

LA APLICACION DEL CONSTRUCTIVISMO EN TERAPIA: PRESENTACION Y ANALISIS CRITICO DEL MODELO DE GUIDANO Y LIOTTI

Cristina Botella Arbona

*Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos
Psicológicos
Universidad de Valencia*

RESUMEN

En éste trabajo se presenta detalladamente el modelo de Guidano y Liotti y su modo de aplicación en la práctica clínica. Se lleva a cabo un análisis crítico de dicho modelo: desde cómo plantean estos autores la organización y funcionamiento de las estructuras cognitivas... o cómo entienden los procesos de cambio (o ausencia de cambio)... hasta cómo se estructura la evaluación de los pacientes y cómo se aplica de modo concreto la terapia. A lo largo de todo el trabajo se intercala una serie de comentarios críticos, con el objeto de dilucidar cuál es la aportación real de este enfoque a nivel aplicado.

PALABRAS CLAVES: constructivismo, terapias cognitivas.

SUMMARY

In this paper the author presents in detail the Guidano and Liotti's model and its way of application in the clinical practice. The author makes a critical review of this model: from how Guidano and Liotti explain the organization of cognitive structures... or how they understand the processes of maintenance and change... to how they make the assessment and how they apply specifically their therapeutic methods. Along the paper, the author inserts critical remarks with the aim of discerning which is the real contribution of this approach.

1. INTRODUCCION

El presente trabajo se plantea como una segunda parte de otro ya publicado y titulado: "Modelos constructivistas en terapia cognitiva: Actualidad y valoración" (Botella, 1987). El propósito que allí nos guiaba era llevar a cabo un análisis crítico de los aspectos teóricos que subyacen al enfoque que Reda y Mahoney (1984) contemplan como la tendencia más nueva y prometedora en terapia cognitiva, esto es, la perspectiva constructivista. Para Reda y Mahoney este enfoque supone una superación clara de la otra gran corriente existente, la perspectiva asociacionista, perspectiva que estos autores siguen considerando útil, aunque adoleciendo de evidentes insuficiencias(1).

Para llevar a cabo dicho análisis nos centramos, básicamente, en el modelo de Guidano y Liotti (1983)(2) ya que, en nuestra opinión, puede ser considerado como la presentación más amplia y sistemática realizada hasta el momento de la perspectiva constructivista. Evidentemente, no es nuestro propósito repetir todo lo que allí expusimos, pero, pensamos, que para posibilitar tanto una mejor comprensión del modelo de Guidano y Liotti, como su aplicación práctica en terapia, resulta necesario señalar, al menos, los aspectos teóricos centrales de los que parten estos autores. En ello entramos a continuación.

1) Se enmarcan en una perspectiva evolucionista, defienden una identificación entre evolución y conocimiento y definen su posición como de realismo crítico.

2) Critican la perspectiva asociacionista ya que, en su opinión, en esta perspectiva habría ejercido una notable influencia el empirismo clásico y tal influencia habría dado lugar a los problemas fundamentales que, según estos autores, están presentes en las conceptualizaciones subyacentes a las terapias asociacionistas, a saber, la creencia respecto al origen sensorial del conocimiento y a la pasividad de la mente humana. Para superar estos problemas apelan a las teorías motoras de la mente (Weimer, 1977)

3) Siguiendo a Polanyi (1966) afirman que existen dos tipos de conocimiento: tácito y explícito. Para Guidano y Liotti el conocimiento tácito será aquél del que no podemos hablar y el conocimiento explícito aquél del que podemos hablar.

Se tratará de dos tipos de conocimiento con patrones funcionales distintos. El primero será el que aparecerá en primer lugar y supondrá un conocimiento directo e inmediato del mundo; el segundo surgirá de un modo gradual y requerirá la existencia previa del lenguaje. Estos autores afirman que, aunque el control de toda la organización cognitiva estará en manos del conocimiento explícito, el conocimiento tácito nos proporcionará lo que llaman un "marco de coordenadas", queriendo indicar con esto que, de algún modo, el conocimiento tácito establecerá o marcará los límites del conocimiento explícito.

También hablan estos autores de auto-conocimiento que se desarrollará (siempre siguiendo los límites marcados por el conocimiento tácito) a partir de un elemento integrador que coordinará el conocimiento ya adquirido con cualquier tipo de información nueva que pueda llegar del medio ambiente. A este elemento integrador lo llaman: la identidad personal, posteriormente veremos más en detalle este concepto.

4) Por último, retoman la teoría del apego (attachment) de Bowlby (1958, 1969, 1973) y, a partir de las ideas de este autor, señalan que un factor fundamental del medio ambiente para el desarrollo del auto-conocimiento lo constituyen las personas que rodean al niño. El tipo de relación que el niño establezca con estas personas, y muy especialmente con la figura principal de apego (que, generalmente, será la madre), en la primera infancia, dará cuenta del desarrollo cognitivo y emocional posterior.

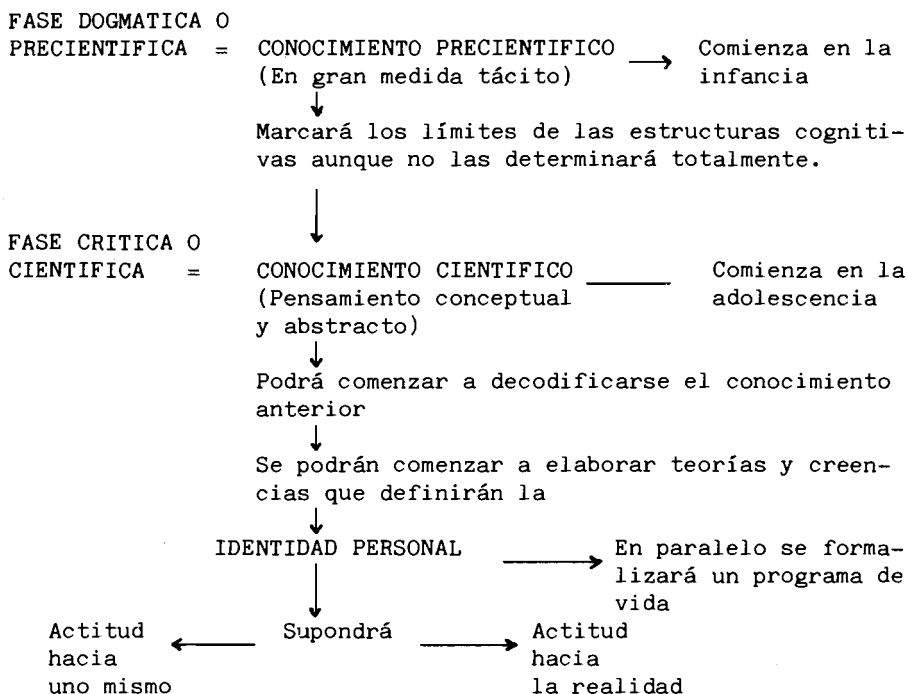
Dan una enorme importancia a los procesos de apego y desapego. Este último comenzará alrededor del primer o segundo año de vida y tendrá como período crítico la adolescencia. Hipotetizan que los patrones de apego y desapego que se establezcan determinarán los tipos de relaciones que establecerá una persona en la vida adulta, un desarrollo emocional y cognitivo adecuado o inadecuado, y, más todavía, la forma específica que adopte un trastorno concreto.

2. EL MODELO DE GUIDANO Y LIOTTI

2.1. La formalización del autoconocimiento

Presentan una analogía, siguiendo a Popper (1974), entre la elaboración del conocimiento y la formación de las teorías científicas. Habría dos fases en la elaboración de una teoría: dogmática o precientífica y crítica o científica (ver tabla 1). La pri

TABLA Nº 1: ANALOGIA ENTRE LA FORMACION DE LAS TEORIAS CIENTIFICAS Y LA FORMALIZACION DEL AUTO-CONOCIMIENTO QUE, SIGUIENDO A POPPER (1974), LLEVAN A CABO GUIDANO Y LIOTTI (1983)



mera necesariamente precedería y serviría de punto de partida para la segunda. Según Guidano y Liotti, lo mismo ocurrirá respecto al conocimiento, el conocimiento que ha ido adquiriendo un niño a lo largo del proceso de desarrollo se asemejará a la etapa precientífica. Se tratará de un conocimiento en gran medida tácito y, aunque no determinará de un modo absoluto todo el conocimiento posterior, si marcará de algún modo los límites de las estructuras cognitivas. Posteriormente, con la aparición de procesos de pensamiento abstractos ya se podrá comenzar a realizar una elaboración lógica, una decodificación del conocimiento adquirido previamente.

Sitúan el momento de la emergencia de ese pensamiento conceptual y abstracto al comienzo de la adolescencia. Ya que en ese periodo, según estos autores, se dará una condición fundamental: la capacidad para transformar los procesos cognitivos y emocionales en objetos de pensamiento. A partir de ahí resultará posible

esa decodificación del conocimiento anterior y la persona comenzará a organizar en teorías y creencias lo que hasta entonces sólo había conocido de forma tácita. Tales teorías y creencias conformarán la identidad personal, estructura cognitiva que Guidano y Liotti definen como "El resultado de la continua relación existente entre el auto-conocimiento tácito y la concepción consciente que los individuos tienen de ellos mismos y con la que intentan explicar e interpretar lo que están experimentando" (pág. 60) Esta formalización de la identidad personal dará lugar a una determinada actitud hacia uno mismo y hacia la realidad.

