

## EMOCION Y PSICOTERAPIA: UNA INTERACCION REPLANTEABLE

Hoy no hay dudas de que la psicoterapia se ha afianzado como sistema terapéutico especializado, tanto en los problemas relacionales, como en los trastornos mentales, como apoyatura en las enfermedades “reales” (con base biológica demostrada). Las pruebas de su eficacia y eficiencia, cuando se realiza por terapeutas experimentados, con un modelo terapéutico definido, con unos objetivos definidos y sin alterar su encuadre por mor de entrar “en la evidencia científica”, no hacen sino crecer. Al tiempo, podemos observar cómo disminuye el imperialismo con el que otras orientaciones de la asistencia, políticos, administradores, periodistas y hasta la población general mantienen su fe en los *sistemas bio-bio-bio de asistencia*.

Pero eso nos obliga a replantearnos cuáles son los factores mutativos de las psicoterapias, los motores de los cambios: ¿Es la palabra, la interpretación, la relación, los cambios narrativos, el cambio de esquemas cognitivos, la remodelación de las conductas...? Creo que un replanteamiento actualizado de las emociones o, mejor dicho, de los *sistemas emocionales* de los seres humanos, podría ayudarnos tanto en esa definición como en disminuir el amplio “mercadillo de abalorios” en el que puede convertirse la nueva fase del desarrollo de ese tipo de técnicas terapéuticas.