

Jose Fernando Venceslá Martinez
F.E.A. Psicología Clínica. USMC Montilla

Dialectical Behavior Therapy applied to parent skills training: Adjunctive treatment form parents with difficulties in affect regulation

Cognitive and behavioral Practice 17(2010) 458-465

Programas de entrenamiento a padres

Reflexión personal

- ¿Funcionan los PMT? Si, ¿pero realmente son efectivos en todos los casos? No.
- Alta tasa de recaídas, abandonos o mínimo cambio cuando los padres presentan dificultades asociadas
- Inclusión de intervenciones complementarias o paralelas
- Las terapias de tercera generación, pueden complementar los “Parent Management Training”.

Programas de entrenamiento a padres

- Estudios de eficacia han demostrado clínica y estadísticamente los beneficios en el funcionamiento parental y en el comportamiento infantil de la aplicación de diversos programas de entrenamiento a padres (individuales y grupales):
 - Parent child interaction therapy (PCIT)
 - Incredible years program (BASIC)
 - Parent Management training (PMT)
 - Programa de Barkley (Defiant Children)
 - Helping the noncompliant child (HNC)
- La eficacia no está demostrada sobre las derivaciones surgidas y/o el modelo psicoeducativo de escuela de padres

Programas de entrenamiento a padres

Estructura

- Explicar, comprender las causas de las conductas anómalas.
- Aprender a prestar atención a las conductas apropiadas
- Incrementar la obediencia, el juego independiente y dar ordenes eficaces
- Aplicar un sistema de economía de fichas en el hogar.
- Aplicación de tiempo fuera
- Anticipar problemas y manejar el comportamiento infantil en lugares públicos
- Mejorar el comportamiento del niño en el colegio
- Como manejar problemas futuros de comportamiento
- Sesión de apoyo al programa de entrenamiento

Programa de Barkley

Programas de entrenamiento a padres

Estructura

- Pretratamiento
- Registrar, definir y observar conductas
- Refuerzo positivo
- Uso del tiempo fuera
- Atención y extinción
- Moldeamiento y programa escolar
- Solución de problemas
- Comunicación familiar
- Manejo de Conductas de baja tasa

Incredible Years Program

Programas de entrenamiento a padres

- Alto número de abandonos y baja eficacia de estos programas ha sido asociada a:
 - Bajo nivel socioeconómico
 - Estrés parental
 - Elevado estilo crítico maternal
 - Severidad de los síntomas
 - Comorbilidad
 - Psicopatología parental (en particular dificultades de regulación emocional).
- La psicopatología parental influye en el resultado de intervenciones con niños deprimidos, ansiosos y con trastornos de conducta.
- Pobre habilidad de regular la ira, uso de excesiva disciplina y castigo corporal

¿Cuál es el problema principal?

“Los padres con *disregulación emocional* colaboran y aprenden las habilidades de manejo de la problemática comportamental en el contexto de terapia pero ***no son capaces de generalizarlo en estados de alta activación emocional***, lo que les llevaría a perpetuar las prácticas inhábiles en el manejo de las alteraciones comportamentales”

¿De donde partimos? ¿Que alternativa se plantea.?

- Educar a niños con problemas de conducta provoca en los padres complejas emociones negativas que interfiere con la aplicación de las habilidades aprendidas en los programas de entrenamiento a padres.
- Aunque hay datos que avalan la relación entre la falta de eficacia de los programas de entrenamiento y la psicopatología parental, ***pocos programas de entrenamiento incluyen intervenciones dirigidas a que los padres manejen sus emociones negativas en respuesta a los problemas de su hijo.***
- La ***DBT (Dialectical Behavior Therapy)*** puede erigirse como un tratamiento complementario para el manejo de la disregulación emocional de los padres de hijos con trastorno de conducta.

Fundamentos de la DBT

Filosofía dialéctica, modelo biosocial, validación y habilidades de regulación emocional.

