

La intervención familiar desde las terapias contextuales: conceptos básicos y evidencias preliminares.

Inmaculada Gómez & Juan Miguel Fluja-Contreras.
Universidad de Almería (Spain)

SIMPOSIO:

Flexibilidad Psicológica: intervención en familias desde las Terapias de Tercera Generación

Financiación

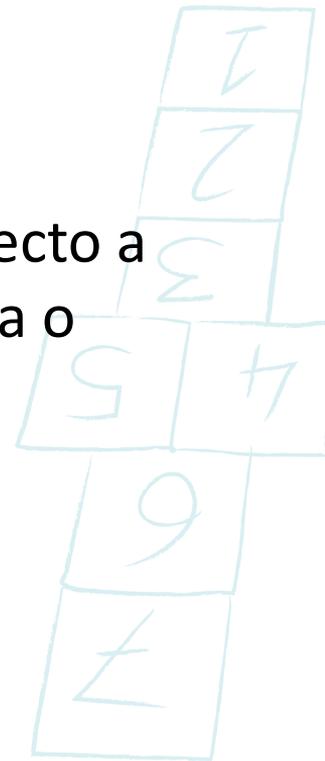




INTRODUCCIÓN

Flexibilidad psicológica parental:

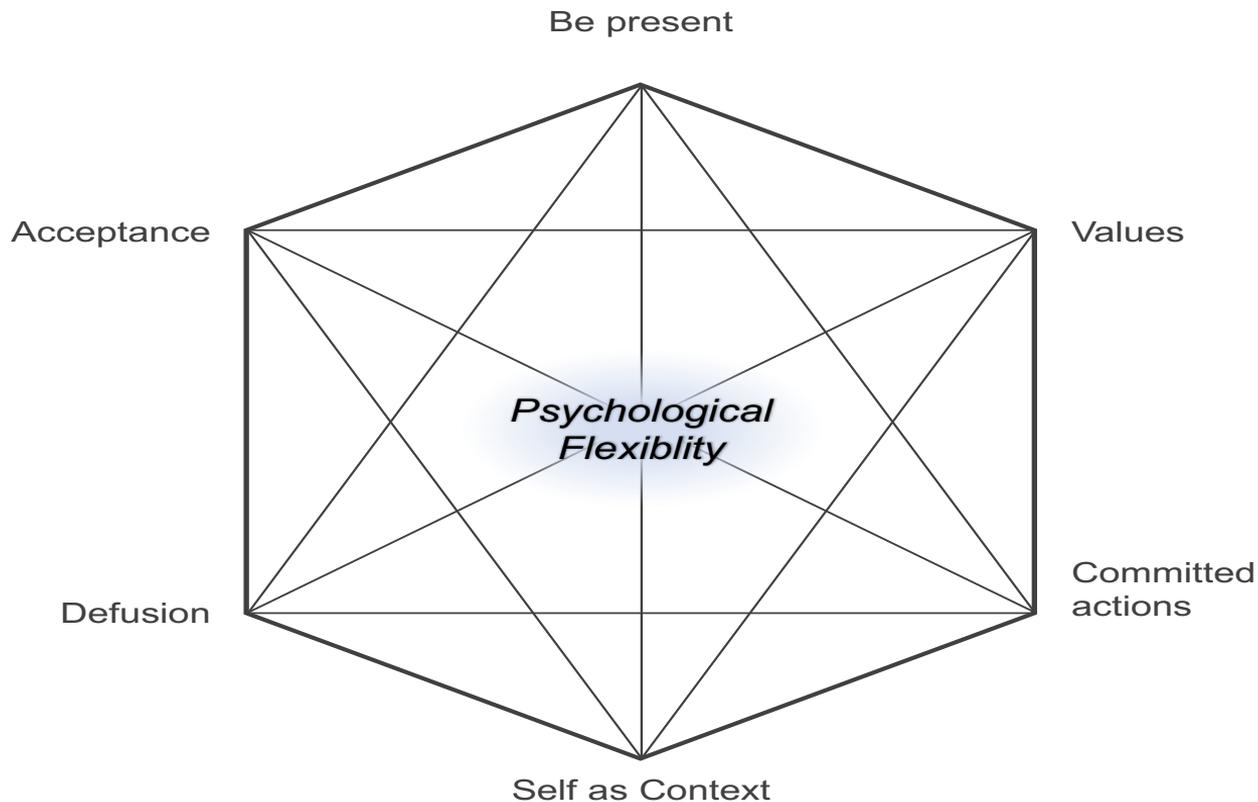
la habilidad para conectar de manera plena y con una disposición de apertura con respecto a las emociones, pensamientos o sensaciones que producen malestar respecto a las interacciones y la crianza de los hijos, mientras se actúa o redirige el comportamiento en dirección a los valores personales.