Veamos qué problemas se nos plantean con la anterior analogía. En primer lugar, como hemos visto, Guidano y Liotti indican que comienza a haber conocimiento explícito desde el momento de la aparición del lenguaje y con la internalización de éste. No llegamos a entender aquí por qué se habla entonces de que el "conocimiento científico", el "conocimiento lógico", comienza en la adolescencia y que la mayor parte de conocimiento anterior es fundamentalmente tácito. Además de considerar que se produce lo que llamaríamos un notable reduccionismo de todo conocimiento a conocimiento tácito, pensamos que esta teoría está a la espera de una mayor elaboración. ¿Por qué desechar o no contar con el conocimiento explícito que haya adquirido una persona con anterioridad a la adolescencia?.

En segundo lugar, afirman que el conocimiento prelógico o dogmático (conocimiento tácito) no determina completamente el conocimiento y estructuras cognitivas posteriores, pero sí constituye un incuestionable punto de partida, una demarcación de límites. Tal y como lo plantean los autores, no somos capaces de encontrar gran utilidad al concepto. Supone un punto de partida, aunque reconocen que puede ser alterado o variar por innumerables situaciones posteriores. Si no se ponen algunos límites, aunque sean algo generales, a los "límites" que supone este conocimiento tácito anterior y no se especifican las situaciones posteriores que pueden modificarlo y cómo, resulta difícil encontrarle sentido. Sinceramente, da la impresión de que nos encontramos ante una interpretación típicamente freudiana en la que todo resulta posible.

2.2. La organización de las estructuras cognitivas

Para presentar la organización y el funcionamiento de las estructuras cognitivas Guidano y Liotti siguen apelando a las analogías y recurren esta vez al modelo de Lakatos (1964) sobre la organización de las teorías científicas como "programas de investigación".

Según estos autores, habría dos razones para elegir el modelo de Lakatos (1974): 1) La primera sería que en dicho modelo se considera una teoría científica como una estructura organizada y

abierta, la teoría puede proporcionar una descripción del mundo y un programa de investigación a seguir. 2) La segunda razón estribaría en que el modelo disminuye el énfasis en la racionalidad y subraya los aspectos dogmáticos de una teoría. El científico, muchas veces, no sería, consciente de sus propios "supuestos metafísicos" y trataría de confirmar su teoría, no de falsarla y, por lo tanto, los resultados no consistentes con la teoría, o los datos en contra, no harían que se tambaleasen los supuestos básicos.

En concreto, se centran en los conceptos de "firme núcleo metafísico" que contendría los supuestos básicos; "banda protectora" que estaría formada por una serie de hipótesis que se situarían alrededor del núcleo, y unos "planes de investigación" que estarían generados por las hipótesis auxiliares anteriores. A continuación describimos cómo utilizan estos conceptos en su modelo.

Antes de comenzar la descripción de la organización de las estructuras cognitivas en el ser humano, según la entienden Guidano y Liotti, no podemos dejar de realizar algunas reflexiones. Parece que está ampliamente reconocido que la psicología no ha alcanzado un status satisfactorio a nivel teórico y a nivel metodológico. En nuestro país esta cuestión ha sido puesta de manifiesto no hace mucho tiempo por tres autores de reconocido prestigio (Pelechano, Pinillos y Seoane, 1981). Pero, por otra parte, la epistemología como disciplina está lejos de haber resuelto sus propios problemas: por el momento, no se ha formulado una teoría epistemológica coherente que dé razón del funcionamiento de la metodología de la investigación científica. O dicho con otras palabras, se han formulado muchas pero no han quedado sin contestación, la polémica sigue sin estar cerrada. Sin embargo, se observa un énfasis en psicología por tomar prestadas teorías de la epistemología e intentar acoplar a estos marcos sus propios problemas.

Actualmente, resulta bastante común encontrar recogida, en libros y publicaciones, la idea pionera de Kelly (1955) de considerar al hombre como un científico. Por otra parte, tenemos la analogía de Mahoney (1980) entre el análisis de las revoluciones científicas de Kuhn (1962) y el cambio que se produce en terapia. Ahora se nos plantea una analogía entre la organización de las teorías científicas según el modelo de Lakatos y la organización y estructura del conocimiento. Nuestra opinión es que aunque algunas de las ideas presentadas pueden resultar extraordinariamente sugerentes, no parece muy claro cómo la aplicación de unas teorías o conceptos de un campo de conocimiento, con sus propios problemas no resueltos, va a solucionar los problemas (distintos, evidentemente, ya que se trata de otro objeto de estudio) de otro campo de conocimiento.

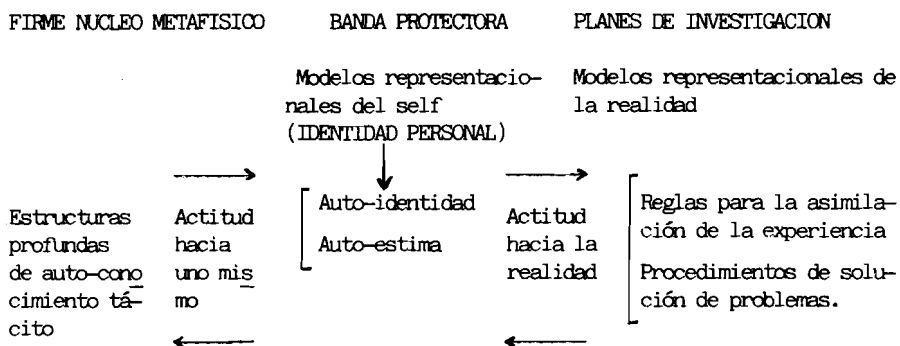
Por otra parte, encontramos diferentes grados de concreción en los tres ejemplos presentados. Creemos que Kelly presentaba su analogía de una forma muy global, quería poner de manifiesto que el hombre anticipa: "Los procesos de una persona son canalizados psicológicamente por las formas en que anticipa los eventos" (1955, pág. 46). Como pone de manifiesto una anécdota que aporta Mischel (1980) la etiología de los constructos, y cómo evolucionaban o se asociaban a acciones específicas era algo que no interesaba a Kelly, nunca se dedicó a hacer más explícitos estos puntos. Mischel (1980) puntualiza: "la teoría de Kelly es en gran medida una teoría de cómo categorizamos, no de cómo esas categorías surgen ni de cómo y cuándo actuamos como lo hacemos en contextos concretos ni de cómo cambios en las condiciones pueden cambiar nuestros constructos en la misma forma en que nuestros constructos pueden cambiar esas condiciones" (p. 87). Como se ha dicho, la teoría de Kelly puede parecer incompleta (Landfield, 1980; Mischel, 1980), pero quizás el mismo Kelly no estaría de acuerdo con los desarrollos teóricos actuales que reifican "estructuras" queriendo darles un valor de realidad y de verdad por el momento no demostrado.

La analogía de Mahoney (1980) creemos que estaría más basada en procesos, más o menos similares, que podrían darse entre una revolución científica y un cambio personal. Y pensamos que el mismo Mahoney presenta su perspectiva recogiendo para terapia una idea fundamental de Kelly: el cambio de constructos o el logro de constructos más permeables. Kelly lo haría proponiendo al paciente un "rol fijo" distinto al suyo que podría hacer que este paciente considerara que algo de sí mismo y algo del mundo que le rodea está cambiando. Mahoney propondría "experimentos" que pueden hacer que el sistema de creencias del paciente se tambalee y por fin caiga, a la vez que el terapeuta probablemente ayudaría al paciente en la construcción de un sistema de creencias alternativo. Pero como acabamos de señalar, vemos en la analogía similitudes, únicamente, a nivel de procesos. Sin embargo, en Guidano y Liotti se presenta una asimilación de conceptos que supones estructuras y en nuestra opinión se reifican tales estructuras. Creemos que en el nivel de "cercanía" o de "exactitud" con que se traduzcan estas analogías puede depender el que supongan ideas más o menos útiles y generativas de hipótesis de trabajo o que lleguen a convertirse en algo excesivamente rígido que conduzca a una encapsulación.

2.1.1. Los aspectos estructurales del modelo de Guidano y Liotti

Para que resulte más fácilmente comprensible la explicación, aparece en la tabla número 2 el esquema resumen con el que estos autores ejemplifican la organización del conocimiento. Veamos los aspectos centrales de tal organización.

TABLA Nº 2: ORGANIZACION DEL CONOCIMIENTO COMO UN PROGRAMA DE INVESTIGACION. (Tomado de Guidano y Liotti, 1983).



a) Firme núcleo metafísico. Se trata de una estructura identificada fundamentalmente con el auto-conocimiento tácito. La idea central es que este auto-conocimiento será básicamente incuestionable. Para cada persona, el conocimiento tácito conformará una parte central de uno mismo frente a la que no existen alternativas, esto es, la persona no podrá hacer otra cosa más que asumirla como un hecho incuestionable.

Este auto-conocimiento tácito, que forma el núcleo del sistema, incluye una serie de reglas generales que determinarán los aspectos invariantes del procesamiento cognitivo de la persona. Tales reglas regularán tanto la percepción como la atención de la persona y extraerán unos patrones de regularidad excluyendo otros. Por otra parte, también supondrán un criterio de referencia para la realización de una serie de procesos a través de los cuales se elaborarán creencias, teóricas y expectativas que, a su vez, llegarán a formar parte de otras estructuras cognitivas. Guidano y Liotti afirman que es probable que estas reglas tengan influencia en el desarrollo de un tipo de "teorías del tiempo" que coordinaría los ritmos de atención y percepción, la modulación de la información proporcionada por la memoria y el pensamiento deductivo. Por último, estas estructuras profundas del auto-conocimiento regularán la mayor parte de la vida emocional e imaginativa de la persona.

b) Banda protectora. Corresponde a las estructuras que definen y mantienen la identidad personal. Este concepto de identidad personal, como ya se ha indicado, resulta absolutamente central en el sistema. Recordemos que Guidano y Liotti la entendían como el resultado de una relación continua que se establece entre el conocimiento tácito y la concepción consciente que las personas tie

nen de sí mismas y del mundo que las rodea. Según estos autores, esta relación será dinámica y "la identidad personal no queda definida de una vez y por todas sino que, más bien, acepta continuo feedback a partir de la auto-percepción y auto-evaluación, las cuales, a su vez, afectan y son afectadas por la interacción del individuo con su mundo" (pág. 60). Por último, señalan que esta estructura llamada banda protectora será el juez de todo el sistema. Sólo será posible influir en el núcleo de este sistema a través de ella.

