

La Junta informa...

2a Trobada d'estiu Les APPs en psicologia i ciències conductuals

El darrer 16 de Juliol va tenir lloc la 2a Trobada d'Estiu de la Societat. Enguany, en un format diferent del de la primera trobada, vam organitzar una presentació per explicar als socis una nova proposta de la Junta, vinculada al món de les noves tecnologies. Pensem que és important actualitzar-se i estar al corrent de les darreres novetats i això inclou la vessant tecnològica. La presidenta de la Junta, l'Eva Baillès, va fer una primera presentació per tal d'explicar la proposta, consistent en el desenvolupament d'una APP, amb avantatges en el seu cost per als socis, que continguin diferents models d'autoregistre, que l'usuari podria descarregar. A continuació, en Miquel Àngel Mayer, investigador del Programa de Recerca en Informàtica Biomèdica del Departament de Ciències Experimentals i de la Salut de la Universitat Pompeu Fabra, ens va iniciar en el món de les APPs en psicologia i ciències conductuals, explicant-nos les principals eines desenvolupades fins ara, així com els punts forts i riscos que s'haurien de tenir en compte a l'hora de dissenyar una aplicació.

Al final de les presentacions, es va reservar una estona per a comentaris i preguntes, que els socis van aprofitar per a expressar les seves opinions, així com per a proposar algunes idees per a millorar la proposta.

Ja estem pensant en la nova Trobada d'Estiu, que també tindrà un format diferent. Així que us citem per a la nova Trobada, esperant que us animeu a acompanyar-nos!

Es busca representant internacional

Després de 10 anys en Fullana deixa el càrrec. Moltes gràcies!

Benvolguts socis: volem informar-vos que el representant internacional de l'SCRITC, en Miquel Àngel Fullana, ha expressat la seva voluntat de deixar el càrrec. Des d'aquí, volem expressar el nostre agraïment al Miquel Àngel per la feina feta durant aquests anys i pel suport i reconeixement que ha forjat, per l'SCRITC, a altres països del nostre entorn. Ha estat gràcies al seu esforç que hem pogut gaudir de ponents importants en l'àmbit internacional, així com informació directa i ràpida dels processos de certificació europea, entre molts altres aspectes.

Això també vol dir que la plaça queda vacant i que voldríem convidar a tots els socis que hi estiguin interessats, a posar-se en contacte

amb nosaltres (info@scritc.cat). Els criteris són els següents: haver format part de la Junta (donat que és imprescindible un bon coneixement del funcionament de la Societat), tenir un elevat nivell d'anglès i disponibilitat per a viatjar. En cas que hi hagués diverses persones en condicions per a optar al càrrec, la Junta valoraria quina és la millor opció per a la Societat.

Teràpies a l'orient mitjà EABCT 2015. Jerusalem

Acaba l'estiu i arriba, com cada any, el congrés de l'EABCT. Aquest any el destí era Jerusalem, una ciutat mítica i que evoca adjectius intensos. Tot i algunes dificultats inicials, el congrés europeu de TCC va ser novament un èxit, amb gairebé 1200 inscrits i amb la participació de nombroses figures del nostre camp (entre els quals s'hi trobaven "vells" coneguts de la SCRITC, com Isaac Marks, David Clark o Paul Salkovskis).

El tema principal del congrés era "l'esperança i la compassió per les persones vivint conflictes" i es va parlar de temes relativament novedosos en aquest tipus de trobades, tals com els processos psicològics implicats o les aportacions de la TCC a la resolució de conflictes. A més, també hi varen tenir cabuda els continguts més "típics" relacionats amb el tractament psicològic

de diverses patologies i la seva eficàcia i les "noves" (cometes del qui escriu) psicoteràpies i/o formes d'administració.



Alguns membres de l'SCRITC a Jerusalem >>

Una part important del congrés va estar també dedicada a la disseminació dels tractaments psicològics eficaços, amb la participació de clàssics com Edna Foa o David Barlow. Aquest any, a més, el congrés va comptar amb una important representació de professionals catalans, molts d'ells/elles membres de l'SCRITC que, a més de falafel i humus, van anar digerint amb molt interès els ensenyaments oferits pels nous apòstols (i algun profeta) de la TCC.

