

# **Terapia conductual integrativa de parejas: revisión de avances investigativos**

## **Nombres y apellidos**

Silvia Patricia Silva Terán

María Fernanda Aponte Mejía

Deivis Javier Villanueva Imitola

## **Código estudiantil:**

2024217267016

2024217268322

2001211727

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de:

**Especialización en Psicología Clínica**

## **Tutor(es):**

Milgen Sánchez Villegas

## RESUMEN

La Terapia Conductual Integrativa de Pareja es un enfoque terapéutico contemporáneo que busca mejorar la calidad de las relaciones de pareja mediante la combinación de estrategias de aceptación emocional y técnicas de cambio conductual. A diferencia de modelos tradicionales integra elementos cognitivos, conductuales y emocionales, promoviendo una comprensión más profunda de los conflictos conyugales y facilitando intervenciones más sostenidas y efectivas. Su aplicación ha mostrado resultados prometedores generando un creciente interés investigativo en los últimos años. La presente monografía tuvo como objetivo analizar los avances investigativos recientes sobre las intervenciones basadas en la Terapia Conductual Integrativa de Pareja desarrolladas entre los años 2020 y 2024. Para ello, se realizó una revisión documental de estudios empíricos identificados a través de la base de datos EBSCO, utilizando términos clave en español e inglés. La búsqueda inicial arrojó un total de 7 trabajos y tras aplicar los criterios establecidos se incluyeron 3 en la revisión. Los hallazgos muestran que la Terapia Conductual Integrativa de Pareja ha sido aplicada principalmente en contextos clínicos con parejas que presentan dificultades relacionales, así como en intervenciones preventivas con parejas no clínicas. Los resultados destacan la efectividad de este enfoque para mejorar la comunicación, la aceptación emocional y la cohesión de pareja, con efectos sostenidos en el tiempo. Además, se evidenció la capacidad del modelo para adaptarse a diferentes contextos culturales, aunque se identificó una marcada ausencia de investigaciones en países latinoamericanos, en particular en Colombia. Este modelo representa una alternativa eficaz para el fortalecimiento de las relaciones de pareja, y se recomienda ampliar la investigación en contextos iberoamericanos para fortalecer su aplicabilidad intercultural.

**Palabras clave:** Terapia Conductual Integrativa de Pareja, Terapias Contextuales, Intervención, Aceptación emocional, Cambio conductual.

### ABSTRACT

Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) is a contemporary therapeutic approach aimed at improving the quality of couple relationships through a combination of emotional acceptance strategies and behavioral change techniques. Unlike traditional models, it integrates cognitive, behavioral, and emotional components, promoting a deeper understanding of marital conflicts and enabling more sustainable and effective interventions. Its application has shown promising results, leading to a growing body of research in recent years. This monograph aimed to analyze recent research advances on interventions based on IBCT developed between 2020 and 2024. A documentary review of empirical studies was conducted using the EBSCO database, employing keywords in both Spanish and English. The initial search yielded seven studies, of which three met the inclusion criteria and were analyzed in detail. Findings indicate that IBCT has been primarily applied in clinical settings with couples experiencing relational difficulties, as well as in preventive interventions with non-clinical couples. The results highlight the effectiveness of this approach in enhancing communication, emotional acceptance, and relationship cohesion, with effects sustained over time. Furthermore, the model demonstrated adaptability to various cultural contexts, although a significant lack of research was noted in Latin American countries, particularly in Colombia. IBCT represents

an effective alternative for strengthening romantic relationships, and further research is recommended in Ibero-American contexts to support its cross-cultural applicability.

