

# Curso Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual en Adicciones

## Módulo 2



Perú

ITTC

Centro Internacional de Transferencia de Tecnología

Un programa del Consorcio Internacional de Universidades para la Reducción de la Demanda de Drogas



UNIVERSIDAD PERUANA  
CAYETANO HEREDIA



PUCP



PERÚ

Ministerio  
de Salud



DAP  
Drug Advisory Programme



**ITTC**

International Technology Transfer Center  
A program of the International Consortium of Universities  
for Drug Demand Reduction

# Novena semana

## La entrevista motivacional en adicciones

Mg. Cristian Solano



UNIVERSIDAD PERUANA  
CAYETANO HEREDIA



**PUCP**



PERÚ

Ministerio  
de Salud



**DAP**  
Drug Advisory Programme

# Contenido

- Entrevista motivacional
- El modelo transteorico
- Principios de la entrevista motivacional
- Actividad complementaria



# La Entrevista Motivacional

El concepto surgió de las preguntas que se planteaban un grupo de psicólogos noruegos en la clínica Hellestad, los cuáles la definen como una técnica de alta aplicabilidad y utilidad práctica en distintas culturas.

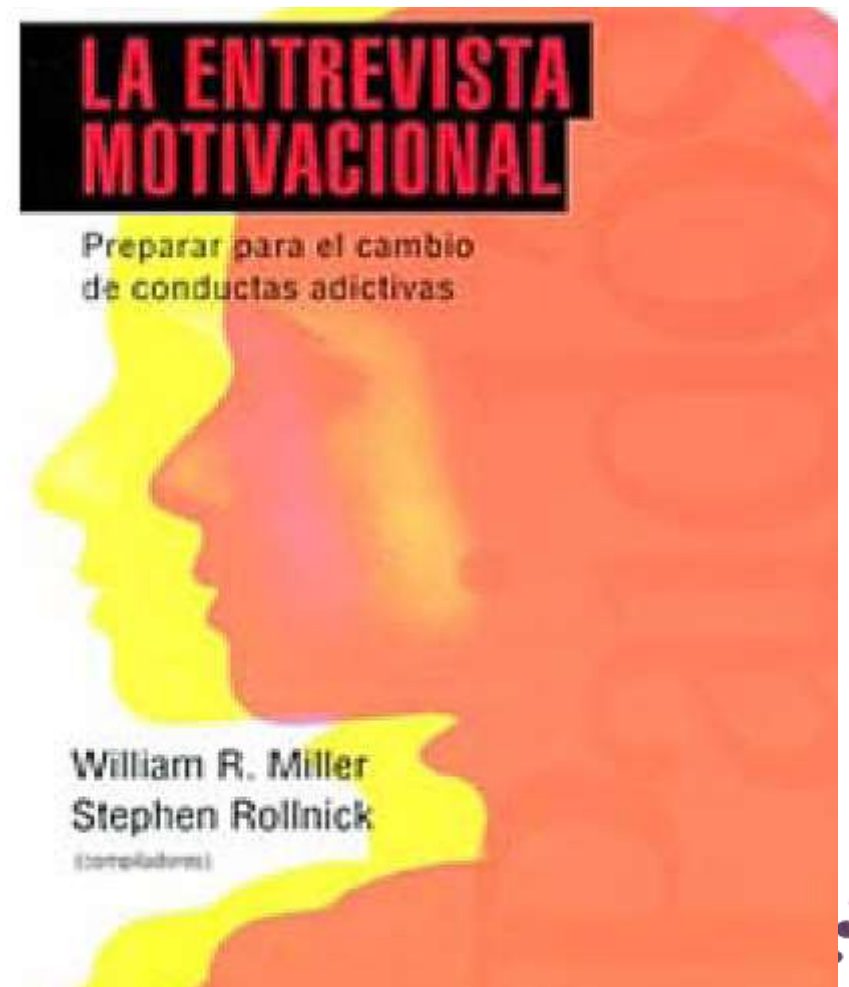
Sus principios han surgido de la experiencia en el trabajo con cientos de personas que tienen problemas con el alcohol y con otras drogas, asimismo, en la interacción con los propios usuarios (Miller y Rolnick, 2002).



# Entrevista Motivacional

La entrevista motivacional es un estilo de asistencia directa centrada en el cliente, para provocar un cambio en el comportamiento ayudando a los clientes a explorar y resolver ambivalencias (Miller y Rollnick, 1999).

