

La Junta informa...

EABCT 2016

Excel·lent programa científic a la trobada d'Estocolm

El dia 3 va acabar el congrés europeu d'enguany, a Estocolm. Tot un èxit! Les tasques d'organització van ser impecables i els participants van trobar un programa científic molt complet i interessant, que va fer difícil la tria de ponència o simposium, a cada franja horària.



Algunes instantànies de la trobada >>>

El comitè organitzador suec va posar molt èmfasi en fer que tothom se sentís molt còmode i benvingut i van organitzar un variat programa social, que va permetre que els assistents es poguessin trobar en entorns diferents dels habituals del congrés.

El lema del congrés a Estocolm va ser "Roots and present branches" (Arrels i branques actuals de la TCC) i les ponències van cobrir un ampli ventall de temàtiques i van fer un recorregut des de les bases històriques més importants de la nostra disciplina, fins a les vies de recerca i tractament més innovadores. L'Emily Holmes, juntament amb en Thomas Kalpakoglou (president de l'EABCT), va ser l'encarregada de fer la conferència d'obertura del congrés, però no va ser l'única ponent internacional de primer nivell. Hi van ser presents, entre d'altres l'Arnaud Arntz (ponent del workshop de l'SCRITC de fa dos anys), la Judith Beck, en David M. Clark, en Lars-Göran Öst, l'Anke Ehlers o l'A. Freeman, entre molts altres.

El congrés es va clausurar passant el relleu a Istanbul, ciutat que acollirà el congrés de l'any vinent.

Eva Valcárcel
Representant Internacional de l'SCRITC



Formació Especialitzada en Teràpia Cognitivoconductual

scritc

Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament



Avança't al futur

Diagnòstic, entrevistes estructurades, avaluació conductual i formulació clínica de casos

Curs bàsicament pràctic dirigit a millorar les habilitats diagnòstiques, d'avaluació i formulació de casos dels assistents. Es presentaran de manera didàctica i interactiva els continguts teòrics bàsics i es demanarà als participants que realitzin diverses tasques pràctiques, que es revisaran després en les sessions presencials. Aquestes tasques fora de les sessions presencials ocuparan almenys 8-10 hores.

Continguts teòrics bàsics

Conceptes bàsics en avaluació psicològica en salut mental: diagnòstic; entrevista estructurada; fiabilitat / validesa; signe / símptoma; exploració psicopatològica; anàlisi conductual/funcional; formulació de cas.

Continguts pràctics

Pràctica d'entrevista estructurada
Pràctica de formulació de cas
Pràctica d'anàlisi conductual

Requisits

Tots els participants hauran d'enregistrar (en àudio i/o vídeo i amb l'autorització pertinent), almenys una entrevista amb una persona que sigui avaluada en un dispositiu de salut (preferentment salut mental). Els enregistraments seran revisats durant les sessions presencials.

Dr. Miquel Àngel Fullana. Dept. de Psiquiatria i Medicina Legal UAB. Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions. Parc de Salut Mar.

Divendres 4, 11, 17 de novembre i 16 de desembre de 16 a 21 (20 hores)
Preu: 300€ / Preu socis: 200€

Trastorns en la infància-adolescència (I): psicopatologia evolutiva amb principis generals de la pràctica de la teràpia de conducta en infants/adolescents

Programa:

1. Psicologia evolutiva bàsica de les principals àrees d'autonomia del nen i l'adolescent.
2. Habilitats terapèutiques transversals en la pràctica clínica amb nens, adolescents i pares.
 - 2.1. Exemples pràctics.
3. Pràctica conductual en els principals problemes i trastorns psicopatològics a la infància.
4. Pràctica cognitivoconductual en els principals problemes i trastorns psicopatològics a l'adolescència.
5. Maneig clínic de pacients i situacions complexes.

Dr. Joaquim Puntí. Facultat de Psicologia UAB. Hospital de Dia de Salut Mental d'Adolescents. Corporació Sanitària Parc Taulí.