**Keywords:** Integrative Behavioral Couple Therapy, Contextual Therapies, Intervention, Emotional Acceptance, Behavioral Change.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Academia de Preparación PIR (2021). *Manual de Psicología Clínica (Tomo II): 3ª edición revisada*. APIR.
2. Atkins, D. C., Eldridge, K. A., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Infidelity and behavioral couple therapy: optimism in the face of betrayal. *Journal of consulting and clinical psychology, 73*(1), 144.
3. Barraca Mairal J. (2015). Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) as a third-wave therapy. *Psicothema, 27*(1), 13–18.  
<https://doi.org/10.7334/psicothema2014.101>
4. Barraca, J., & Polanski, T. X. (2021). Infidelity treatment from an integrative behavioral couple therapy perspective: Explanatory model and intervention strategies. *Journal of Marital & Family Therapy, 47*(4), 909–924.  
<https://doi.org/10.1111/jmft.12483>
5. Barraca, J., Nieto, E., & Polanski, T. (2021). An Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT)-Based Conflict Prevention Program: A Pre-Pilot Study with Non-Clinical Couples. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph18199981>
6. Benson, L. A., & Nguyen, T. P. (2019). Integrative behavioral couple therapy. In J. L. Lebow, A. L. Chambers, & D. C. Breunlin (Eds.), *Encyclopedia of couple and family therapy*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8\\_109](https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_109)
7. Cardoso, D., T., N., & Cardoso, B. L. A. (2024). Técnicas cognitivo-conductuales en terapia de pareja: una revisión basada en recomendaciones de expertos. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, 20*, e20240434. <https://doi.org/10.5935/1808->

5687.20240434

8. Christensen, A., & Doss, B. D. (2017). Integrative Behavioral Couple Therapy. *Current opinion in psychology*, 13, 111–114.  
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.022>
9. Christensen, A., Dimidjian, S., & Martell, C. R. (2015). Integrative behavioral couple therapy. In A. S. Gurman, J. L. Lebow, & D. K. Snyder (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (5th ed., pp. 61–94). Guilford.
10. Christensen, A., Doss, B. D., & Jacobson, N. S. (2020). *Integrative behavioral couple therapy: A therapist's guide to creating acceptance and change*. WW Norton & Company.
11. Christensen, A., Atkins, D. C., Berns, S., Wheeler, J., Baucom, D. H., & Simpson, L. E. (2004). Traditional versus integrative behavioral couple therapy for significantly and chronically distressed married couples. *Journal of consulting and clinical psychology*, 72(2), 176.
12. Christensen, A., & Heavey, C. L. (1999). Interventions for couples. *Annual review of psychology*, 50(1), 165-190.
13. Corona Lisboa, J. L. (2015). Uso e importancia de las monografías. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 34(1), 64-68.  
<http://scielo.sld.cu/pdf/ibi/v34n1/ibi07115.pdf>
14. Crenshaw, A. O., Libet, J., Petty, K., Teves, J. B., Huang, A., & Mitchell, J. (2022). Trayectorias emocionales subjetivas en terapia de pareja y asociaciones con la mejora de la satisfacción en la relación. *Family Process*, 62(2), 621–637.  
<https://doi.org/10.1111/famp.12843>

15. Daneshpour, M. (2025). Couples therapy and the challenges of building trust, fairness, and justice. *Family Process*, 64(1).e13072.  
<https://doi.org/10.1111/famp.13072>
16. Delgado-Correa, J. A., Perdomo-Escobar, S. J., y Ordoñez-Riaño, S. (2022). Efecto de la terapia conductual integrativa sobre parejas homosexuales en conflicto. *Enfoques*, 3(2), 54–78.  
<https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/view/837>
17. Erbes, C. R., Meis, L. A., Polusny, M. A., & Compton, J. S. (2011). Couple adjustment and posttraumatic stress disorder symptoms in National Guard veterans of the Iraq war. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 25(4), 479–487. <https://doi.org/10.1037/a0024007>
18. Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G., Schneider, H., & Bradbury, T. (2015). Stress from daily hassles in couples: its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *Journal of marital and family therapy*, 41(2), 221–235. <https://doi.org/10.1111/jmft.12073>
19. Farabi, M., Teimouri, S., & Rajaei, A. (2023). Comparando el efecto de la terapia cognitivo conductual de pareja y Terapia Conductual Integrativa de Pareja sobre patrones de comunicación en parejas con relaciones extramatrimoniales. *International Journal of Behavioral Sciences*, 16(4), 241–247.  
<https://doi.org/10.30491/IJBS.2023.365115.1862>
20. Fernández Hermida, J. R. (2021). Reseña del libro Manual de tratamientos psicológicos: Adultos, de E. Fonseca Pedrero (Coord.). *Clinica y Salud*, 32(2), 93–94. <https://doi.org/10.5093/clysa2021a18>