Después pasan a considerar los dos componentes de la identidad personal:

Auto-identidad. La definen como "el patrón global de rasgos y actitudes que un individuo considera personales y distintivos y que están disponibles inmediatamente en la representación consciente que el individuo tiene de sí mismo" (pág. 67). Sería nuestra propia forma de pensar sobre nosotros mismos, y también sobre nosotros mismos actuando en el mundo que nos rodea, nuestra auto-imagen.

Auto-estima. La explicitan señalando que cada ser humano tratará de adherirse a una auto-identidad tanto a nivel de conducta como a nivel emocional, además, constantemente se estará auto-evaluando y se producirá una mayor o menor congruencia entre el "valor" de uno mismo y las distintas valoraciones que el individuo realiza de su conducta y de sus emociones.

Aunque nombren la palabra conducta, Guidano y Liotti señalan (aunque no llegamos a comprender por qué) que el concepto de auto-estima se refiere básicamente a las emociones. La auto-estima establecerá qué emociones podemos aceptar como nuestras y cuáles no, en qué momentos resultaría aceptable expresar una determinada emoción y cómo, y cuales no.

c) Planes de investigación. La última estructura cognitiva a considerar sería lo que estos autores llaman "planes de investigación", consistirán en la elaboración de "modelos que simulen y anticipen la realidad" (pág. 70). Estarán controlados por dos tipos de reglas:

c.1) Reglas que coordinan la asimilación de la experiencia, tanto por lo que se refiere a qué experiencias se considerarán relevantes, como al modo de integrar esas experiencias en las estructuras cognitivas.

c.2) Reglas que coordinan los procedimientos de solución de problemas, especificando la naturaleza de los problemas y la estrategia para enfrentarlos.

2.2.2. Aspectos funcionales del modelo

Postulan que las estructuras cognitivas interactúan con la realidad a través de las representaciones internas. Tales representaciones internas las entienden también estos autores, como una serie de modelos que constantemente estarán simulando y anticipando la realidad externa (en este sentido parece lógico pensar que las representaciones internas estarán muy relacionadas con la estructura cognitiva a la que llaman planes de investigación) a partir de esa anticipación contribuirán de forma notable en el modo en que experimentemos el mundo que nos rodea.

Según Guidano y Liotti, estas representaciones internas tienen una serie de características:

a) Representarán el mundo de forma parcial y limitada. El conocimiento se representa cada vez y de forma episódica.

b) Se producirá una relación recíproca entre la percepción de hechos por parte de la persona y la información de otras experiencias anteriores que proporciona la memoria. Las estructuras profundas de conocimiento influirán en estas representaciones internas de dos modos: por medio de un proceso de atención selectiva; o modulando directamente la información proporcionada por la memoria.

c) Existirán dos tipos de códigos a través de los cuales se procesará la información en las estructuras profundas:

c.1) Código analógico. Que fundamentalmente procesaría imágenes. Según Guidano y Liotti, estas imágenes no deberían entenderse como "copias sensoriales", sino como fenómenos estructurales que contendrán información respecto a situaciones y la forma de enfrentarlas. Lo que se retendría en la memoria sería esa información. Cada vez que se reconstruyera esa imagen dicha información entraría en juego. Una característica importante del código imaginativo será su aspecto emocional, señalan una interrelación entre imágenes y emociones. Finalmente, este procesamiento de imágenes seguiría un curso bastante variable, ya que los patrones que combinan imágenes no estarían basados en una secuencialidad lógica. Por todo ello afirman que el tipo de información contenida en la imaginación será fundamentalmente tácito, y por tanto la imaginación será una de las formas fundamentales en las que las personas pondrán de manifiesto conocimiento tácito.

c.2) Código analítico. Este código procesará el lenguaje, esto es, unidades léxicas. Para Guidano y Liotti un ejemplo de estas representaciones internas del lenguaje será la idea del "diálogo interno" propuesta por Meichenbaum (1977). El pensamiento verbal generará conceptos sobre objetos y situaciones que, una vez ela-

borados, podrán ser tratados y estructurados ellos mismos como objetos de conocimiento con independencia de cómo surgieron.

Este tipo de representación interna será mucho más estable que la correspondiente al código imaginativo y supondrá un elemento de orden para toda la estructura del sistema cognitivo. Para Guidano y Liotti, el procesamiento del lenguaje resulta fundamental ya que supone un elemento esencial en los procedimientos de solución de problemas que, como hemos visto, serán derivaciones prácticas de los programas de investigación generados por las estructuras cognitivas. Parece evidente que, al igual que Bandura (1969), recurren a Paivio (1971) para la estructuración de la información en dos tipos de códigos: imaginativos y verbales. Reconocen la influencia de Pylyshyn (1973) respecto a que lo que almacenamos no es la imagen, sino la información que tal imagen nos ha proporcionado. Sin embargo, no recurren, y pensamos que lamentablemente, a los trabajos de Lang (1969, 1977) sobre la imaginación y sus aplicaciones a nivel de terapia.

2.3. Procesos de mantenimiento y procesos de cambio de la organización cognitiva

Una vez presentados los aspectos estructurales y los aspectos funcionales del modelo de Guidano y Liotti, resulta posible analizar cómo entienden estos autores los procesos de mantenimiento y los procesos de cambio de la organización cognitiva. Para ellos, la estructura cognitiva central que regula dichos procesos es la identidad personal.

2.3.1. Mantenimiento

Los procesos de mantenimiento, esto es, no cambio, se basarían fundamentalmente en lo siguiente:

a) La identidad personal supone una actitud hacia la realidad, en la medida en que se dé una complementariedad entre la auto-imagen y la imagen de la realidad, se mantendrá estable la identidad personal. Esto se logrará en base a un mecanismo de selección de datos de la realidad externa para, así, sólo tomar en consideración los datos que resulten congruentes con la auto-imagen. Evidentemente esto confirmaría la identidad personal, aunque no se explica en el modelo en base a qué opera tal mecanismo, ni en función de qué se lleva a cabo esa selección de datos de la realidad externa.

b) Otra forma de mantener estable la identidad personal, según estos autores, será la capacidad para formular problemas y enfrentarlos. Para explicar este punto recurren a las ideas de Watzlawick et. al. (1974) (ej. "cuando la solución es el problema" "más de lo mismo") sobre CAMBIO 1 y CAMBIO 2 para poner de manifiesto

que, muchas veces, el modo de formular el problema y enfrentarlo hace que la situación se mantenga igual indefinidamente.

2.3.2. *Cambio*. Se centran de nuevo en la analogía del hombre como científico. El científico, intentando explicar la realidad, construye teorías y formula hipótesis pero, en muchas ocasiones, se encuentra con datos que no puede explicar, que no encajan en el sistema y que hacen necesario revisar las hipótesis. De la misma forma, el concepto que una persona tenga de sí misma y del mundo estará siempre interactuando con la propia realidad y datos anómalos procedentes de la realidad pueden hacer que se modifiquen tales actitudes. Ahora bien, aún reconociendo esto, para explicar el mantenimiento de la identidad personal afirman que "dentro de una determinada actitud hacia la realidad, el rango de cambios posibles ya está definido, así que cuando ocurren no producen una modificación apreciable en la identidad personal del individuo" (pág. 91), aunque no explican qué es lo que define ese "rango de cambios".

2.3.3. *Conceptualizaciones sobre el cambio*

Guidano y Liotti cuando hablan de los procesos de cambio manejan distintos conceptos respecto a tales procesos (ver tabla nº3)

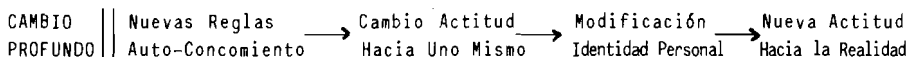
a) El primero de ellos es el concepto de *cambio profundo*, que para estos autores será el resultado de dos tipos de presiones ejercidas sobre la identidad personal. Por una parte, la presión ejercida por datos de la experiencia "procedentes de la actitud hacia la realidad y que no pueden ser explicados por la autoimagen estructurada"... y por otra "datos anómalos pueden elicitar implicaciones adicionales derivadas del autoconocimiento individual, y éstas, a su vez, requerirán procesamiento e incorporación en la identidad personal (pág. 92). A partir de estas consideraciones afirman que un *cambio profundo* se identificará con "el cambio de actitud hacia uno mismo logrado a través de la explicación y reconstrucción de nuevas reglas que provienen del auto-conocimiento. El cambio de actitud hacia uno mismo consecuentemente provocará una modificación de la identidad personal, esto, a su vez, producirá una reestructuración de la actitud hacia la realidad a través de la cual el mundo puede ser visto y enfrentado de una manera diferente" (pág. 92). Permítansenos estas citas quizás excesivamente largas de los autores, creemos que resulta muy necesario que en estos conceptos centrales no nos apartemos del texto original para evitar posibles distorsiones en el análisis, que inmediatamente llevaremos a cabo, sobre todas estas cuestiones. Antes, sin embargo, debemos finalizar la exposición de Guidano y Liotti sobre el cambio.

b) *Cambio progresivo*. Se tratará de un intento de cambio que tiene éxito. Como hemos visto, la actitud de una persona hacia

TABLA Nº 3: CONCEPTUALIZACIONES SOBRE EL CAMBIO Y NIVELES DE INTERVENCION TERAPEUTICA

(1) CONCEPTO DE CAMBIO PROFUNDO: resultado de dos tipos de PRESIONES sobre la IDENTIDAD PERSONAL

- a) Datos anómalos que no pueden explicarse en base a la auto-imagen estructurada.
- b) Estos datos anómalos pueden elicitar otras implicaciones derivadas del auto-conocimiento que requerirán ser procesadas e incorporadas en la identidad personal.

