

La Terapia de Conducta hoy

TEMAS COMPILADOS POR:
SECCION DE TERAPIA DE CONDUCTA DEL COP-PV.

Desde hace varios años, la Terapia de Conducta se ha consolidado como una orientación sólida dentro del colectivo profesional de psicólogos clínicos. Más aún: cuenta con un amplio abanico de investigaciones y estudios encaminados a su aplicación dentro de la psicología clínica.

Definido como un paradigma científico, las publicaciones y trabajos sobre Terapia de Conducta están enmarcados en este criterio.

Resulta relevante el aumento progresivo de terapeutas de conducta que se viene produciendo últimamente, además de aquellos psicólogos que ejercen mayoritariamente desde la orientación cognitivo-conductual.

Con una perspectiva histórica cercana al siglo, la Terapia de Conducta sigue basándose prioritariamente en el Análisis Funcional, donde la conducta de un sujeto se explica y predice mediante una cadena de Estimulos-Respuestas-Consecuentes y Variables Organísmicas, estableciéndose en un patrón global.

No obstante, los programas de intervención conductual han evolucionado a "paquetes de tratamiento" para muchas alteraciones-fobias, pánico, bulimia, etc., "prescindiendo" en parte del Análisis Funcional; han depurado y condensado algunas técnicas con amplio margen de éxito en N casos con caracteres comunes, generalizando así su aplicación. Se sitúan como una opción rápida y eficaz, que "economiza" –maximizando resultados y reduciendo costes– el tratamiento psicológico.

Uno de los logros principales de la Terapia de Conducta es su capacidad para explicar y ofrecer tratamientos eficaces dentro de los límites del conocimiento científico vigente; este carácter, arroja resultados terapéuticos concretos, o, al menos, visibles, al basarse en el comportamiento, que es observable y cuantificable, y, en la metodología experimental.

En los últimos tiempos, el paradigma comportamental se ha ido adaptando y perfeccionando, agregando a sus componentes observables otros de tipo cognitivo –como no podía ser de otra forma–; también los tratamientos han ido incorporado estos elementos, que se localizan y cuantifican vía conducta verbal. En esta línea se unen consecuentemente ambas orientaciones, cognitiva y conductual, lo encubierto y lo manifiesto, dando lugar a un paradigma perfeccionado capaz de explicar las pautas del comportamiento humano.

Pero, ¿resuelve la Terapia de Conducta toda la problemática clínica que acude a nuestras consultas, instituciones, etc.?

¿Es el terapeuta de conducta un tipo específico del psicólogo?

¿Puede extenderse esta disciplina a otras áreas de la psicología?

Afirmamos con estas preguntas a la lectura de este dossier –que hemos ampliado en las secciones de entrevista y praxis–, con el que pretendemos dar una visión general de diversos aspectos actuales que se nos presentan como psicólogos terapeutas de conducta y profesionales.