

ORÍGENES Y PROFESIONALIZACIÓN DE LA PSICOTERAPIA COGNITIVA. ALGUNAS REFLEXIONES SOBRE LA RECONFIGURACIÓN DEL CAMPO PSI EN BUENOS AIRES

Guido P. Korman*,
Nicolás Viotti**
y Cristian Garay***

Resumen

Este trabajo se propone describir las causas que llevan a los primeros psicoterapeutas cognitivos en la Argentina a adherir al modelo teórico. A través de entrevistas realizadas a los primeros profesionales con formación en esta corriente teórica, algunos de ellos fundadores de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva, se intentará destacar los hechos y factores que propiciaron la aparición de este movimiento en la clínica psicoterapéutica dentro de nuestro país.

Palabras clave: terapia cognitiva, historia, Argentina.

Key words: cognitive therapy, history, Argentina.

Introducción

La creciente difusión de las terapias cognitivas (TC) ha cambiado el panorama del campo psi en la ciudad de Buenos Aires, un horizonte dominado históricamente por el psicoanálisis. Esta ampliación de las ofertas psicoterapéuticas está transformando también el horizonte cultural de la experiencia psicológica, entendida como una matriz preeminente en las formas de subjetivación de las clases medias urbanas. En Argentina el mundo psi ha sido analizado desde diferentes enfoques. Como núcleo central de la reflexión histórica sobre la experiencia psicológica asociada a la modernización cultural de las clases medias urbanas y las elites culturales, el psicoanálisis ha constituido un objeto de estudio significativo (Klappenbach, 1990; Plotkin, 2003; Vezetti, 1989, 1995). Por su parte, se ha profundizado en la lógica institucional de grupos socio-profesionales de psicólogos (Klappenbach, 2000, 2006) y psicoanalistas (Balan, 1991; Visakovsky, 2001). Sin embargo, son escasas las reflexiones desde las ciencias

sociales sobre la recepción y desarrollo de las TC, un fenómeno que se revela cada vez más importante en las transformaciones de la experiencia psicológica como un vector significativo de lo que Bourdieu (1967) ha denominado el “inconsciente cultural de una época”.

Al comienzo de la década de 1980 la TC era un corpus poco transitado y muchas veces explícitamente rechazado dentro del campo psi. Casi tres décadas más tarde, aquéllas no sólo se han expandido exponencialmente como consulta privada, sino también en el sistema de salud, en la experiencia cotidiana y en los circuitos profesionales internacionales, cada vez más permeados por el modelo anglo-sajón.

El sistema de salud ha incorporado criterios contemporáneos de atención como la “eficacia”, la “efectividad” y la “eficiencia” a los tratamientos psicoterapéuticos. Particularmente obras sociales y servicios prepagos de salud promovieron que el modelo cognitivo de atención se adapte a las condiciones del sistema de salud vigente. Parte de este éxito se debe a la creciente importancia de la investigación clínica como criterio de validación de una práctica con apoyo empírico, un pilar epistemológico de las TC. Asimismo, ha aumentado la presencia de la TC en la formación de psicólogos. Aunque las carreras de psicología se concentran mayoritariamente en el psicoanálisis, existen espacios cada vez mayores de formación cognitiva, tanto en cátedras

* Guido P. Korman. CONICET. UBA, Buenos Aires, Argentina

** Nicolás Viotti. UBA, Buenos Aires, Argentina y Museo Nacional, Universidad Federal de Río de Janeiro, Brasil

*** Cristian Garay. UBA, Buenos Aires, Argentina

E-Mail: gkorman@psi.uba.ar

REVISTA ARGENTINA DE CLÍNICA PSICOLÓGICA XIX p.p. 141-150
© 2010 Fundación AIGLÉ.

de grado como en instituciones de formación de postgrado de universidades públicas y privadas, espacios que se suman a los centros privados de formación establecidos durante la década de 1980. A su vez, se ha expandido su presencia en actividades científicas, aumentó el número de eventos y participantes en jornadas y congresos de la especialidad, así como el lugar que la TC ocupa en los encuentros abiertos del mundo psi, lo que se percibe también como una difusión entre los propios psicoanalistas. Ejemplo de ello son las conferencias convocadas por distintas escuelas de orientación lacaniana llevadas a cabo el 6 de agosto de 2005 en el Teatro Coliseo, donde fueron invitados a exponer figuras destacadas de las terapias cognitivas.

En el espacio público se percibe una presencia creciente de los saberes de las TC; las herramientas propias de la TC tienen cada vez mayor presencia en lo que hasta hace unas décadas había sido un dominio exclusivo del psicoanálisis. Se hace presente en la aparición de artículos en los suplementos psi de alta circulación así como en los medios masivos de comunicación, tales como en diarios, revistas y programas de alto rating televisivo. Por otro lado, el modelo cognitivo de atención enfatiza un modelo psicoeducativo del tratamiento, es decir que se propone como un modelo “al alcance de todos”, lo que promueve la difusión de verdaderos manuales de autoayuda (muchas veces convertidos en best sellers) destinados al público lego. Este peso relativo de las TC viene de la mano de un cuestionamiento a los modelos psicoanalíticos tradicionales –piénsese en el impacto causado en Francia por la publicación de “El libro negro del psicoanálisis”- y del auge de experiencias terapéuticas alternativas que hacen “difusas” ciertas áreas del campo psi. Este proceso es simultáneo al crecimiento de las llamadas terapias alternativas a veces incluidas en el horizonte de la nueva era (Carozzi, 2001), las que obligan a repensar las categorías de campo psi y campo religioso como categorías analíticas autónomas.

Particularmente en los países anglosajones, el papel de las psicoterapias cognitivas ha alcanzado un lugar privilegiado, tanto en las discusiones teóricas como en los sistemas de atención públicos. Este rasgo nos obliga a reparar tanto en la lógica de circulación internacional de saberes, el lugar de la Argentina en este circuito y las condiciones de posibilidad y de surgimiento en el campo psi local.