Les properes cites europees són el 2016 a Estocolm i el 2017 a Estambul. Podeu trobar més informació a www.eabct.eu.

Miquel Àngel Fullana
Representant Internacional
de l'SCRITC



SCRITC. Formació continuada Cursos, congressos i tallers (ve de la pàgina 2)



Formació continuada 2015-2016

Un cop més hem programat els nous cursos de la formació continuada de l'SCRITC. Hem intentat que cobreixin diferents aspectes i que els temes siguin innovadors, esperant que siguin del vostre interès.

- **Intervencions clíniques centrades en regulació emocional.**
A càrrec de: Azucena García Palacios / Data: 27-11-2015
Professora Titular de Psicopatologia de la Universitat Jaume I de Castelló. Psicòloga Especialista en Psicologia Clínica.
 - **Les interferències parentals com a forma de maltractament infantil.**
A càrrec de: Milla Arch Marín / Data: 29-1-2016
A càrrec de: Milla Arch Marín / Data: 29-1-2016
Departament de Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics. Universitat de Barcelona.
 - **Teràpia Assistida amb Animals en nens i adolescents.**
A càrrec de: Anna Sintes Estévez / Data: 25-4-2016
Psicòloga Clínica. Hospital MaternoInfantil de Sant Joan de Déu.
 - **Principis elementals de Bioètica. Ètica i salut mental.**
A càrrec de: Joan Ribas Sabaté / Data: 17-6-2016
Director del Servei de Psiquiatria i salut Mental. Hospital d'igualada (Consorci Sanitari Ansoa).
- Lloc: ATRA C/ Gran de Gràcia, 235, 2on 2a. 08012 Barcelona.
(Excepte el curs de Bioètica que es realitzarà a PERSEVER al C/ Angli, 8. 08017 Barcelona).

Intervencions Clíniques
Centrades en Regulació
Emocional

A càrrec de:

Azucena García Palacios
Psicòloga Especialista en
Psicologia Clínica.
Professora Titular de
Psicopatologia de la Universitat
Jaume I de Castelló.

scritc
formació

Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament

info *scritc*

Butlletí Informatiu de la Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament

83 sumari

octubre 2015

Editorial

Formació continuada:

- Cursos 2015 - 2016 de formació continuada de l'SCRITC
- Workshop d'actualització en salut mental i drogodependències
- Supervisions en grup

Evidència científica de la TCC:

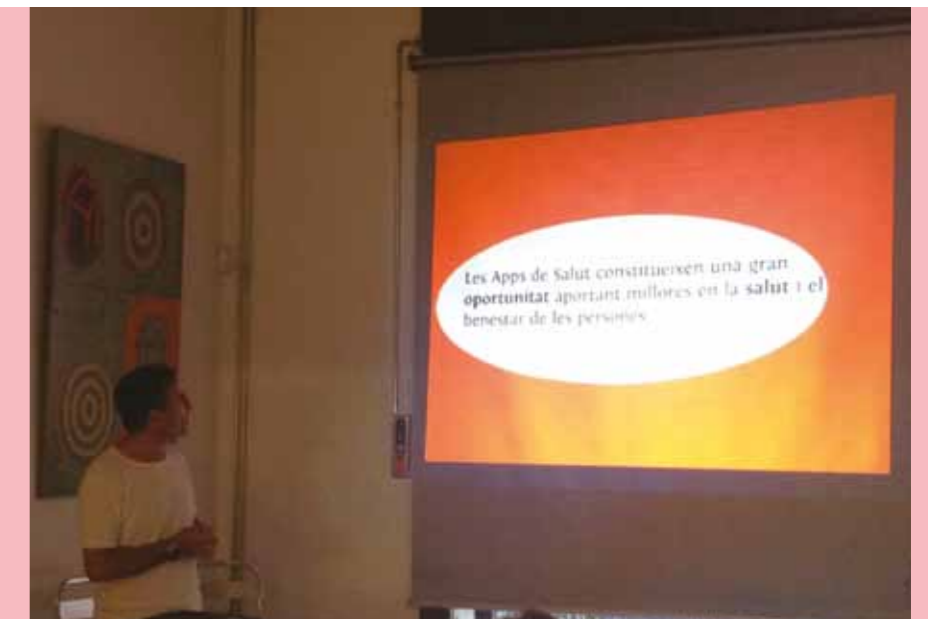
- Regulació Emocional i Psicopatologia

Qui és qui?:

