

El tratamiento de las experiencias de crisis: una perspectiva cognitivo conductual

(pp. 407-425)

Arthur Freeman¹ y Frank M. Dattilio²

¹Philadelphia College of Osteopathic Medicine; ²University of Pennsylvania School of Medicine (EE.UU.)

La terapia cognitivo conductual es atractiva como modelo de intervención en crisis por una serie de razones. Una de las más significativas es, “porque la mayoría de los conceptos de la terapia cognitiva y conductual es consistente con las ideas compartidas habitualmente sobre la naturaleza humana; el terapeuta neófito puede assimilarlas fácilmente” (Beck, 1976, p. 318). Las teorías de la terapia cognitivo-conductual se describen fácilmente y, algo más importante, el vínculo entre la teoría y la práctica está claro. Debido a la facilidad de aprendizaje, las técnicas de terapia cognitiva y conductual hacen también que el trabajo con la intervención en crisis sea mucho más satisfactorio para el terapeuta. Al utilizar tanto los elementos cognitivos como los conductuales, el terapeuta cognitivo conductual está bien preparado para vérselas con el amplio rango de crisis.