Divendres 7 i 16 d'octubre de 16 a 21 (10 hores)
Preu: 150€ / Preu socis: 100€

Els cursos tindran lloc a les instal·lacions del Grup ATRA a:
Gran de Gràcia, 238, 2n - 2a

Podeu realitzar les inscripcions al web de l'SCRITC: www.scritc.cat

Formació continuada Programació 2016 - 2017

Quadre resum del curs formatiu que comença:

► Aplicació del protocol Unificat pel Tractament Transdiagnòstic dels Trastorns Emocionals

25
novembre
2016

Jorge Osma. *Professor contractat doctor del Dept de Psicologia i Sociologia de la Universidad de Zaragoza.*

► Abordatge psicològic integral de les addiccions comportamentals en nens i adolescents

27
gener
2017

Rosa Díaz. *Psicòloga Clínica. Servei de Psiquiatria i Psicologia Infantil i Juvenil. Hospital Clínic de Barcelona.*

► Abordatge pràctic de l'addicció a l'alcohol

28
abril
2017

Francina Fonseca Casals. *Psiquiatra. Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions (INAD), Parc de Salut Mar. Barcelona.*

► El trastorn de conversió en la infància i l'adolescència

16
juny
2017

Emma Prades Morera. *Coordinadora Clínica Infantil i Juvenil Institut de Psicologia de Barcelona.*

Supervisions Novetats 2016 - 2017

1. Individuals

Nova incorporació en les supervisions individuals: el Dr. Joaquim Puntí (Facultat de Psicologia. UAB Hospital de Dia de Salut Mental d'Adolescents. Corporació Sanitària Parc Taulí) supervisor acreditat per l'SCRITC serà l'encarregat de les supervisions de casos a la infància i l'adolescència. El Dr. Xavier Torres (Institut de Psiquiatria i Psicologia Clínica de l'Hospital Clínic) també supervisor acreditat per l'SCRITC, continuarà fent-se càrrec de les supervisions dels casos d'adults.

2. En grup

Un any més hem programat les supervisions en grup necessàries per a renovar l'Acreditació de la SCRITC i la Certificació Europea de l'EABCT. Els grups seran com a mínim de 3 terapeutes, fins a un màxim de 8, i el seu cost serà de 30 euros cada una. Les sessions que s'ofereixen són:

Trastorns de la Conducta Alimentària
Dra. Nadine Riesco (Superv. acred. SCRITC)

Somatització i trastorns conversius
Dra. Eva Baillès (Superv. acred. SCRITC)

TCC aplicada a infants i adolescents
Dr. Joaquim Puntí (Superv. acred. SCRITC)

Horari: Dimarts de 18 a 20 hores.
ATRA. C/ Gran de Gràcia 239, 1r 1a. Barcelona.
Si esteu interessats envieu-nos un correu a info@scritc.cat i us informarem del procediment.

info *scritc*

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

87 sumari

octubre 2016

Editorial

Formació continuada:

- Protocol Unificat (PU) pel tractament transdiagnòstic dels TE
- XI Congrés AEETCA. 'Los TCA en el siglo XXI: Retos y dilema'
- II International Congress of Clinical and Health Psychology on Children and Adolescents

Evidència científica de la TCC:

- Maximitzar la teràpia d'exposició: Un enfocament basat en l'aprenentatge inhibitori

Qui és qui?:

- Adela Fusté

La junta informa:

- EABCT 2016
- Formació especialitzada en teràpia cognitivoconductual
- Formació continuada
- Supervisions

scritc

Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament

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

Editorial

Un any més encetem el curs acadèmic de l'SCRITC amb un butlletí ple de propostes de formació. Als ja habituals cursos de formació continuada hem d'afegir la formació especialitzada en teràpia cognitivoconductual. Aquests nous cursos formen part dels mòduls d'adquisició de competències bàsiques que ofereix des del passat febrer la nostra societat per tal d'aconseguir l'acreditació de terapeuta cognitivoconductual, però a més també es poden fer de forma independent, com a cursos d'especialització doncs esperem que d'aquesta forma puguin ser d'interès per a un públic més ampli. I així també poder ampliar els continguts de la formació que ofereix la nostra societat.

També hem iniciat la oferta de les supervisions en grup, però hem canviat una mica el format de programació. Fins ara, programàvem les supervisions en diferents dates i la via d'inscripció era similar a la dels cursos (mitjançant un pagament via Paypal). Per aquest curs obrim també les

mateixes supervisions en grup que els anys anteriors però la seva realització dependrà de que hi hagi el número suficient d'inscrits i un cop assolit es consensuarà la data de la supervisió. Un altre aspecte que ens agradaria destacar en aquest apartat és la incorporació d'un nou supervisor individual, a partir d'ara el Joaquim Puntí s'encarregarà de les supervisions dels casos de la infància i l'adolescència. Per demanar qualsevol modalitat de supervisió només cal que us poseu en contacte per correu electrònic i us indicarem els següents passos que cal seguir.