- Filosofía dialéctica aplicada a los padres con dificultad de regulación emocional.
 - Marco para entender las emociones ambivalentes que aparecen en la crianza
 - Marco para conceptualizar y explicar a las familias los estilos de crianza.
 - ↳ Un padre podría escorarse entre los extremos de un estilo de crianza, o en una familia cada padre representar un estilo. Una representación dialéctica más que categórica de los estilos de crianza. Eje. Dialéctica “demasiado permisivo vs demasiado autoritario” Dialéctica “Sobreimplicación emocional vs indiferencia emocional”. Cuando un padre está en un extremo del continuum una visión dialéctica predice que se moverá al otro extremo para encontrar una salida. El estilo generado es de una vacilación entre ambos extremos en respuesta al comportamiento de su hijo. Esto genera una incapacidad de predecir las respuestas de los padres por parte del hijo.
 - Usar la visión dialéctica para trabajar con los padres y encontrar una postura balanceada. El objetivo terapéutico es la síntesis (la verdad en ambos extremos)

Principios dialécticos

Fracaso dialéctico

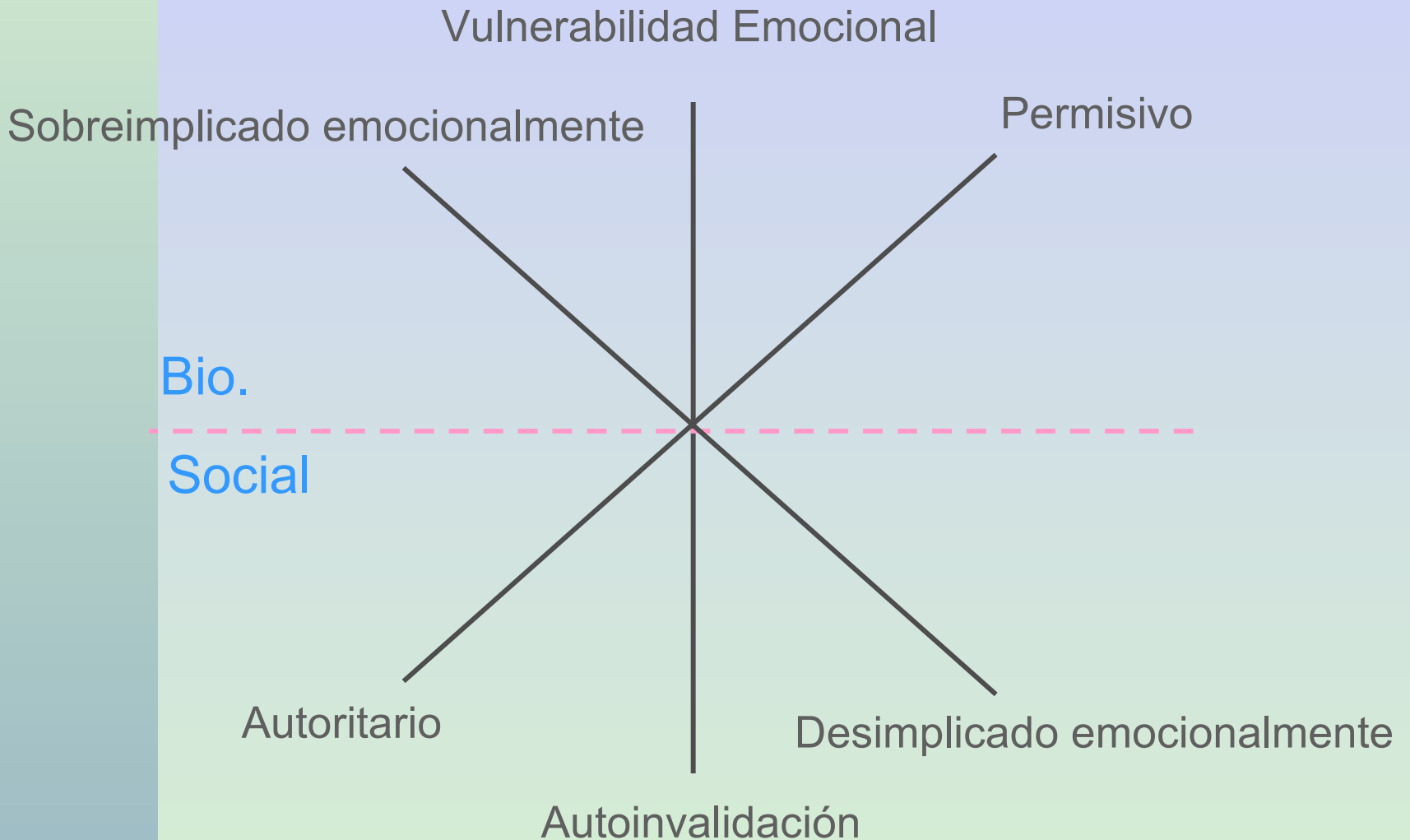
- Principio de interrelación y globalidad:
 - Fracaso en la experiencia de su relación con los demás
- Principio de polaridad: Pensamiento dicotómico
- Principio de cambio continuo: Rigidez pensamiento polarizado

