

XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2023.

Adhesión de las terapias cognitivas y revolución de las prácticas psi en Argentina.

Pedernera, Matías.

Cita:

Pedernera, Matías (2023). *Adhesión de las terapias cognitivas y revolución de las prácticas psi en Argentina. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/190>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/VQU>

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>.

ADHESIÓN DE LAS TERAPIAS COGNITIVAS Y REVOLUCIÓN DE LAS PRÁCTICAS PSI EN ARGENTINA

Pedernera, Matías

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El presente trabajo tiene por finalidad, describir el surgimiento e inserción de las terapias cognitivas en el campo psi de Argentina, así como su pronta institucionalización y difusión. Se analiza la bibliografía de dos psicólogos argentinos que adhirieron a fines de los años '80 a este modelo teórico, a la luz de bibliografía más actual, con el objetivo de hacer un recorte histórico preciso, contemplando el contexto, los hechos y las causas que llevaron a que el mencionado proceso suceda.

Palabras clave

Terapias cognitivas - Argentina - Historia

ABSTRACT

ADOPTION OF COGNITIVE THERAPIES AND REVOLUTION OF THE FIELD OF PSYCHOLOGY IN ARGENTINA

The purpose of this work is to describe the emergence and insertion of cognitive therapies in the psychology field in Argentina, as well as its prompt institutionalization and dissemination. The bibliography of two Argentinian psychologists who embraced this theoretical model in the late 1980s will be analyzed based on more updated literature, in order to present an accurate historical overview, taking into account the context, events and causes that brought about the process mentioned above.

Keywords

Cognitive therapies - Argentina - History

· Introducción

En el informe abordaré el surgimiento y la inserción de las terapias cognitivas en el campo psi en Argentina, campo que históricamente estuvo predominado y casi monopolizado por el psicoanálisis.

Se tratarán dos textos publicados en los años '90 realizados por dos psicólogos argentinos que proponen la aplicación y uso de este nuevo modelo, teoría y abordaje, ellos son, Hector Fernández Álvarez y Silvia B. Franchi. Dichos profesionales, al igual que la mayoría que adhirió a esta psicoterapia, la destacaban en esos años como la nueva opción, más efectiva y práctica en comparación con aquellos modelos que se enseñaban hasta entonces. Las dos bibliografías anteriormente mencionadas, se analizarán a la luz de dos textos realizados por los autores Guido P. Korman, Nicolás Viotti, Cristian Garay y Sarudiansky

Mercedes, que historizan los orígenes, la profesionalización y la institucionalización de la psicoterapia y técnicas cognitivas. Esta tendencia comenzó en los años 60 con su surgimiento en Estados Unidos. Durante los años '70 y '80, la expansión de las técnicas cognitivas se empezó a concretar y extender por todo el mundo, logrando una hegemonía dominante por sobre otras concepciones (psicoanálisis y conductismo principalmente) en gran parte del mundo.

En particular, durante la década de 1980 llegaron a Argentina y tuvieron un lento pero gran impacto sobre su psicología, que, para aquel entonces, era predominantemente psicoanalista. Las terapias cognitivas fueron introducidas al país por profesionales extranjeros que viajaban para aportar conferencias e investigaciones sobre estos nuevos abordajes, además de los profesionales argentinos que ejercían en el exterior y vieron antes el advenimiento de estas, y los radicados en tierra argentina que, sin una dirección clara, decidieron abandonar la asociación libre por la desconfianza de su eficacia.

Cabe destacar también, por un lado, el descontento y los cuestionamientos que parecían acrecentarse cada vez más en contra del psicoanálisis en el país, perdiendo para mediados de los '90, el monopolio que supo tener sobre las terapias y clínicas en gran parte del siglo XX. En esencia, esta crisis fue previa y global para el psicoanálisis. En las culturas que no supo ser tan bien recepcionado como en la Argentina o la francesa, es donde se dieron los inicios de este nuevo abordaje que se trata en el presente informe.

Así mismo, ya en estos años estaba aconteciendo a nivel mundial, la globalización, proceso económico, político y social, que influyó notoriamente en culturas y sociedades. Y es un suceso que, como consecuencia, requirió la reinención de un montón de sectores del mercado, de la salud, y las ciencias psi. no fueron la excepción.

· ¿Qué son las Terapias Cognitivas?