La entrevista motivacional EM pretende provocar un cambio de comportamiento, ayudando a resolver las propias motivaciones para cambiar.



# La Entrevista Motivacional

La Entrevista Motivacional es un enfoque que implica una determinada visión del terapeuta, el cumplimiento de ciertos objetivos y el empleo de determinadas estrategias.

Por otra parte se conceptualiza como una actitud del terapeuta hacia el individuo, caracterizada por un rol no autoritario, que evita la postura de experto disminuyendo las intervenciones directivas.

En cuanto a sus estrategias, son más persuasivas que coercitivas, más de apoyo que de discusión.





# La Entrevista Motivacional

El terapeuta busca crear una atmósfera positiva para el cambio, siendo su objetivo aumentar la motivación intrínseca de los jóvenes, de manera que el cambio surja desde dentro más que se imponga desde fuera.

Cuando este enfoque se aplica adecuadamente, es el propio sujeto y no el terapeuta, quien presenta las razones para cambiar.

La entrevista motivacional otorga un papel activo al paciente, donde él mismo debe implicarse en la búsqueda de soluciones para realizar cambios en sus hábitos de vida.



## La motivación para el cambio

- La motivación para el cambio en los consumidores de drogas es un aspecto crucial en la intervención. Un individuo estará motivado a cambiar en la medida que esté de acuerdo con el punto de vista del profesional: considere que lo que hizo está mal, quiera cambiar y esté dispuesto a participar en el tratamiento esperando recibir ayuda para cambiar.
- En la práctica clínica muchos usuarios pueden negar la necesidad de cambio o resistirse a los intentos para ayudarlos a cambiar.

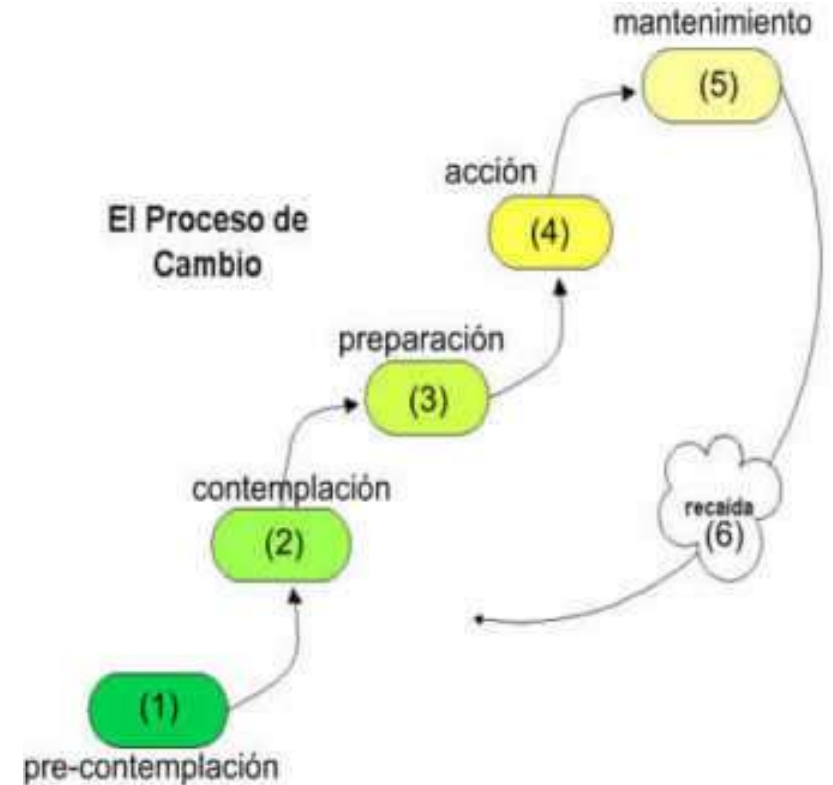




# El Modelo Transteórico

La entrevista motivacional se nutre de los conceptos centrales del Modelo Transteórico del Cambio que propone una serie de estadios motivacionales que se pueden ir trabajando con el sujeto de intervención.

Los principales estudios sobre la motivación de cambio se inician y desarrollan en el ámbito de las adicciones, Prochaska y Di Clemente (1984) distinguen cinco estadios de cambio: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento.