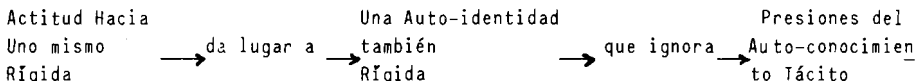


(2) CONCEPTO DE CAMBIO PROGRESIVO: Intento de cambio que tiene éxito.

- a) Se ejemplificaría en el proceso anterior.

(3) CONCEPTO DE CAMBIO REGRESIVO: Intento de cambio que no tiene éxito.

- a) Inicio proceso es idéntico.
- b) El elemento diferenciador se situa en:



(4) NIVELES DE INTERVENCION TERAPEUTICA: Profundos y Superficiales

la realidad puede verse puesta en cuestión por el surgimiento de datos anómalos; esto pondrá en marcha nuevas implicaciones a nivel del auto-conocimiento, los cuales ejercerán presión hacia el cambio de actitud que, finalmente, se hará explícito y se incorporará en la identidad personal. A partir de aquí, se generará una nueva actitud hacia uno mismo y hacia la realidad. Aunque estos autores sitúan el origen del cambio en la experiencia, también afirman que esta nueva forma de ver el mundo y a uno mismo será el resultado de nuevas reglas que emergen del auto-conocimiento del individuo. Por lo tanto, en gran medida, el cambio estará determinado internamente. Además, esta nueva auto-imagen no cancelará las anteriores, lo que hará será llevar a cabo una nueva reestructuración. El mantenimiento de las viejas creencias reestructuradas proporcionará el sentido de continuidad en el que se basa la identidad personal.

c) *Cambio regresivo*. Se recurre al mismo sistema, pero, para explicar un fracaso en lograr el cambio introducen un nuevo elemento. Guidano y Liotti explican el fracaso en base a que el individuo tendrá una actitud hacia sí mismo excesivamente rígida que, a su vez, habrá contribuido a una auto-imagen también excesivamente rígida y, en consecuencia, las presiones ejercidas por el auto-conocimiento tácito no serán tomadas en consideración ya que serán demasiado distintas o serán incompatibles con la auto-identidad del individuo. Y de nuevo recurren al mecanismo de atención selectiva para explicar este cambio regresivo sin haber analizado cómo funciona y en base a qué se produce esta atención selectiva.

Con todos los elementos del modelo presentados podemos pasar ya a realizar un análisis del cambio. Como una cuestión formal, lo primero que habría que poner de manifiesto es que no parece desprenderse del estudio del modelo que se produzcan cambios o modificaciones en el auto-conocimiento tácito. Más bien a partir de las explicaciones podría entenderse el autoconocimiento tácito como una gran estructura que almacenaría datos de la experiencia y en función de esos datos generaría reglas que modificarían las teorías o creencias a nivel explícito (identidad personal). El único cambio (según entendemos) sería que habría más información pero no se explicita en función de qué esa nueva información produce modificaciones en el auto-conocimiento tácito. O dicho con otras palabras, parece faltar un análisis más detallado del proceso de cambio en el núcleo firme metafísico. A no ser que se entienda que a ese nivel profundo no se producen cambios.

En segundo lugar, y creemos que más importante y con más implicaciones para terapia, queremos llamar la atención sobre algunos puntos. Para ello, permítasenos que nos remontemos algo en los elementos conceptuales del modelo. El auto-conocimiento tácito surge, según Guidano y Liotti, a partir de la interacción entre organismo y medio ambiente y sería aquél del que no podemos hablar, siendo las personas que rodean al niño y, en concreto, las figuras de apego lo más importante del medio ambiente. El autoconocimiento explícito también surge a partir de esta interacción, pero sólo es posible cuando aparece el lenguaje, con la internalización de éste y la capacidad de conceptualización por parte de la persona. Sería aquél del que sí podemos hablar. La identidad personal se desarrolla al inicio de la adolescencia, con la posibilidad del pensamiento lógico abstracto y sus bases las proporciona el auto-conocimiento tácito. La identidad personal comenzaría a decodificar el auto-conocimiento tácito acumulado y surgirían teorías y creencias sobre uno mismo y sobre el mundo.

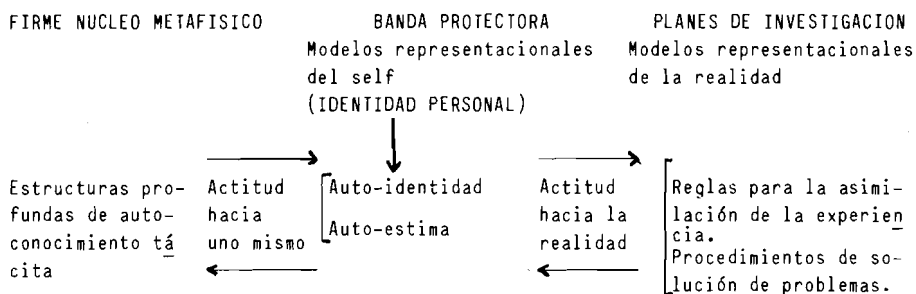
Del resumen (creemos fiel) expuesto hasta aquí no podemos llegar a entender dos cosas. En primer lugar, si no existe identidad personal antes de la adolescencia no sería posible mantener antes

de esa etapa ningún tipo de creencias sobre uno mismo o sobre el mundo externo. No pensamos que eso se ajuste a la realidad, los niños de cinco, siete o nueve años, por poner cualquier edad anterior a esa etapa, muestran a diario sus teorías sobre sí mismos y sobre el mundo que les rodea. Otra cuestión es si tales teorías son exactas, verdaderas o están perfectamente estructuradas, pero tenerlas las tienen (aunque quizás lo mismo cabría decir de las de los adultos). En segundo lugar, tampoco llegamos a entender qué función asignan los autores al auto-conocimiento explícito. Da la impresión de que de él sólo sabemos que es aquél del que podemos hablar, pero no sabemos qué decir. La auto-conciencia decodifica el auto-conocimiento tácito, pero, no parece preocuparse por el auto-conocimiento explícito. Tampoco parecen preocuparse Guidano y Liotti, ya que no vuelve a aparecer en el modelo. Pensamos que hubiera debido prestarse atención a cómo se organiza y cómo puede modificarse ese conocimiento explícito, importantísima fuente de conocimiento en el ser humano, para, a partir de ahí, poder extraer alguna conclusión útil para terapia.

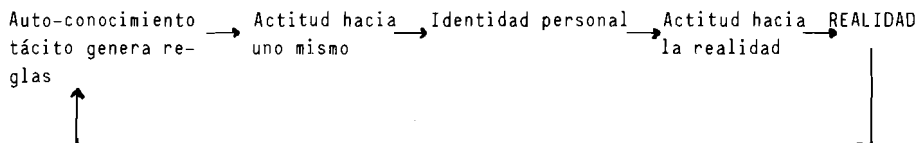
Por otra parte, y quizás más central, hemos visto cómo están organizadas las estructuras y cómo se explican los procesos de mantenimiento y cambio. No entendemos bien la función de la estructura postulada como banda o zona protectora si los datos de la experiencia llegan directamente al auto-conocimiento tácito. O dicho con otras palabras, parece que algo no está claro en el modelo o al menos, nosotros no llegamos a entenderlo. Los procesos de cambio profundos podrían darse de dos formas, según vimos; por una parte, "la actitud de una persona hacia la realidad se encontraría con datos anómalos, hechos incongruentes con la autoimagen..." y aquí se detiene la explicación. Pensamos que necesariamente ya que en el modelo no existe mecanismo alguno para llevar esos datos anómalos, a través de la identidad personal, hasta el auto-conocimiento (en su planteamiento de cambio siempre se va desde el auto-conocimiento tácito en base a generación de reglas profundas hasta la identidad personal, que generaría una nueva actitud hacia la realidad). Por lo tanto, Guidano y Liotti conectan directamente experiencia y auto-conocimiento tácito, y a partir de esa estructura comienza el proceso de cambio. En ningún momento conectan la realidad con ninguna estructura consciente, en el sentido de que un hecho anómalo de la experiencia puede modificar esa estructura consciente, siempre el proceso de cambio seguiría el sentido contrario. En la figura número 4 se presenta esquematizado el sentido que seguiría el proceso de cambio en el modelo, según lo entendemos nosotros, a partir de las explicaciones teóricas de Guidano y Liotti.

Como puede verse, el origen del cambio sería la experiencia, la existencia de esos datos no explicables o incongruentes. Como señalan Guidano y Liotti, a partir de ahí el auto-conocimiento generaría una serie de nuevas implicaciones, nuevas reglas profunu

TABLA Nº 4: ORGANIZACION DEL CONOCIMIENTO COMO UN PROGRAMA DE INVESTIGACION. (Tomado de Guidano y Liotti, 1983).



SENTIDO QUE ENTENDEMOS SEGUIRIA EL PROCESO DE CAMBIO A PARTIR DE LAS EXPLICACIONES SE GUIDANO Y LIOTTI (1983)



das que modificarían (si se consiguiera cambio, esto es, si no existiera "rigidez") la actitud hacia uno mismo, y esto haría que se produjese una reestructuración en la identidad personal, y, a su vez, esta modificaría la actitud hacia la realidad que permitiría enfrentar el mundo circundante de distinta forma.