Las terapias cognitivas son sencillamente, un modelo teórico y un abordaje psicoterapéutico. Se parte de la premisa de que el paciente tiene creencias y patrones de pensamiento que influyen en sus emociones y comportamientos. Estas terapias hacen foco en identificar y cambiar los pensamientos distorsionados y negativos, dando al paciente las herramientas para la construcción de una visión del mundo más realista. Postulan que a través de la reestructuración cognitiva y de los esquemas de

pensamientos, se logra el bienestar emocional y la disminución o eliminación de los trastornos, dependiendo del caso en concreto. Hay una serie de abordajes muy distintos incluidos dentro de las terapias cognitivas, que surgen de la mano del desarrollo de distintas teorías y modelos psicoterapéuticos, con el objetivo de disminuir el malestar generado por los trastornos depresivos y ansiosos en un lapso relativamente breve (Guido P. Korman, Nicolás Viotti y Cristian Garay, 2010 p143).

En palabras de Silvia B. Franchi: “la psicoterapia cognitiva surgió con el fin de dar solución a las dificultades y limitaciones que presentaban otros abordajes psicoterapéuticos, y responde en buena medida a los requisitos que hoy se esperan de una psicoterapia: focalización, tiempo limitado, alivio sintomático, eficacia, recuperación del rendimiento, y cambios perdurables” (1998, p 11-12)

· ¿Cómo surgen las Terapias Cognitivas?

El origen de las primeras formulaciones sobre lo que hoy se considera “psicoterapia cognitiva” tiene, por lo menos, dos grandes vertientes dentro de la psicología. La primera vertiente, establece que las terapias comportamentales y los enfoques cognitivos son producto de las investigaciones en psicología básica. La segunda de ellas, postula que la crisis de la práctica psicoanalítica sumado a los crecientes criterios de efectividad en el ámbito internacional, dieron lugar a las TC. Cada una de estas historias son posturas distintas sobre el mismo fenómeno. Sin embargo, ambas reconocen la presencia de una “revolución cognitiva” durante la década de 1960 que favoreció el posterior acontecimiento de las TC (Guido P. Korman, Nicolás Viotti y Cristian Garay, 2010 p 143).

La terapia conductual también hizo su aporte. Este consistió en acentuar el rol más directivo del terapeuta y en valorar la evaluación de los resultados en los tratamientos. Silvia B. Franchi en su tesis del '98 escribe sobre lo anteriormente mencionado: la psicoterapia cognitiva introduce el rol activo del sujeto en la construcción de la realidad a la que responde y adaptándose a las distintas necesidades. A su vez, enfatiza en el rol del terapeuta. También en relación a lo conductual, pero en palabras de Hector F. Álvarez, “la psicología cognitiva ha reaccionado contra el paradigma conductista E-R, estableciendo la necesidad de centrar el estudio en las variables mediadoras, otorgando primordial importancia a los fenómenos ocurridos en la mente del individuo, quien regula la transición entre el estímulo y respuesta” (1992 p 62)

Una de las diferencias entre los enfoques cognitivistas 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) (Korman, Guido Pablo y Sarudiansky, Mercedes, 2008 p 453)

Lo que es un hecho es que, con el paso del tiempo, se tendió a incorporar la tradición conductual, el psicoanálisis de la crisis y a concluir en síntesis diversas. (Guido P. Korman, Nicolás Viotti y Cristian Garay, 2010 p143). Algo similar a esta conclusión de

“síntesis diversa” es lo que plantea H. Fernández Álvarez con “el modo integrativo” de practicar la psicoterapia, no cerrando un campo sino como una síntesis necesaria en este momento de la ciencia.

Es dable destacar, que los creadores de lo que hoy son las TC, Aron Beck y Albert Ellis, recibieron una formación psicoanalítica. El descreimiento del psicoanálisis en los años 60 se ve plasmado incluso en ellos y en sus estudios.

· Terapias Cognitivas en Argentina

Es necesario para la continuidad de este informe, enmarcar temporalmente a la Terapia Cognitiva Argentina. El período de mayor institucionalización de la ciencia de la psicología inició a mediados de los años '80 y ha contribuido al desarrollo de la misma, en el país. Es en el periodo anteriormente mencionado, donde hace su aparición la orientación cognitiva en nuestro territorio.

En primera instancia, las lecturas cognitivas se asocian con la búsqueda de modelos alternativos al psicoanálisis. Se discutía en ámbitos informales, donde se reunían psicólogos con formación mayormente psicoanalítica que tenían curiosidad sobre los nuevos modelos teóricos plasmados en revistas que provenían del extranjero. (Guido P. Korman, Nicolás Viotti y Cristian Garay, 2010 p 143).

Silvia B. Franchi señala que su formación de grado y posgrado fue centrada únicamente en la teoría analítica, y que pudo observar que en el sistema de salud norteamericano se utilizaban distintas corrientes terapéuticas, la cual fue la puerta de su introducción a los principios de la psicoterapia cognitiva a través de prácticas y bibliografía. Su situación particular sobre su primer contacto con las terapias cognitivas, muestra cómo los primeros profesionales argentinos conocieron estos abordajes en el exterior y posteriormente las trajeron a nuestro país.