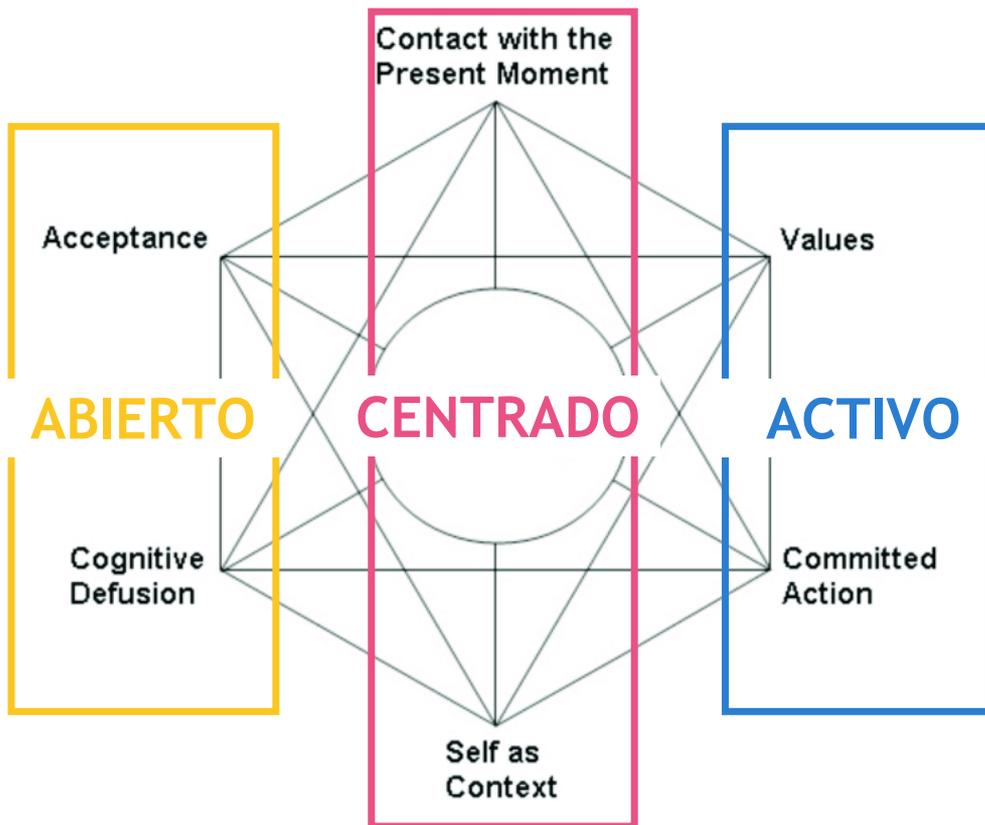
FLEXIBILIDAD PSICOLÓGICA EN LA PARENTALIDAD

Se entiende desde el análisis funcional, tiene en cuenta seis procesos intermedios como son: aceptación, de-fusión, estar presente, yo como contexto, acciones comprometidas y valores.