La cuestión, creemos que importante, que se nos plantea es cómo actuar entonces en terapia. Si ya señalamos antes que faltaba una explicación más clara en el modelo de cómo funcionaba la estructura correspondiente al conocimiento tácito, cómo saber qué hacer, qué procedimiento puede resultar mejor si siempre actuamos a un nivel del que no podemos hablar por que es tácito.

2.3.4. Niveles de intervención terapéutica

Guidano y Liotti finalizan su análisis del mantenimiento y cambio de las estructuras cognitivas señalando los dos tipos de intervención terapéutica recogidos en el trabajo de Arnkoff (1980). Un cambio periférico o superficial y un cambio central. Entendemos lo que se quiere decir por cambio central (según acabamos de ver) pero, realmente, no entendemos qué quieren decir cuando hablan de cambio superficial o periférico, indican "un cambio periférico coincide con la reorganización de la actitud del paciente hacia la realidad dentro de los límites permitidos por el mante-

nimiento de su actitud hacia el self" (pág. 97). Los autores intentan aclararlo señalando que sería un tipo de cambio que podría lograrse con técnicas de modificación de conducta o procedimientos de solución de problemas. No quisiéramos que se nos considerara en este punto como excesivamente puntillosos, sí podemos entender la idea que quieren transmitir tanto Arnkoff (1980) como Guidano y Liotti, lo que queremos poner de manifiesto es que en la explicación teórica de estos últimos no se encuentra en ningún momento algo que dé razón, desde un punto de vista teórico, de este tipo de cambio. En todo caso, la única frase que pensamos lo explicaría (y que curiosamente coincide bastante con esta última que acabamos de ver referida a cambio superficial) sería el primer tipo de exigencia que según ellos lograría cambio PROFUNDO "datos anómalos experienciales procedentes de la actitud hacia la realidad y que no pueden ser explicados por la auto-imágen estructurada" (p. 92), exigencia y camino de cambio que ya no seguían desarrollando dentro del sistema.

Para finalizar con este punto, y aunque no es este, en absoluto, el propósito del trabajo, no podemos dejar de señalar que sí creemos que se puedan producir distintos niveles de cambio en la intervención terapéutica. Ahora bien, no les damos la misma interpretación que la presentada por Guidano y Liotti.

Partimos de un modelo bastante distinto (Pelechano, 1973, 1987 en prensa; Pelechano y Botella 1984, 1985, 1987) y nos planteamos respecto a este punto, conceptos como *niveles de consolidación y niveles de generalidad-especificidad*. Por ejemplo, yo puedo pensar que hoy, en este momento, me he mostrado bastante simpática o eficaz, o miedosa, o activa, o rígida... y puedo pensar algo similar del mundo que me rodea. También puedo pensar que en esta última temporada me estoy mostrando así. Y también puedo pensar, respecto a cualquiera de los ejemplos mencionados que SOY ASI. Lo que creemos es que para lograr estos distintos niveles de ideas, creencias, teorías, conceptos, constructos, o como se les quiera llamar, algunas cosas han debido ocurrir, y parece que es más probable que hayan sido más numerosas o más intensas las experiencias que han llevado a una persona a la idea o creencia de que ES ASI. También pensamos que para lograr cambios a un nivel de consolidación más elevado van a ser necesarios más esfuerzos, mayor número de experiencias y más tiempo. No queremos decir con esto que las mismas técnicas sirvan para todo, ni que las técnicas sean ya perfectas. Por el contrario, parece necesaria una gran cantidad de investigación para saber cuándo, cómo y con quién resultará más eficaz la aplicación de las herramientas terapéuticas disponibles en la actualidad. Lo que sí queremos señalar es que los elementos con los que podemos contar son una persona (paciente o cliente) pensante que actúa, un medio ambiente y una persona (terapeuta) que también se supone pensante y que también actúa. Actualmente se está reivindicando, y quizá con gran justicia, que

alguna de las actuaciones de ambos serán conscientes, explícitas o intervendrá en gran medida la conciencia. Otras serán directas, tácitas, inconscientes o intervendrá en menor medida la conciencia. Lo que parece bastante sensato es que nos centremos en investigar (sin dejar de lado ninguna de las posibilidades) la mejor forma de lograr cambios siempre que estos sean asumidos, deseados y en la dirección que pretende el paciente y siempre, también, que nosotros como terapeutas estemos de acuerdo con dichos cambios.

3. LA APLICACION EN TERAPIA DEL MODELO DE GUIDANO Y LIOTTI

3.1. La evaluación de las estructuras cognitivas

Guidano y Liotti subrayan lo necesario que resulta evaluar adecuadamente las estructuras cognitivas poniendo de relieve que evaluación y cambio serían interdependientes. Parten de una serie de trabajos, fundamentalmente el de Nisbett y Wilson (1977), en los que se indican que las personas serían, en gran medida, no conscientes de los procesos de pensamiento que están llevando a cabo mientras se comportan infieren o realizan atribuciones de causalidad, sólo serían conscientes de los resultados de esos procesos de pensamiento. Tales trabajos los usan para poner de manifiesto los sesgos o las inexactitudes que se pueden producir cuando se le pide a una persona que explique verbalmente estos procesos cognitivos. La pregunta que surge de inmediato será qué puede hacer el terapeuta con respecto a evaluación y qué significado se puede atribuir o cómo se pueden organizar y contrastar los informes que proporciona el paciente.

Siempre siguiendo su línea de enseñar al paciente a tratar su problema personal de la misma forma que haría un científico, esto es, intentando encontrar relaciones entre fenómenos, Guidano y Liotti proponen una serie de estrategias de evaluación dirigidas a enseñar al paciente a distinguir entre "hechos" y "teorías":

a) Comenzarían la terapia realizando un análisis de conducta típico respecto a los problemas de conducta del paciente. Como ellos indican, se estarían moviendo aquí a nivel de hechos y se entrenaría al paciente a pensar en términos de antecedentes y consecuencias de sus conductas problemáticas (ver tabla número 5).

Una vez hecho esto, se empezarían a utilizar estrategias de terapia cognitiva con el propósito de mostrar al paciente que lo importante, en realidad, no son las cosas que ocurren, si no la opinión que nosotros tengamos sobre ellas. Habría que tomar en cuenta, por tanto, nuestros pensamientos para poder entender las razones de nuestra conducta.

b) Se realizará, ya sobre la base de lo conseguido en la fase

TABLA Nº 5: EVALUACION DE LAS ESTRUCTURAS COGNITIVAS COMO UNA INVESTIGACION HISTORICA

(1) ANALISIS FUNCIONAL (Se moverían a nivel de hechos)

- a) Entrenar al paciente a pensar en términos de ANTECEDENTES Y CONSECUENCIAS de las conductas problema.
- b) Además se comienzan a utilizar estrategias de terapia cognitiva: Importancia de los PENSAMIENTOS para entender nuestra CONDUCTA.

(2) ANALISIS COGNITIVO-FUNCIONAL (Se siguen moviendo a nivel de hechos, pero son hechos a los que solo tiene acceso el propio paciente)

(2.1.) PROPOSITO: Hacer consciente al paciente de los pensamientos que generalmente preceden, acompañan y siguen a las conductas problemáticas.

- a) Entrevistas en terapia.
- b) Otros procedimientos, desde pruebas tipo Kelly, T.A.T., escalas de calificación.

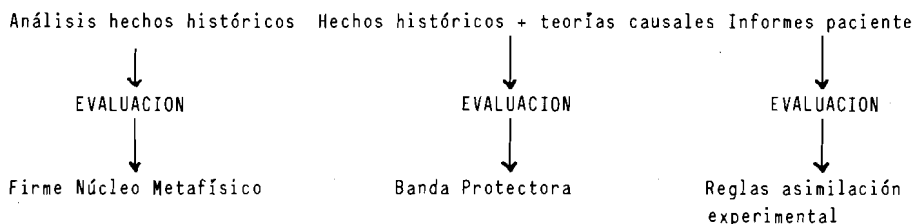
(2.2.) PROPOSITO: Reconstrucción de las estructuras cognitivas por parte del paciente.

- a) Forma en que el paciente conjuga estos verbos fundamentales, SER, DEBER, PODER, NECESITAR y VALER (Ser valioso)
 - a.1. Como los conjugue junto al pronombre YO dará información respecto a su auto-identidad y a su auto-estima.
 - a.2. Como los utilice junto a otros pronombres como TU, ELLOS, dará información de la actitud del paciente hacia la realidad.

POR PRIMERA VEZ YA NO SE MUEVEN A NIVEL DE HECHOS. PROBLEMA: HACER VER AL PACIENTE QUE SUS AFIRMACIONES SON TEORIAS, NO VERDADES ABSOLUTAS.

