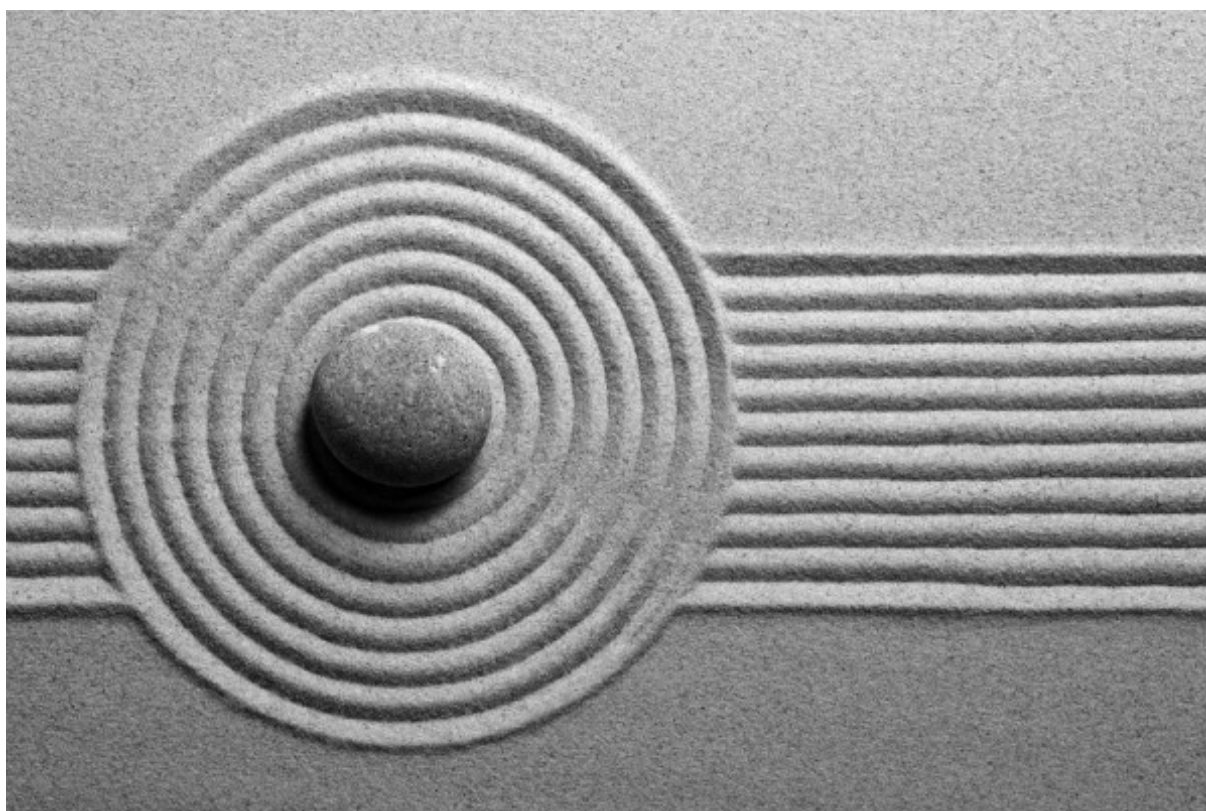
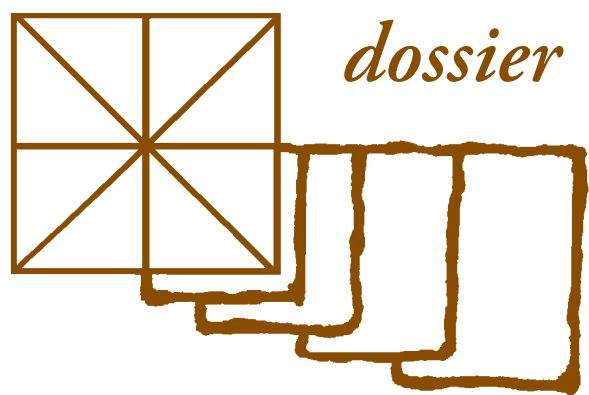




LAS TERAPIAS DE "TERCERA GENERACIÓN"