Base tratamiento dialéctico comportamental

- Resolución del patrón de funcionamiento dicotómico que son incapaces de integrar
- Reconocimiento de la polaridad
- Adquirir la habilidad de ver que ambas posibilidades son posibles e integrarlas

La terapia dialéctico-comportamental constituye un programa de tratamiento cuyo objetivo fundamental es reconocer y validar la vulnerabilidad emocional que presentan los pacientes y proporcionar las habilidades necesarias para la regulación de las emociones.

DILEMAS DIALECTICOS



FOCO EN LA INTERVENCIÓN

CAMBIO



SOLUCIÓN DE PROBLEMAS
(Terapia Conductual)



Presión en la consecución
de objetivos



Estrés / *Arousal*



- No se procesa nueva información
- Frecuentemente invalidante
- Fácilmente se pierde al paciente

FOCO EN LA INTERVENCIÓN

ACEPTACIÓN



VALIDACIÓN

(Terapias centradas en el Cliente)



Baja presión en la
consecución de objetivos



Buena relación terapéutica



- No se procesa nueva información
- No soluciona sus problemas

FOCO EN LA INTERVENCIÓN



Validación

Solución de Problemas

Modelo Teórico. Aproximación biosocial

Disfunción en la regulación emocional

Alta vulnerabilidad emocional
Dificultades en la modulación emocional



Ambiente invalidante

Según la TDC, el núcleo del trastorno es una disregulación emocional debida a la conjunción de disposiciones biológicas y contexto ambiental

Modelo Teórico. Aproximación biosocial

- Disfunción emocional: Alta sensibilidad ante los estímulos emocionales, tendencia a experimentar emociones muy intensas y dificultades respecto a volver a su línea de base emocional. Esto genera estrategias de evitación emocional. Respuesta emocional pobremente modulada que no entra dentro de los rangos convencionalmente aceptados para las respuesta emocionales
- Ambiente invalidante: Patrón de crianza (relación) que responde con respuestas inapropiadas o no contingentes a la comunicación de experiencias íntimas. Niega o desacredita la conducta persistentemente e independientemente de la validez de la misma.

Fundamentos de la DBT

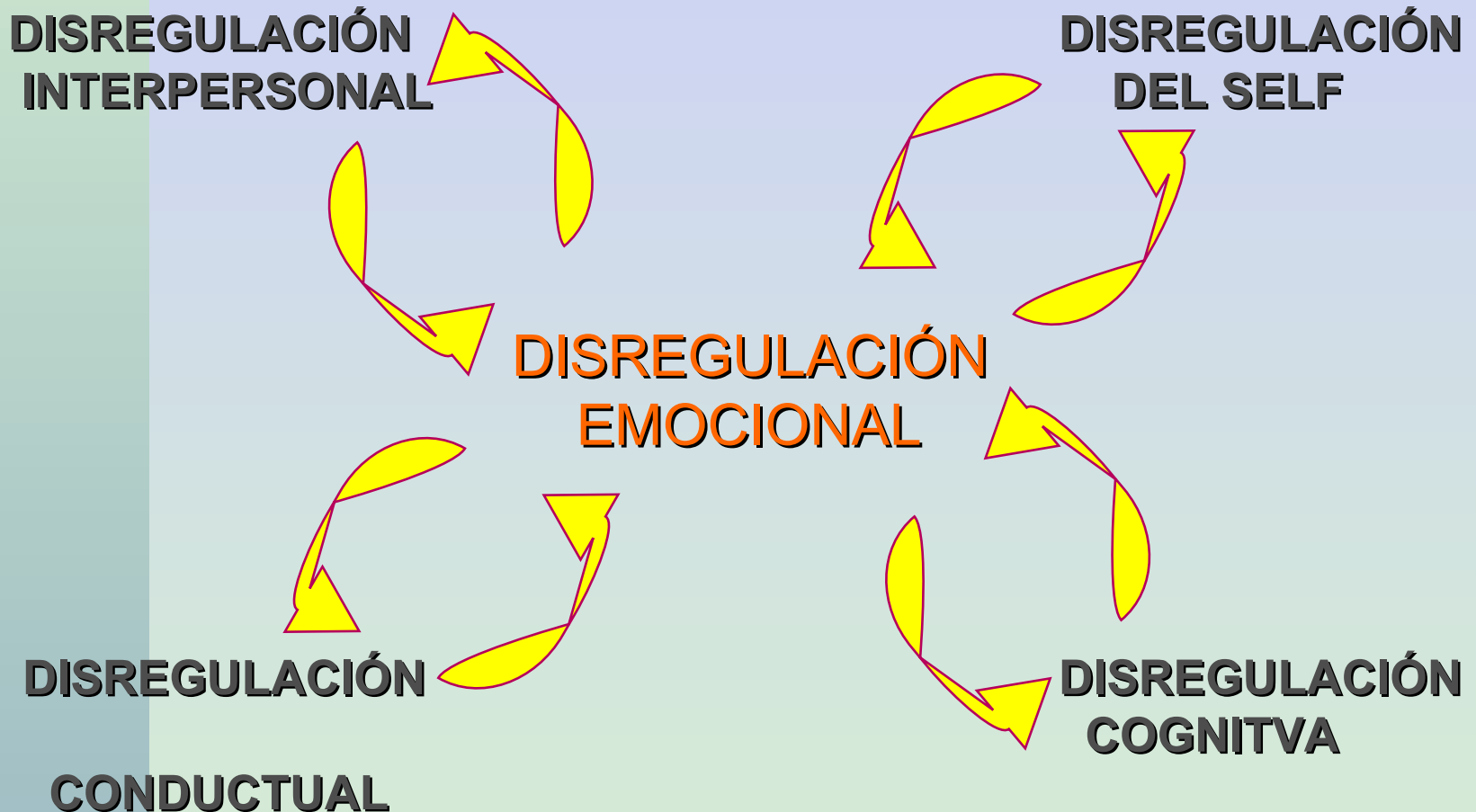
■ Modelo biosocial.