Seis procesos se agrupan en tres estilos de respuesta inter-relacionados:

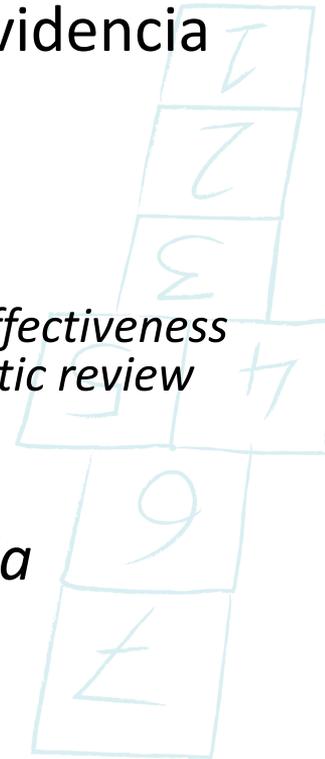


- **Estilo de respuesta abierto:** disposición a estar en contacto con la experiencia directa en cada momento, sin juzgarla, con una vivencia plena y de forma flexible.
- **Estilo de respuesta centrado:** basado en focalizar la atención en el momento presente, en el “aquí” y el “ahora” de forma voluntaria y flexible con un sentido de toma de perspectiva con respecto a sus eventos privados.
- **Estilo de respuesta comprometido o activo:** orientado a las acciones enmarcadas en el contexto de valores que dan sentido y motivan al cambio.



EVIDENCIAS de la Terapia de 3^a Generación en familias

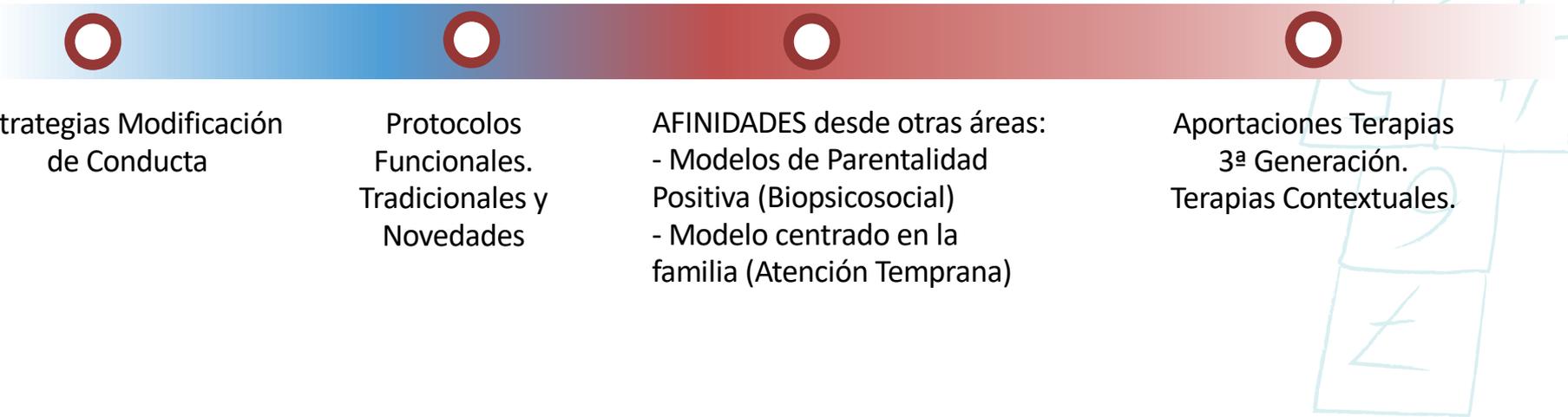
- Efectividad del empleo de estrategias de terapias de tercera generación en familias. Tratamientos basados en la evidencia y en continuo estudio.
- Revisión sistemática y meta-análisis:
 - Fluja-Contreras, J.M., García-Palacios, A., Gómez, I. (en prensa) *Effectiveness of contextual therapies in parenting skills interventions: a systematic review and meta-analysis*
- *¿Porqué y cuándo introducir este tipo de terapias en la Intervención con familias?*





Antecedentes y estado actual conocimientos científico-técnicos

Evidencias de intervención con familias a fin de mejorar sus competencias parentales, emocionales y el interés actual por fomentar una **Parentalidad Positiva**



Estrategias Modificación
de Conducta

Protocolos
Funcionales.
Tradicionales y
Novedades

AFINIDADES desde otras áreas:
- Modelos de Parentalidad
Positiva (Biopsicosocial)
- Modelo centrado en la
familia (Atención Temprana)

Aportaciones Terapias
3^a Generación.
Terapias Contextuales.