La novedad de las TC ha suscitado toda serie de reacciones, tanto críticas como benéficas al interior del mundo psi. Lejos de tomar un lugar en la controversia, ella misma es la que puede ayudarnos mucho a entender ese mundo. La difusión creciente de la TC en los recursos de salud y el aumento de la demanda es un hecho innegable que no puede

pasarse por alto, sino intentar entenderlo en toda su complejidad. Nos interesa profundizar en las formas en que los saberes de la TC, refutando su aparición sobre una tabula rasa, heredan mediaciones institucionales y simbólicas del campo psi de Buenos Aires. En este trabajo privilegiamos un enfoque sobre algunas narrativas del surgimiento, difusión y profesionalización de la TC en la Argentina. Intentamos mostrar cómo las condiciones de surgimiento de esos saberes se entretajan a partir de relaciones capilares entre personas, saberes heredados y novedosos, eventos científicos e instituciones formales e informales. Como telón de fondo, mostramos que la recepción de esta tradición movilizó complejos y heterogéneos procesos de mediación de una nueva *expertise* que resulta cada vez más crucial en las formas de entender la subjetividad occidental contemporánea.

La mayor parte de la información fue recabada a través de entrevistas abiertas y extensas con miembros de la Asociación Argentina de Terapias Cognitivas. Este trabajo es parte de una indagación más amplia que incluye, en esta primera etapa, el análisis de publicaciones de divulgación, los registros de la Asociación de Argentina de TC y de instituciones afines, así como material bibliográfico producido por psicoterapeutas de orientación cognitiva. En una segunda etapa está previsto un análisis etnográfico que incluya la perspectiva de los usuarios y los terapeutas en la práctica cotidiana y un análisis del papel de la TC en la cultura de los sectores medios urbanos contemporáneos y sus regímenes efectivos de subjetivación.

La psicoterapia cognitiva: entre el psicoanálisis y la tradición conductual

El origen de las primeras formulaciones sobre lo que actualmente se conoce como psicoterapia cognitiva tiene, al menos, dos grandes relatos en la historia interna de la psicología. En primer lugar, las terapias comportamentales y los enfoques cognitivos como producto de las investigaciones en psicología básica (Rachman, 1997). En segundo lugar, la crisis del psicoanálisis frente al auge de los criterios de efectividad en el ámbito de los Estados Unidos (Semerari, 2002). Cada una de estas historias respalda distintas lecturas del fenómeno. Sin embargo, ambas reconocen la presencia de una “revolución cognitiva” durante la década de 1960 (Kriz, 2002). No es el lugar aquí para repensar el lugar que esta inflexión tiene en el contexto de las transformaciones de los saberes sobre la subjetividad de la década de 1960, aunque todo parece indicar la difusión

creciente de una corriente con un fuerte contenido inmanente en las formas de pensar la subjetividad.

Hay una serie de abordajes muy distintos que podrían ser incluidos dentro de las terapias cognitivas, surgidos de la crisis del psicoanálisis durante los años 60 en el contexto particular del campo psicológico norteamericano (Semerari, 2002). Surgieron de la mano del desarrollo de teorías y modelos psicoterapéuticos, cuyo objetivo era disminuir el malestar generado por los trastornos depresivos y ansiosos en un lapso relativamente breve. En el propio psicoanálisis, esta crisis tuvo como contrapartida una inquietud por repensar algunos conceptos clásicos. Nociones tales como “pulsiones de vida” y “pulsiones de muerte” eran problemáticas para esa generación de psicoanalistas.

De esta forma, también la tradición psicoanalítica norteamericana se revelaba vulnerable a los criterios de efectividad, pero simultáneamente desconfiaba cada vez más de categorías trascendentes como constitutivas de la subjetividad que no fueran resultado de la dimensión sensible de lo humano. Se abría una brecha para preguntarse por la propia experiencia del paciente por fuera de las categorías metapsicológicas freudianas (Semerari, 2002). Tanto Aaron Beck como Albert Ellis, de formación psicoanalítica, se enmarcan en esta ruptura. Llevan a la redefinición de ciertas premisas psicoanalíticas en su propio campo y, por otra parte, a la configuración de un espacio autónomo que irá consolidando un modelo de atención sustentado en el eclecticismo técnico. Con el paso del tiempo tendería a incorporar la tradición conductual, el psicoanálisis de la crisis y a confluir en síntesis diversas. El foco de estos modelos era –y es actualmente– el papel de la cognición en los fenómenos mentales patológicos. Sus principales argumentos para el cambio parten de las pautas internas de evaluación, procesamiento y argumentación que sustentan la conducta (Kriz, 2002).

Como vemos, la psicoterapia de orientación cognitiva tiene un origen heterogéneo que responde tanto a la crisis del psicoanálisis como a las dificultades teóricas del conductismo. Emerge en un ámbito académico-clínico particular como el norteamericano, situado en una cultura nacional específica imbuida de un verdadero culto al individuo y la libre elección. Surge a partir del tratamiento de la depresión que lleva implícito un modelo inmanente de eficacia y bienestar, amparados en la centralidad de la noción de experiencia y la de eclecticismo técnico, dos concepciones que estructuran un sistema de

valores que desconfía simultáneamente de las miradas metafísicas y unívocas sobre la persona. Esta breve reseña sobre la conformación de un espacio novedoso de saber sobre la subjetividad contemporánea nos lleva a preguntarnos: ¿Cuáles son los estilos de apropiación de esta cultura terapéutica en Argentina? ¿Cómo se recrea la TC en un ámbito marcadamente psicoanalítico? ¿Cómo son las redes por las que ese saber circula, se difunde e institucionaliza? ¿Qué consecuencias tiene en la reconfiguración del escenario psi local?

La terapia cognitiva en Argentina

En un primer momento, las lecturas cognitivas iban de la mano con la búsqueda de modelos alternativos al psicoanálisis ortodoxo como las terapias sistémicas, la antipsiquiatría, las terapias reichianas o un cuestionamiento más difuso al mentalismo que promovía la experimentación con lo corporal. La psicoterapia cognitiva comenzó a ser discutida en este tipo de ámbitos informales, que hacia el final de la década de 1970 incluía psicólogos, mayormente con formación psicoanalítica que eran curiosos a modelos teóricos diversos y muy heterogéneos, pero que se caracterizaban por la actualización de los saberes a partir de viajes esporádicos y suscripción a revistas extranjeras (mayormente anglosajonas).