21. Froxán-Parga, M. X., Alonso-Vega, J., Trujillo Sánchez, C., & Estal Muñoz, V. (2018). Eficiencia de las terapias: ¿un paso más allá de la eficacia? Análisis crítico del modelo cognitivo-conductual. *Apuntes De Psicología*, 36(1-2), 55-62. <https://doi.org/10.55414/ap.v36i1-2.711>
22. Gottman, J. (2023). *What predicts divorce?: The relationship between marital processes and marital outcomes*. Routledge.
23. Gouin, J. P., & Maegan, D. (2024). Couples-based health behavior change interventions: a relationship science perspective on the unique opportunities and challenges to improve dyadic health. *Comprehensive Psychoneuroendocrinology*, 100250.
24. Gurman, A. S. (2013). Behavioral couple therapy: Building a secure base for therapeutic integration. *Family Process*, 52(1), 115-138.
25. <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/view/837/683>
26. Halford, W. K., & Doss, B. D. (2016). New Frontiers in the Treatment of Couples. *International Journal of Cognitive Therapy*, 9(2), 124–135. <https://doi.org/10.1521/ijct.2016.9.2.124>
27. Hawkins, A. J., Carroll, J. S., Doherty, W. J., & Willoughby, B. (2004). A comprehensive framework for marriage education. *Family Relations*, 53(5), 547-558.
28. Heidari, Z., Ghamari, M., Jafari, A., & Kian, A. A. (2021). The Effectiveness of Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) on Family Function of the Couples: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Human Environment, & Health Promotion (JHEHP)*, 7(4), 225–232. <http://jhehp.zums.ac.ir/article-1-430-en.html>

29. Huston, T. L., McHale, S. M., & Crouter, A. C. (2021). When the honeymoon's over: Changes in the marriage relationship over the first year. In *The emerging field of personal relationships* (pp. 109-132). Routledge.
30. Joseph, B., Joseph, V. K., & Rajan, S. K. (2025). Effectiveness of Couple Interventions in Marital Distress: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Iranian journal of public health*, 54(1), 112–123. <https://doi.org/10.18502/ijph.v54i1.17581>
31. Kalai, C., & Eldridge, K. (2021). Integrative behavioral couple therapy for intercultural couples: Helping couples navigate cultural differences. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 43(3), 259–275. <https://doi.org/10.1007/s10591-020-09560-8>
32. Lebow, J., & Snyder, D. K. (2022). Couple therapy in the 2020s: Current status and emerging developments. *Family Process*, 61(4), 1359-1385.
33. Lins, M., & Falcke, D. (2024). Terapia comportamental integrativa para casal: análise de mudança clínica confiável. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 20. e20240470. <https://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20240470>
34. Melnik, T., Sinval, J., Pinho, V. D., Hartmann, J. A., Oliveira, M. S., & Machado, F. M. (2025). Knowledge and Use of Evidence-Based Practice in Psychology in the Clinical Practice of Brazilian Psychologists: A Cross-Sectional Study. *Healthcare*, 13(431). <https://doi.org/10.3390/healthcare13040431>
35. Montesi, J. L., Conner, B. T., Gordon, E. A., Fauber, R. L., Kim, K. H., & Heimberg, R. G. (2013). On the relationship among social anxiety, intimacy, sexual communication, and sexual satisfaction in young couples. *Archives of sexual behavior*, 42, 81-91.
36. Namagardi, H. D., Farzad, V. & Nooranipoor, R. (2022). Comparing the effectiveness of Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) and Affective

