

Autopistas hacia el Futuro de la Psicoterapia con Niños y Adolescentes

Extracto del Capítulo I: "Desarrollos en Psicoterapias con Niños y Adolescentes". Libro "Herramientas en Psicoterapia con Niños y Adolescentes". Javier Mandil. 2019. Editorial Akadia. Buenos Aires. Argentina

La evolución de nuestra disciplina parece precisar, en determinados momentos históricos, de ciertos terremotos orientados a redefinir propuestas epistémicas centrales en los programas de investigación (Lakatos, 1983).

Podemos destacar el acaecido a fines de los 50's, cuando un grupo de psicólogos, lingüistas y especialistas en educación llamaron la atención sobre las variables mediacionales que incidían en las formas de organización del significado, las actitudes y las expectativas de las personas.

A este movimiento la historia suele denominarlo "Revolución Cognitiva" (Neisser, 1967). Lo cierto es que muchos de sus postulados catalizaron la expansión de las prácticas terapéuticas de base científica, permitiendo su diversificación, desde los laboratorios, los entornos de internación y hospitales de día, hacia el común de la consulta cotidiana.

Conceptualizar la cognición –vale decir, a grandes rasgos los procesos de adquisición del conocimiento a partir del pensamiento, los sentidos y la experiencia (Stevenson, 2010)- enriqueció el abordaje de fenómenos complejos habituales en la consulta, como las pautas de intercambio recurrentes en la relación terapéutica, la evaluación e intervención más precisa sobre experiencias internas como el pensar, el creer y el imaginar, determinando un vuelco de numerosos psicólogos clínicos hacia la psicoterapia científica y promoviendo la interacción entre dos ámbitos hasta entonces notablemente escindidos: la práctica clínica y la investigación.

Con el correr de los años este panorama favoreció el desarrollo de importantes estudios sobre los resultados de las psicoterapias. Particularmente, la Terapia Cognitiva Comportamental, adhiriendo a la metodología experimental en relación al estudio de su eficacia, favoreció la diseminación de reportes por demás alentadores respecto al tratamiento de numerosos cuadros agudos habituales en la consulta: depresión, diversos trastornos de ansiedad, seguidos por el trastorno obsesivo compulsivo, el estrés post traumático e inclusive en relación a su efecto aditivo en los tratamientos interdisciplinarios del trastorno bipolar y las psicosis.

Sin embargo, la paulatina expansión de su ámbito de aplicación hacia poblaciones específicas (la clínica con niños y adolescentes, por ejemplo) y en relación a presentaciones clínicas complejas y/o crónicas (como la desregulación emocional y la depresión recurrente) evidenciaron algunas limitaciones en sus bases conceptuales y metodológicas:

-Su necesaria sujeción inicial a principios bio-médicos, en pos de favorecer la evaluación de sus resultados, dio lugar a una importante cantidad de protocolos de tratamiento específicos orientados a la mejoría de entidades diagnósticas basadas en clasificaciones categoriales estadísticas. Sin embargo, la efectividad clínica de los tratamientos parecía considerablemente menor ante la sintomatología compleja, comórbida y/o crónica

-Los protocolos inicialmente se organizaron a partir de secuencias de intervención estipuladas paso por paso, factor que facilitaba la adherencia rigurosa de los practicantes y la puesta a prueba de sus principios técnicos en los estudios controlados.

Sin embargo, la manualización estricta a menudo no era del todo aplicable a poblaciones culturalmente diversas, afectadas por la escasez de recursos instrumentales-afectivos y/o por características interpersonales complejas

-Su sustento en una epistemología racionalista y mentalista, dio lugar a una sobrestimación de la lógica racional en la organización del significado de la experiencia y la toma de decisiones de las personas

-El énfasis otorgado a las variables mediacionales condujo a cierta subestimación de los hallazgos de la teoría del aprendizaje y de las características contextuales en el desarrollo, por una parte, de los procesos psicopatológicos y por otra del bienestar y el funcionamiento global

-La primacía otorgada a los procesos de atribución del significado y al procesamiento de la información, dificultaba el abordaje de problemáticas fuertemente determinadas por aprendizajes básicos y por patrones afectivos y/o conductuales que excedían a la mediación cognitiva en su desarrollo

-Su focalización exclusiva en la resolución de problemas y en los procesos de cambio lineales, podía contraponerse a los complejos procesos terapéuticos propios de la psicopatología grave y/o crónica

Ante estas limitaciones, a principios del siglo XXI un grupo de investigadores abocados al estudio de problemáticas como el dolor, el estrés crónico y la desregulación emocional y a la investigación básica respecto a la cognición y el lenguaje, abogaron por la necesidad de una nueva ruptura paradigmática en el área.