Un papel primordial en este proceso lo tuvieron el psicólogo Héctor Fernández-Álvarez* y la psicóloga Sara Baringoltz**. Ambos habían tenido una formación psicoanalítica y habían participado como docentes en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. En el caso de Fernández-Álvarez, en la cátedra del profesor José Itzigsohn, quien introdujo una perspectiva reflexológica en la materia “Introducción a la Psicología y Psicología General” y en el caso de Baringoltz, en esta misma cátedra, sumado a su participación en las materias de “Técnicas Proyectivas I” y “Técnicas Proyectivas II” con la profesora María Siquier de Ocampo. Este dato resulta relevante porque nos da la pauta de una carrera enmarcada en una tradición no exclusivamente psicoanalítica que nos permite pensar en un “aire de familia” que explicaría el interés y la curiosidad respecto de la aparición de la TC. Fernández-Álvarez refiere a su salida de la Universidad de Buenos Aires en el contexto de la dictadura, y asimismo remarca la importancia de la actividad de formación “interior” o en pequeños grupos privados que caracte-

(*) Una de las figuras centrales en la elaboración original de una reflexión teórico-clínica en el ámbito cognitivo, sirva de ejemplo el libro *Fundamentos de un modelo integrativo en psicoterapia* (1992). Por otra parte, es también un impulsor de instituciones y organismos asociados a esta vertiente. Entre otros, fundó la carrera de especialización en psicoterapia cognitiva (Universidad Nacional de Mar del Plata), creó la Maestría en Psicología Clínica Cognitiva de la Universidad de Belgrano, es director de la carrera de especialización en psicoterapia individual y grupal (Fundación Aiglé – Universidad Maimónides) y de la carrera de especialización en psicoterapia familiar con orientación cognitiva (Ackerman Institute for the Family of New York y Fundación Aiglé).

(**) Docente de las Universidades de Bs.As y de la Universidad de Belgrano en grado, posgrado y maestrías. Fundadora del Centro de Terapia Cognitiva de Bs. As (1987). Directora del mismo y Miembro del Board Internacional de Terapia Cognitiva.

rizó buena parte del campo psi durante la década de 1970.

“(...) 24 de marzo del '76, los militares me echan de la universidad (...). Una comisión de militares de la Universidad de Buenos Aires, de la Facultad de Filosofía en ese entonces dictamina sobre cada uno de los docentes y llega a la conclusión de que yo era una persona incompetente, así que por un dictamen de incompetencia académica me expulsan de la universidad. Nunca volví. El último día que fui fue el 23 de marzo. Siempre digo que en la Argentina esta situación tan terrible que vivimos generó dos tipos de exilios. Mucha gente que, no teniendo otra opción, no tuvo más remedio que exiliarse del país. Y muchos que nos exiliamos internamente. En el sentido que hacíamos un cálculo, que no era tan terrible para que nos costara la vida, pero mejor que no tuviéramos mucha visibilidad. Así que nos refugiamos hacia espacios interiores.”

La experiencia de Fernández-Álvarez en la Universidad de Buenos Aires, una vez expulsado, tuvo continuidad en la Universidad de Belgrano en la cátedra de Técnicas Psicométricas. Por su parte, Baringoltz recorre un camino similar. Desde la Universidad de Buenos Aires se desplaza a la Universidad de Belgrano, en la que se hace cargo de las cátedras de Psicodiagnóstico y de Roscharch. En ambos casos el trabajo se concentraba en un área relacionada con la medición y evaluación de corte más científicista. Sara Baringoltz refiere:

“En la UB conozco a Héctor Fernández-Álvarez. Supongo que sería la segunda mitad de la década del 70... 75, 80. En esa época comenzamos a trabajar en el instituto de investigaciones de la Universidad de Belgrano y empezamos a reunirnos los dos para estudiar nuevas líneas. En una época estuvimos acompañados por Eva Muchinik*, después quedamos los dos solos. Simultáneamente yo creo que en la década del 70 al 80, yo hice incursiones en otras líneas psicoterapéuticas. Incursioné en distintos modelos: sistémico, gestáltico, psicodramático., entre otros.”

Tanto Héctor Fernández Álvarez como Sara Baringoltz demostraban una profunda inquietud en términos teóricos y clínicos. Los intereses teóricos eran muy amplios y contemplaban un fuerte eclecticismo y una búsqueda que caracterizaba un clima

de época, visualizado por las lecturas sistémicas, la antipsiquiatría y el psicodrama. Si algo parecía encuadrarlos era la desconfianza en los modelos más ortodoxos del psicoanálisis y una sensibilidad común a lo que Robert Castel (1984), centrando su atención en el fenómeno de expansión de modelos psicoterapéuticos en Norteamérica, definió en el ámbito francés para la misma época como post-psicoanálisis. Héctor Fernández-Álvarez hace referencia al contexto en el cual se fundó, en el año 1977, la Fundación Aiglé:

“En 1977 nos juntamos con distintas personas que coincidíamos en que no nos gustaba la clínica dogmática del psicoanálisis dominante, por la cual sólo se podía ser psicoanalista, y si no, no se era nada.”

Gabriel Brarda** participante de un grupo de autogestión que convocó Sara Baringoltz para estudiar terapia cognitiva, se refiere a una experiencia a mediados de la década de 1980:

“Quien inicialmente convocó a ese estudio fue Sara. Yo no la conocía personalmente. Voy a la primera reunión y me encuentro con que éramos unas 10 personas. De las cuales conocía solamente a una, Ruth Wilner. Nos presentamos, y ahí descubro una heterogeneidad impensada. En el grupo también había muchos no se conocían, sólo 4 o 5 colegas se conocían porque venían de haber estudiado en la cátedra de Sara en la UB. Sara para ese entonces había dictado la cátedra de Técnicas Proyectivas. En realidad así es como me la presentaron, me dijeron: “...mirá, es la titular de Técnicas Proyectivas en la UB”. Ah bueno dije, si adhiere a modelos proyectivos debe ser bastante psicoanalítica. La cuestión es que cuando llegué al grupo me di cuenta que de todos los que conformábamos el grupo, el que resultó más psicoanalista de todos era yo. Había gente que hacía psicodrama, otros sistémicos, uno de Palo Alto, otro de la Escuela sistémica Estructural. Incluso gente que trabajaba en técnicas corporales.”

