



**FUNDAMENTOS Y APLICACIONES CLÍNICAS DE FACT.
UNA INTERVENCIÓN PARA ABORDAR EL SUFRIMIENTO
HUMANO A TRAVÉS DE LA TERAPIAS CONTEXTUALES**

Juan José Macías Morón y Luis Valero Aguayo
Madrid: Pirámide. 2021

Rafael Ferro García
Centro de Psicología Clínica C.E.D.I. Granada

Este libro expone de forma sencilla y precisa una intervención novedosa en la que se combinan dos de las terapias de tercera generación más representativas, la Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) y La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Ambas terapias están basadas filosóficamente en el contextualismo funcional, comparten los mecanismos que subyacen al cambio terapéutico que están basados en las leyes del aprendizaje y ambas tienen apoyo experimental que demuestra su evidencia. A esta combinación se le ha denominado FACT (*Functional-Analytic Acceptance and Commitment Therapy*). Aunque fue propuesta hace algún tiempo (Callaghan et al., 2004), hasta este momento no se había publicado ningún libro que abarcara estos contenidos, y en este sentido se considera novedosa esta aportación. Además, como indica Marino Pérez Álvarez en el prólogo, la propia FACT es innovadora dentro de unas terapias ya innovadoras. Se ha establecido como un sistema breve y eficaz para mejorar la calidad de vida de las personas a través de investigaciones y revisiones. Esta forma de intervención se basa en los principios del aprendizaje, el análisis funcional y la relación terapéutica como contexto donde se produce el cambio.

Este libro se podría dividir en tres secciones o partes. Una primera sección sería introductoria y agruparía los capítulos del 1 al 8. Los cuatro primeros explican en qué consiste el malestar psicológico y el sufrimiento humano, se desmantelan filosóficamente y funcionalmente los sistemas de clasificación sindrómica, junto al modelo biomédico de psicopatología, y se propone como alternativa la dimensión funcional de la inflexibilidad psicológica y de la evitación experiencial. Los dos siguientes capítulos exponen de forma didáctica las bases filosóficas del contextualismo funcional, y una descripción de la Teoría de los Marcos Relacionales. El capítulo 7 trata de la exposición sencilla de la ACT, de sus principios, de sus procesos centrales y de la abundante evidencia que tiene esta terapia. En el capítulo 8 se exponen las características de la FAP, la relación terapéutica como mecanismo de cambio, la importancia de la historia y del yo en los problemas psicológicos, y su eficacia en diferentes contextos y condiciones. En una segunda sección se expone la FACT en los capítulos 9, 10 y 11, donde se plantea la integración de ambas terapias y las características y los procesos de FACT, y se revisan sus aplicaciones. En la última sección, el capítulo 12 se dedica a hacer un análisis de la terapia basada en los procesos de cambio y pone como un ejemplo de esto la propia FACT y también al análisis funcional como uno de los procesos básicos. Los capítulos 13 y 14, exponen respectivamente, FACT como una terapia basada en las relaciones íntimas y en las relaciones humanas. Los capítulos 15 y 16 describen ejemplos de casos con diálogos y moldeamiento reales de los propios terapeutas. El último capítulo plantea de una forma va-

liente el futuro de la psicoterapia y algunas de las contradicciones en las que caen las terapias contextuales.

Las terapias basadas en procesos es algo muy de moda actualmente y como mantienen los autores, podrían ser considerada como la cuarta ola de la terapia de conducta. Esta propuesta pretende agrupar todos los procesos de cambio desde distintas posiciones teóricas (Hayes & Hofmann, 2020), en línea con las intervenciones trans-diagnósticas. Los autores proponen la FACT como una terapia basada en procesos.

Se ha echado en falta desde sus orígenes más publicaciones de esta terapia y también alguna referencia de esta combinación en las últimas publicaciones de ACT y FAP (Holman et al., 2017; Levin et al 2020) y en especial como se ha dicho, de un manual de la misma, algo que este libro suple.

El lector de este libro encontrará de forma documentada y asequible, una exposición sobre una terapia breve desconocida aún en este país y que puede ser considerada como una intervención transdiagnóstica aplicada tanto en forma individual como en grupo. También, ejemplos de intervención y de las habilidades para ser un buen terapeuta y unas recomendaciones prácticas para el trabajo; y algo que no se suele encontrar en estos manuales, los datos que indican que el psicólogo no es un superhéroe, ni tampoco infalible, proponiendo la colaboración y el apoyo entre profesionales como alternativa a la formación y supervisión terapéutica.

Es un libro escrito por autores expertos en estas terapias y en la FACT, con años de experiencia en la misma. Es más que recomendable para cualquier clínico que quiera estar al día y que esté interesado en una forma de intervención breve y eficaz de los problemas psicológicos.

REFERENCIAS

Callaghan, G.M., Gregg, J.A., Mark, B.P., Kohlenberg, B.S. & Gifford, E. (2004). FACT: The utility of an integration of functional analytic psychotherapy and acceptance and commitment therapy to alleviate human suffering. *Psychotherapy: theory, Research, Practice, & Training*, 41, 195-207: <https://doi.org/10.1037/0033-3204.41.3195>

Hayes, S.C. & Hofmann, S.C. (2018). *Process-based CBT. The Science and Core Clinical Competencies of Cognitive Behavioral Therapy*. Context Press

Holman, G., Kanter, J., Tsai, M., & Kohlenberg, R. (2017). *Functional Analytic Psychotherapy made simple: A practical guide to therapeutic relationships*. New Harbinger.

Levin, M.E., Twohig, M.P. & Krafft, J. (2020). *Innovations in Acceptance & Commitment Therapy. Clinical Advancements and Applications in ACT*. Context Press

Correspondencia: Rafael Ferro García. Centro de Psicología Clínica C.E.D.I. Avda. de la Constitución 25, 7º Izqda. 18014 Granada. España. E-mail: rferro@cop.es