# El Modelo Transteórico

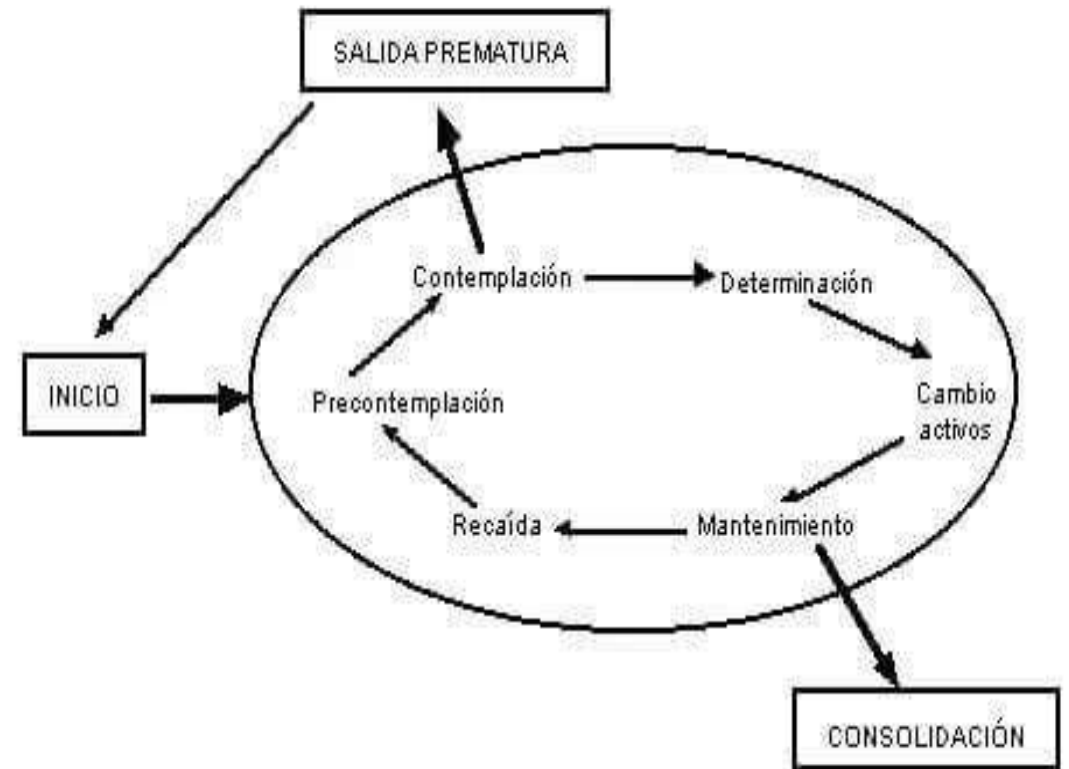
La estructura del proceso de cambio a través de estadios, pese a considerar una dimensión temporal, no se plantea como un modelo lineal sino de espiral.

La mayoría de las personas no siguen un proceso unidireccional de avance, pasando de una etapa a otra hasta concluir el cambio deseado, si no que avanza algunos estadios, recae y retrocede a estadios anteriores para luego avanzar a un estadio superior al logrado en el primer avance y de ahí continuar su proceso.

La duración del proceso varía según cada persona y según la complejidad del problema (Miller y Rolnick, 2002).



# Modelo de Estadios de Cambio



# La Entrevista Motivacional

La entrevista motivacional se plantea la necesidad de motivar a las personas a través de una intervención pertinente con su estado motivacional a adherir a un proceso de cambio (vínculo).

La ambivalencia en este proceso se traduce en un concepto ancla, entendiendo el cambio como un proceso dinámico, el que debe producirse a partir de la propia capacidad introspectiva del sujeto, enfatizando en la motivación intrínseca como elemento vital.



## PRINCICIOS DE LA ENTREVISTA MOTIVACIONAL (Miller y Rollnick, 1999)



# Entrevista Motivacional: Principios

## Expresar la empatía

La actitud que subyace a este principio de empatía se puede definir como de aceptación, mediante una escucha reflexiva adecuada. El terapeuta intenta comprender los sentimientos y perspectivas de los sujetos sin juzgar, etiquetar, criticar o culpabilizar.

Un terapeuta empático busca responder a los puntos de vista de los individuos de una manera comprensiva, global y validando las perspectivas del mismo. La ambivalencia es aceptada como una parte normal de la experiencia humana y del cambio.





# Entrevista Motivacional: Principios

## Crear una discrepancia

Se pretende crear y potenciar en el individuo una discrepancia o disonancia cognitiva entre su conducta actual y otros propósitos o áreas de su vida más amplios.