Durante esta etapa no existía una tendencia marcada hacia lo que actualmente se entiende por TC, sino una preocupación heterogénea por modelos terapéuticos alternativos al psicoanálisis ortodoxo. Por su parte, Claudia Bregman*** refiere una experiencia de la década de 1980 en la Fundación Aiglé:

(*) Es mencionada por gran parte de los entrevistados como un personaje significativo para la conformación de la Terapia Cognitiva en la Argentina, pese a que en la actualidad no se encuentre relacionada a la misma. Eva Muchinik fue Profesora Titular regular de Psicología Social, en la carrera de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. Fue también directora de la carrera de Psicología y luego Decana de la Facultad de Humanidades en la Universidad de Belgrano.

(**) Médico Psiquiatra. Miembro de la American Psychiatric Association. Magíster en Psiconeurofarmacología Univ. Favaloro. Miembro Fundador del Centro de Terapia Cognitiva.

(***) Miembro de la Fundación Aiglé. Actual presidente de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva.

“Hicimos un grupo de estudio de Laing y Cooper (...). Lo que te quiero decir es que no nos casábamos con ningún modelo. (...). En el 83, o debe haber sido 84, tal vez un año más; en Aiglé empezó el primer grupo de gente que nos empezábamos a formar específicamente en Terapia Breve, que era una cosa recontra avanzada (...) y en ese grupo nos empezamos a formar en TC.”

Las universidades privadas y los grupos de estudio conformaban dos espacios de discusión que mantenían algún tipo de vitalidad intelectual en un contexto represivo. Los grupos privados habían sido un espacio de formación y de discusión significativos en el ámbito psicoanalítico. Esta práctica se extendía también entre las nuevas inquietudes teórico-clínicas, sin duda porque muchos de los que participaban de estos grupos compartían un estilo de formación que veía en este tipo de actividad un espacio fecundo. Por otro lado, la inquietud por modelos alternativos al psicoanálisis ortodoxo parecía favorecer la experimentación. La reclusión privada, los encuentros personales, las redes estrechas de amistad o de afinidad profesional, al mismo tiempo que emergían en un contexto de debilidad institucional y de una vida pública e intelectual reducida, permitieron una relativa “libertad” para recrear un recorrido personal, sin duda solitario, por nuevos territorios.

La constitución de una red internacional

Los viajes esporádicos autofinanciados y favorecidos por la economía de cambio que mantenía el gobierno dictatorial durante fines de la década de 1970 permitía la actualización de algunos profesionales en ámbitos innovadores, sobre todo del ámbito anglo-sajón. La experiencia de Sara Baringoltz en Palo Alto es significativa al respecto. Ruth Wilner*, al referirse al interés incipiente en los modelos cognitivos, remarca el papel que tenían los viajes y la actualización bibliográfica amparada en el propio esfuerzo individual:

“Y vine con una valija enorme de libros y para esa época me reunía con Sarita que estaba organizando un grupo de autogestión porque, de todo el grupo de gente que trabajaba en la cátedra había unos cuantos que estábamos como muy interesados en este modelo y que veníamos con muchas ganas de seguir profundizando.”

Por su parte, Héctor Fernández-Álvarez se refiere al contacto con la producción en el extranjero como un elemento central de esa experiencia inicial:

“Empecé, desde el exilio (interno), a conectar con gente de afuera del país. Afortunadamente el correo no estaba prohibido y por ahí se podía hacer un viaje al exterior. Empecé a ver que esto del cognitivismo como idea teórica estaba tomando cuerpo en el mundo como una forma concreta de práctica clínica, vinculada a la salud mental y a la psicoterapia en particular.”

La venida de distintas personalidades y la vinculación con el exterior fueron muy importantes en la dinamización de este espacio. A mediados de la década de 1980, Sara Baringoltz viaja al centro de Aaron Beck en Philadelphia con Ruth Wilner y Lydia Tineo**, donde toman contacto estrecho con un estilo de trabajo más que con una elaboración teórica y establecen relaciones con profesionales activos en el ámbito norteamericano. Luego viajan a la costa oeste con motivo de unas jornadas sobre depresión dentro de la línea cognitiva y establecen contacto con el centro de Christine Padesky. La práctica de viajes breves o de formación dentro de la fundación Aiglé o independientemente en el grupo de trabajo coordinado por Baringoltz era simultánea a traer personalidades del exterior para actividades generales o workshops a los que asistían los miembros del grupo. Así, se organizaron grupos de trabajo con personalidades internacionales con fuerte repercusión en los modelos cognitivos como Michael Mahoney, Vittorio Guidano, Leslie Greenberg, Jeremy Safran y Jeffrey Young.

A comienzos de la década de 1980, la visita a Buenos Aires de Hans Eysenk parece marcar un antes y un después en la conformación de un clima intelectual. Condensa un reposicionamiento en el campo psi que es percibido como un hecho muy significativo por gran parte de los entrevistados. Los posicionamientos en relación a esta controversia permiten entender la experiencia presente, los valores en juego y el lugar dentro del campo de algunos terapeutas significativos en la difusión de la TC.

El affaire Eysenk

Existe una controversia pública en noviembre de 1981 en función de la visita de Hans Eysenk. En gran parte de los relatos, se hace referencia a este evento como decisivo en la profundización posterior del modelo cognitivo-conductual; sin embargo, también

(*) Es miembro fundador del Centro de Terapias Cognitivas (CTC) y de la Asociación Argentina de Terapias Cognitivas (AATC). Actualmente es vice directora y coordinadora del área de docencia del CTC.
(**) Psicóloga Clínica, Doctora en Neuropsicología Cognitiva Aplicada, Co-Fundadora del CTC y de ALAPCO; Full Member del Internacional Schema Institute, Coordina el equipo de Investigación del CTC.

parece delimitar una oposición entre psicoanalistas y conductistas desacreditada por abstracta y falta de un esfuerzo de diálogo e integración.

