



Reseña de libro/Book review

Tratamientos psicológicos en los trastornos de la personalidad, 2 vols., de Juan Antonio Díaz Garrido, Susana Al-Halabí, Adolfo J. Cangas y Fernando Rodríguez-Otero (Coords.)

Víctor Martínez-Loredo

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Facultad de Psicología, Universidad de Sevilla

Un oasis es una parte del desierto donde se puede encontrar agua y vegetación, un lugar de vida rodeado de inhóspita nada. Quizá los dos tomos de *Tratamientos psicológicos en los trastornos de la personalidad* puedan ser descritos como un oasis en medio de decenas de manuales académicos, libros, artículos y textos parciales en sus puntos de vista y presos, en su mayoría, de la ortodoxia biomédica, tan ajena al campo de lo psicológico.

Es necesario reconocer que cuando alguien (un alumno, un profesional, un profesor) se enfrenta a un manual académico no lo hace con la misma disposición que cuando se enfrenta a una lectura de otro tipo, por muy rigurosa o científica que sea. Los manuales tienden a ser auténticas enciclopedias en las que se recogen las cristalizaciones de la práctica técnica o científica que sea, con un estilo acorde a su función de consulta. No obstante, el manual sobre el que trata esta reseña es, también en este sentido, una *rara avis*, un oasis en cuanto a su enfoque. Consigue ir “más allá” del informe de la evidencia para completarlo con cuestiones fundamentales para el entendimiento de la materia.

Siguiendo la célebre expresión de Kurt Lewin “no hay nada más práctico que una buena teoría”, los coordinadores del manual aúnan experiencia clínica (Juan Antonio Díaz-Garrido y Fernando Rodríguez-Otero) y excelencia académica (Susana Al-Halabí y Adolfo Cangas). Así, el primer tomo del manual se centra en los fundamentos y características de estos trastornos (*sic erat scriptum*) con un foco en lo principal: la persona. Y es que cuando alguien se adentra en el estudio de lo que comúnmente se ha llamado en psiquiatría trastornos de personalidad no puede evitar hacerse ciertas preguntas: si puede haber trastornos de personalidad, ¿hay una personalidad “normal” o “sana”? Es más, ¿“hay” una personalidad? Al igual que el término “enfermedad mental” es una metáfora (pues la mente no es un órgano susceptible de enfermar), ¿lo es también el término trastorno de la personalidad? Efectivamente, el estudio de la personalidad se caracteriza por ser uno de los campos psicológicos más contaminados por concepciones mundanas de la psicología, y donde resulta más evidente la contraposición “esencial” de los diferentes modelos y enfoques acerca del ser humano y su

actividad. Así, tras una brillante y generosa exposición del capítulo 1, se establece la base sobre la que abordar estas cuestiones. Como se ha dicho, el manual plantea los problemas de personalidad desde el lugar óptimo para abordarlo: la persona como un todo. Sin la posibilidad de caer en falacias mereológicas y perderse en supuestos mecanismos internos (biológicos o mentales) averiados, los distintos capítulos plantean una posición que podrá sorprender a muchos, pero que resulta más que razonable para otros: ¿acaso tiene sentido diferenciar los trastornos de personalidad de los “otros”? A pesar de que los trastornos de personalidad siempre han tenido mal encaje y han generado controversia, ¿acaso todo trastorno psicológico no es en cierto modo un trastorno de persona(lidad)? La pregunta encontrará respuesta en el capítulo 2.