En este mismo orden de ideas, Hector Fernández Álvarez expresaba sus anhelos de traer las TC a Argentina, en su publicación de 1992 “necesitamos modelos que sean capaces de abordar al paciente en la conciencia, de que todos los factores personales, intrínsecos del individuo, sumados a los factores contextuales y propios de sistema de interacciones, operan simultáneamente, y que las intervenciones que se realicen serán más útiles si se comprende que esos aspectos son parte de una totalidad.” (1992, p 60)

Un papel primordial en este proceso lo tuvieron los psicólogos Hector Fernández Álvarez y Sara Baringoltz. En el caso de Fernández Álvarez, en la cátedra del profesor José Itzigsohn, introdujo una perspectiva reflexológica en la “Introducción a la Psicología y Psicología General”. Y en el caso de Baringoltz, en esta misma cátedra, sumó los talleres de “Técnicas Proyectivas I” y “Técnicas Proyectivas II” con la profesora María Siquier de Ocampo. Este dato resulta relevante porque nos da la pauta que nuestra carrera se encuentra enmarcada en una tradición no exclusivamente psicoanalítica que nos permite pensar en un “aire

de familia” que explicaría el interés y la curiosidad respecto de la aparición de la TC (Guido P. Korman, Nicolás Viotti y Cristian Garay, 2010 p 143).

· Institucionalización de las Terapias Cognitivas

El proceso de institucionalización de las TC fue en los '80, esta orientación se vio favorecida por iniciarse en el país en un contexto de formalización e institucionalización de toda la psicología. Se destaca, el grupo de la Fundación Aiglé, fundada en 1977 y liderada por Héctor Fernández Álvarez, que comienzan a involucrarse en los modelos cognitivos. A su vez, Herbert Chappa funda el Centro de Terapias Cognitivas e Integrativas en la ciudad de La Plata y Juan Balbi construye el Centro de Terapia Cognitiva Post-racionalista. Posteriormente, en 1987 se fundó el Centro de Terapia Cognitiva, liderado por Sara Baringoltz. Estos centros de asistencia, investigación y enseñanza fueron los propulsores en la introducción de las terapias cognitivas en Buenos Aires. En la Universidad de Buenos Aires este movimiento comenzó a tener relevancia años después, recién a mediados de los años 90, a través de E. Keegan (Korman, Guido Pablo y Sarudiansky, Mercedes, 2008. p 454)

Los atroces acontecimientos históricos que sufría nuestro país, de algún modo condicionaron a la posterior creación de nuevas instituciones: “En el proceso, desde el año 66 todos aquellos que tenían una visión relativamente distinta habían sido barridos tras la Noche de los Bastones Largos, y dentro de todo lo que es el medio psicológico, la gente estaba refugiada no en la universidad, sino en los consultorios privados, a través de los grupos de estudio, que eran la modalidad de formación usual, y se estaba dando un reagrupamiento de la gente en instituciones que empezaban a surgir” (Korman, Guido Pablo y Sarudiansky, Mercedes, 2008. p 454).

La búsqueda de modelos alternativos al psicoanalítico hegemónico de los años 80 en la formación psicológica de la Argentina era cada vez más masiva. Los profesionales del momento, no veían nada positivo en el consultorio aplicando la teoría psicoanalítica, no estaban conformes con los resultados en los pacientes. Sentían la necesidad de adaptar los abordajes desde otra perspectiva (Korman, Guido Pablo y Sarudiansky, Mercedes, 2008. p 454)

La organización del “Primer Congreso de Psicoterapias”, en el año 1980 es otra evidencia de este fin del monopolio del psicoanálisis. En un principio, llamó la atención que se decidió llamarlo “Congreso de Psicoterapias” y no de “Psicoanálisis”, lo cual, era un hecho poco esperado. Al darle al congreso esa denominación, se dio lugar a corrientes distintas al modelo reinante en aquel contexto.

Por otro lado, muchos psicólogos del momento, coincidieron en que la presencia de Hans Eysenck, como invitado especial a dicho Congreso, resultó fundamental en el desarrollo de la terapia cognitiva en Argentina.

En busca del crecimiento de este modelo, se fundó en el '91 la

Asociación Argentina de Terapia Cognitiva. Con estos procesos de institucionalización y masificación, la terapia cognitiva fue ganando espacios en ámbitos institucionales y universitarios. En el plano universitario, la primera carrera de posgrado en el campo de la psicología en el país fue la Maestría en Psicología Clínica de Orientación Cognitiva, implementada en la Universidad Nacional de San Luis en el '93. Asimismo, hacia 1992, en la Universidad Nacional de Mar del Plata, comenzaron a dictarse diversos cursos de posgrado, por integrantes de la Fundación Aiglé. En la actualidad, esta fundación ha desarrollado una Maestría de Psicología Clínica Cognitiva en la Universidad de Belgrano.