La actividad se da en el Primer Congreso Argentino de Psicoterapias, organizado por la Universidad de Belgrano y con un público mayormente psicoanalítico. Llama la atención que el nombre del congreso ya hacía referencia a las “psicoterapias” y no al psicoanálisis. Ponía de manifiesto una voluntad de apertura y de entender al psicoanálisis en este cuadro integrativo, fundamentalmente volcado al trabajo clínico y a la búsqueda de bienestar. Es preciso tener el contexto general en el que se da lugar a este congreso. En 1980 el Ministerio de Educación había emitido una reglamentación sobre incumbencias del rol del psicólogo, más conocida como “los tres no” (“no a la práctica psicoanalítica, no a la psicoterapia y no a la administración de psicotrópicos”) (Klappenbach, 2000), hecho que es coincidente con una gran cantidad de reuniones científicas que explícitamente, como desafío, incorporaron el término “psicoterapia” dentro del país (Klappenbach, 2000).

Eysenck, quien al momento de su conferencia era director de la Unidad de Psicología del Instituto de Psiquiatría de Londres y con fuerte prestigio mundial, impulsa el valor de la psicoterapia y su relación con la investigación empírica clínica, polemizando con un público psicoanalítico y causando revuelo entre la platea. Fernández-Álvarez recuerda la conferencia final en un cine del barrio de Belgrano como un momento violento, donde se dio un intercambio intenso de acusaciones entre Eysenck, quien sostenía que “le parecía mentira estar en un lugar donde las personas, pretendidamente bajo el amparo de la ciencia, fueran ignorantes de aquellas cosas que podrían ser efectivas para mejorar la salud de la gente” y los psicoanalistas, a quienes “no les importaba esto de la terapia del comportamiento que él planteaba, porque todo eso era la naranja mecánica”.

Una parte importante de la confrontación se había dado entre Eysenck y psicoanalistas reconocidos como Mauricio Abadi (fue presidente de la Asociación Psicoanalítica Argentina, APA, profesor de esa institución y de las universidades de Buenos Aires, Belgrano y Kennedy). Según Sara Beringoltz, el tono era profundamente agresivo entre ambos. Abadi lo acusaba a Eysenck de mecanicista, “que realmente no consideraba lo que era el mundo interno, el inconsciente”. Eysenck le replicaba que “el mecanicista era él, que creía que si era tirada una piedra en un recipiente con agua, el agua iba a saltar del otro lado”. Este clima de agresión mutua ponía en juego modelos de interpretación legítima de la terapia y de la persona. La reacción de los psicoanalistas no connotaba solamente una defensa de sus lugares

amenazados en el campo, ponía en duda un honor profesional y una convicción teórico-clínica tan real como cualquier otra.

La fuerte impronta de la persona de Eysenck y las discusiones que éste generó dejaron un vívido recuerdo en la mayoría de los futuros propulsores del modelo cognitivo en la Argentina. La mayor parte de los entrevistados resalta que esta visita resultó crucial en la búsqueda de una identidad que quedaría años más tarde definida a partir de la creación de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva.

Muchos de los entrevistados recuerdan esa discusión pública como un hecho sobre el que no tomaron partido. Sara Beringoltz refiere que, “cuando terminó ese congreso yo dije, a mí no me convence ni el uno ni el otro, esto es una locura”. Sin embargo, tanto la voluntad de organizar un “Congreso de Psicoterapias” como el resultado general de la intervención local de Eysenck abrieron una brecha más profunda entre este grupo y la tradición psicoanalítica ortodoxa. Este evento es relatado como un hito. Fernández-Álvarez menciona que en la Fundación Aiglé se daban seminarios sobre la transferencia o la culpa y que luego de este Congreso se comienza a profundizar sistemáticamente en la línea más cognitiva.

Los posicionamientos con respecto al affaire Eysenck dan cuenta de una variedad de acepciones; no tanto el rechazo del psicoanálisis, sino sobre la importancia de una mirada abierta y plural que no compartían ni Eysenck ni los psicoanalistas. Esto vuelve a traer a escena el valor de la síntesis y la búsqueda del bienestar como el rasgo primordial de este grupo inicial.

Si las inquietudes teóricas eclécticas y el integracionismo caracterizan este primer grupo, se le suma la desconfianza cada vez mayor en relación con la exclusividad dogmática del psicoanálisis y su distancia con un modelo de investigación clínica empírico que comienza a aparecer como un valor innegociable. La lógica del campo intelectual y sus grupos de estudio así como la recepción de modas intelectuales propias de la época ligadas a la hegemonía de la tradición anglosajona conformaba las condiciones propicias para el advenimiento de los modelos de orientación cognitiva y la impronta de los tratamientos centrados en la efectividad de la psicoterapia a la hora de lidiar con el malestar y los trastornos mentales.

Institucionalización de la terapia cognitiva

La década de 1980, con la apertura democrática, se convertiría en el ámbito propicio para la experi-

mentación. Los caminos individuales o en pequeños grupos que buscaban literatura extranjera o realizaban viajes cortos al exterior, ahora contaban con un interés creciente favorecido por el clima de innovación cultural y asociacionismo propio de la post-dictadura (Landi, 1984 y 1988). Existía también una efervescencia promovida por el regreso de muchos exiliados que habían tenido experiencias diversas tanto en Europa como en Estados Unidos con “nuevas terapias”.

En términos muy generales, la vuelta de exiliados a la Argentina y los viajes esporádicos recreaban, en un plano más difuso pero que comenzaba a percibirse localmente, una nueva cultura del cultivo de psi. Los ecos tardíos de la contracultura del mundo euro-americano favorecían la espontaneidad, la autonomía personal y el bienestar como valores estructurantes de una sensibilidad emergente en ciertos fragmentos de los sectores medios. En el ámbito amplio de los recursos terapéuticos la preocupación por el “estar bien” o la eficacia no era solamente una preocupación de las incipientes TC, sino un cuadro cultural mayor que desconfiaba de un proceso analítico de largo plazo, requería soluciones concretas a los problemas de la vida diaria y un nuevo orden moral para entender a la terapia.