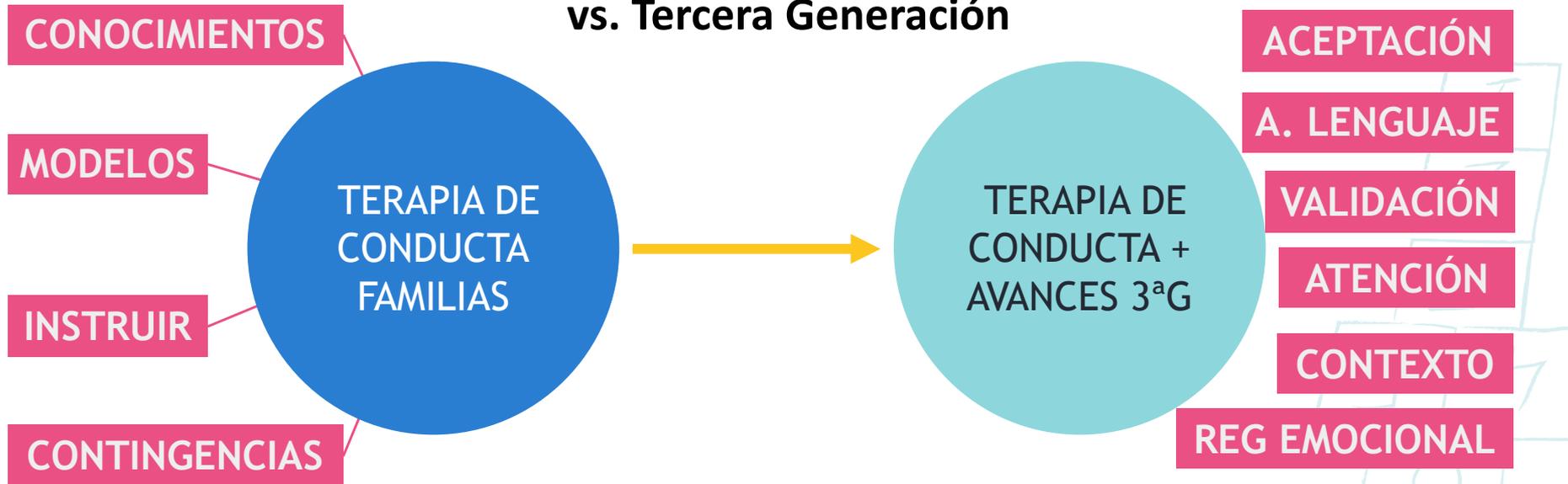
Psicología Basada en la Evidencia en **Terapia de Familia**

	Marco teórico	Resultados	Estudio empíricos
Nivel de eficacia informada	No	Preliminares	Sin condiciones de control
Tratamientos prometedores	Si	En poblaciones específicas no generalizable	Concreta el método y pueden ser replicados
Tratamientos basados en la evidencia	Si	Demostrado mediante estudios controlados (al menos dos), efectos a C/P y L/P	Con condiciones de control. Replicado en poblaciones clínicas



¿Evolución, transición o complementariedad?

Metodología entrenamiento a familias desde la terapia de conducta “tradicional” vs. Tercera Generación



El foco de intervención serán los estilos parentales a fin de mejorar un déficit en el hijo

Centrado en la valoración del contexto desde el análisis funcional y basado en estrategias de aceptación-cambio a partir de la adquisición de habilidades de regulación verbal/emocional de los padres



Revisión Sistemática

en terapia de 3^a Generación en familias

- La mayoría de las intervenciones se realiza en padres con hijos con **trastornos del neurodesarrollo**, con mayor frecuencia en TDAH.
- También se encuentran intervenciones en **enfermedades médicas** (asma, parálisis cerebral, dolor crónico, etc.,).
- La terapia más empleada con los padres es **Mindfulness**.

