que realmente no consideraba lo que era el mundo interno, el inconciente. Y Eysenck, que estaba muy agresivo también, le dijo que el mecanicista era él, que creía que si era tirada una piedra en un recipiente con agua, el agua iba a saltar del otro lado, digamos, los dos se tildaban de mecanicistas. Bueno, resultado de esto, yo dije, a mí no me convence ni una cosa ni la otra, realmente. (...) empezaron a llegar algunos escritos cognitivos. Como nosotros leíamos de todo, todo lo que llegaba en ese momento de las distintas líneas, empezamos a traducirlos y a leerlos."

COMENTARIOS FINALES

La TC o cognitivo-conductual ha surgido en el ámbito mundial a fines de la década del 60. Sin embargo, no fue hasta los años 80 que dicho modelo comienza a desarrollarse en nuestro país. Actualmente, este modelo cuenta con un gran número de instituciones, las cuales, en su gran mayoría, tienen su origen en grupos de estudio autogestionados. A partir de las entrevistas recabadas, se ha hecho posible realizar una historización del fenómeno de aparición, desarrollo y difusión de la TC en la Argentina. Pudiendo encontrar tres motivos en los psicoterapeutas que los llevaron a interesarse en estos modelos: la disidencia con el modelo psico-

analítico tradicional (pese a que los autores eran casi todos de formación psicoanalítica), la búsqueda de efectividad en el tratamiento y la gran impronta que tuvo la conferencia de Eysenck de 1980 en Buenos Aires.

BIBLIOGRAFÍA

- BECK A.T. The Current State of Cognitive Therapy. *Archives of General Psychiatry*. 2005. 62: 953-959.
- CLARK D.M.; BECK A.T. El estado de la cuestión en la teoría y la terapia cognitiva. En Caro I. (comp.): *Manual de psicoterapias cognitivas*. Barcelona, Paidós. 1997.
- EYSENCK, H.J. The Effects of Psychotherapy: An Evaluation, *Journal of Consulting Psychology*. 1952. 16: 319-324.
- FERNÁNDEZ-ÁLVAREZ, H. Fundamento de un modelo integrativo en psicoterapia, pp. 119-129. Buenos Aires: Paidós. 1992.
- GARFIELD, S.L.; BERGIN, A.E.; *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, 4ª Ed. New York: Wiley, 1994. 612p.
- LAMBERT, M. (ed.): *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change*, 5th edition. Wiley: New York. 2004.
- KEEGAN, E. *Ensayos de Terapia Cognitiva*. Buenos Aires: EUDEBA. 2007.
- KLAPPENBACH, H. Periodización de la psicología en Argentina. *Revista de Historia de la Psicología*. 2006. 27 (1): 109-164.
- KRIZ, J. *Corrientes fundamentales en psicoterapia*. Buenos Aires, Amorrortu. 2002.
- PETERFREUND, E. *The Process of Psychoanalytic Therapy* Nueva York, The Analytic Press. 1983.
- RACHMAN, S. Evolución de la terapia cognitivo - comportamental. En Clark, D.; Fairburn, C. (ed.), *Science and Practice of Cognitive Behaviour Therapy*, pp. 3-26. Oxford, Oxford University Press. 1997.
- ROGERS, C. *Counselling and Psychotherapy*, Boston, Houghton Mifflin. 1942.
- SEMERARI, A. *Historia, teorías y técnicas de la psicoterapia cognitiva*. Barcelona, Paidós. 2002.