



LA EVOLUCIÓN DEL MODELO - ITEP

DE LOS SÍNTOMAS A LA ESTRUCTURA

En la década de 1980, la terapia cognitivo-conductual (TCC) de Aaron Beck revolucionó la salud mental al centrarse en los «Pensamientos automáticos». Sin embargo, los profesionales clínicos observaron que un grupo significativo de pacientes, en particular, aquellos con **trastorno límite de la personalidad (TLP)** o **depresión crónica**, no mejoraban.

Estos pacientes tenían «Conciencia cognitiva» (Sabían que sus pensamientos eran irracionales), pero no experimentaban ningún «cambio emocional» (Seguían sintiéndose inútiles o incapaces de ser amados). Jeffrey Young, un alumno de Beck, se dio cuenta de que, para estas personas, el problema no era solo un pensamiento distorsionado, sino una **lente distorsionada** de la realidad formada en la primera infancia.

EL SALTO INTEGRADOR

La Terapia de Esquemas (TE) se desarrolló como una terapia integradora de «Amplio espectro».

Combinaba:

1. **TCC:** Por su estructura y su enfoque en el cambio conductual.
2. **Teoría del apego:** Para comprender la necesidad del vínculo entre padres e hijos.
3. **Terapia Gestalt:** Para el trabajo emocional «aquí y ahora» y el trabajo de sillas.

Las relaciones objetales: Para observar cómo *interiorizamos* «Partes» de nuestros padres.