Las llamadas "Terapias Cognitivas y Conductuales de Tercera Ola" se orientaron hacia la recuperación de una lectura conductual y contextual de los fenómenos clínicos, así como al desarrollo de puentes conceptuales y metodológicos en relación a la filosofía humanista y el Budismo Zen (Hayes, Masuda y DeMey, 2003).

De acuerdo a algunos de sus más importantes diseminadores, la agenda de esta nueva generación de modelos psicoterapéuticos se caracterizó por los siguientes puntos comunes:

-La recuperación del estudio, tanto en relación a los repertorios comportamentales públicos, como a las experiencias psicológicas privadas, de su función en relación al contexto, promoviendo la investigación básica del desarrollo de la cognición y el lenguaje, adhiriendo a los principios de las teorías del aprendizaje

-La recuperación del análisis funcional de las conductas como metodología de evaluación ideográfica, orientada al estudio del desarrollo de los repertorios comportamentales públicos y privados en cada motivo de consulta en particular

-El desarrollo de marcos de tratamiento flexibles, orientados por principios generales ajustables a la idiosincrasia de cada consultante y a la focalización de los tratamientos en el desarrollo de procesos psicológicos centrales a diversas formas de sufrimiento

-Una reorientación metodológica desde la reestructuración de los contenidos cognitivos y de la modulación de las experiencias emocionales, hacia la aceptación y observación en perspectiva de las experiencias privadas

-Un cuestionamiento de los criterios normativos en salud mental y una reconsideración del desarrollo personal y el funcionamiento flexible como metas primordiales de la psicoterapia.

Más allá de las discusiones referentes a que inevitable proporción de marketing y de riguroso sustento empírico tuvo cada una de estas “revoluciones” o “cambios de paradigma”, lo cierto es que operaron a la manera de movilizaciones críticas de alto impacto en el avance de nuestra disciplina.

Las discusiones catalizadas en ámbitos de la clínica y la investigación, favorecieron desarrollos notables en las lentes conceptuales, una multiplicación del arsenal de herramientas terapéuticas y necesarias actualizaciones filosóficas respecto a la consideración del ser humano y los procesos de desarrollo psicológico en las terapias de base científica.

La alternancia de postulados críticos y antitéticos, con el correr de los años fue sucedida por el desarrollo de síntesis dialécticas más ricas y comprensivas.

En este sentido, es notable la diseminación, al finalizar la segunda década del corriente siglo, de marcos consensuales desarrollados entre diversos investigadores provenientes de múltiples tradiciones filosóficas, la promoción de marcos de tratamiento flexibles guiados por principios y focalizados en procesos psicológicos centrales, la revalorización de metodologías de evaluación ideográfica y la reconsideración del desarrollo personal y el funcionamiento flexible como metas de las psicoterapias.

Desarrollos como las Terapias Transdiagnósticas, los Modelos Modulares y las Terapias Basadas en Procesos, más que promocionarse como novedosos “grandes relatos teóricos”, parecen favorecer una serie de consensos básicos respecto a la pertinencia de ciertas áreas de evaluación e intervención, la complejización de las metodologías de investigación y la reconsideración de la idiosincrasia específicamente humana en los objetivos de las terapias cognitivas y conductuales (Ehrenreich-May y Chu, 2013; Hayes y Hofmann, 2017).

Tal como aseveran Steven Hayes y Stefan Hofmann (2018): las olas van y vienen a lo largo de la historia en nuestra disciplina, pero su verdadero valor consiste en las modificaciones que nos deparan, de una vez y para siempre, en las orillas de la playa.

Concordando con estas perspectivas, el presente libro se orienta a desarrollar una humilde revisión de ciertos aportes nodales que las diferentes corrientes en la marea de las psicoterapias cognitivas y conductuales proporcionan a la clínica infanto juvenil.

En su recorrido, abordaremos en manera secuencial:

-Los avances en los modelos psicoeducativos sustentados en la teoría del condicionamiento operante, que caracterizan a los *Programas de Orientación a Padres y Docentes para el Manejo de los Problemas del Comportamiento Disruptivo en los Niños*. El abordaje de problemáticas como el trastorno por déficit de atención y el trastorno negativista desafiante, en tanto constituyen una importante proporción de los motivos de consulta más acuciantes en psicoterapia infanto juvenil, justifica su consideración como un adecuado punto de partida a nuestro recorrido.