Així doncs només ens resta donar-vos la benvinguda després d'un estiu que esperem que hagi estat molt relaxat i que us hagi permès agafar forces per a que us pugueu inscriure a qualsevol de les activitats que hem preparat pel curs 2016-2017.

Eva Baillès
Presidenta de l'SCRITC



Formació Especialitzada en Teràpia Cognitivoconductual

Aquest programa és l'únic que permet acreditar-se com a terapeuta cognitivoconductual a tota Europa amb el reconeixement de l'EABCT.

La TCC és l'única teràpia psicològica que és reconeguda pel sistema sanitari anglès. Per la formació especialitzada en TCC és prenebre la bona direcció. Acreditar-se com a terapeuta cognitivoconductual és avançar-se al futur.

scritc

Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament

Avança't al futur

La formació especialitzada en TC s'afegeix a l'oferta formativa de l'SCRITC

SCRITC. Formació continuada

Cursos, congressos i tallers (més informació a la contraportada)

Protocol Unificat (PU) pel tractament transdiagnòstic dels TE

Recentment, la investigació científica planteja que tant els trastorns que cursen amb simptomatologia ansiosa com aquells que cursen amb un estat d'ànim depressiu, tenen més coses en comú que coses que els diferencien, i per això actualment se'ls denomina a tots ells trastorns emocionals. Basat en aquests avenços, Barlow i cols. (2011) han desenvolupat un tractament, centrat en la regulació emocional, aplicable a tots els trastorns d'ansietat i a la depressió unipolar: El Protocol Unificat (PU) pel Tractament Transdiagnòstic dels Trastorns Emocionals.



Dr Jorge Osma. Traductor del manual d'aquest protocol >>

Per saber més sobre el PU, el proper 25 de novembre tindrem el plaer de comptar amb la presència del Dr Jorge Osma, acreditat com a "Investigador / entrenador del Protocol Unificat per al Tractament Transdiagnòstic dels Trastorns Emocionals" per l'Unified Protocol Institute, Boston (EUA) i traductor

Evidència científica de la TCC.

Maximitzar la teràpia d'exposició: Un enfocament basat en l'aprenentatge inhibitori

La teràpia d'exposició ha estat la base fonamental de la teràpia cognitivoconductual en el tractament dels trastorns d'ansietat des dels seus inicis. Al llarg del temps tots els seus formats (gradual vs. intensiva, breu vs. prolongada, amb estratègies d'afrontament o sense...) han demostrat la seva efectivitat terapèutica (Hofmann & Smits, 2008; Norton & Price, 2007). La repetició de l'estímul condicionat en absència de l'esdeveniment aversiu associat fa disminuir les reaccions condicionades de por. Dins l'enfocament del condicionament pavlovian, els models inhibitoris d'aprenentatge proposen que l'associació EC-EI original no s'esborra durant l'extinció, més aviat roman intacte mentre que es desenvolupa un aprenentatge inhibitori sobre l'associació EC-EI. Així doncs, després de l'extinció, l'EC té dos significats, l'excitatori original (EC-EI) i l'inhibitori addicional (EC-noEI) (Bouton, 1993). Aquesta persistència de l'associació original pot explicar el que ens trobem a la pràctica clínica com les recuperacions espontànies (que augmenten amb el pas del temps des de l'extinció) (Quirk, 2002), renovació de la por

del manual per a terapeutes i pacients d'aquest protocol.

Us recordem que el nombre d'assistents és limitat, i que les places s'atorgaran per rigorós ordre d'inscripció.