- Mateu Servera

La junta informa:

- 2a Trobada d'Estiu de l'SCRITC
- Es busca representant internacional
- Teràpies a l'orient mitjà. EABCT 2015



Miquel Àngel Mayer en un moment de la presentació durant la 2a Trobada d'Estiu de l'SCRITC

Editorial

Es
ls inicis de curs sempre ens porten coses noves però aquest any tenim més notícies que mai. A nostra Jornada anual i, si no és així, segur que us ha atès telefònicament o per correu.

de sumar canvis en la nostra Societat. Dos col·laboradors de llarg recorregut i vàlua ens deixen. El nostre representant internacional deixa el seu càrrec a disposició dels Socis. Són moltes les coses que li hem d'agrair a en Miquel Àngel Fullana; ell sempre ha estat implicat en l'SCRITC i ha aconseguit relacions molt valuoses amb els grans de l'EABCT. Gràcies al seu compromís i a l'assistència a totes i cadascuna de les convocatòries dels representants de les societats europees, ara tenim certificacions automàtiques de la nostra acreditació de terapeuta cognitivoconductual. I ben aviat també podrem iniciar la formació de terapeutes cognitivoconductuals avalada per la Societat Europea de la qual formem part i que ens consta que ens té en bona estima, en bona part, gràcies a ell. I aquestes només són algunes de les coses que li devem com a Societat i que faran que el proper Representant Internacional de l'SCRITC tingui el llistó molt alt.

La Magda Buenaño, la nostra secretària des de fa més de 25 anys també se'n va. De ben segur que molts de vosaltres la coneixeu personalment doncs ens ha acompanyat durant molts anys el dia de la nostra Jornada anual i, si no és així, segur que us ha atès telefònicament o per correu.

No cal que us diguem que és una gran pèrdua i que, des de la Junta, ens sap molt greu que ens deixi; entenem, però, que tot té un final i estem contents que, en aquest cas, sigui dolç. Volem agrair a la Magda tota la seva experiència, les vegades que ens ha ajudat en tots els àmbits, recordant-nos dates, tasques, com fer determinats tràmits i atenent a tots els socis amb un somriure i amabilitat. Però sobretot volem agrair-li la relació personal que ha tingut amb tots nosaltres, sempre hem pogut comptar amb la seva estima i demostrant-nos la seva implicació en la nostra Societat. Magda, et trobarem a faltar!

Eva Baillès
Presidenta de l'SCRITC



Edita: Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament (SCRITC). Apartat de correus núm. 11. 08193 Bellaterra (Barcelona)
Tel. 618 62 23 23. E-mail: info@scritc.cat
InfoSCRITC (Ed. impr.): ISSN 2385-734X
InfoSCRITC (Internet): ISSN 2385-7331
Dipòsit Legal: B11765-2015

SCRITC. Formació continuada

Cursos, congressos i tallers

Workshop d'actualització en salut mental i drogodependències

El proper 20 de novembre es realitzarà el VIII Workshop d'actualització en Salut Mental i Drogodependències, a l'Hospital d'Igualada. En aquesta edició, el tema a tractar serà "Tractaments eficaços en Interconsulta i Enllaç". Ja podeu consultar el contingut i tramitar la vostra inscripció mitjançant la pàgina web: www.csa.cat i/o el correu electrònic: salutmentaligualada@csa.cat.

Evidència científica de la TCC.

Regulació Emocional i Psicopatologia

L'article que revisem en aquest número de l'Infoscrit tracta un tema antic, tan antic com les emocions, però que està rebent recent atenció per una novedosa manera d'enfocar-lo, emfasitzant el rol transversal de la disregulació emocional en diversos trastorns psicopatològics.


La disregulació emocional és un factor prominent en la majoria de condicions clíniques; cal, però, identificar de manera precisa quin tipus concret de disregulació pot ser operativa en cada cas. El present article presenta un ampli model sobre la regulació emocional, identificant punts clau en els quals, diferents dificultats en la regulació de les emocions, poden derivar en diverses formes de psicopatologia.