-Actualizaciones recientes en *La Terapia Cognitivo Comportamental para los Trastornos de Ansiedad en Niños*, marco que aborda algunas de las problemáticas más frecuentes en la población infanto-juvenil a partir de intervenciones centradas en los consultantes jóvenes y en sus familias, sustentadas por un importante cuerpo de estudios que avalan su eficacia bien establecida.

-Una Serie de Enfoques orientados al *Abordaje de los Trastornos Disruptivos de la Conducta en Adolescentes*, motivos de consulta ilustrativos de la complejidad inherente a la clínica infanto-juvenil. Con el propósito de asistir al desarrollo de formulaciones clínicas abarcativas y modalidades de abordaje flexibles en relación a estas dificultades, revisaremos los aportes de *la Terapia Cognitivo Comportamental para Adolescentes con Conductas Disruptivas*, *la Terapia Multi-Sistémica de los Trastornos de Conducta* y los aportes de los modelos contextuales de tercera generación, a partir de *la Terapia de Desactivación de Modos*.

-*La Terapia de Aceptación y Compromiso con Adolescentes*, representante paradigmático de los tratamientos contextuales de tercera generación, cuya flexibilidad, orientación colaborativa, enfatización de prácticas experienciales y valoración del desarrollo personal, parece adecuarla especialmente a responder a las demandas complejas de este grupo de consultantes en etapas críticas del desarrollo evolutivo.

-En pos de asistir a la implementación efectiva de las herramientas en psicoterapias con niños y adolescentes, expondremos a continuación un *Sistema de Auto-Evaluación de los Procesos Terapéuticos*, orientado a favorecer la definición precisa de las problemáticas identificadas en los tratamientos, su observación en perspectiva y el desarrollo de alternativas para el abordaje en la casuística compleja.

-Finalmente, reflexionaremos acerca de las perspectivas futuras, que deparan los *Enfoques Transdiagnósticos, Modulares y Centrados en Procesos*. Su provisión de lentes integrales para el desarrollo de las formulaciones clínicas y de lineamientos flexibles para el abordaje de las consultas complejas, parecen anticipar desarrollos progresivos en las psicoterapias con niños y adolescentes.

Con la expectativa de que este recorrido contribuya a la difusión de perspectivas flexibles, que acaso colaboren con la diversificación de los recursos terapéuticos de los especialistas latinoamericanos en el área, no nos queda más que cerrar este espacio introductorio ofreciendo a nuestros lectores una cálida bienvenida al presente libro.

Referencias Bibliográficas

Ehrenreich-May, J. & Chu, B. (2013). Overview of Transdiagnostic Mechanisms and Treatments for Youth Psychopathology. In J. Ehrenreich-May & B. Chu. (eds.). *Transdiagnostic Treatments for Children and Adolescents*. New York: The Guilford Press.

Hayes, S. & Hofmann, S. (2017). The third wave of cognitive behavioral therapy and the rise of process based care. *World Psychiatry*. 16 (3). 245-246.

Hayes, S. & Hofmann, S. (2018). *Process Based CBT*. Oakland: New Harbinger.

Hoffman, S. & Hayes, S. (2018). The Future of Intervention Science: Process-Based Therapy. *Clinical Psychological Science*. doi.org/10.1177/2167702618772296.

Lakatos, I. (1983). *La Metodología de los Programas de Investigación Científica*. Madrid: Editorial Alianza.

Neisser, U. (1967). *Cognitive Psychology*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Stevenson, A. (2010). *Oxford Dictionary of English 3rd Edition*. Oxfordshire: Oxford University Press.

Índice del Libro “Herramientas en Psicoterapia con Niños y Adolescentes”. Javier Mandil. 2019. Editorial Akadia. Buenos Aires. Argentina

Agradecimientos	5
Prólogo por Ruth Wilner	9
Capítulo I: Introducción. Desarrollos en psicoterapias con niños y adolescentes	11
Capítulo II: Avances en la orientación a padres y docentes de niños con conductas disruptivas	25
Capítulo III: Actualizaciones en la terapia cognitiva comportamental para los trastornos de ansiedad en niños	87
Capítulo IV: Enfoques en el abordaje de los comportamientos disruptivos en la adolescencia	111
Capítulo V: Terapia de Aceptación y Compromiso con adolescentes. Para qué, Qué y Cómo	141
Capítulo VI: Herramientas para la auto-evaluación del proceso terapéutico en la clínica infanto juvenil	161
Capítulo VII: Puentes hacia el futuro: Terapia basada en procesos en la clínica con niños y adolescentes	187
Referencias bibliográficas	207