

Crítica de Libros/Book Review

Tratando con... Psicoterapia Analítica Funcional. Luis Valero Aguayo y Rafael Ferro García. Editorial Pirámide. 192 pp. Año 2018

Jorge Barraca-Mairal

Universidad Camilo José Cela, Madrid, España

“Con la mente clara y el corazón abierto”

La Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) es un modelo de intervención desarrollado por los psicólogos norteamericanos Robert J. Kohlenberg y Mavis Tsai. Se trata de una terapia integrada en las denominadas terapias contextuales o terapias de tercera generación. Aunque en principio menos conocida en España que otras de esta corriente, como la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) o la terapia dialéctica conductual (DBT), en los últimos años se ha difundido de forma más decidida, en gran parte por la labor investigadora y formativa que han llevado a cabo los autores del texto que aquí se reseña. Luis Valero y Rafael Ferro no solo han publicado el texto general en español más destacado (Valero y Ferro, 2015); también han hecho aportaciones cardinales a la investigación internacional del modelo y son coautores de textos de referencia de la FAP junto con Kohlenberg. Además, suyas son contribuciones fundamentales como la adaptación de la *Experiencing of Self Scale* (EOSS) (Valero, Ferro, López y Selva, 2014), la publicación de múltiples casos clínicos o su modelo explicativo integrador de las conductas clínicamente relevantes (CCR), las reglas terapéuticas y las relaciones entre la vida fuera de la consulta y lo que sucede dentro de esta (Ferro, Valero y López, 2009).

El texto que ahora presentan en Pirámide es un manual accesible para el profesional menos familiarizado con estas corrientes terapéuticas, pero también un texto enjundioso; incluye tanto la descripción de los fundamentos de la FAP, las estrategias clave, la descripción del proceso terapéutico, etc. como aspectos relativos a la formación de los profesionales, su supervisión, las habilidades necesarias para su ejercicio y otras reflexiones interesantes y bien pertinentes cuando se da un firme compromiso del psicólogo con esta intervención.

En consonancia con el estilo de la colección de la que forma parte este volumen y que dirige la profesora Aurora Gavino –*Recursos Terapéuticos*–, en cada capítulo se incluyen varios cuadros ejemplos de diálogos de terapeuta y cliente para ilustrar los contenidos más destacados. Con estas muestras de las sesiones, el lector se forma una idea mucho más cabal de algunos temas escurridizos de la FAP, como por ejemplo la identificación de las CCR, el uso de las reglas terapéuticas durante el transcurso de la terapia, los análisis funcionales del lenguaje natural, el proceso de supervisión profesional, etc. Son un

complemento fundamental del texto, una estupenda aportación de este libro, aunque el lector lamentará –por su notable interés– que no se prolonguen más allá de unos párrafos o unas pocas páginas.

La estructura del libro permite que se aclaren algunas cuestiones que la FAP menciona en varios de sus textos, pero en las que raramente se profundiza. Una muestra de ello es el capítulo dedicado a las técnicas de modificación de conducta que son inherentes a la práctica de esta terapia, especialmente clarificador para vincular el marco conductual clásico con lo que es la FAP en su práctica. También se explica brillantemente por qué en las elaboraciones de los últimos años (Holman, Kanter, Tsai y Kohlenberg, 2017; Tsai et al., 2009) esta terapia se identifica con los términos “conciencia”, “coraje”, “amor” y “conductismo” y se define a través de los mismos, al vincularlos con las reglas terapéuticas y las habilidades del clínico, una innovación que ha chocado, por rompedora en su lenguaje, con el conocimiento inicial de la FAP, no obstante resultar también producto directo de ideas originales de Skinner (1953).