Si bien la Fundación Aiglé ya existía desde 1977, no era una asociación eminentemente “cognitiva”, sino que se caracterizaba por un clima de experimentación y eclecticismo generalizado. Paralelamente, con intenciones de abrir un espacio para “tener un grupo de pertenencia y de referencia, donde uno pudiera actualizarse, pudiera discutir, pudiera pensar, pudiera tener discrepancias”, como señalara Sara Baringoltz, en 1987 se funda el primer centro que incorporaba el término “cognitivo” en su denominación: El Centro de Terapia Cognitiva (CTC). Este centro venía a consolidar un espacio de trabajo colectivo que, como refiere Ruth Wilner, era “un grupo que terminó siendo como el germen de lo que hoy es el Centro de Terapia Cognitiva, que era un grupo de autogestión para leer lo que era TC, para los que estábamos interesados específicamente en el modelo”. El impulso proviene de la propia Baringoltz con el aval de Héctor Fernández-Álvarez, dos personalidades que compartían un camino común de amistad e inquietudes teórico-clínicas. El eclecticismo era un rasgo constitutivo, sin embargo había algo de actualidad y de síntesis que la TC traía aparejada, como dice Baringoltz:

“En determinado momento en una reunión que yo tuve con Héctor me dice: ya que ustedes se están reuniendo y están abocados a esto, por qué no arman un centro?. La verdad es que la idea fue de él. Aiglé creo que tenía ya diez años en ese momento. Bueno, lo pensamos, discutimos muchísimo acerca del nombre del centro. En realidad todos teníamos una visión integrativa más que cognitiva, y a pesar de eso decidimos ponerle Centro de Terapia Cognitiva. Porque de alguna manera pensamos que la terapia cognitiva era una terapia integrativa actual.”

El clima de experimentación, el acceso a una bibliografía internacional y los primeros grupos dedicados a la discusión teórico-clínica de los modelos cognitivos son rasgos de una etapa formativa de lo que más tarde tomaría forma en la TC. No deberíamos leer una historia lineal, justamente parece ser un proceso discontinuo, heterogéneo y complejo que delinea sólo algunos rasgos que son condición necesaria y no suficiente para entender el proceso de profesionalización y expansión contemporáneas de la TC. Como vimos, los modelos cognitivos eran parte de una serie de otras tradiciones teóricas que convivían. El propio interés de los terapeutas era ecléctico y se complementa desde el comienzo con otras tradiciones, haciendo de la multiplicidad y la elección libre de estrategias que se destinan al bienestar efectivo un rasgo constitutivo de este movimiento.

Por su parte, los modelos de TC permitían una síntesis teórica y una utilidad concreta en el trabajo terapéutico que era fuertemente valorada. Simultáneamente eran una corriente actual. Una tendencia internacional general del trabajo en psicología clínica, que se ajustaba cada vez mejor a los vaivenes del desarrollo de revalidación empírica en alza y a la búsqueda concreta de soluciones a las aflicciones mentales o de desarrollo personal.

Hacia el final de la década de 1980 Herbert Chappa*, médico psiquiatra, funda el Instituto de Terapias Cognitivas e Integrativas (CETEM) en la ciudad de La Plata. Cuatro años más tarde (1992), Juan Balbi** crearía en Buenos Aires el Centro de Terapia Cognitiva Post-racionalista (CETEPO), institución que se encuentra muy ligada a la Fundación F.A.P.S., una organización sin fines de lucro que tiene por objeto fomentar, desarrollar, divulgar y difundir la Perspectiva epistemológica posracionalista y el enfoque cognitivo-posracionalista. Los desarrollos de la TC en tales centros reviste un interés en sí mis-

(*) Médico psiquiatra y actualmente director del Instituto de Terapias Cognitivas e Integrativas (CETEM) en la ciudad de La Plata. Herbert Chappa fue uno de los primeros en trabajar en la Argentina con un abordaje conductista. Trabajó en sus inicios en la Cátedra de Introducción a la Psicología Médica en la Facultad de Medicina de La Plata, orientada a la psicología experimental, perfeccionándose luego en esa dirección con el Profesor Gordon Claridge, en Glasgow, Escocia, discípulo de H. J. Eysenck. Toma contacto allí con el interés que despertaba el trabajo de Kelly, y la línea cognitivista. Su interés actual se dirige a la integración cognitivo-comportamental con la psicofarmacología. Ha publicado numerosos artículos científicos y capítulos de libros, entre los que se destaca Pánico y agorafobia. Abordajes cognitivo y Psicofarmacológico (1997) y Distimia Tratamiento Cognitivo-Social y Psicofarmacológico (2003).

(**) Juan Balbi es psicólogo, actualmente es director del Centro de Terapia Cognitiva Post-racionalista. Preside la Fundación FAPS (Para el Avance de los Estudios Posracionalista) que cofundó con Vittorio Guidano en 1997. Ha publicado numerosos artículos científicos y capítulos de libros, entre los que se destacan los siguientes libros: “Terapia Cognitiva Posracionalista. Conversaciones con Vittorio Guidano” (1994) y “La mente narrativa. Hacia una concepción posracionalista de la identidad personal” (2004).

mo que no es menester profundizar aquí, pero su consolidación institucional nos da la pauta de un proceso de afianzamiento de la TC. Todos estos centros de asistencia, investigación y docencia ponen de manifiesto una expansión e institucionalización significativa del trabajo en la corriente de la TC que se consolidaría cada vez más y se profesionalizaría durante la década de 1990. Comenzaba también a dejar su marca en un campo psi cada vez más plural y en la experiencia cotidiana de la cultura psicológica de Buenos Aires.

Profesionalización y consolidación institucional

La década de 1990 fue un período de expansión regional de la TC. En las consultas privadas y en el sistema de salud se da una verdadera revolución cognitiva. Esto es simultáneo a un proceso de consolidación institucional y de afianzamiento de los lazos con el circuito profesional europeo y norteamericano. En el aspecto institucional se consolidan los lazos entre profesionales del medio, dando origen a la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva al comenzar la década de 1990. Asimismo, la TC gana espacios en las instituciones privadas y públicas de formación de nuevas generaciones de psicólogos.