(3) ANALISIS DEL DESARROLLO (De nuevo se mueven a nivel de hechos)

- a) Se parte de la teoría del apego de Bowlby
- b) Se toma como criterio la consistencia interna entre acontecimientos.



anterior, un análisis cognitivo-funcional, queriendo indicar con ello un tipo de evaluación que se llevará a cabo en base a las entrevistas de terapia y también recurriendo a muy distintas estrategias desde procedimientos de evaluación contruidos a partir de la teoría de los constructos personales de Kelly (1955), métodos de imaginación guiada (Singer, 1974) hasta escalas de calificación y tests psicométricos. Según Guidano y Liotti, se seguirán moviendo a nivel de hechos, aunque a tales hechos la mayoría de las veces sólo tendrá acceso el propio paciente. Por ejemplo, se enseñaría al paciente a prestar atención y reconocer sus "diálogos internos" (Meichembaun, 1977) o a registrar sus pensamientos automáticos (Beck et. al., 1979). El propósito fundamental de Guidano y Liotti es que el paciente comience a analizar y ser consciente de los pensamientos que generalmente preceden, acompañan y siguen a las conductas problemáticas que presentan y que ya han sido evaluadas en la fase anterior. A partir de los datos obtenidos en esta fase el terapeuta podrá ya comenzar a tener una idea de las creencias básicas, teorías causales o creencias irracionales que mantiene el paciente. Especificado en términos de Guidano y Liotti, sería comenzar a entrever las actitudes que mantiene el paciente hacia sí mismo y hacia la realidad. Para empezar a confrontar estas cuestiones, el terapeuta deberá centrarse, básicamente, en la forma en que el paciente conjuga cinco verbos fundamentales: ser, deber, poder, necesitar y valer (ser valioso) además de sus sinónimos. Para Guidano y Liotti la forma en que el paciente utiliza estos verbos junto con el pronombre "yo" dará información respecto a su auto-identidad y auto-estima; la forma en que los utilice junto a otros pronombres como "tú", "ellos" dará información de la actitud del paciente hacia la realidad.

Según Guidano y Liotti en este momento ya no estaríamos enfrenándonos a hechos, sino a "reconstrucciones de las estructuras cognitivas" por parte del paciente. Ellos mismos reconocen que esto plantea un problema, el terapeuta es capaz de reconocer las teorías del paciente como tales y no como verdades absolutas porque el mismo terapeuta tiene las suyas propias. La cuestión será ¿cuáles son las "buenas", las del paciente o las del terapeuta?. Cuestión puesta de manifiesto por Neisser (1980) y en la que ya nos centramos en un trabajo anterior (Botella, 1987). La solución que proponen Guidano y Liotti para no realizar construcciones absurdas, o fuera de la realidad, es construir "pruebas" que las avalen. Para recoger tales pruebas recurren al análisis del desarrollo.

c) *Análisis del desarrollo.* Este análisis del desarrollo se llevaría a cabo a partir de la teoría de apego de Bowlby y uniéndolo con el modelo de Guidano y Liotti se lograría, según los autores, evaluar las estructuras cognitivas. Los hechos históricos de la vida del paciente servirían para evaluar el núcleo firme metafísico, tales hechos más las teorías y supuestos del paciente

acerca de "deberes", "valía"... , permitirían evaluar la banda pro tectora, esto es, todas las creencias y teorías respecto a la identidad personal, tanto por lo que respecta a la actitud hacia uno mismo como a la actitud hacia el mundo y la forma de enfrentarlo.

Guidano y Liotti reconocen que de nuevo aquí se enfrentan a hechos que sólo pueden ser conocidos por el propio paciente o por sus familiares y señalan el peligro de tomar cualquier relato como absoluta verdad, ya que las distorsiones pueden resultar bastante frecuentes. Indican que su interés fundamental no se centra en averiguar si tales hechos no serán absolutamente ciertos o no. Lo que les interesa es la "consistencia interna" entre esos eventos que han ocurrido en el pasado, dicho con sus palabras, "la forma en que ellos han influido en el tema de vida del paciente y sus actuales teorías causales reconstruidas" (p. 140). La cuestión sería, y con esto finalizaría el análisis, realizar una contrastación entre los informes verbales respecto a creencias, teorías, supuestos básicos del paciente y esta recolección de hechos históricos de la vida del paciente. Para Guidano y Liotti, si esta contrastación es positiva, la evaluación realizada sería satisfactoria. Por tanto, entendemos que su interés fundamental es mostrar al paciente cómo sus propias estructuras cognitivas están guiando, dirigiendo la vida del paciente, y que será necesario modificarlas para lograr un cambio profundo. Pensamos, sin dejar de afirmar que resultará necesario en terapia modificar pautas de pensamiento, que una idea fundamental que hay que transmitir al paciente es que esto resulta posible.

La estrategia, o estrategias, de evaluación propuestas por Guidano y Liotti parecen bastante completas, con independencia de que nos mostremos de acuerdo con cada uno de los pasos. Hace ya bastantes años Eysenck (1960) recomendaba la utilización de varios y distintos criterios para medir la eficacia de la psicoterapia. La cuestión aquí es que no parece que tal evaluación se relacione de manera muy estrecha con propósitos de análisis de eficacia terapéutica o mejor dicho, análisis de niveles de eficacia terapéutica. Los mismos autores reconocen que no utilizan datos "duros" susceptibles de ser analizados estadísticamente.

Por otra parte, queremos llamar la atención sobre el hecho de que aunque el acercamiento quiere diferenciarse de las así llamadas "terapias cognitiva asociacionistas", como vemos, a nivel de evaluación, en gran medida, seguirían los pasos de éstas. Y en donde se apartan, esto es, en el análisis del desarrollo, no podemos dejar de manifestar algunas consideraciones. En primer lugar, y reconociendo que esto pueda ser una inferencia absolutamente injustificada, parece que aunque a nivel teórico los autores se adhieren a las ideas de apego de Bowlby a los estudios de desarrollo de Piaget, puede pensarse, dadas sus explicaciones, que

en la práctica lo que realizan sea una muy buena y exhaustiva anamnesis. En segundo lugar, poner de manifiesto que esto último lo asumiría, pensamos, cualquier terapeuta. También hace ya años, el creador de la desensibilización Sistemática (Wolpe, 1973), no dudaba en afirmar la necesidad y conveniencia de una adecuada exploración de momentos de vida y áreas de interés fundamentales en la vida del paciente.

Finalmente, y como una cuestión formal, ya hemos señalado nuestra defensa de la existencia de distintos criterios para la evaluación de la psicoterapia. Pensamos que el ser humano es un organismo muy complejo y que resultaría simplista recurrir a métodos también simplistas para intentar "medir" ese organismo a distintos niveles y los resultados de la intervención en terapia también a distintos niveles. Ahora bien, y todo esto unido a consideraciones sobre una justificación válida de los métodos utilizados, dadas las crecientes presiones que existen sobre nuestra joven disciplina respecto a consideraciones de costo eficacia (Korchin y Sands, 1983) y, más importante todavía, unido a consideraciones sobre el "objeto" a quien se aplican todas estas evaluaciones: un ser humano, no parece muy lícito ni muy ético jugar ni a nivel de tiempo de vida, ni a nivel de recursos de vida.

c) Técnicas cognitivas que retan lógicamente las teorías más profundas de los pacientes. Aquí recurren a las técnicas de Ellis y Beck y, perspicazmente, ponen de manifiesto la semejanza entre estas técnicas y los argumentos "semánticos" que desarrolló Korzybski (1941). Afirman que antes de comenzar a utilizar este tipo de técnicas deberá haber finalizado el análisis del desarrollo, su idea, siguiendo con la analogía del hombre como científico, es que antes de poder criticar una teoría deberíamos saber en que hechos está basada.

3.2. La terapia, el cambio de las estructuras cognitivas

Guidano y Liotti, lógicamente, siguen aplicando la analogía del hombre como científico y presentan la terapia como un procedimiento muy adecuado para poner a prueba las creencias, supuestos básicos, teorías... que formarían las estructuras cognitivas de los pacientes. Afirman que su propósito fundamental sería lograr que los pacientes comenzaran a distanciarse (disengage) de sus más firmes creencias y supuestos y comenzaran a considerarlos como hipótesis y teorías que podrían refutarse o confirmarse. Esta idea del distanciamiento resulta, creemos, bastante central y ya fue puesta de manifiesto hace algunos años por Frankl (1960).

Curiosamente, Guidano y Liotti reconocen que "frecuentemente, si no siempre, no hay otra forma de evaluar las estructuras cognitivas más profundas del cliente que intentando modificar otras más superficiales a través de adecuadas técnicas terapéuticas"

(p. 145) y comienzan, por tanto, la terapia con técnicas a las que se refieren como cognitivo comportamentales. Veamos los pasos que se seguirían en la aplicación de técnicas, a lo largo del proceso terapéutico, según las directrices de Guidano y Liotti. (Ver Tabla nº 6).

a) *Técnicas cognitivo-comportamentales para modificar estructuras superficiales e identificar estructuras cognitivas más profundas.* Señalan que se pueden utilizar como comienzo de la terapia distintas técnicas de terapia de conducta como: juego de roles, entrenamiento asertivo, entrenamiento en habilidades de enfrentamiento, inundación, desensibilización sistemática... y presentarlas al cliente como "experimentos" para poner a prueba las expectativas de éste ante cualquier problema o acontecimiento. Nuestra opinión respecto a este punto es que puede resultar adecuado presentar esto al paciente como experimentos pero nosotros consideramos que tales técnicas de hecho ya son en sí mismas "tratamiento" no solo desconfirmadoras de creencias por expresarlo con brevedad. Por otra parte, no resistimos la tentación de indicar que alguno de los "experimentos", tal como lo exponen Guidano y Liotti, podría resultar peligroso. Por ejemplo, una inundación llevada a cabo con unos períodos de 10 a 15 minutos no parece adecuarse a los datos experimentales de que disponemos. Guidano y Liotti señalan que, con la aplicación de estas técnicas, comenzarían a "modificar las estructuras cognitivas superficiales junto con las conductas problemáticas y emociones relacionadas" (p.147) Esto significaría, en el sistema de Guidano y Liotti, que se habrían podido modificar las conductas pero no las reglas que las gobiernan. Recordemos, respecto a este punto, la discusión anterior sobre la no localización a nivel teórico en el modelo de dichas estructuras cognitivas superficiales.

b) *Otras técnicas terapéuticas cognitivas.* Presentan aquí otras técnicas a las que consideran más específicamente cognitivas y que, según los autores, resultan también útiles para modificar las estructuras cognitivas superficiales e identificar las reglas profundas: modelado cognitivo, entrenamiento autoinstruccional, entrenamiento en inoculación contra el stress, procedimientos de solución de problemas, detención del pensamiento... Según los autores, este tipo de técnicas harían que los pacientes comenzarán a verbalizar las reglas y teorías que rigen su conducta. A partir de este momento sería posible pasar a otro nivel.

c) *Técnicas cognitivas que retan lógicamente las teorías más profundas de los pacientes.* Aquí recurren a las técnicas de Ellis y Beck y, perspicazmente, ponen de manifiesto la semejanza entre estas técnicas y los argumentos "semánticos" que desarrolló Korzyski (1941). Afirman que antes de comenzar a utilizar este tipo de técnicas deberá haber finalizado el análisis del desarrollo, su idea, siguiendo con la analogía del hombre como científico, es

TABLA Nº 6: EL CAMBIO DE LAS ESTRUCTURAS COGNITIVAS

(1) TECNICAS COGNITIVO-COMPORTAMENTALES

- a) Juego de roles.
- b) Entrenamiento asertivo.
- c) Desensibilización sistemática.
- d) Entrenamiento en habilidades de enfrentamiento.
- e) Inundación.

