



La intervención con terapia contextual mejora las habilidades de regulación emocional y flexibilidad psicológica de la madre.

Intervención en regulación emocional y flexibilidad psicológica con terapias contextuales: un estudio de caso

Flujas-Contreras, Juan Miguel, García-Palacios, Azucena & Gómez, Inmaculada

Descripción del caso

David es un chico español de 12 años con diagnóstico de *Trastorno Negativista Desafiante* diagnosticado a los 8 años.

Los padres (madre de 45 años y padre de 45 años) de David acuden a consulta preocupados por la situación actual y los problemas de comportamiento y convivencia con su hijo.

Sus problemas se centran especialmente en comportamientos explosivos y agresivos asociados a experiencias de tolerancia a la frustración especialmente en casa.

Conceptualización del caso

En la evaluación inicial se encuentran dificultades en la flexibilidad psicológica y la regulación emocional de la madre, especialmente en la aceptación, las conductas dirigidas a metas y en el acceso limitado a estrategias de regulación emocional. Alto nivel de estrés y evitación experiencial. El estilo educativo predominante en la madre es el ambiguo. La madre presenta un patrón de rumia con diversos pensamientos en relación al hijo.

En base a estos resultados se considera necesario realizar una intervención con los padres de David con el fin de potenciar sus habilidades parentales y estrategias de regulación emocional adaptativas para afrontar situaciones de malestar con su hijo.

Tratamiento

El tratamiento con los padres (solo finaliza la intervención la madre) se realiza en Unidad de Salud Mental Infanto-Juvenil de Almería. Se realiza en formato grupal con una duración de 4 sesiones semanales de 2 horas cada una.

El protocolo clínico se denomina “El Bosque de la Parentalidad”, una intervención desde la perspectiva contextual, principalmente Terapia de Aceptación y Compromiso y elementos de Terapia Dialéctica Comportamental que se compone de una serie de ejercicios con el objetivo:

Tomar conciencia y atención en el momento presente tanto en los padres como en las interacciones con los hijos

Fomentar de estrategias de aceptación psicológica

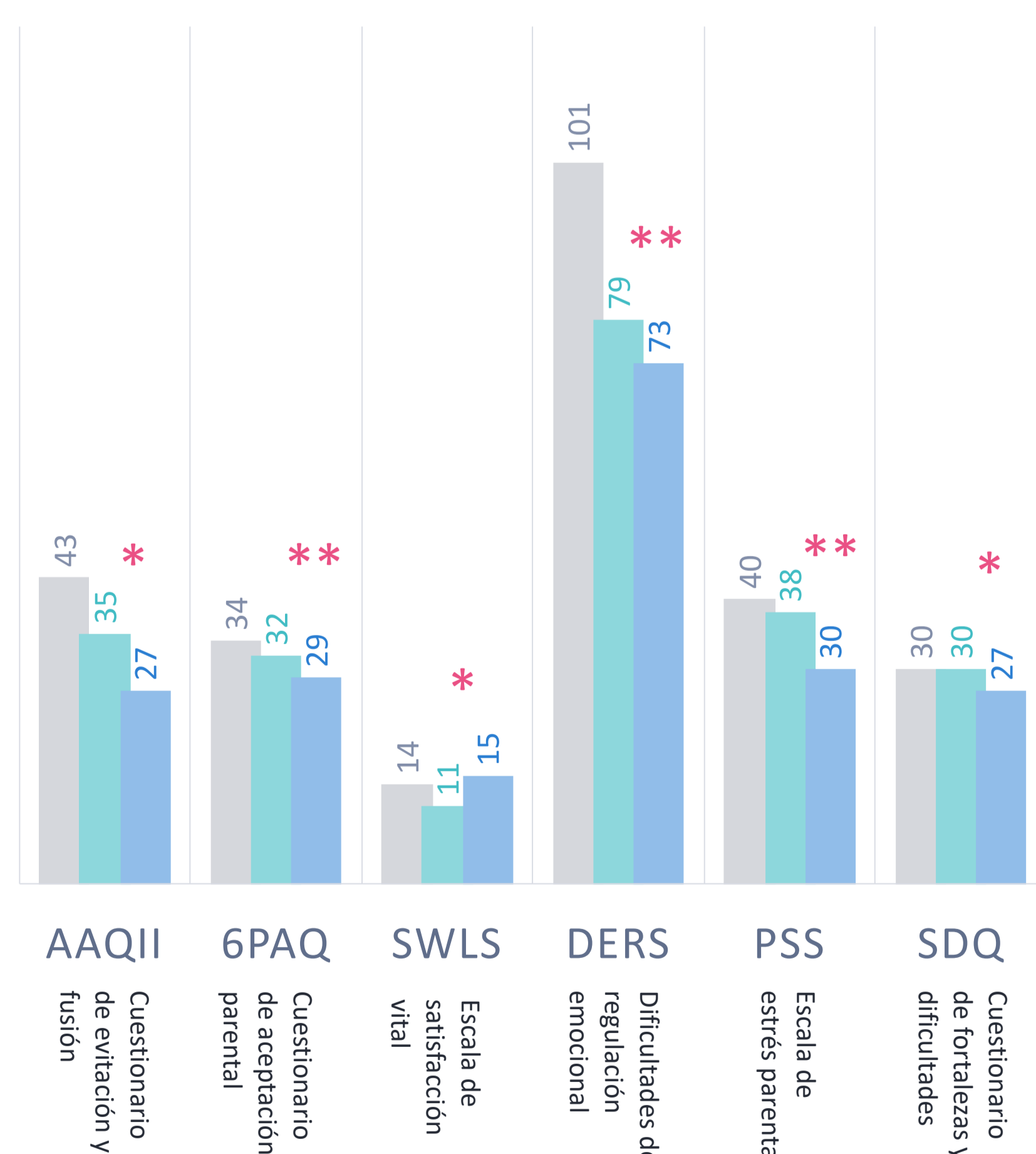
Mejorar la interacción con eventos privados, fomentando la toma de perspectiva