Ya vimos cómo se fueron conformando las condiciones de desarrollo e interés por las TC en el ámbito de Buenos Aires a partir del grupo de Aiglé y del CTC. No deja de ser significativo que la fundación de la asociación norteamericana de psicología cognitiva se funda en 1990 y en Europa en 1992. De modo tal que la creación en 1991 de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva parece hacerse eco de un proceso más general. Esa misma apertura internacional de la década de 1990, consecuencia de estrechamiento de las redes académicas y profesionales fruto de la llamada mundialización económica y cultural de fines del siglo XX, posiciona a las TC en un nuevo lugar. La predisposición a la literatura y una red internacional con un peso cada vez mayor en los círculos y asociaciones psicológicas europeas y norteamericanas favoreció profundamente el éxito de la TC. Héctor Fernández-Álvarez lo expresa del siguiente modo: “Qué nos dio cierta fuerza? Lo que les decía que observábamos que ocurría afuera. La psicoterapia en el mundo se fue cognitivizando. Y esto tarde o temprano llegó a la Argentina”. Sara Baringoltz, en referencia a la creación de la Asociación refiere que “Vittorio Guidano, en determinado momento, nos dijo: ¿por qué no arman una asociación argentina de terapia cognitiva? Me parece que

sería bueno, sería bueno para las relaciones con el exterior”.

Un hecho importante en este proceso fue la creación de la Revista Argentina de Clínica Psicológica (creada por la Fundación Aiglé en 1992), cuyo objetivo desde su fundación, era ser un medio de comunicación para que los psicoterapeutas puedan tener una visión de los avances en clínica psicológica relacionados con la investigación.

Progresivamente la TC fue ganando espacios en ámbitos institucionales de formación superior y universitaria. La primera carrera de postgrado en el campo de la psicología que fue acreditada en el país fue la Maestría en Psicología Clínica de Orientación Cognitiva que se implementó en la Universidad Nacional de San Luis en 1993. Asimismo, hacia 1992, en la Universidad Nacional de Mar del Plata, comenzaron a dictarse diversos cursos de postgrado, organizados por el equipo de la Fundación Aiglé. En la actualidad, este mismo grupo ha desarrollado una Maestría de Psicología Clínica Cognitiva en la Universidad de Belgrano.

El papel de Eduardo Keegan es significativo en la institucionalización a nivel de la educación superior y en la formación de nuevas generaciones de psicólogos de orientación cognitiva en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, un espacio donde la formación psicoanalítica fue dominante. Formado en psicología por la UBA, Keegan* a diferencia de personalidades como Sara Beringoltz o Héctor Fernández Álvarez, parte de una generación intermedia entre los nuevos profesionales y los primeros terapeutas con afinidades cognitivas de la década de 1980. Keegan desarrolló una actividad amparada en el ámbito académico de la UBA y con especialización en el exterior durante la década de 1990 (en el Instituto de Psiquiatría, asociado al Maudsley Hospital y al Bedlam Hospital.). En 1995, inicia la formación cognitiva de Postgrado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires. En el 2000 se lo nombra Profesor Titular a cargo de la segunda cátedra de Psicoterapias, primera materia obligatoria cuya orientación teórica no era psicoanalítica o psicodinámica. Desde el año 2007, en la carrera de grado de esta Facultad se dicta, además, una materia electiva de orientación clínica y cognitiva con una respuesta importante entre los alumnos. Eduardo Keegan, refiere que:

“Lo que dio la cátedra a partir del 2000 es que empezamos a tener cantidades de alumnos industriales, como son las características en la UBA. Tenemos 200, 300 o 400 alumnos por cuatrimestre. Esto implicaba que al cabo del año,

(*) Director del Posgrado en Terapia Cognitiva, UBA, miembro de la International Association for Cognitive Psychotherapy Miembro del Comité Científico, Sociedad Polaca de Terapia Cognitiva, sociedad miembro de la European Association for Behaviour and Cognitive Psychotherapies British Council Scholar, Institute of Psychiatry, Londres. Ha publicado numerosos artículos científicos y capítulos de libros, entre los que se destaca el libro *Escritos de psicoterapia cognitiva* (2007)

400, 500, 700 personas se enteraban de que existía la terapia cognitiva. Hoy en día, 7 años después, tenés que calcular que el boca en boca, más el número concreto de gente hace que eso tenga una difusión mucho más grande, sobre todo en gente que se está recibiendo, que está entrando en ámbitos profesionales.”

El número de terapeutas de orientación cognitiva continúa en aumento, así como también la oferta de cursos de capacitación y actualización, tanto en universidades públicas, como en universidades o instituciones privadas. En la actualidad, las TC en Argentina comprenden una gran cantidad de instituciones, gran parte de ellas miembros de la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva y en diálogo con una producción bibliográfica de investigación clínica (que dialoga con el mundo psiquiátrico) cada vez más importante en el medio local. Por su parte, su difusión a nivel social es también cada vez mayor, vía las experiencias de pacientes que ven en ella una salida efectiva a problemas específicos. Ello ha llevado a preguntarse por las condiciones de profesionalización y fragmentación del campo psi, viendo en este auge cognitivo un proceso de transformación de la matriz psicoanalítica que ha caracterizado este ámbito. En base a lo dicho hasta aquí, a modo de cierre, queremos introducir algunas reflexiones a este respecto.

Comentarios finales

La TC ha hecho aparición en el ámbito mundial a fines de la década del 60. Sin embargo, no fue hasta los años 80 que dicho modelo comienza a desarrollarse en Argentina. Actualmente, cuenta con un gran número de instituciones, las cuales, en su gran mayoría, tienen su origen en grupos de estudio autogestionados. La indagación en torno a la formación de las instituciones que conforman actualmente la Asociación Argentina de Terapia Cognitiva ha permitido describir los procesos que dan cuenta del surgimiento de dicha corriente en Buenos Aires y reconocer un espacio creciente que denota un nuevo escenario donde el psicoanálisis ya no detenta el monopolio legítimo de la psicoterapia.

El crecimiento y el auge de la psicoterapia cognitiva van de la mano de la importancia que en este contexto específico empiezan a tener conceptos como eficacia en el tratamiento y especificidad de los distintos trastornos mentales. Quizá su éxito se deba tal vez a que el lenguaje de la TC consigue sintonizar con los requerimientos de un estilo de vida acelerado y vulnerable que caracteriza buena parte

de la experiencia de los sectores medios urbanos contemporáneos.