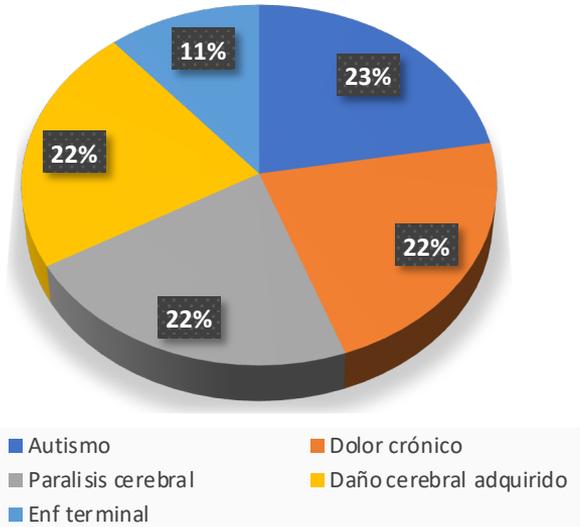


METODO:

Se incluyen un total de **41 estudios**

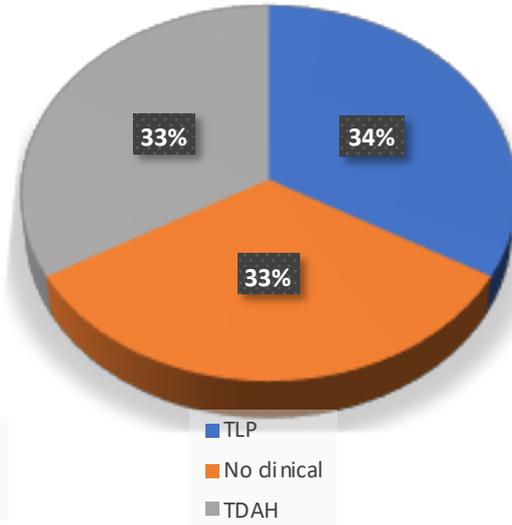
ACT

Se han encontrado **9 estudios**



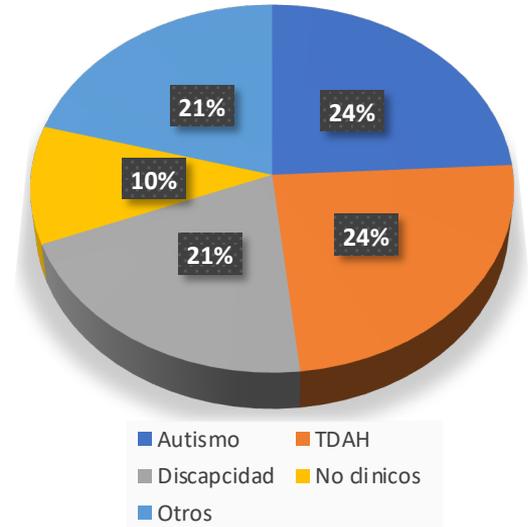
DBT

Se han encontrado **3 estudios**



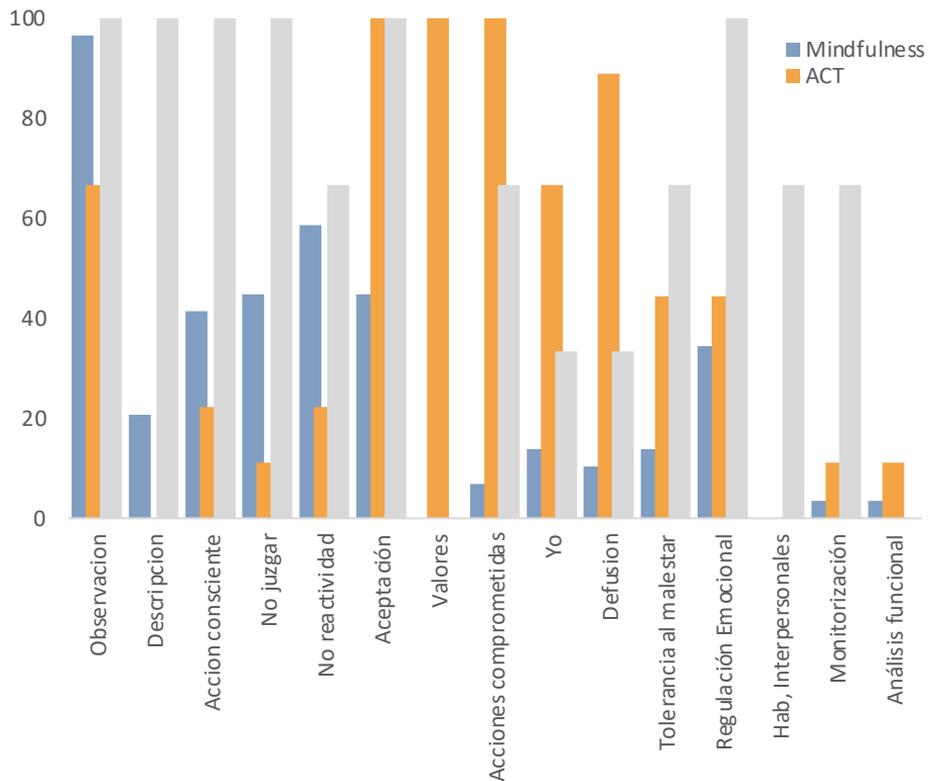
MINDFULNESS

Se han encontrado **29 estudios**





Resultados



Los componentes más frecuentes en las intervenciones con **MINDFULNESS** son **observación consciente, no reactividad, no juzgar y aceptación**

Los componentes más frecuentes en las intervenciones con **ACT** son las relacionadas con **aceptación, acciones comprometidas y valores**

Los componentes más frecuentes en las intervenciones con **DBT** son las relacionadas con **regulación emocional, aceptación, y habilidades de mindfulness**

RESULTADOS / CONCLUSIONES

MINDFULNESS

Las intervenciones mejoran las **habilidades de mindfulness** aplicadas a la crianza (*mindful parenting*), mejoras en síntomas de **ansiedad, depresión y estrés** en los padres. En los hijos se encuentran mejoras en el **manejo del enfado y conductas agresivas**.

ACT

ACT muestra mejoras en las **pautas educativas de los padres**; por ejemplo, reacciones ante conductas de los hijos, manejo del comportamiento y funcionamiento familiar. Asimismo, a nivel emocional han **disminuido síntomas afectivos de depresión y ansiedad** de los padres y han mejorado en **síntomas emocionales en los hijos**.

DBT