La aparición de la personalidad individual moderna a partir del Renacimiento europeo supone toda una revolución psicológica, un cambio monumental en la manera de relacionarse con el mundo. A finales del siglo XVIII aparece una reflexividad radical que se interpone entre el propio sujeto y el mundo y que implica la conciencia de un “yo”. La paradoja de la reflexividad es que nos libera de las contingencias naturales del aquí y del ahora, pero a la vez es la condición de posibilidad y el origen de los trastornos psicológicos. Esta concepción de la relación entre las personas y el mundo implica considerar como esencial el papel del lenguaje y la cognición a través de las cuales la sociedad presente y pasada influye sobre nuestra forma de ser (en-el-mundo) y la formación del “yo”. Implica prestar atención a la presencia de malas condiciones de vida, de contextos invalidantes, de patrones relacionales de crianza y estilos de apego, todo ello desarrollado en el capítulo 4. Implica atender a ciertas heridas ocultas del alma (a pesar del uso metafórico de la expresión, permítaseme recordar que el concepto de alma en Aristóteles tenía más relación con hábitos que con hálitos o espíritus), de los traumas psicológicos (por seguir con las metáforas o analogías), de conductas suicidas como intentos existenciales de escape de una vida que no se consigue vivir sin sufrirla demasiado. Entendiendo estas cuestiones, ampliamente tratadas en el primer tomo (capítulos 5 al 8), se estará en las mejores condiciones para entender y abordar las cuestiones fundamentales de la terapia

Cite this article as: Martínez-Loredo, V. (2024). Tratamientos psicológicos en los trastornos de la personalidad, 2 vols., de Juan Antonio Díaz Garrido, Susana Al-Halabí, Adolfo J. Cangas y Fernando Rodríguez-Otero (Coords.) *Clínica y Salud*, 35(3), 141-142. <https://doi.org/10.5093/clysa2024a19>

Correspondence: Víctor Martínez-Loredo (loredo@us.es).

ISSN: 1130-5274/© 2024 Colegio Oficial de la Psicología de Madrid. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

psicológica: desde la evaluación, a las características del terapeuta, pasando por las condiciones necesarias para el establecimiento de una buena relación terapéutica (capítulos 3, 9 y 10, respectivamente).

El segundo tomo se erige sobre los pilares descritos para centrarse en los modelos terapéuticos desde los que abordar estos problemas. Al igual que en el primer tomo, los coordinadores consiguen desbordar los límites de los ya clásicos “tratamientos empíricamente validados” y ofrecen todo un tratado psicoterapéutico. A lo largo de 23 capítulos se describen, fundamentan y desarrollan de manera somera diferentes aproximaciones terapéuticas desde las que abordar los problemas de personalidad, junto con casos prácticos y recursos adicionales, que están presentes en toda la obra. Bajo la máxima de adaptar el tratamiento a la persona y no la persona al tratamiento, se exponen intervenciones variadas como terapias de primera (terapia de conducta), segunda (terapia cognitiva) y tercera (terapia de aceptación y compromiso, terapia dialéctico conductual, psicoterapia analítica funcional) generación, terapia metacognitiva y otros enfoques, como aproximaciones psicodinámicas basadas en esquemas o centradas en el perdón y reconciliación o compasión, entre otras.

A la luz de la naturaleza interactiva del comportamiento humano (y por tanto de los problemas que denominamos trastornos psicológicos o de personalidad), se necesita un modelo contextual que ponga el énfasis en las relaciones terapéuticas, en los factores comunes de las distintas psicoterapias. Sin embargo, es importante no caer en el “fundamentalismo relacional” como compensación de un “reduccionismo técnico”. Es decir, no hay que olvidar lo que se hace en la psicoterapia (que ha de ser algo “bien hecho”, sea cual sea la explicación que se dé sobre “qué” se ha hecho). La psicoterapia como relación terapéutica señala la falsa dicotomía técnicas vs. relaciones, en tanto que la propia relación terapéutica implica una técnica o tecnología y esta solo se puede dar en el contexto de una relación terapéutica.

Más allá de ser un excelente recurso, estos tomos tienen el potencial de redefinir cómo abordan los profesionales los trastornos de personalidad, ofreciendo una perspectiva más holística y centrada en la persona. Es, sin duda, una obra que marcará un antes y un después, tanto en la formación de futuros profesionales de la psicología como en la práctica psicoterapéutica y los tratamientos psicológicos.