La idea que el valor subjectiu que l'organisme dona als objectes determina fortament la seva resposta als dits objectes és àmpliament acceptada. Aquest concepte de valoració aporta un marc per a la comprensió de la generació i regulació de les emocions (Gross 2015; Ochsner & Gross, 2014). Els autors plantegen dos processos diferents d'atorgament de valor (valuation), responsables de la generació de les emocions, d'una banda, i de la seva regulació, de l'altra. Així, el procés regulatori (segon procés) podria tenir una funció molt important en la re-avaluació dels valors atorgats en la generació d'emocions (primer procés); particularment, quan les respostes desencadenades pel primer procés es perceben com a desproporcionades o poc adaptatives. Aquest model inclou tres sistemes de valoració interactuants, que constituïrien tres estadis diferents del procés: l'estadi d'Identificació, el de Selecció i el d'Implementació; cadascun amb components de percepció, valoració i acció. L'article descriu, de manera teòrica, errors potencials en la regulació emocional que poden tenir lloc en cadascun d'aquests tres elements bàsics. La revisió, però, no pretén ser exhaustiva sinó

Supervisions en grup

Per tercer any consecutiu hem programat les supervisions en grup necessàries per a renovar l'Accreditació de l'SCRITC i la Certificació Europea de l'EABCT. Els grups seran, com a mínim, de 3 terapeutes i fins a un màxim de 8 i el seu cost serà de 30 euros cadascuna.

Somatització i trastorns conversius


 Dra. Eva Baïllès (Supervisora acreditada per l'SCRITC)
Data: 1-1-2015

més aviat ampliar el focus actual en un sol element específic, l'Acció, d'un sol estadi de regulació, el d'Implementació. Fins ara, només alguns articles han aïllat empíricament l'operació de la regulació emocional de la seva activació inicial (Paret et al., 2011; per a revisió, Kalisch, 2009).


Donat que el primer estadi, el d'Identificació, és de segon ordre (donat que percep i re-avalua la resposta del primer sistema de generació d'emocions); les condicions clíniques associades a dificultats en el dit estadi no tindran relació amb errors en la generació d'emocions, sinó amb problemes en iniciar el procés de regulació emocional (per a un marc neural general, congruent amb el que s'està establint, veure Uppeler & Paulus, 2010). Un error en l'element perceptiu d'aquest estadi portaria a errors en la representació de l'estat emocional actual, ja sigui per sobre-representació o per infra-representació. Les condicions clíniques que serien un exemple d'això serien les crisis de pànic, en el primer cas, i l'alexítimia, en el segon. Els errors en l'element de valoració impliquen anàlisis errònies dels costos-beneficis de mantenir una emoció, en comptes de regular-la. Alguns exemples serien l'evitació experiencial, on s'avaluaria de manera exagerada el valor de les emocions negatives anticipades i de manera exageradament positiva els esforços per escapar de la situació. Un exemple d'avaluar insuficientment els beneficis d'una acció regulatòria seria el comportament "empalagós" del trastorn de personalitat per dependència. Per últim, en el primer estadi, dificultats en l'element d'Acció portarien a problemes en la transformació del tamany del valor suficientment negatiu d'un estat emocional o en el valor suficientment positiu d'un estat de regulació emocional. Un exemple seria la indefensió apresada en la depressió.

En el segon estadi, el de Selecció, les dificultats en el component de Percepció estarien relacionades amb un error en la representació de les categories de regulació emocional disponibles. Una influent explicació que té connexions directes en una infra-representació dels mecanismes generals de regulació seria la "escape theory", que s'ha utilitzat per a explicar els comportaments suïcides i el comportament d'afartament (Heatheron & Baumeister, 1991). En el cas de l'element de valoració, els errors implicarien anàlisis errònies sobre els costos-

Trastorns de la Conducta Alimentària

 Dra. Nadine Riesco (Supervisora acreditada per l'SCRITC)
Data: 9-2-2016

TCC aplicada a infants i adolescents

 Dr. Joaquim Puntí (Supervisor acreditat per l'SCRITC)
Data: 12-4-2016

Horari: 18 a 20 hores.
Lloc: ATRA. C/ Gran de Gràcia, 239, 1r 1a. 08012 Barcelona.

beneficis associats amb diferents categories regulatòries. Per exemple, les conductes auto-lesives no suïcides o l'abús de substàncies, on s'avaluaria de manera excessivament positiva els guanys d'ambdós comportaments. En el cas de l'Acció, els problemes es refereixen a errors en l'activació de la categoria regulatòria seleccionada. Un exemple seria el canvi cognitiu en l'autisme, on hi hauria una afectació en l'habilitat per a activar categories generals de regulació i adaptació; en particular, problemes en l'activació del canvi cognitiu.