Mejora en los **estilos parentales** en la reducción de control y la permisividad parental, comportamientos coercitivos. **Mejoras en desregulación emocional** y emociones negativas. En los hijos, se muestra **reducción de problemas externalizantes e internalizantes**,



Conclusiones

1. La terapia más empleada para la intervención, en su mayoría para mejorar la parentalidad, es la basada en estrategias de **Mindfulness**.
 2. El TEA, el TDAH y las discapacidades son los principales problemas o trastornos sobre los que se interviene.
 3. La mayoría de los estudios incluyen estrategias de intervención de **aceptación y regulación emocional**.
- Las intervenciones con **Mindfulness** se han centrado principalmente en TEA, TDAH y retraso en el desarrollo. Los componentes y las estrategias de intervención empleadas en la mayoría de los estudios son los relacionados con la observación consciente de estímulos internos.
 - **ACT** se ha centrado en una perspectiva desde la psicología de la salud en daño cerebral adquirido y enfermedades crónicas. Los componentes de intervención empleados desde esta terapia se basan principalmente en el trabajo en aceptación, valores y acciones comprometidas.
 - La **DBT** se ha centrado en el trastorno límite de la personalidad y en niños con TDAH. Desde esta terapia la intervención se ha centrado en la regulación emocional.

METAANÁLISIS. Derivado de la Revisión sistemática

Se abstraen un total de **17 estudios**

Se emplea la estrategia de PICOS para analizar los estudios: Participantes, Intervención, Comparación, Resultados (Outcome), Estudios (Studies).

