



TRATANDO CON.... PSICOTERAPIA ANALÍTICA FUNCIONAL

Luis Valero Aguayo y Rafael Ferro García
 Madrid: Pirámide, 2018

José Manuel García Montes
 Universidad de Almería

En el año 1991 aparecía un libro que, con toda la discreción posible, iniciaba una revolución en la Terapia de Conducta. Se trataba del primer manual de Psicoterapia Analítica Funcional (FAP, Kohlenberg y Tsai, 1991) y la revolución era la que iban a protagonizar lo que luego se conocerían como "terapias de tercera generación" (Hayes, 2004) o "terapias contextuales" (Pérez Álvarez, 1996). FAP se presentaba como un tratamiento fielmente conductista que, haciendo pie sobre la noción de clase funcional o clase de conducta, daba respuesta a la problemática de pacientes ambulatorios. Incluía además una concepción sobre el desarrollo del "yo" y sus posibles problemas completamente innovadora. Se daba de alta una terapia que, de alguna forma, no es optativa: Se haga lo que se haga en el ámbito clínico-sanitario no hay más forma de hacerlo que según las reglas y principios de FAP. Han pasado ya 27 años de aquel primer manual (30 desde el primer texto sobre la terapia) y FAP se ha ido desarrollando, generando instrumentos de evaluación acordes con su práctica clínica, modelos de supervisión terapéutica, ahondando sobre las habilidades clínicas necesarias para la práctica de la terapia y, sobre todo, ganando experiencia en el tratamiento de problemas psicológicos complejos.

El libro TRATANDO CON... PSICOTERAPIA ANALÍTICA FUNCIONAL es la actualización más completa que existe en español sobre la Psicoterapia Analítica Funcional. Los autores presentan un texto con clara vocación aplicada, centrada en las habilidades clínicas y personales del terapeuta, en la supervisión, y con abundantes ejemplos de diálogos tomados de casos reales. Los primeros capítulos del libro presentan la Terapia y los fundamentos de FAP. Si el lector no está familiarizado con la Psicoterapia Analítica Funcional, estos dos primeros capítulos le podrán en contexto. El planteamiento que en ellos se hace de ciertos problemas clásicos en la Terapia cognitivo-conductual como el de la generalización, o el del seguimiento de instrucciones por parte de los pacientes, o el de la "prevención de recaídas", pone bien a las claras la aportación de FAP a la Terapia de Conducta. El capítulo siguiente se centra en el proceso terapéutico y sus etapas. Sería de destacar aquí el apartado relativo al esquema de conceptualización del caso, ejemplificado posteriormente con un cliente. La aplicación de FAP requiere una gran atención por parte del terapeuta a aspectos variados (los problemas del paciente en la vida diaria, en la sesión, los objetivos en la vida diaria, el cambio en los comportamientos que se van produciendo en sesión, etc.) Un terapeuta novel, y aun experto, puede perderse fácilmente. El esquema de conceptualización del caso es una útil herramienta que permite tener fijo lo fundamental, y poder dedicar la atención a los aspectos más dinámicos de la relación entre el terapeuta y el cliente. Tras un cuarto capítulo en que se repasan las técnicas de modificación de conducta más habituales en FAP, recalcando la importancia de la naturalidad en su aplicación, se pasa a estudiar los usos del lenguaje en la Terapia. Toda la importancia que se pueda dar a la naturalidad en la práctica clínica será poca (Quiroga

Recibido: 13 mayo 2018 - Aceptado: 31 mayo 2018

Correspondencia: Fernando Pérez del Río. Universidad de Burgos. Facultad de Humanidades y educación. C/ Villadiego s/n. 09001 Burgos. España. E-mail: fernandoperezdelrio@gmail.com

Romero y Porcel Medina, 1998). Luis Valero y Rafael Ferro destacan muy acertadamente esta fundamental aportación de FAP, tanto en la aplicación de técnicas clásica de la terapia de conducta como por lo que se refiere al uso del lenguaje en la clínica, con multitud de ejemplos. La misma sutileza tienen los autores para señalar posibles conductas de evitación por parte de los clientes y ofrecer reglas de actuación ante ellas. Los capítulos 6 y 7 van dedicados, respectivamente, a las habilidades clínicas y a las características y habilidades personales del terapeuta en FAP. Por lo que se refiere a las habilidades clínicas los términos "conciencia", "coraje", "amor" y "conductismo" que utilizan los autores pueden resultar extraños a primera vista, pero engloban cuestiones ineludibles para cualquier terapeuta: Observar las conductas clínicamente relevantes que aparecen en sesión, evocarlas cuando fuera preciso, reforzar de forma natural las mejoras, validar, hacer auto-revelaciones en los casos adecuados.... Por su parte las habilidades personales hacen referencia a los valores y habilidades que un terapeuta FAP, como ser humano, debe tener. De alguna forma los valores son características que ya se deberían poseer como persona (la generosidad, el respeto, la sensatez, etc.); las habilidades interpersonales sería estilos interactivos como, p.ej., ser afectuoso y cálido, o tener empatía y generar confianza. Es habitual que los manuales de terapia hablen sobre las habilidades clínicas; pero no lo es tanto que lo hagan sobre las características y habilidades personales del terapeuta. Ahora bien, ¿cómo no va a tratar sobre el terapeuta como persona una terapia que se centra principalmente en la relación terapéutica? La relación terapéutica dependerá de cómo sea el cliente y, sobre todo, de cómo sea el terapeuta. Guste o no, hemos topado con el factor humano. Creemos que, como hacen los autores, es mejor ponerlo a la luz que esconderlo. Los dos capítulos siguientes abordan ciertos procedimientos de ayuda al terapeuta (la grabación de sesiones, los cuestionarios de evaluación, los autorregistros, las actividades escritas, la valoración de las sesiones por parte del cliente y los ejercicios experienciales) y la formación y supervisión del terapeuta FAP. Por último, el capítulo 10 ofrece unos consejos finales, recogiendo las posibilidades de integración con otros enfoques y presentando la Rehabilitación Analítica Funcional (Dykstra, Shontz, Indovina y Moran, 2010), como aplicación propia para personas con trastorno mental grave.

En definitiva un libro imprescindible, que encaja a la perfección con la colección de la Editorial Pirámide en el que se incluye: "Recursos terapéuticos".

REFERENCIAS

Dykstra, T.A., Shontz, K.A., Indovina, C.V., y Moran, D.J. (2003). The application of FAP to persons with serious mental illness. En J.W. Kanter, M. Tsai y R.J. Kohlenberg (eds.), *The practice of Functional Analytic Psychotherapy* (pp. 205 – 224). Nueva York: Springer.

Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, 35, 639-665

Kohlenberg, R.J., y Tsai, M. (1991) *Functional Analytic Psychotherapy: A guide for creating intense and curative therapeutic relationships*. Nueva York: Plenum (Traducción al español en Ed. Spicum, Servicio de Publicaciones de la Universidad de Málaga, 2008).

Pérez-Álvarez, M. (1996). *Tratamientos psicológicos*. Madrid: Universitat.

Quiroga Romero, E., y Porcel Medina, M. (1998). *¿Qué significa <<refuerzo natural>> en la práctica clínica?* Comunicación presentada al IV Congreso Internacional sobre Conductismo y Ciencias de la Conducta, Sevilla, España.