- Reconstructive Couple Therapy (ARCT) on couples, marital conventionalization and global distress. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 24(1), 39-46.  
<https://sid.ir/paper/1014969/en>
37. Panahi, M., Jamarani, S. K., Shahrabaki, M. E., & Rostami, M. (2017). Effectiveness of integrative behavioral couple therapy on reducing marital burnout and fear in couples of intimacy. *Journal of applied psychology*, 11(3), 43.
38. Pérez-Álvarez, M. (2018). Para pensar la psicología más allá de la mente y el cerebro: un enfoque transteórico. *Papeles del Psicólogo*, 39(3). 161-173.  
<https://doi.org/10.23923/pap.psicol2018.2875>
39. Perlick, D. A., Sautter, F. J., Becker-Cretu, J. J., Schultz, D., Grier, S. C., Libin, A. V., Schladen, M. M., & Glynn, S. M. (2017). The incorporation of emotion-regulation skills into couple- and family-based treatments for post-traumatic stress disorder. *Military Medical Research*, 4, 21. <https://doi.org/10.1186/s40779-017-0130-9>
40. Poursardar, F., Sadeghi, M., Goodarzi, C., & Roozbehani, M. (2019). Comparación de la eficacia de la terapia de pareja centrada en las emociones y la terapia de pareja conductual integrativa para mejorar los síntomas de regulación emocional en parejas con conflicto marital. *Revista de la Universidad de Ciencias Médicas de Mazandaran*, 29(173), 50–63. <https://jnums.mazums.ac.ir/article-1-12592-en.pdf>
41. Quintero, L., & Escauriza, A. (2019). *Terapia conductual integrativa de pareja*. Editorial Académica Española.

42. Robalino-Masabanda, V., Moncayo-Redroban, J., Nieto-Villegas, K., & Morales-Gómez-De La Torre, M. (2024). La terapia de pareja en la salud mental y la estabilidad emocional: una revisión bibliográfica. *CIENCIAMATRIA*, *10*(2), 1285-1298. <https://doi.org/10.35381/cm.v10i2.1452>
43. Roddy, M. K., Nowlan, K. M., Doss, B. D., & Christensen, A. (2016). Terapia de pareja integrativa conductual: Antecedentes teóricos, investigación empírica y difusión. *Family Process*, *55*(3), 407–422. <https://doi.org/10.1111/famp.12223>
- Rodríguez, J. M. M., Rodríguez, V. A., León, S. M., Fernández, J. M., & Rodríguez, B. F. (2024). Eficacia y Efectividad del Análisis Transaccional para mejorar la Autoestima, la Resolución de problemas y las Relaciones. Una Revisión sistemática. *Revista de psicoterapia*, *35*(129), 3-18.
45. Rogge, R. D., & Daks, J. S. (2021). Embracing the intricacies of the path toward mindfulness: Broadening our conceptualization of the process of cultivating mindfulness in day-to-day life by developing the unified flexibility and mindfulness model. *Mindfulness*, *12*, 701-721.
46. Sadeghi, M., Farajkhoda, T., Khanabadi, M., & Eftekhari, M. (2022). PERMA model vs. integrative-behavioral couple therapy for fertility problems: A randomized clinical trial protocol. *International journal of reproductive biomedicine*, *19*(12), 1105–1116. <https://doi.org/10.18502/ijrm.v19i12.10061>
47. Salimi, C., Kachooei, M., Dadashi, M., & Farahani, H. (2024). Effects of integrative behavioral couple therapy on communication patterns and marital adjustment. *Journal of education and health promotion*, *13*, 276. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_201\\_23](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_201_23)

48. Sánchez Rodríguez, M. L. (2021). Efecto de la terapia conductual integrativa de pareja sobre la violencia de pareja situacional y la satisfacción marital [Tesis de maestría, Fundación Universitaria Konrad Lorenz].  
<https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/4567>
49. Vargas, J., & Ibáñez, J. (2007). *Solucionando los problemas de pareja y familia: fundamentos teóricos y alternativas de solución a los conflictos desde la perspectiva del vínculo*. Editorial Pax México.
50. Vazirnia, F., Karimi, J., Goodarzi, K., & Sadeghi, M. (2021). Effects of Integrative Behavioral Couple Therapy on Infertility Self-efficacy, Dyadic Adjustment, and Sexual Satisfaction in Infertile Couples. *Journal of Client Centered Nursing Care*, 7(1), 43–54. <https://doi.org/10.32598/JCCNC.7.1.354.1>
51. Wittenborn, A. K., Woods, S. B., Priest, J. B., Morgan, P. C., Tseng, C. F., Huerta, P., & Edwards, C. (2022). Couple and family interventions for depressive and bipolar disorders: Evidence base update (2010–2019). *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(1), 129-153.
52. Worrell, M., & Cuddy, M. (2024). *Case Studies in Cognitive Behavioural Couple Therapy: Couple Narratives* (1st ed.). Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9781003024439>