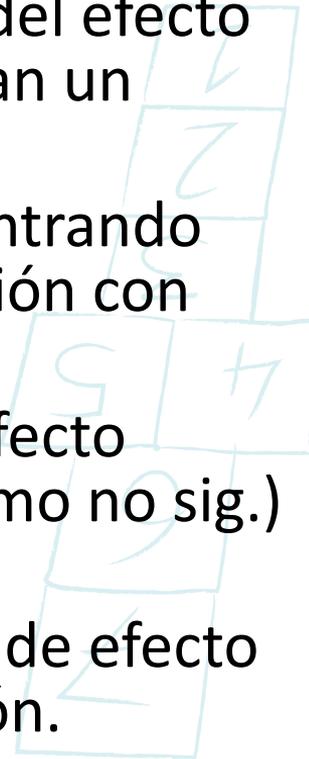
Subgroup meta-analysis at post-test

	Weight	<i>g</i>	95% CI	I ²	Z	p	
Primary Analysis – Therapy type							
ACT (n=6)	35.9%	.98	.3- 2.27	96%	1.5	.13	
DBT (n=1)	5.5 %	2.31	1.47- 3.15	-	5.39	<.00001	
MBT (n=10)	58.6%	.93	.42- 1.45	89%	3.58	.0003	
Kind of problem							
Psychological (n=9)	52.2%	1.03	.34- 1.73	92%	2.02	.004	
Medical (n=4)	24.2%	1.36	-.32 – 3.04	97%	1.58	.11	
Non-clinical (n=4)	23.6%	.61	.13 – 1.1	66%	2.49	.01	
Age of children							
Newborn (n=2)	11.5%	1.07	-.61-2.74	88%	1.25	.21	
Childhood (n=12)	70.5%	0.94	.24 – 1.65	94%	2.62	.009	
Adolescents (n=3)	17.9%	1.55	-.12 – 3.22	96%	1.81	.07	
Effects on parenting stress							
Total (n=13)	100%	.64	.20 - 1.08	90%	2.83	.005	
Effects on parents' depression							
Total (n=9)	100%	.33	.18 - .47	0%	4.43	.00001	
Effects on parents' anxiety							
Total (n=6)	100%	.47	.22 - .72	26%	3.38	.0002	



CONCLUSIONES

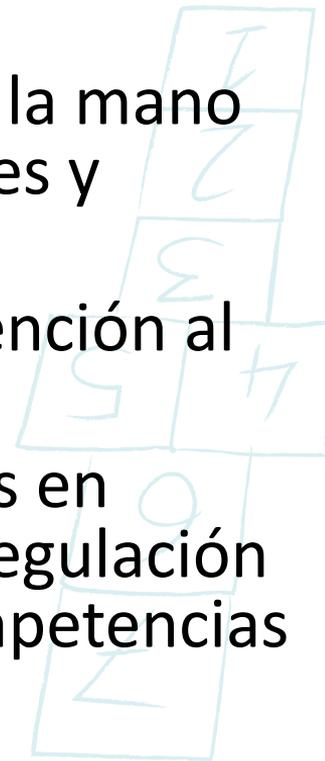
- La intervención en parentalidad muestra efectos positivos con un tamaño del efecto grande.
- Las intervenciones con ACT y DBT muestran un tamaño del efecto grande – frente a las que emplean MBT que encuentran un tamaño de efecto moderado.
- Atendiendo al tipo de grupo de comparación, se encontrando tamaños de efecto significativo y grande en comparación con grupos activos.
- Según el tipo de problema, se encuentra tamaño de efecto grande en trastornos psicológicos y médicos (este último no sig.) y moderado para prevención.
- Los resultados en el estrés parental muestran tamaño de efecto moderado y significativo, a favor del grupo intervención.





DISCUSIÓN / CONCLUSIONES

- Hay evidencias sobre los efectos del entrenamiento para padres en las habilidades y mejoras en los hijos.
- Desde la terapia de conducta aplicada a padres (entrenamiento parental) se ha ido avanzando de la mano del avance de las terapias para resolver dificultades y barreras en los padres.
- Desde la tercera generación se presta especial atención al contexto desde el análisis funcional.
- En la intervención con padres, vamos a centrarnos en aspectos y procesos de flexibilidad psicológica y regulación emocional de los padres, para el aumento de competencias de parentalidad.





Gracias por vuestra atención.

igomez@ual.es



Financiación



Referencias: AEI/10.13039/501100011033