

XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2021.

# **Psicoterapia cognitivo comportamental integrativa a través de videoconferencia: la regulación emocional como mecanismo de cambio.**

Fernández Alvarez, Javier.

Cita:

Fernández Alvarez, Javier (2021). *Psicoterapia cognitivo comportamental integrativa a través de videoconferencia: la regulación emocional como mecanismo de cambio*. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-012/683>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/even/6du>

*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>.*

# PSICOTERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL INTEGRATIVA A TRAVÉS DE VIDEOCONFERENCIA: LA REGULACIÓN EMOCIONAL COMO MECANISMO DE CAMBIO

Fernández Alvarez, Javier  
Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

Aunque la psicoterapia es efectiva, poco se sabe respecto a sus mecanismos de cambio. Entre los candidatos que se han propuesto, la regulación emocional (RE) ha despertado especial interés por su naturaleza transteórica y transdiagnóstica. Si bien se ha comenzado a estudiar el rol de la RE, aún no se ha explorado en psicoterapia a través de videoconferencia. Para ello, se desagregaron los efectos entre-pacientes (las trayectorias promedio) y efectos intra-pacientes (las trayectorias individuales) de la RE sobre el resultado en 239 pacientes que recibieron psicoterapia cognitivo-comportamental integrativa. La RE se midió con la S-DERS y el resultado con el OQ-30. Se aplicaron modelos multinivel para contemplar la estructura anidada de datos, y poder incluir tanto las trayectorias promedio como individuales. El modelo mostró efectos significativos entre-pacientes, como efectos significativos intra-paciente de la S-DERS sobre el OQ-30. Además, se identificaron que los efectos entre-paciente moderan los efectos intra-paciente, indicando que aquellos con menores dificultades iniciales en la RE son los que más se benefician de este tipo de intervenciones. El establecimiento de cómo y qué tipo de paciente se puede beneficiar de intervenciones en la RE a través de videoconferencia resulta relevante para tender a la personalización de la psicoterapia.

## Palabras clave

Psicoterapia integrativa - Mecanismos de cambio - Regulación emocional - Telepsicoterapia

## ABSTRACT

COGNITIVE BEHAVIORAL INTEGRATIVE PSYCHOTHERAPY THROUGH VIDEOCONFERENCE: EMOTION REGULATION AS A MECHANISM OF CHANGE

Although psychotherapy is effective, little is known about its mechanisms of change. Among the candidates that have been proposed, emotion regulation (ER) has aroused special interest due to its transtheoretical and transdiagnostic nature. Although the role of ER has begun to be studied, it has not yet been explored in psychotherapy through videoconferencing. To do this, the

between-patient effects (the average trajectories) and within-patient effects (the individual trajectories) of ER were disaggregated on the outcome in 239 patients who received integrative cognitive-behavioral psychotherapy. ER was measured with the S-DERS and the outcome with the OQ-30. Multilevel models were applied to account for the nested structure of the data, and to be able to include both the average and individual trajectories. The model showed significant between-patient effects, such as significant within-patient effects of S-DERS on OQ-30. In addition, it was identified that between-patient effects moderate within-patient effects, indicating that those with the least initial difficulties in ER are the ones who benefit the most from this type of interventions. The establishment of how and what type of patient can benefit from interventions in ER through videoconference is relevant to tend towards the personalization of psychotherapy.

## Keywords

Integrative psychotherapy - Mechanisms of change - Emotion regulation - Videoconference psychotherapy

## BIBLIOGRAFÍA

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., y Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217-237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Delgadillo, J., y Lutz, W. (2020). A Development Pathway Towards Precision Mental Health Care. *JAMA Psychiatry, 346*, 1-2. <https://doi.org/10.1136/bmj.e5595>
- Falkenström, F., Finkel, S., Sandell, R., Rubel, J. A., y Holmqvist, R. (2017). Dynamic models of individual change in psychotherapy process research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 85*(6), 537-549. <https://doi.org/10.1037/ccp0000203>
- Fernández-Álvarez J, Fernández-Álvarez H (2021). Videoconferencing Psychotherapy During the Pandemic: Exceptional Times With Enduring Effects? *Frontiers in Psychology 12*. 10.3389/fpsyg.2021.589536

- Fernández-Álvarez, J., Molinari, G., Colombo, D., García-Palacios, A., Riva, G., y Botella, C. (2018). La regulación emocional como factor transdiagnóstico en psicoterapia: Luces y sombras de un campo en desarrollo. *Revista de Psicoterapia*, 29(110), 17-35.
- Goldin, P. R., Lee, I., Ziv, M., Jazaieri, H., Heimberg, R. G., y Gross, J. J. (2014). Trajectories of change in emotion regulation and social anxiety during cognitive-behavioral therapy for social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 56(1), 7-15. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.02.005>
- Gómez Penedo, J. M., Muiños, R., Hirsch, P., y Roussos, A. (2019). La aplicación de modelos lineales jerárquicos para el estudio de la eficacia en psicoterapia. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 11(1), 25-37.
- Hofmann, S. G., y Hayes, S. C. (2019). The Future of Intervention Science: Process-Based Therapy. *Clinical Psychological Science*, 7(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/2167702618772296>
- Lavender, J. M., Tull, M. T., DiLillo, D., Messman-Moore, T., y Gratz, K. L. (2017). Development and Validation of a State-Based Measure of Emotion Dysregulation: The State Difficulties in Emotion Regulation Scale (S-DERS). *Assessment*, 24(2), 197-209. <https://doi.org/10.1177/1073191115601218>
- Radkovsky, A., McArdle, J. J., Bockting, C. L. H., y Berking, M. (2014). Successful emotion regulation skills application predicts subsequent reduction of symptom severity during treatment of major depressive disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82(2), 248-262. <https://doi.org/10.1037/a0035828>
- Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., y Staiger, P. K. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 57(October 2016), 141-163. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.002>
- Strauss, A. Y., Kivity, Y., y Huppert, J. D. (2019). Emotion Regulation Strategies in Cognitive Behavioral Therapy for Panic Disorder. *Behavior Therapy*, 50(3), 659-671. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2018.10.005>
- Wampold, B. E., y Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. Routledge.
- Voderholzer U, Beintner I, Backes B, Esguerra E, Hessler-Kaufmann JB (2021). Implementing Videoconference CBT for Depression in Routine Outpatient Care: Outcome, Working Alliance, and Influence of Patients' Technology Commitment. *Verhaltenstherapie*