

# PSICOTERAPIA COGNITIVA EN PSICOSIS: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA DE PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN GRUPAL

Verónica Fernández-Mazarambroz Yébenes.  
FEA Psicóloga Clínica. SESCAM.

## 1) OBJETIVOS

- Revisar las propuestas de intervención psicoterapéutica cognitiva, en formato grupal, disponibles en la bibliografía. Conocer su forma, contenido y resultados.
- Valorar la aplicabilidad de los protocolos de terapia cognitiva grupal para la psicosis revisados en la práctica clínica de una Unidad de Salud Mental en el contexto sanitario público (SESCAM).

## 2) MÉTODO

Revisión bibliográfica:

- Revisión de la bibliografía de referencia de la terapia cognitiva en psicosis.
- Búsqueda bibliográfica en los principales portales científicos utilizando palabras clave (terapia cognitiva en psicosis, terapia cognitiva grupal en psicosis, psicoterapia cognitiva en psicosis...).

## 3) RESULTADOS

Tras una revisión bibliográfica exhaustiva, por sus resultados prometedores y por su aplicabilidad en el contexto público en el desarrollamos nuestra práctica clínica, seleccionamos 3 propuestas de terapia cognitiva grupal para la psicosis:

### COPE (Cognitively Oriented Psychotherapy for Early Psychosis)

- Desarrollada y evaluada en EPPIC (Early Psychosis Prevention and Intervention Center).
- Terapia cognitiva en PEP dirigida a reducir el impacto potencialmente traumático de un trastorno psicótico.

#### 1) Valoración:

Valoración de los aspectos psicológicos en la recuperación.

#### 2) Desarrollo de la alianza terapéutica.

#### 3) Tratamiento para lograr una recuperación adaptativa de la psicosis y una prevención de la morbilidad secundaria.

Concepto de adaptación.

Identidad.

Estrategias para promover la adaptación.

Mejorar las estrategias de afrontamiento.

### Estudio SoCRATES (Lewis et al., 2002)

#### - Compromiso:

Trato afable.  
Preguntar.  
No desafiar las ideas, intentar clarificarlas.  
Lista de problemas.  
Estructura y explicación de la sesión.

#### - Experimentos conductuales.

#### - Estrategias de afrontamiento:

Respuestas racionales.  
Distracción.

#### - Valoración:

Instrumentos relativos a los síntomas.

#### - Normalización de los síntomas y educación:

Mejora del déficit de conocimiento.

#### - Trabajar con los delirios y las alucinaciones:

Cuestionamiento periférico.  
Consideración de la evidencia.  
Ayudar al paciente a considerar explicaciones alternativas.

#### - Trabajar con los síntomas negativos.

#### - Trabajar con las creencias nucleares.

#### - Permanecer bien.

### YES (Youth Education and Support Group)

Terapia cognitiva grupal para jóvenes en proceso de recuperación tras PEP.

8 sesiones:

S1) Presentación de la terapia de grupo y de la terapia YES.

S2) Identidad / ¿Qué es la psicosis?

S3) Presión de los iguales y consumo de sustancias.

S4) Relaciones/medicación.

S5) Estigma y estrategias.

S6) Recuperación y HHSS.

S7) Señales tempranas de alarma / Intervención inicial.

S8) Revisión / celebración.

## 4) CONCLUSIONES

- Es posible plantearnos como psicoterapeutas una intervención cognitiva en la psicosis, dirigida a cambiar las 3 cosas que como terapeutas podemos cambiar: la cognición (lo que pensamos de nosotros mismos, de los otros y de lo que nos ocurre), la emoción (lo que sentimos sobre todo eso) y la conducta (lo que hacemos).
- Disponemos en la bibliografía de protocolos de terapia cognitiva grupal para la psicosis que son eficaces, efectivos y eficientes.
- Es posible plantearnos una psicoterapia cognitiva grupal de la psicosis en la práctica clínica en el contexto sanitario público.