Estrategias de regulación y validación emocional que lleven a acciones en dirección a valores

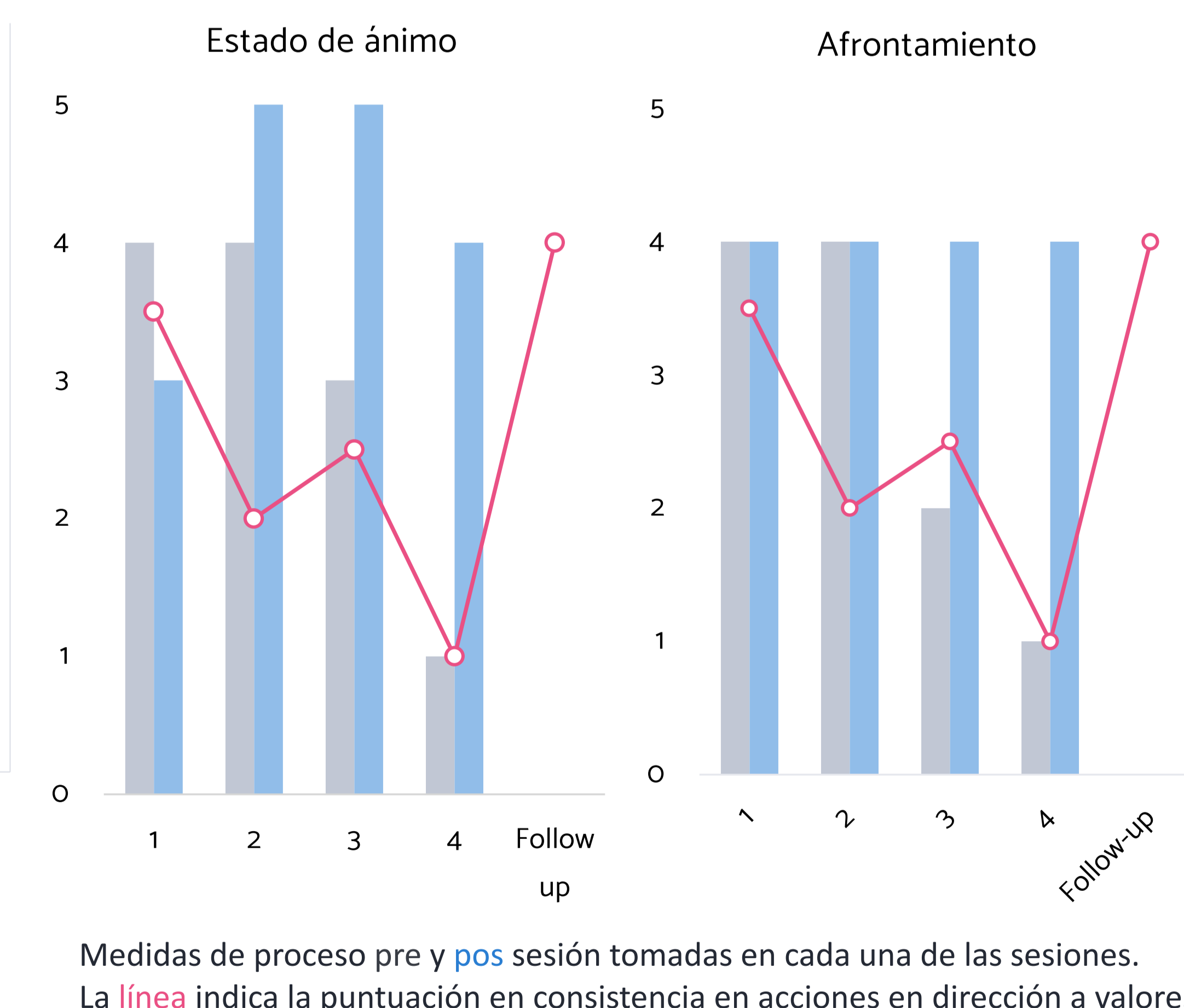


Resultados

Pre, post y seguimiento (3 meses) en la madre.



Medidas de proceso a lo largo del tratamiento de la madre.



Conclusiones

1. La intervención con la madre ha mejorado sus puntuación en todas las variables evaluadas, tanto las relacionadas con la flexibilidad psicológica (AAQ y 6PAQ) como las de regulación emocional (DERS).
2. Se observa una reducción del estrés parental y un aumento de la satisfacción vital.
3. Estos cambios se mantienen a los tres meses de la intervención (seguimiento).
4. Los cambios observados suponen una mejora clínicamente significativa (*) en la evitación y fusión (AAQ-II), la satisfacción vital (SWLS) y las dificultades del hijo (SDQ).
5. Estas puntuaciones muestran una recuperación clínicamente significativa (**) para la flexibilidad psicológica parental (6PAQ), la regulación emocional (DERS) y el estrés parental (PSS).
6. En el seguimiento se observa una reducción de las dificultades en el hijo.
7. En las medidas de proceso se observa una mejora entre el pre y post sesión. Esta mejora tiene relación con las acciones en dirección a valores.