Una forma simple para comprender esto es la diferencia entre donde uno está y donde uno querría estar, es decir, cuando una conducta parece estar en conflicto con objetivos personales.

La idea es usar dicha discrepancia, aumentarla y amplificarla hasta que se supere el apego que la persona tiene por la conducta adictiva.



# Entrevista Motivacional: Principios

## **Evitar la discusión**

Esto busca evitar que el terapeuta se involucre en una discusión con el sujeto a fin de convencerle que tiene un problema y de que necesita cambiar mientras que el individuo defiende un punto de vista opuesto.

Su objetivo es aumentar la concienciación de los problemas y la necesidad de hacer algo con ello, con un estilo de persuasión.

Cuando la resistencia surge, el terapeuta debe cambiar las estrategias.



# Entrevista Motivacional: Principios

## **Darle un giro a la resistencia**

Este principio, se refiere a cómo las razones que da un sujeto se pueden girar o cambiar levemente a fin de crear un nuevo momento para el cambio.

El terapeuta debe reconocer la resistencia y la ambivalencia como naturales y comprensibles y no imponer nuevos puntos de vista u objetivos.

En la Entrevista Motivacional, el terapeuta también genera preguntas o problemas al usuario. El trabajo del terapeuta no es proporcionar soluciones para todo, hay que implicar los individuos de forma activa en el proceso de resolución de sus problemas.



# Entrevista Motivacional: Principios

## **Fomentar la autoeficacia**

Este principio implica el concepto de “autoeficacia”, o sea, la percepción que tiene una persona sobre su habilidad para llevar a cabo con éxito una tarea específica.

La autoeficacia es un elemento clave en la motivación para el cambio y un buen predictor de los resultados de los tratamientos de las conductas adictivas.



# Estrategias en la Entrevista Motivacional

## Preguntas abiertas

Una forma de iniciar la EM es preguntando desde el comienzo de una manera que estimule al individuo a que sea él quien más hable, es decir, utilizar preguntas abiertas.

## Escucha reflexiva

El elemento crucial es la forma en que el terapeuta responde a lo que dice el sujeto. Lo importante de una respuesta de escucha reflexiva es que intenta deducir lo que la persona realmente quiere decir.



# Estrategias en la Entrevista Motivacional

## Afirmar

Esto se puede hacer en forma de comentarios positivos y frases de aprecio y comprensión a partir de lo que el examinado dice.

## Resumir

Las frases de resumen se usan para reunir el material que surge en la entrevista. Los resúmenes en forma periódica confirman que se ha estado escuchando con atención, y preparan al individuo para seguir avanzando en su proceso.

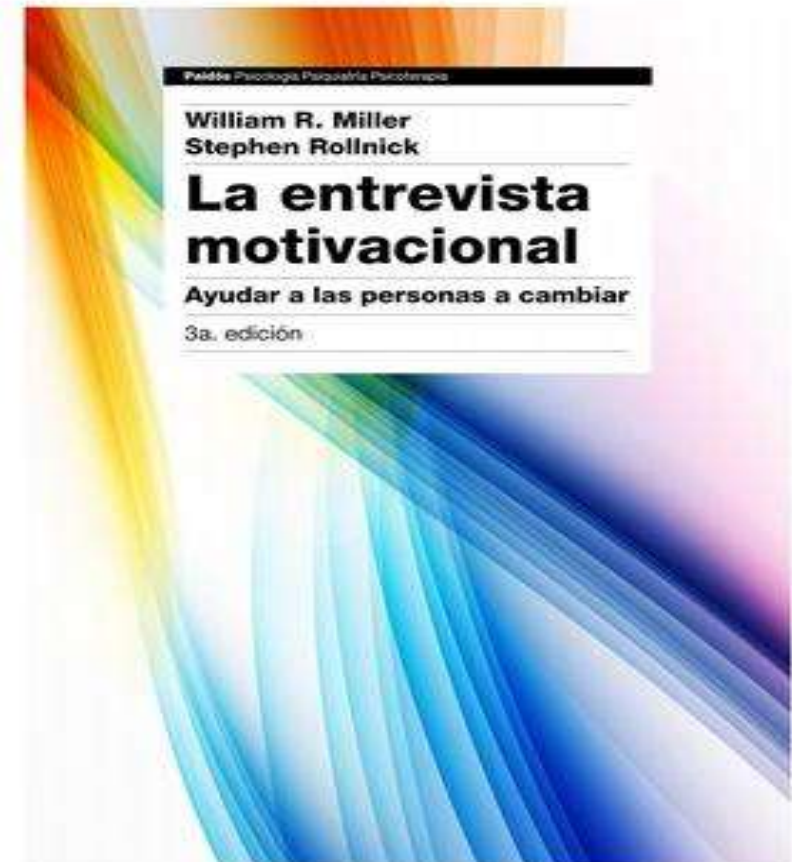




## Cuatro Procesos de la Entrevista Motivacional

- Vincular (alianza terapéutica)
- Enfocar (identificar objetivos)
- Evocar (e informar)
- Planificar