XI Congrés AEETCA. 'Los TCA en el siglo XXI: Retos y dilema'

El congrés tindrà lloc els dies 24-26 de Maig del 2017 a Barcelona. Sota el títol "Los TCA en el siglo XXI: Retos y Dilema" alguns dels nostres socis participaran en la seva organització i participaran com a ponents. Ja podeu consultar el programa preliminar a www.aeetca2017.com

II Intl Congress of Clinical and Health Psychology on Children and Adolescents

Els dies 17 al 19 de novembre de 2016 tindrà lloc a Barcelona el "II International Congress of Clinical and Health Psychology on Children and Adolescents". Recordeu que els socis de l'SCRITC podeu gaudir d'avantatges en el preu de la inscripció en aquest congrés.

condicionada en canvis de context de l'extinció (Culver, Stoanova & Craske, 2011), el restabliment a causa de EI no emparellats entre l'extinció i el retest (Hermans et al., 2005) i, per últim, la readquisició de la RC quan es tornen a repetir aparellaments EC-EI. Així doncs, per tal de potenciar l'eficàcia del tractament en general i compensar els déficits en l'aprenentatge inhibitori (i possiblement de la regulació neural subjacent) de les persones amb trastorns d'ansietat (Indovina et al., 2011), es proposa l'optimització de l'aprenentatge inhibitori durant la teràpia d'exposició. Els autors apunten 8 estratègies concretes, no sempre consistents amb un model de teràpia d'exposició fonamentat en l'habitució, que són: 1. Violació de les expectatives: la discrepància entre les expectatives i el resultat és crítica per tal que es produeixi un aprenentatge nou i pel correcte desenvolupament d'expectatives inhibitories que competeixin amb les excitatòries (Rescorla & Wagner, 1972). 2. Extinció intensificada: extinció de múltiples ECs per separat per tal de ser combinats i presentats conjuntament (Rescorla, 2000, 2006). 3. Reforçament ocasional durant l'extinció: aparellaments ocasionals EC-EI durant l'extinció (Bouton, Woods & Pineno, 2004). 4. Retirada de senyals de seguretat: Preferiblement retirada immediata si no suposa risc d'abandonament del tractament (Hermans, Craske, Mineka & Lovibond, 2006). 5. Variabilitat: Variabilitat d'estímuls al llarg de l'exposició per potenciar la retenció del material no-emocional après (Schmidt & Bjork, 1992). 6. Claus de recuperació: Utilitzar amb moderació i mai a l'inici de la teràpia, es corre el risc de convertir-les en senyals de seguretat (Dibbets et al., 2008). 7. Contexts múltiples: exposicions interoceptives, imaginades i en vivo en diferents contextos (hora, dia, lloc, sol vs. accompan-

Els llibres i els autors

'Psicopatología y caos' (Segona edició)

El llibre és una introducció a l'estudi no lineal de les alteracions del comportament. Es tracta de presentar una visió alternativa i innovadora per a la comprensió i tractament dels problemes psicològics de les persones. Aquesta visió té els fonaments en els grans avenços científics que es van fer, al llarg de les darreres dècades del segle XX, en la comprensió del comportament dels sistemes dinàmics i que malauradament encara no han trobat el ressò que mereixen en la Psicologia. Els primers capítols es dediquen a explicar, evitant els formalismes matemàtics, els conceptes bàsics de la teoria del caos i dels sistemes dinàmics. Després, en capítols independents, es tracten els trastorns d'ansietat i els afectius. S'inclouen també unes activitats pràctiques que facilitaran la comprensió d'alguns d'aquells conceptes. En aquesta segona edició s'han actualitzat i ampliat els continguts.



Coberta el llibre del Xavier Bornas >>

yat...) (Bandarian Balooch & Neumann, 2011). 8. Reconsolidació: la recuperació de records per la seva modificació en el nou emmagatzematge (Monfils, Cowansage, Klann & LeDoux, 2009). A més d'aquestes vuit estratègies els autors apunten que l'etiquetatge de les emocions podria funcionar augmentant els processos associatius inhibitoris dins de l'extinció. Alguns estudis indiquen que el processament lingüístic activa l'escorça frontal ventrolateral dreta que redueix l'activitat de l'amígdala atenuant així les respostes d'ansietat (Lieberman et al., 2007).

L'article, a més, aporta estudis de cas amb l'aplicació d'aquestes estratègies en el trastorn obsessiu compulsiu, el trastorn per estrès post traumàtic, la fòbia social, la fòbia específica i el trastorn de pànic. Les descripcions detallades dels casos i de les sessions van acompanyades de taules resum dels exercicis proposats en cada cas. A més, al llarg de les explicacions es comenten i justifiquen les similituds i diferències amb altres models de tractament tradicionals.