Hemos insistido en las continuidades con algunas lógicas institucionales y simbólicas que caracterizaron el ámbito psi local como la formación psicoanalítica inicial de la mayoría de los psicólogos de orientación cognitiva (así como las razones de una inquietud por modelos terapéuticos alternativos al psicoanálisis), la práctica de grupos de estudio y la fundación de instituciones de formación y atención.

Vimos también cómo la TC reconfigura el campo psi, redefiniendo los criterios de clasificación y tratamiento de las aflicciones e instaurando un lenguaje preformativo del bienestar psíquico con el que la tradición psicoanalítica se ve obligada a dialogar o confrontar, pero que de ninguna manera deja de considerar. El diálogo entre TC y psicoanálisis está favorecido por la necesidad de dar cuenta de valores y un estilo de vida vulnerable que requiere cada vez más de una respuesta efectiva y específica que las diferentes ofertas psicoterapéuticas deben ofrecer si no quieren desaparecer.

El desarrollo de las TC en Buenos Aires ha recorrido una historia asociada a los avatares del mundo profesional local de las últimas tres décadas, al tiempo que entrelaza las biografías personales de sus protagonistas. Se percibe sin duda un proceso que va de la experimentación inicial a la profesionalización contemporánea, asociada a la formación de postgrado y el aumento de la matrícula de profesionales interesados en este tipo de especialización (inclusive formados originalmente en el psicoanálisis).

La importancia de la eficacia y la investigación clínica acerca las TC a la psiquiatría y la farmacología. Pero lejos de ser una característica exclusiva de las TC, parece ser una tendencia general de la psicología clínica de mayor amplitud, inclusive en el psicoanálisis (Lakoff, 2003 y 2006).

La relación entre especialización y profesionalización es al menos compleja. Es verdad que en el ámbito de las TC abundan los “specialistas” en trastornos de ansiedad, alimentación, del estado de ánimo, depresión o stress postraumático para mencionar sólo algunas aflicciones, pero tampoco podemos afirmar que sea exclusivo de esta corriente. Ello puede llevarnos a leer el éxito de las TC en el contexto de una profunda especialización y profesionalización extrema del campo psi que muchas veces es percibida como una amenaza a una concepción integral de subjetividad (mayormente representada por el psicoanálisis). Dentro de este contexto es interesante resaltar que algunas de las críticas que recaen sobre la psicoterapia cognitiva, tal como la realizada por Elizabeth Roudinesco (2005) en el ámbito francés, situadas en una posición interesada dentro del

campo, llevan a cabo una reducción que da cuenta de la falta de heurística respecto de la complejidad de cómo la TC se amolda a un campo psi específico.

BIBLIOGRAFÍA

Balan, J. (1991). *Cuéntame tu vida. Una biografía colectiva del psicoanálisis argentino*. Buenos Aires: Planeta.

Bourdieu, P. (1967). *Champ intellectuel et projet créateur*. Paris : Les Temps Modernes.

Carozzi, M.J. (2001). *Nueva Era y Terapias alternativas. Construyendo significados en el discurso y la interacción*. Buenos Aires: Ed.UCA.

Castel, R. (1984). *La gestión de riesgos. De la antipsiquiatría al post análisis*. Barcelona: Anagrama.

Fernández-Álvarez, H. (1992). *Fundamento de un modelo integrativo en psicoterapia*. Buenos Aires: Paidós.

Keegan, E. (2007). *Ensayos de Terapia Cognitiva*. Buenos Aires: EUDEBA.

Klappenbach, H. (2006). Periodización de la psicología en Argentina. *Revista de Historia de la Psicología*, 27 (1), 109-164.

Klappenbach, H. (2000). El título profesional de psicólogo en Argentina. Antecedentes históricos y situación actual. *Revista latinoamericana de psicología*, 3 (32), 419-446.

Klappenbach, H. (1990). Lo orígenes del psicoanálisis en la Argentina y la psicología experimental y clínica de principios de siglo. *Gaceta Psicológica*, 90, 34-42.

Kriz, J. (2002). *Corrientes fundamentales en psicoterapia*. Buenos Aires: Amorrortu.

Landi, O. (1988). *Reconstrucciones. Las nuevas formas de la cultura política*. Buenos Aires: Editorial Punto Sur.

Landi, O. (1984). Cultura y política en la transición democrática. En: O. Oszlak, *Crisis, proceso, transición a la democracia*, (pp. 65-78). Buenos Aires: CEAL.

Lakoff, A. (2006). Liquidez diagnóstica: Enfermedad mental y comercio global de ADN. *Apuntes de Investigación del CECyP*, 11.

Lakoff, A. (2003). The Lacan Ward: Pharmacology and Subjectivity in Buenos Aires. *Social Analysis*, 47 (2).

Plotkin, M. B. (2003). *Freud en las Pampas*. Buenos Aires: Sudamericana.

Rachman, S. (1997). Evolución de la terapia cognitivo – comportamental. En D. Clark; C. Fairburn (ed.), *Science*

and Practice of Cognitive Behaviour Therapy, pp. 3-26. Oxford, Oxford University Press.

Roudinesco, E. (2005). *El paciente, el terapeuta y el Estado*. Buenos Aires: Siglo XXI.

Semerari, A. (2002). *Historia, teorías y técnicas de la psicoterapia cognitiva*. Barcelona: Paidós.

Vezzetti, H. (1985). Las ciencias sociales y el campo de la salud mental en la década del sesenta. *Punto de Vista*, 54, 29-33.

Vezzetti, H. (1989). *La locura en la Argentina*. Buenos Aires: Paidós.

Visakovsky, S. E. (2001). *El Lanús. Memoria y política en la construcción de una tradición psiquiátrica y psicoanalítica argentina*. Buenos Aires: Alianza.

Abstract: This paper aims to describe the causes that lead to the first cognitive psychotherapists in Argentina to accede to this theoretical model.

Interviews conducted with early practitioners with training in this theory, some of them founders of the Asociación Argentina de Terapia Cognitiva, will try to point out the facts and factors that led to the emergence of the cognitive movement in psychotherapy within our country.