MODIFICARAN CONDUCTAS pero no las REGLAS que las GOBIERNAN

(2) TECNICAS COGNITIVAS

- a) Entrenamiento auto-instruccional.
- b) Inoculación de estrés.
- c) Procedimientos de solución de problemas.

Lograrán que los pacientes comiencen a VERBALIZAR las REGLAS que RIGEN su CONDUCTA

(3) TECNICAS COGNITIVAS QUE RETAN LOGICAMENTE LAS CREENCIAS MAS PROFUNDAS DE LOS PACIENTES

- a) Terapia racional-emotiva de Ellis.
- b) Terapia cognitiva de Beck.

Necesario haber finalizado el ANALISIS DEL DESARROLLO ya que antes de poder CRITICAR una TEORIA es necesario saber en que HECHOS está basada.

(4) TECNICAS SEMANTICAS

- a) Corrección de la utilización del pronombre Yo junto a los verbos clave: ser, deber, poder, necesitar y valer (ser valioso).

CORRECCION de CONCEPCIONES falsas sobre el SELF

(5) RETO LOGICO DEL CONTENIDO DE LAS TEORIAS DE LA IDENTIDAD PERSONAL

- a) Se aplican de nuevo técnicas de reestructuración cognitiva (Ellis, Beck).
- b) Se indica que resulta más importante el "timing" de la aplicación que la técnica en si.
- c) También es posible utilizar otras técnicas de entre las expuestas anteriormente.

Si el PROCESO de CAMBIO tiene éxito se habrá producido una REVOLUCION PERSONAL.

que antes de poder criticar una teoría deberíamos saber en qué hechos está basada.

d) *Técnicas semánticas.* Resultan una mezcla con el apartado anterior. Se centrarían en corregir la utilización, por parte del paciente, de los verbos claves señalados anteriormente junto con los pronombres "yo", "tú", "ellos"... El análisis de Guidano y Liotti resulta sugerente y por este motivo lo reproducimos con

con algún detalle. Indican que formas verbales tales como "yo soy" seguidas de cualquier atributo pondrían de manifiesto una globalidad, una inmutabilidad que fácilmente podría ser contrarrestada. Los argumentos semánticos pueden demostrar que esta forma verbal supone un error. Como ejemplo indican los predicados usuales del pronombre "yo" en su utilización corriente: "yo corro", "yo pienso", "yo duermo", "yo ando", "yo como". Ahora analicemos la frase "yo corro como un cobarde", "yo como como un cobarde". Afirman que mi "yo" está hecho de mi cuerpo, mis ojos, mi pelo... por tanto qué sentido tiene decir "mi cuerpo es cobarde", "mis ojos son cobardes"... indican que si en lugar de cobarde utilizamos cualquier otro atributo (bueno, malo, estúpido) el resultado seguiría siendo el mismo. Señalan que "yo" estaría representado por miles de acciones y partes diferentes mientras que el verbo "ser" es el verbo de la universalidad y por tanto el único atributo que lógicamente puede ser aplicado a todos estos actos y partes diferentes sería "yo soy un ser humano".

Así, resultaría más adecuado hablar de esta forma: "Hoy he tenido algunas buenas ideas" o "ayer no me comporté muy brillantemente"... Además, indican que adjetivos tales como bueno-malo, estúpido-inteligente no serían en absoluto, una dicotomía sino más bien un continuo, y en su mayor los métodos utilizados para medirlos responden a convenciones o acuerdos sociales. Algo similar indican respecto a la cuestión de "deberes" y "valía" del ser humano, generalmente basados en reglas sociales o en la ley natural que muchas veces puede resultar útil para el grupo social (y para el individuo, ya que pertenece a ese grupo social, a menos que quiera separarse de dicho grupo) y para la supervivencia de la especie. Manteniéndose a estos niveles tales ideas no tendrían por qué causar problemas.

e) Reto lógico del contenido de las teorías de la identidad personal. Para Guidano y Liotti, en este momento los pacientes ya estarían preparados para reconocer que la evidencia sobre la que están basadas sus creencias y teorías "son de naturaleza episódica y que no existe ninguna razón lógica ni psicológica como para considerar que tienen un significado general" (p. 157). Recordemos en este punto lo indicado anteriormente respecto a la importancia de hacer ver al cliente que es posible modificar sus supuestos básicos ya que se le ha puesto de manifiesto que tales supuestos básicos han ido conformándose a lo largo de la vida del individuo y no son inmutables.

Curiosamente, aquí la recomendación de Guidano y Liotti es aplicar de nuevo técnicas de reestructuración cognitiva tipo Ellis y Beck señalando, por otra parte, que más importante que la técnica concreta elegida es el "timing" de la aplicación terapéutica al utilizar estas técnicas de reestructuración. Aunque el ejemplo que exponen parece, sencillamente, la aplicación del sen-

tido común. Finalmente, indican que cuando se ha logrado con éxito este reto a las reglas profundas del paciente se le puede pedir que realice "experimentos" comportamentales en situaciones de la vida real del paciente, o se pueden utilizar técnicas cognitivas para ayudar al paciente a desarrollar otras teorías nuevas o más adaptativas. Cuando todo esto hubiera sido realizado se habría conseguido un cambio de paradigma o una "revolución personal" (Mahoney, 1980) en el paciente.

De todo lo expuesto a nivel de terapia sólo podemos concluir que no encontramos nada nuevo que no estuviera ya en las así llamadas terapias cognitivos-comportamentales. Guidano y Liotti recurren continuamente a los procedimientos desarrollados por los autores asociacionistas a quienes inicialmente, recordemos, criticaban por partir de un marco teórico más estrecho. Habría que preguntarse, el marco teórico mucho más complejo desarrollado por Guidano y Liotti ¿a qué da lugar?. Parece, siendo simplistas, que la diferencia se sitúa en cómo califica uno mismo el cambio que quiere lograr.

No creemos oportuno finalizar este trabajo sin señalar que en el campo de la terapia parece que estamos todavía lejos de poseer una teoría coherente que dé razón de todos los procesos implicados en la formación y modificación de valores, creencias, actitudes y conductas en el ser humano. Por lo tanto, cualquier esfuerzo (y el esfuerzo de Guidano y Liotti puede ser considerado de muy notorio) resulta bienvenido. Ahora bien, tampoco queremos dejar de decir que, en nuestra opinión, existen bastantes problemas en este modelo.

a) En primer lugar, el modo en que están formulados algunos conceptos dificultan tremendamente, a nuestro entender, la posibilidad de llevar a cabo cualquier tipo de predicción. Por ejemplo, postulan la generación de reglas que van a regular la percepción o la atención (como ocurre a nivel de conocimiento tácito) sin delimitar ni explicitar cómo se generan, en qué condiciones aparecen (o no aparecen) reglas de tal tipo. O el mecanismo de atención selectiva que utilizan en varios momentos, sin explicar tampoco qué aspectos lo ponen en marcha y qué aspectos lo regulan. Todos estos conceptos nos recuerdan de nuevo formulaciones freudianas donde toda explicación *a posteriori* resulta posible.

b) En segundo lugar, también conviene señalar la dificultad tremenda que supone evaluar la eficacia de un enfoque de este tipo. Dado que utilizan con tal profusión distintas técnicas de modificación de conducta, si resulta eficaz, cabe preguntarse: ¿en base a qué podemos considerar esta eficacia?. O dicho de otro modo ¿cuál sería el elemento diferenciador de este enfoque que daría razón de su eficacia?.

c) En tercer lugar y a un nivel más central, nos parece oportuno puntualizar lo siguiente. En un principio nos resultó muy atractiva la lectura de la obra de Guidano y Liotti, estos autores realmente parecían alentar la gestación de grandes esperanzas ya que planteaban la posibilidad de superar ciertos modelos teóricos, considerados insuficientes, para dar razón de toda la complejidad del ser humano. Veíamos, además, cómo se intentaba retomar seriamente el concepto de actividad, o comprobábamos que se recurría a algunas de las formulaciones de Popper o Lorenz... sin embargo, tales esperanzas fueron decreciendo paulatinamente, cuando comprobamos que estas formulaciones se quedaban sólo a un nivel programático.