Aquest enfocament aporta un model explicatiu en el qual emmarcar els processos d'exposició i, que de ben segur, aportarà en un futur pròxim mètodes per implementar aquestes estratègies de forma exitosa en la pràctica clínica habitual.

Torrents-Rodas, D., Fullana Rivas, M. A., Vervliet, B., Treanor, M., Conway, C., Zbozinek, T., Craske, M. G. (2015). Maximizar la terapia de exposición: Un enfoque basado en el aprendizaje inhibitorio. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 20 (1), 1-24.*

Traducció de l'article: Craske, M. G., Treanor, M., Conway, C., Zbozinek, T., Vervliet, B. (2014). Maximizing exposure therapy: An inhibitory learning approach. *Behaviour Research and Therapy, 50, 10-23.*

Qui és qui?

Adela Fusté

Quan i on vas néixer?

L'Adela Fusté Escolano va néixer a Barcelona la matinada del 25 de setembre de 1964, tot i que les seves senyes d'identitat s'arrelen en trets aragonesos amb ascendència basca per part de mare i genuïnament catalans per part de pare.

Càrrec i situació actual

Vinculada a la Universitat des que va acabar la carrera, des de l'any 2003 és professora Titular del departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics (avui dia, una secció del de Psicologia Clínica i Psicobiologia) de la Universitat de Barcelona (UB). Actualment forma part de l'equip de professors vinculats a la Unitat de Teràpia de Conducta (UTC) de la UB i compagina la seva activitat de docència i recerca amb la gestió, coordinant les Pràctiques Externes del Màster Universitari de Psicologia General Sanitària (MUPGS) de la UB. A més, és codirectora des dels seus inicis del Màster de Psicooncologia de la mateixa universitat.

On et vas formar professionalment?

L'Adela va estudiar Psicologia a la UB i, ja en els darrers cursos de la llicenciatura, l'interessaven les relacions entre personalitat i salut. Això va fer que tot just acabada la carrera l'any 1989 iniciés els estudis de Doctorat al departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics de la UB per a fer recerca en un tema poc conegut aleshores: la Psicoimmunologia. L'estudi de les obres de Robert Ader, Hans Eysenck, Jeffrey Gray, Richard Lazarus, Ramón Bayés, Manuel Valdés i Tomás de Flores van marcar aquella època capficada en l'estudi de les relacions entre la personalitat i la funcionalitat del sistema immunològic estimulat amb la vacuna de la Hepatitis A i B, tema objecte de la seva Tesi Doctoral codirigida pels doctors José Vidal i Josep M^a Tous.

En la vessant més clínica, va fer estades com a psicòloga voluntària a diferents centres i hospitals de dia per aprendre la "praxis" de la psicologia. Així mateix, va fer el Postgrau de Teràpia Cognitiu-Social, allhora que cursava els estudis de Doctorat. És en aquesta època quan entra en contacte amb la SCRITC i les jornades del Farré, tot descobrint els bons professionals que en l'àmbit de la Psicopatologia i Teràpia de Conducta tenim a casa nostra. Amb tot això, l'any 1999 la Dra. Carmina Saldaña, catedrática de Teràpia de Conducta de la UB la va "convidar" a formar part de l'equip de professors d'Intervenció en Psicologia Clínica i de la Salut que ella coordinava. I és a la Unitat de Teràpia de Conducta de la mà de la pròpia Carmina, l'Arturo Bados i l'Eugeni García (als qui considera els seus mentors) on va a aprendre tots els ets i uts de la pràctica clínica. Va ser una època molt intensa, amb molta feina, però molt apassionant. De sempre ha considerat un luxe poder formar-se a la UTC i així els ho diu a tots els psicòlegs que hi accedeixen cada inici de curs: "no cal que jugueu a la loteria de Nadal perquè ja us ha tocat la Grossa".

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

En relació als seus referents, explica que, a banda dels companys de la UTC i els ja mencio-

nats, l'han influït sobre tot l'obra de l'Aaron Beck i en Theodore Millon, així com d'en Francisco Labrador, la Pilar Sánchez-López o l'Aurora Gavino.