- Habilidad para regular las emociones es un rasgo heredado. Padres (vulnerables emocionalmente) serían frecuentemente invalidados por el entorno (familiares, profesores, profesionales de la salud mental) por su estilo de crianza.
- Los padres van a consulta por la imposibilidad de manejar un niño con fuerte temperamento que no responde a la disciplina. Esta ***inhabilidad es producto de la escalada producida por la vulnerabilidad emocional y las invalidantes experiencias de crianza.***
- El modelo de la **DBT** proporciona una conceptualización de cómo padres con dificultades en regulación emocional combinado con un ambiente invalidante resulta en una inhabilidad para el manejo de los problemas de sus hijos.

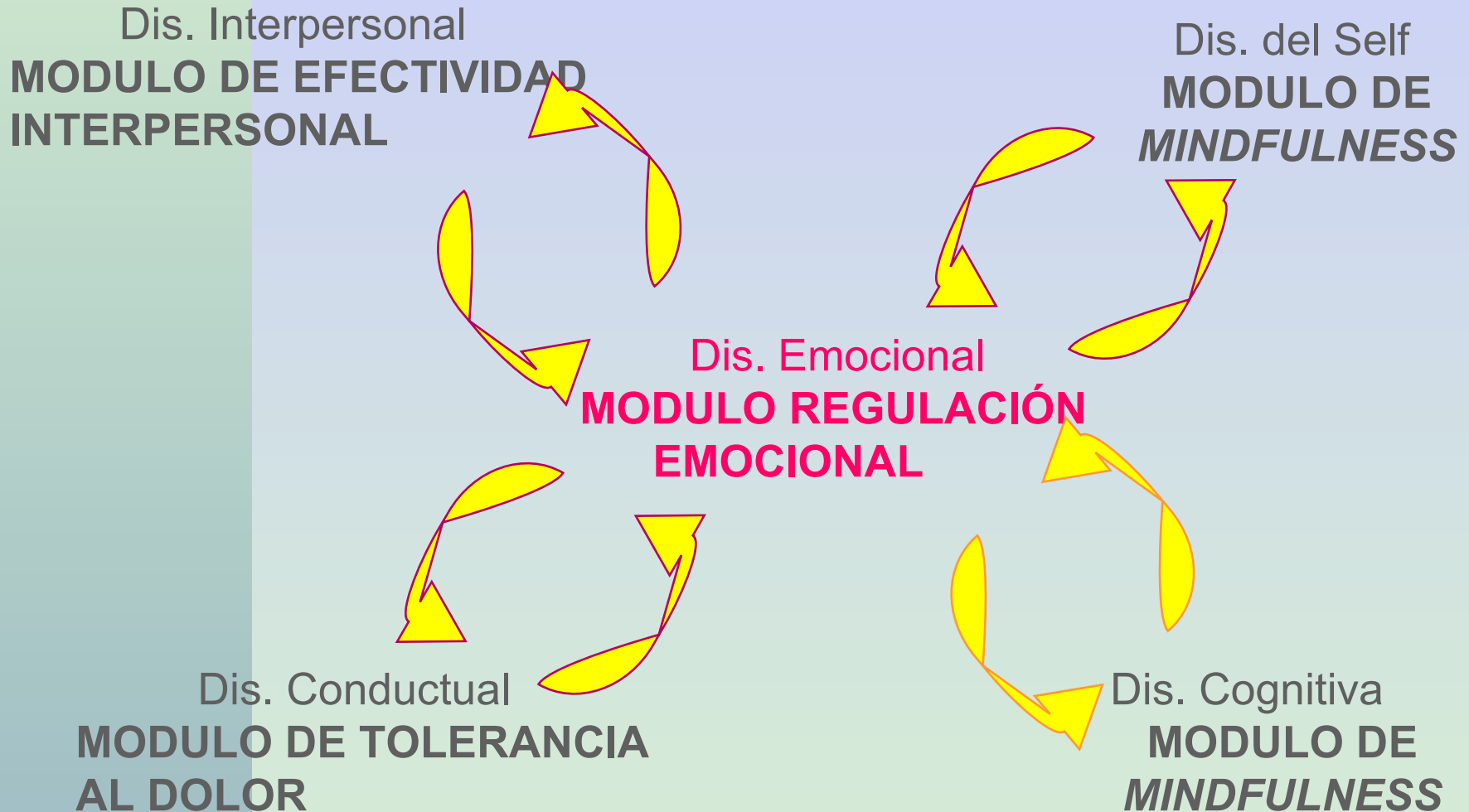
Fundamentos de la DBT

- Validación (Se comunica al paciente de una forma no ambigua que su conducta tiene sentido)
 - Hay estudios centrados en el manejo emocional y validación de los de los hijos, pero no en la validación de los padres.
 - Usar técnicas de validación con los padres favorece la alianza terapéutica, la autovalidación y hace más receptivo a los padres a las estrategias de cambio enseñadas en los programas de tratamiento.
 - Estrategias y niveles de validación
 - Escuchar sin enjuiciar por parte del terapeuta
 - Uso del reflejo empático
 - Lectura de emociones, conductas y pensamientos no verbalizados
 - Validarlo en el contexto histórico
 - Validarlo en el contexto actual
 - Autenticidad

Los Módulos y los Problemas a Resolver



Los Módulos y los Problemas a Resolver