Posteriormente, Eduardo Keegan inicia la formación cognitiva de posgrado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires y desde 1999 dicta el Programa de Actualización en Terapia Cognitiva. Luego fue nombrado profesor a cargo de la segunda cátedra de Psicoterapias, primera materia clínica obligatoria cuya orientación teórica no era psicoanalítica o psicodinámica, hecho que da cuenta del acceso de la orientación cognitiva a un ámbito tan psicoanalítico como la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires.

Es así como en la actualidad, las terapias cognitivas en nuestro país comprenden una gran cantidad de instituciones y como resultado de esto, en la misma línea que a nivel internacional, el número de terapeutas de orientación cognitiva continúa en aumento (Korman, Guido Pablo y Sarudiansky, Mercedes, 2008. p 454).

Pasando a la otra línea de pensamiento mencionada, uno de los mayores representantes del psicoanálisis a nivel mundial en la actualidad, como lo es Jacques-Alain Miller, responde a las TC: “es un aspecto nuevo el hecho de que los ‘psis’ se hayan convertido en un factor político y económico. Hace 20 años hablábamos como practicantes privados que podíamos, también, tener un papel en la institución. Pero la práctica principal era privada y su motivo eran los pacientes individuales que solicitaron tratamiento. Pero ahora estamos en un mundo completamente nuevo. Los ‘psis’ son un factor económico importante del sistema de salud el cual, además, está incrementando el déficit financiero en todas las democracias modernas. [...] Este factor económico requiere tratamientos más rápidos, menos costosos, enteramente predecibles y cuya terminación y duración pueden ser anticipadas. Con esto, estamos frente a un nuevo tipo de demanda. Antes, teníamos a un individuo solicitándonos tratamiento. Ahora tenemos otro colectivo, generalizado, que demanda.

· Conclusión

La terapia cognitiva hizo su aparición a finales de la década del 60 en Norteamérica y se concretaron a nivel mundial a principios de los '80, siendo a día de hoy, la nueva hegemonía reinante de su campo psi en concreto en la mayoría de los países. No fue igual para la Argentina, donde este modelo se masificó algunos años más tarde y no logró concretar este dominio y

hegemonía. Pareciera que el psicoanálisis aún opone resistencia y actualmente se encuentran los dos abordajes en puja por el dominio del campo.

El psicoanálisis está presente mayormente por su tradición de varias décadas y su gran convivencia con la cultura argentina, pero pareciera estar falto de una capacidad de reinventarse, poder dar respuestas a las nuevas exigencias y aportar nuevas investigaciones. Opuestamente, los modelos cognitivos no están arraigados a las tradiciones de la sociedad argentina, pero sí responden a las demandas del modelo político-económico mundial que rige sobre las democracias modernas, y no hay evidencia de que se pueda hacer frente contra un fenómeno internacional de tal magnitud.

Esto es, en resumen, que hoy de una psicoterapia se espera: focalización, tiempo limitado, alivio sintomático, eficacia, recuperación del rendimiento, y cambios perdurables. El factor económico demanda tratamientos más rápidos, menos costosos, cuya terminación y duración pueden ser anticipadas.

BIBLIOGRAFÍA

- Fernández Álvarez, H. (1992). Fundamentos de un modelo integrativo en psicoterapia. Paidós. Bs. As. pp. 60-78.
- Franchi, S. B. (1998). Adaptación Cultural de la Psicoterapia Cognitiva en Argentina. Tesis Presentada en la Facultad de Psicología en La Universidad del Salvador para Obtener el Grado de Doctora en Psicología. Director de tesis: Alfredo O. López Alonso, pp. 1-27.
- Korman, G. P., Viotti, N. y Garay, C. (2010). "Orígenes y Profesionalización de la Psicoterapia Cognitiva. Algunas Reflexiones sobre la Reconfiguración del Campo PSI en Buenos Aires". Revista Argentina de Clínica Psicológica. Fundación Aiglé Buenos Aires, Argentina, pp. 141-150.
- Korman, G. P. y Sarudiansky, M. (2008). "Historia de las terapias cognitivas en la Argentina. Una etnografía de la asociación argentina de terapia cognitiva." Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, pp. 453-454.
- Miller, J.-A. (2005). La respuesta del psicoanálisis a la terapia cognitivo-comportamental. Texto establecido por Natalie Wulffing, Editado por Bogdan Wolf y Natalie Wulffing. Traducido por Adolfo Ruiz L.