(Miller y Rollnick, 2015)



# Conclusiones

- La entrevista motivacional es un estilo de conversación colaborativo cuyo propósito es reforzar la motivación y el compromiso de la persona con el cambio.
- El estilo general de la EM es de guía, a medio camino entre los estilos directivo y de acompañamiento, de los que también incorpora algún elemento.
- La ambivalencia es un elemento normal del proceso de preparación para el cambio y se trata de un estado en el que la persona puede quedar atrapada durante cierto tiempo.



# Actividad practica

## Lectura ¿Qué es la entrevista motivacional?

[https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/RET06\\_1.pdf](https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/RET06_1.pdf)

- Responder el foro sobre entrevista motivacional EM

### ¿QUE ES LA ENTREVISTA MOTIVACIONAL?

Stephen Rollnick,

Departamento de Medicina General, Universidad de Gales,  
Centro de Salud Llanedeyrn

William R. Miller,

Departamento de Psicología, Universidad de Nuevo México

La entrevista motivacional es un estilo de asistencia directa centrada en el cliente, para provocar un cambio en el comportamiento ayudando a los clientes a explorar y resolver ambivalencias. Se define principalmente, no por su técnica, sino por su espíritu, que sigue un estilo que facilita la relación interpersonal. Este artículo pretende definir la entrevista motivacional y su naturaleza particular, diferenciándola de otras aproximaciones con las que puede confundirse. Así mismo presentamos una breve actualización (1) respecto a la evidencia de su eficacia, y (2) las nuevas áreas problemáticas y las poblaciones en las que se está aplicando.

#### ¿Qué es la Entrevista Motivacional?

El concepto de entrevista motivacional evolucionó desde las experiencias en el tratamiento de los bebedores con problemas, y apareció descrita por primera vez por Miller (1983), en el artículo publicado en el *Behavioural Psychotherapy*. Miller y Rollnick (1991) desarrollaron posteriormente esos conceptos fundamentales y una descripción de procesos clínicos más detallados. Sin embargo una omisión relevante en ambos documentos fue una **definición** clara de la entrevista motivacional.

Creemos que ha llegado el momento de que describamos nuestra propia concepción de la naturaleza esencial de la entrevista motivacional. La difusión tiende a diluir y a cambiar cualquier innovación (Rogers 1994). Así también se han estado presentando algunas teorías bajo el nombre de entrevista motivacional (por ejemplo Kuchipudi, Hobein, Fleckinger y Iber, 1990) que tienen poco que ver con lo que consideramos que es la esencia de la entrevista motivacional, e incluso algunos casos violan directamente lo que son, según creemos, sus características fundamentales. Por tales razones, hemos preparado la siguiente descripción de: (1) una definición de la entrevista motivacional, (2) una relación precisa de lo que creemos es el espíritu del estudio, (3) la diferencia de la entrevista motivacional con otros métodos relacionados con los que se tiende a confundir, (4) una puesta al día breve de los resultados de las investigaciones que evalúan su eficacia, y (5) un comentario sobre las nuevas aplicaciones que están apareciendo.

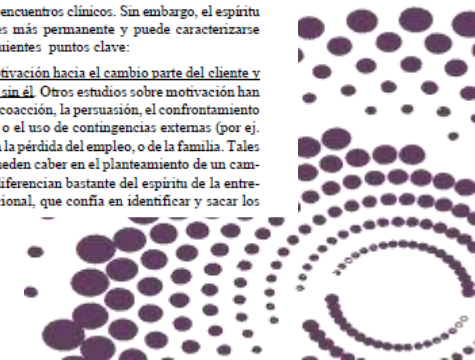
#### A Definición

Actualmente, nuestra mejor definición es la siguiente: **la entrevista motivacional es un estilo de asistencia directa, centrada en el cliente para provocar un cambio en el comportamiento, ayudando a los clientes a explorar y resolver ambivalencias.** En comparación con la asistencia indirecta, está mejor enfocada y tiene unas metas más claras. Su propósito esencial es examinar y resolver la ambivalencia y el asesor se dirige intencionadamente a alcanzar esa meta.