Per acabar, en l'estadi d'Implementació, es determina quina tàctica regulatòria específica s'utilitzarà. Errors en l'element de percepció duren a una mala representació de les tàctiques regulatòries disponibles. Un exemple d'infra-representació dels recursos disponibles seria el TDAH, on un dels déficits atencionals centrals rau en una afectació de l'habilitat per a centrar-se en cursos d'acció que aporten beneficis a llarg termini, més que no pas a curt. Un exemple d'errors en el component de valoració seria les preocupacions característiques del TAG. Els estudis indiquen que les persones amb aquest trastorn associen aspectes positius al fet de preocupar-se, que estan estretament relacionades amb el fet d'utilitzar-la (el què implicaria una valoració excessivament positiva d'una tàctica regulatòria desadaptativa). Per últim, errors en el component d'Acció farien referència a afectacions en l'activació d'una tàctica regulatòria específica. Per exemple, dos estudis han mostrat que, en la depressió, hi ha una afectació de l'habilitat per a recordar records positius per a recuperar-se d'un estat emocional trist. Les persones amb depressió no podrien fer distracció positiva, el què implicaria un error en l'habilitat per a activar estratègies regulatòries adaptatives.

Aquest model estableix connexions específiques, en comptes de relacionar de manera general psicopatologia i disregulació emocional, entre afectacions diferents en diversos aspectes de la regulació emocional i diferents condicions clíniques. Cal, ara, anar recopilant dades empíriques que vagin mostrant el camí en aquest àmbit de la regulació emocional.

Sheppes, B., Suri, G., Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation and Psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11:379-405.

Qui és qui?

Mateu Servera

Quan i on vas néixer?

Vaig néixer el 6 de juny de 1965 a Can Teuler, en el terme de Manacor (Mallorca).

Càrrec i situació actual

Sóc professor del Departament de Psicologia de la Universitat de les Illes Balears (UIB) i també estic adscrit a l'Institut Universitari d'Investigacions en Ciències de la Salut (IUNICS).

On et vas formar professionalment?

Vaig estudiar a la UIB i, a través d'una beca FPI, vaig fer el doctorat a la mateixa universitat sota la direcció del professor Xavier Bornas i Agustí. Ell fou qui introduí el model conductual en la Psicologia que s'ensenyava en aquesta universitat i evidentment la figura clau per esdevenir soci de l'SCRITC.

Quins personatges o autors destacaries per la influència que han exercit en tu professionalment?

Hi ha hagut diferents etapes en aquest sentit. En un primer moment els treballs i la influència de Donald Meichenbaum (i, òbviament, Alexander Luria i Lev Vygotsky), els models solució de problemes de Thomas D'Zurilla, Myrna Shure i George Spivack i, molt especialment, les aportacions de Phillip Kendall en el marc de la impulsivitat infantil. En un segon moment, els models biopsicològics de Hans Eysenck o Jeff Gray obriren molt el meu camp de visió. Entre ambdós, no podem oblidar els clàssics del model cognitiu-conductual, especialment Albert Bandura, Albert Ellis, Aaron Beck, Michael Mahoney o Frederick Kanfer. La darrera etapa està més centrada en el TDAH i òbviament la influència de Russell Barkley és gran, però també cal destacar la de Joe Sergeant, Eric Taylor, Edmund Sonuga-Barke o Mark Rapport. Però, és clar, també em sento en deute amb molts més, des d'Alan Kazdin fins a David Barlow, i fins i tot, amb algunes lectures clàssiques del conductisme que avui sembla que ja no toca llegir ni ensenyar.