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

Pel que fa a la seva trajectòria professional, l'Adela distingeix dos períodes clarament diferenciats. El primer, iniciat l'any 1991 quan va guanyar una plaça de professora associada al departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics de la UB per a impartir docència en Psicologia i Trastorns de la Personalitat. Aquest període va estar molt més centrat en la recerca i docència de la personalitat, així com en les relacions que es poden establir en diferents aspectes psico(pato)lògics (afrontament de l'estrès i diferents condicions mèdiques, qualitat de vida, etc.). D'aquesta època se sent especialment orgullosa de la seva Tesi Doctoral, doncs va ser una de les primeres que es va presentar al nostre país sobre psicoimmunologia i la repercussió mediàtica que va tenir li va obrir algunes portes que li van permetre fer estudis més específics en grups de malalts amb VIH o malalts oncològics. Tot i que durant un temps va haver de compaginar-ho amb la feina de psicòloga a l'Escola de Policia de Catalunya, la qual cosa li deixava poc temps per a la recerca. Posteriorment, a partir del 1999 la seva feina es centrà molt més en l'àmbit de la Intervenció en Psicologia Clínica i de la Salut, tant des del punt de vista docent com clínic i investigador. D'aquest període, actualment vigent, destaca especialment el poder formar part de l'equip de la UTC. Se sent afortunada de tot el recorregut fet, doncs el bagatge assolit en els primers anys de la seva trajectòria professional li permet tenir una comprensió més àmplia i més integradora de la problemàtica que presenten els pacients. D'aquest període també guarda un record entranyable de la seva col·laboració en la organització de la XXI Jornada de la SCRITC amb l'aleshores president en Xavier Pellicer.

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

Actualment, l'Adela forma part d'un projecte de recerca sobre l'eficàcia d'un programa on line pel tractament cognitivoconductual de persones amb sobrepès i/o obesitat. És un projecte interessant i il·lusionant del qual ja tenen dades sobre el perfil psicològic de les persones que en poden beneficiar-se. D'altra banda, també integra un equip de recerca que estudia la utilitat

d'una metodologia docent innovadora per entrenar habilitats terapèutiques en el psicòleg general sanitari. Aquesta metodologia suposa un canvi d'enfocament en la manera de formar als psicòlegs clínics i ja ha rebut el reconeixement de diversos institucions.

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

En relació a l'estat actual de la TCC considera que podem sentir-nos orgullosos de fins on ha arribat el desenvolupament de la TCC al nostre país, doncs a molts centres i unitats hospitalàries del sistema públic s'ofereixen tractaments basats en tècniques cognitivoconductuals de provada eficàcia. A més, considera que és un dels models terapèutics amb més evidència empírica i tot això contribueix a aportar un plus de "cientificitat" a la nostra professió. Fins i tot, noves teràpies de caràcter integrador, o tècniques ara "de moda", s'aixopluguen dins del paraigües de l'etiqueta cognitivoconductual per l'estatus que aquesta confereix. Ara bé, considera que no ens ha d'enlluernar l'èxit assolit, doncs encara hi ha molt per saber. De vegades es posa massa èmfasi en els aspectes cognitius i es dona per fet que aquests són els factors principals, tant de la pertorbació emocional com de l'acció terapèutica. D'altra banda, hem de ser conscients, per exemple, de que tot i disposar de tractaments efectius, aquests no funcionen en tots els pacients ni en tots els trastorns de la mateixa manera. És per això que no hem de menystenir el paper que juga la pròpia relació terapèutica, així com les habilitats del terapeuta en l'eficàcia de la intervenció, més enllà de la tècnica o tractament aplicat. Pensa que hem de seguir cercant l'evidència empírica del que realment funciona aplicant els principis del mètode científic.

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

Respecte a les seves aficions, l'Adela ens diu que li agrada gaudir de les petites coses, com ara un bon àpat en bona companyia i amb un bon vi o cava de la terra, cuinar i provar receptes noves o llegir un bon llibre. També li agraden tota mena d'"animalons", però especialment en "Mino", un gat persa rescatat de l'infortuni a mig camí de Bellaterra, ja fa més de dotze anys. A la platja diu sentir-se com "peix a l'aigua"; segurament per això viu a prop de mar, on a més de nedar gaudeix de les postes de sol tot passejant amb la seva parella sempre que pot.



L'Adela sap gaudir de les petites coses: un bon àpat amb un bon vi, la companyia del seu gat 'Mino' o les postes de sol passejant amb la seva parella >>