#### El espíritu de la Entrevista Motivacional

Creemos que es fundamental distinguir entre el **espíritu** de la entrevista motivacional y las **técnicas**, que hemos recomendado para manifestar ese espíritu; los médicos y entrenadores que también se ocupan de cuestiones técnicas, pueden perder de vista el espíritu y el estilo que son esenciales en este estudio. Hay tantas variaciones en la técnica como encuentros clínicos. Sin embargo, el espíritu del método es más permanente y puede caracterizarse según los siguientes puntos clave:

1. **La motivación hacia el cambio parte del cliente y no se impone sin él.** Otros estudios sobre motivación han enfatizado la coacción, la persuasión, el confrontamiento constructivo, o el uso de contingencias externas (por ej. amenazar con la pérdida del empleo, o de la familia. Tales estrategias pueden caber en el planteamiento de un cambio, pero se diferencian bastante del espíritu de la entrevista motivacional, que confía en identificar y sacar los



# Recuerde: Revise la Guía del Estudiante

## Guía del Estudiante

Curso Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual en Adicciones

¡¡Bienvenido al curso !!



### Información del curso

Región:
Nombre del Maestro Capacitador:
Correo electrónico del Maestro Capacitador:
Número celular del Maestro Capacitador:
Nombre del chat por WhatsApp:
Enlace Zoom de las reuniones con el Maestro Capacitador:
Fecha y hora de primera sesión en la primera semana de Abril:
Fecha y hora de segunda sesión en primera semana de Mayo:
Fecha y hora de tercera sesión en primera semana de Junio:
Fecha y hora de cuarta sesión en primera semana de Julio:

### Presentación

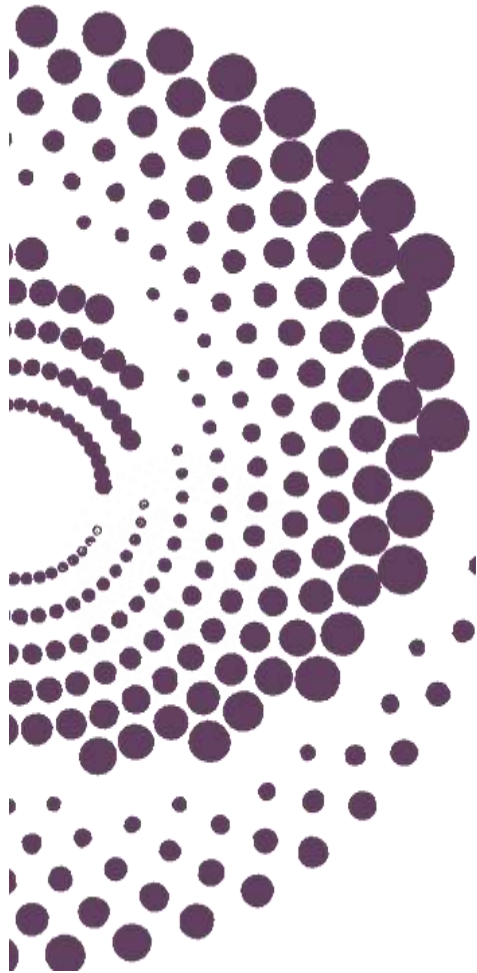
El curso está dirigido a profesionales de la salud de Centros Comunitarios de Salud Mental y de Centros de Atención Primaria que brindan tratamiento a personas con problemas y trastornos por consumo de sustancias psicoactivas. El curso brinda conocimiento científico y desarrolla competencias básicas en el campo de las adicciones y del modelo cognitivo conductual a partir del análisis de sus principales paradigmas para la aplicación de técnicas psicoterapéuticas en conductas adictivas. El curso es desarrollado por profesionales de Centros Comunitarios de Salud Mental del MINSA capacitados a través del Centro Internacional de Transferencia Tecnológica del Perú de la Universidad Peruana Cayetano Heredia y la Pontificia Universidad Católica del Perú. El curso comprende presentaciones teóricas grabadas, lecturas, ejercicios de aplicación y sesiones a distancia con el Maestro Capacitador.

Este documento lo guiará durante el desarrollo del curso

Cada semana tiene actividades como:

- Lecturas
- Videos
- Casos
- Foros





Los mejores éxitos en este curso

Introducción a la Terapia Cognitivo  
Conductual en Adicciones