Quins són els punts que més destacaries de la teva trajectòria professional?

La meua tasca professional bàsicament és acadèmica, si bé és veritat que des de fa 15 anys es combina també amb una tasca clínica dins la pròpia universitat. Pel que fa a la docència, gairebé sempre he impartit classes sobre teràpia de conducta o psicopatologia a l'àmbit infantil. Quant a la recerca, en una primera època estàvem més centrats en els problemes d'impulsivitat i d'atenció a l'àmbit educatiu i en una segona època, més llarga, a l'àmbit clínic, concretament dins els trastorns per déficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH). Precisament des de fa 15 anys tenim una unitat clínica a la UIB especialitzada en TDAH que, dintre de la

En Mateu Servera es va doctorar sota la supervisió del professor Xavier Bornas, que és qui el va introduir a l'SCRITC

seva modèstia, ha estat un punt formatiu per molts de psicòlegs que ara treballen professionalment i ha estat una primera ajuda per molts d'infants, pares i educadors.

Explica en quins projectes professionals estàs embrancat actualment i quins tens en perspectiva

Des de fa ja uns quatre anys i segurament dins els propers tres anys continuaré, estic centrat en un projecte de recerca sobre el Sluggish Cognitive Tempo (o Tempo Cognitiu Lent). Fins ara estam duent a terme un estudi longitudinal i ara esperem entrar en una via més clínica. De manera paral·lela, també m'interessa molt la recerca de biomarcadors del TDAH a través de tècniques d'EEG i tractaments basats en neurofeedback i intervencions a través de programes d'entrenament computeritzats.

Què n'opines sobre l'estat actual de la teràpia cognitivoconductual? Cap a on penses que s'hauria d'encaminar?

A l'any 1990, el 20è congrés de l'EABT s'organitzà sota el títol de "Quines psicoteràpies per a l'any 2000?". Deu anys més tard l'EABT ja es deia EABCT però si comparem els treballs presentats s'hi pot apreciar l'evolució natural cap a un model cognitiu-conductual, que a l'any 1990 havia assentat els principis epistemològics i gran part de les seves tècniques i procediments. Ara bé, l'entrada definitiva i consolidació del que l'any 2004 Stephen Hayes anomenà les "teràpies de tercera generació" ha suposat una certa crisi d'identitat. La primera cosa que crida l'atenció és que el propi Hayes, i molts dels que les apliquen, consideren que teràpies com la dialèctica conductual de Linehan o la metacognitiva de Wells són "diferents" i, en canvi, els autors que les desenvoluparen les consideren totalment cognitiu-conductuals. Altra cosa són ja la teràpia d'acceptació i compromís, les basades en el mindfulness i moltes d'altres, on realment

es pot posar en dubte el vincle amb el model cognitiu clàssic. La "tragèdia", per dir-ho així, és que quan després de 35 anys ja no hi ha dubte dels elevats nivells d'eficàcia i d'eficiència de les teràpies cognitiu-conductuals per a molts de trastorns relacionats amb la depressió i l'ansietat, quan ja són recomanades per la pràctica totalitat de guies clíniques i fins i tot en alguns casos s'han obert pas en la sanitat pública, ara no estigui clar de quines teràpies estem parlant i totes vulguin ser "cognitiu-conductuals" per emparar-se en el seu segell de qualitat. Farà falta una recerca intensa els propers anys per destriar el gra de la palla si l'EABCT no vol haver d'afegir alguna altra lletra més a la B i la C.

Sobre l'estat de la TCC creu que caldrà 'destriar el gra de la palla si l'EABCT no vol haver d'afegir alguna altra lletra més a la B i la C'

Quines són les teves aficions? Què t'agrada fer quan no estàs treballant?

En realitat he d'admetre que lamentablement almenys una part de la meua feina també és la meua afició, que m'agrada tant com em diverteix. Però bé, fora del que és treball sóc un bon espectador especialment dels esdeveniments esportius, de cinema i de concerts (cada vegada més a casa, no sé si per l'edat o l'empenta dels nous costums tecnològics) i també he de reconèixer que mai et diria que no a una invitació per fer un bon sopar o per jugar un partit de pàdel. En ambdós casos l'agenda s'ajustaria de la manera que fos.