Pudiera pensarse que las intenciones de Guidano y Liotti fueran otras, dados los planteamientos teóricos de los que parten, pero, obviamente, el análisis tiene que centrarse en lo que estos autores han escrito, no en lo que pudiera haber o existir detrás de lo escrito. En este sentido, la impresión que hemos obtenido es que cuando ya estaba superado el determinismo de los instintos sexuales freudianos; cuando en corrientes actuales de modificación de conducta se plantean posturas como las del autocontrol, o el determinismo recíproco de Bandura (1977) que suponen un modo de apertura; y cuando formulaciones actuales a un nivel científico y a un nivel filosófico nos permiten entrever una posible salida a un posible determinismo. (Popper y Eccles, 1977)... en esta perspectiva constructivista se está comenzando a caer en un nuevo determinismo: el determinismo del autoconocimiento tácito, anclado además, en los patrones de apego establecidos en la primera infancia.

NOTAS

(1) Reda y Mahoney (1984) dividen los enfoques de terapias cognitivas en dos grandes bloques o perspectivas. La primera de ellas sería la perspectiva asociacionista que incluiría enfoques como la terapia racional emotiva de Ellis (1970); la terapia cognitiva de Beck (1967, 1970, 1978); o el entrenamiento autoinstruccional o la inoculación contra el stress de Meichenbaum (Meichenbaum, Turk y Bernstein, 1975; Meichenbaum, 1973, 1977, 1981). La segunda sería la perspectiva constructivista, dicha perspectiva la entienden como una notable superación desde el punto de vista teórico de la primera. Aquí se encuadrarían posturas como la de Arnkoff (1980); Guidano y Liotti (1983); Liotti (1984) o la del mismo Mahoney (Mahoney, 1980; Mahoney y Freeman, 1985). Esto no significaría en absoluto que desde la perspectiva constructivista se rechacen los enfoques asociacionistas, muy al contrario, se reconocen sus logros y de ahí que se afirme la necesidad de integrarlos en lo que autores como Guidano y Liotti (1983) entienden como un marco teórico más comprensivo y satisfactorio.

- (2) Para evitar repeticiones, siempre que en el texto mencionemos a Guidano y Liotti deberá sobreentenderse que nos referimos a su libro *Cognitive Processes and Emotional Disorders*, Guilford Press, 1983.

BIBLIOGRAFIA

- ARNKOFF, D. (1980): *Psychotherapy from the Perspective of Cognitive Theory*. En Mahoney (Ed.). *Psychotherapy Process*, Plenum Press.
- BANDURA, A. (1969): *Principles of Behavior Modification*. New York, Holt, Rinehart Winston. (Traducción castellana, *Principios de Modificación de Conducta*. Ediciones Sigüeme, Salamanca, 1983).
- BANDURA, A. (1977): *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, N.J., Prentice Hall (Traducción castellana, *Teoría del Aprendizaje Social*. Espasa-Calpe, 1982).
- BECK, A.T. (1967): *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper and Row.
- BECK, A.T. (1970): *Cognitive therapy: Nature and relation to behavior therapy*. *Behavior Therapy*, 1, 184-200.
- BECK, A.T. (1976): *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. International Universities Press.
- BECK, A.T.; RUSH, A.J.; SHAW, B.F. and EMERY, G. (1979): *Cognitive Therapy of Depression*. The Guilford Press. (Traducción castellana 1983, Ed. Desclee de Bronwer).
- BOTELLA, C. (1987): *Modelos constructivistas en terapia cognitiva: Actualidad y valoración*. *Psicologemas*, 1, nº 1, pp. 107-143.
- BOWLBY, J. (1958): *The nature of a child's tie to his mother*. *International Journal of Psychoanalysis*, 39, 350-373.
- BOWLBY, J. (1969): *Attachment and Loss (vol. 1): Attachment*. N.Y., Basic Books.
- BOWLBY, J. (1973): *Attachment and Loss (vol. 2): Separation, Anxiety and Anger*. N.Y., Basic Books.
- ELLIS, A. (1970): *The Essence of Rational Psychotherapy*. Institute for Rational Living.
- EYSENCK, H.J. (1960): *The effects of psychotherapy: The effects of psychotherapy* (en H.J. Eysenck (Ed.). *Handbook of Abnormal Psychology*. Pitman.

- FRANKL, V. (1960): Paradoxical Intention. A Logotherapeutic Technique. *American Journal of Psychotherapy*, 14, 520-535.
- GUIDANO, V. y LIOTTI, G. (1983): *Cognitive Processes and Emotional Disorders*. Guilford Press.
- KELLY, G. (1955): *The Psychology of Personal Constructs*. N.Y., Norton.
- KORCHIN, S.J. y SANDS, S.H. (1983): Principles common to all psychotherapies. En C.E. Walker (Ed.): *The Handbook of Clinical Psychology*, vol. 1. Dow Jones-Irwin.
- KORZYBSKI, A. (1941): *Science and Sanity. An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics*. N.Y. Lancaster Press.
- KOHN, P.S. (1962): *The Structure of Scientific Revolutions*. Chicago University Press.
- LAKATOS, I. (1974): Falsification and the methodology of scientific research programmes. En I. Lakatos y A. Musgrave (Eds.): *Criticism and the Growth of Knowledge*. London, Cambridge University Press.
- LANDFIELD, A.W. (1980): Personal Construct Psychology. A Theory to be Elaborated. En M. Mahoney (Ed.): *Psychotherapy Process*. Plenum Press.
- LANG, P.J. (1969): A bio-informational theory of emotional imagery. *Psychophysiology*, 16, 495-512.
- LANG, P.J. (1977): Imagery in therapy: An information processing analysis of fear. *Behavior Therapy*, 8, 862-866.
- LIOTTI, G. (1984): Cognitive Therapy, Attachment Theory and Psychiatric Nosology: A Clinical and Theoretical inquiry into their Independence. En M.A. Reda y M. Mahoney (Eds.): *Cognitive Psychotherapies*. Ballinger Publishing.
- MAHONEY, M.J. (1980): Psychotherapy and the structure of personal revolutions. En M.J. Mahoney (Ed.) *Psychotherapy process*. Plenum Press.
- MAHONEY, M.J. y FREEMAN, A. (1985): *Cognition and Psychotherapy*, Plenum Press.
- MEICHENBAUM, D.H. (1973): Cognitive factors in behavior modification: modifying what clients say to themselves, en R.D. Rubin: J.P. Brady y J.P. Henderson (Eds.): *Advances in Behavior Therapy*, vol. 4, N.Y., Academic, 1973.
- MEICHENBAUM, D.H., TURK, D. y BERNSTEIN, S. (1975): The nature of coping with stress. En I.G. Sarason y C.D. Spielberg (Eds.) *Stress and Anxiety*, vol. II. Hemisphere Publishing Corporation. (Traducción Promolibro, 1985).
- MEICHENBAUM, D.H. (1977): *cognitive-behavior Modification*. N.Y., Plenum Press.

- MEICHENBAUM, D. (1981): Una perspectiva cognitivo comportamental del proceso de socialización. *Análisis y Modificación de Conducta* nº extraordinario, pp. 85-113.
- MISCHEL, W. (1980): George Kelly's Anticipation of Psychology: A Personal Tribute. En M. Mahoney (Ed.) *Psychotherapy Process*. Plenum Press.
- NEISSER, U. (1980): Three Cognitive Psychologies and their Implications. En M. Mahoney (Ed.): *Psychotherapy Process*. Plenum Press.
- NISBETT, R.E. y WILSON, D.T. (1977): Telling more than we can know. Verbal reports on mental processes. *Psychological Review*, 84, 231-259.
- PAIVIO, A. (1971): *Imagery and Verbal Processes*. N.Y., Holt, Rinehart Winston.
- POLANYI, M. (1966): *The tacit dimension*. Garden City, N.Y., Doubleday.
- POPPER, K.R. (1974): Autobiography of Karl Popper. En P.A. Schilpp (Ed.): *The Philosophy of Karl Popper*. La Salle, IL, The Library of Living Philosophers.
- POPPER, K.R. y ECCLES, J.C. (1977): *The self and its brain*. Springer International.
- PELECHANO, V. (1973): *Personalidad y parámetros*. Vicens Vives.
- PELECHANO, V. (1987): Ejes de referencia y una propuesta temática. En V. Pelechano y E. Ibañez (Eds.): *Psicología de la personalidad*, tomo IX del *Tratado de Psicología General*, J.L. Pinillos y J. Mayor (Eds.), Alhambra (en prensa).
- PELECHANO, V. y BOTELLA, C. (1984): Aprendizaje, inteligencia y generación de habilidades: una excursión experimental a un viejo país. *Análisis y Modificación de Conducta*, 25, pp. 249-297.
- PELECHANO, V. y BOTELLA, C. (1985): Personalidad, motivación y rendimiento en un modelo de parámetros. *Análisis y Modificación de Conducta*, 28, pp. 177-223.
- PELECHANO, V. y BOTELLA, C. (1987): Rendimiento en función de reactividad emocional y dimensiones situacionales y cognitivas. *Psicologemas*, 1, pp. 25-49.
- PELECHANO, V., PINILLOS, J.L. y SEOANE, J. (1981): *Psicologema*. Alfaplus.
- PYLYSHYN, Z. (1973): What the mind's eye tells the mind's brain: A critique of mental imagery. *Psychological Bulletin*, 80, 1-22.
- REDA, M. y MAHONEY, M. (1984): *Cognitive Psychotherapies*. Ballinger Publishing.
- SINGER, J.L. (1974): *Imagery and daydream methods in psychotherapy and behavior modification*. New York, Academic.

WATZLAWICK, P., WEAKLAND, J.H. y FISCH, R. (1974): *Change*. N.Y., Norton.

WEIMER, W.B. (1977): A conceptual framework of a cognitive psychology: Motor Theories of mind. En R. Shaw y J. PD. Bransford (Ed.): *Perceiving, acting and knowing: Toward an ecological psychology*. Hillsdale, N.J., Erlbaum.