Coordinación

Federico Rebok

En los últimos años, las denominadas «terapias de tercera generación» o «tercera ola» están cobrando cada vez mayor relevancia dentro de los enfoques cognitivos-conductuales. Fundamentada en una aproximación empírica y enfocada en los principios del aprendizaje, la tercera generación de terapias cognitivo-conductuales es particularmente sensible al contexto y a las funciones de los fenómenos psicológicos. La particularidad de estos modelos radica en la incorporación de la mindfulness y la aceptación a las estrategias de cambio ya existentes en los modelos cognitivo-conductuales. Otra característica es el énfasis que se pone en el contexto y las relaciones funcionales de los eventos psicológicos como así también la utilización de estrategias de cambio contextual y vivencial.

El término «terapias de tercera generación» fue acuñado por Steven Hayes, quien distingue tres momentos en la historia de la terapia conductual. Según este autor, la primera generación de terapias de la conducta surge a partir de la utilización de los principios emergentes de la investigación básica en laboratorio (condicionamiento clásico y operante) al servicio del tratamiento de diversos problemas psicológicos, utilizando la perspectiva científica como guía para la comprensión del comportamiento humano. Si bien la aplicación del condicionamiento clásico y operante al tratamiento de diversos problemas conductuales representó un avance de una aproximación científica al tratamiento de diversos problemas clínicos, resultaron insuficientes para abordar problemas clínicos complejos.

La segunda generación surge en la década del 60, y considera al pensamiento o cognición como causa principal del comportamiento, y por lo tanto,

de los trastornos psicológicos. Si bien conservó los principios del condicionamiento clásico y operante, centró su atención en la cognición como fenómeno causal del comportamiento y, por lo tanto, de la psicopatología humana. Las terapias cognitivo-conductuales surgieron como productos del ensamble de ambos postulados teóricos.

La tercera generación de terapias de conducta ha sido definida por Steven Hayes del siguiente modo: «Fundamentada en una aproximación empírica y enfocada en los principios del aprendizaje, la tercera ola de terapias cognitivas y conductuales es particularmente sensible al contexto y a las funciones de los fenómenos psicológicos, y no sólo a la forma, enfatizando el uso de estrategias de cambio basadas en la experiencia y en el contexto además de otras más directas y didácticas. Estos tratamientos tienden a buscar la construcción de repertorios amplios, flexibles y efectivos en lugar de tender a la eliminación de los problemas claramente definidos, resaltando cuestiones que son relevantes tanto para el clínico como para el cliente. La tercera ola reformula y sintetiza las generaciones previas de las terapias cognitivas y conductuales y las conduce hacia cuestiones, asuntos y dominios previa y principalmente dirigidos por otras tradiciones, a la espera de mejorar tanto la comprensión como los resultados».

Si bien estas propuestas gozan de cada vez mayor prestigio a nivel internacional, en nuestro país su utilización y difusión es aún incipiente. En el presente dossier se abordan cuatro modelos englobados dentro de la "tercera generación" de terapias cognitivo-conductuales.

Coletti y Teti hacen un recorrido por distintas características de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), desde las asunciones filosóficas (contextualismo funcional) y la teoría sobre lenguaje y cognición (teoría de los marcos relacionales) hasta los aspectos más relevantes de la intervención propiamente dicha.

Muñoz-Martínez y Coletti abordan las particularidades de la Terapia Analítico Funcional (FAP), modelo que potencia las intervenciones en sesión a través del manejo efectivo del vínculo terapéutico. Garay, Korman y Keegan ilustran las características de la Terapia Cognitiva Basada en la Atención Plena (MBCT), modelo que incorpora la mindful-

ness al abordaje cognitivo y que se destaca por su eficacia en disminuir las recaídas y recurrencias en los trastornos depresivos.

Finalmente, Teti, Boggiano y Gagliesi introducen al lector en la Terapia Dialéctico Conductual (DBT), un modelo que apela a los supuestos filosóficos de la dialéctica hegeliana y que emergió como una especialización de la terapia cognitivo conductual frente a la necesidad de trabajar con pacientes con trastorno límite de la personalidad, que luego extendió su eficacia al tratamiento de pacientes severamente perturbados, y refractarios a los tratamientos estándar ■