A lo largo de las distintas páginas se menciona repetidamente que sin el conocimiento y la comprensión de los principios del aprendizaje (reforzamiento, extinción, condicionamiento clásico y operante, etc.), el visionado de una sesión de FAP o la lectura de los diálogos que incluye el mismo libro se asimilarían a una conversación normal entre dos personas, centrada en sentimientos y con intimidad; o sea, nada singular o propio de un trabajo profesional especializado. Es curioso comprobar cómo la aplicación de una terapia cognitivo-conductual convencional, con su explicación del análisis funcional estándar, la parte de psicoeducación y la puesta en práctica de alguna técnica como una DS, una relajación muscular progresiva, una exposición o un tratamiento de biofeedback sí producen la impresión de un trabajo muy técnico. Paradójicamente, la FAP, junto con otras terapias de tercera generación (ACT, DBT, BA, IBCT, etc.), supone una profundización en el conductismo más desarrollado, con incorporación de los avances en teorías postskinnerianas (derivación de funciones, teoría del marco relacional, etc.), que son las aportaciones que han revolucionado el trabajo en consulta ambulatoria. Por todo ello, es clave que los psicólogos que vayan a acercarse a estas terapias y pretendan incorporarlas a su bagaje profesional ahonden en el conocimiento de las teorías de aprendizaje

a las que nos referimos, so pena de hacer una mala praxis por pura imitación de comportamientos de otros terapeutas, sin acabar de entender las bases que los regulan, quedándose, en fin, en pura fachada de lo que la FAP preconiza.

Un capítulo fundamental del libro –seguramente una de sus mejores aportaciones– es el dedicado a la supervisión de los terapeutas de FAP. Este modelo ha cuidado como ningún otro dentro de la terapia cognitivo-conductual, y aun de las terapias contextuales, la cuestión del aprendizaje vivencial de su propia intervención. Para ello, ha desarrollado protocolos, ha elaborado guías sobre el proceso y ha propuesto múltiples recomendaciones; pormenores que se explican cuidadosamente en este libro. De nuevo, esta peculiaridad puede hacer creer que los aprendizajes de los terapeutas FAP son semejantes a los que durante décadas han promocionado otros modelos terapéuticos, el psicoanálisis en particular, que exigen pasar por el proceso de terapia para poder ejercer como analista y que, de ese modo, hacen consciente al terapeuta de sus propios miedos, bloqueos, anhelos... ante los pacientes. Sin embargo, este aprendizaje durante la supervisión no tiene por base teorías explicativas como las de Freud, sino la práctica de análisis funcionales en acción directa, en diálogo permanente, con la consiguiente destreza para detectar clases de respuesta, estímulos discriminativos, programas de reforzamiento, reglas y conduc-

tas clínicas relevantes: no existe mejor medio para llevar a cabo un trabajo terapéutico eficaz y a fondo. Eso sí, habrá que estar siempre, como se recuerda en el mismo libro, con la mente clara y el corazón abierto en cada encuentro con el cliente.

Referencias

- Ferro, R., Valero, L. y López, M. (2009). La conceptualización de casos clínicos desde la psicoterapia analítica funcional. *Papeles del Psicólogo*, 30, 255-264.
- Holman, G. I., Kanter, J. K., Tsai, M. y Kohlenberg, R. J. (2017). *Functional analytic psychotherapy made simple: A practical guide to therapeutic relationships*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. Nueva York, NY: McMillan.
- Tsai, M., Kohlenberg, R. J., Kanter, J. K., Kohlenberg, B., Follete, W. C. y Callaghan, G. M. (2009). *A guide to Functional Analytic Psychotherapy: Awareness, courage, love, and behaviorism*. Nueva York, NY: Springer.
- Valero, L. y Ferro, R. (2015). *Psicoterapia analítica funcional: el análisis funcional en la sesión clínica*. Madrid, España: Síntesis.
- Valero, L., Ferro, R., López, M. A. y Selva, M. A. (2014). Psychometric properties of the Spanish versión of the Experiencing of Self Scale (EOSS) for assessment in functional analytic psychotherapy. *Psicothema*, 26, 415-422. <https://doi.org/10.7334/psicothema2014.15>