Habilidades de la DBT

■ Habilidades de aceptación

- Tolerancia al estrés
- Mindfulness
 - Observar
 - Describir
 - Postura no valorativa
 - Una cosa en el momento

■ Habilidades de cambio

- Efectividad interpersonal
- Regulación emocional
 - Describir y etiquetar emociones
 - Acción opuesta

Conclusiones

- Existe relación demostrada entre pobre resultados en los programas de entrenamiento a padres y déficit de regulación emocional en los padres.
- Pocos programas se dirigen las dificultades emocionales de los padres en respuesta al comportamiento de sus hijos.
- La regulación emocional es un rasgo heredado, por lo tanto padres poco hábiles emocionalmente es más probable que tengan un hijo “difícil”. Por lo que el temperamento del hijo desafía continuamente las vulnerabilidades del padre que a su vez refuerza y mantiene los problemas comportamentales del menor. Además son un modelo de educación emocional para sus hijos
- Para estos padres con dificultades de regulación emocional que se ven interferidos en la aplicación y generalización de habilidades parentales adecuadas la DBT puede ser una valiosa intervención complementaria

Conclusiones

- Educar a un hijo con problemas de conducta es una experiencia emocionalmente compleja y más en padres con dificultad de regulación emocional, lo que interfiere en el desarrollo de habilidades parentales adecuadas. Realizar intervenciones dirigidas a la experiencia interna de los padres cuando están educando y no solo dirigidas al aprendizaje de la técnica puede resultar en una útil intervención terapéutica.