

Prólogo

La Psicoterapia Analítica Funcional (FAP) fue presentada en 1987 en un libro monográfico sobre avances en terapias cognitivas y conductuales editado por Neil Jacobson (1987). A lo largo de estos 30 años, en FAP se han ido publicando diferentes manuales. El primer manual que publicaron Kohlenberg y Tsai (1991) tuvo una gran trascendencia a nivel mundial, llegando a ser uno de los libros más citados en psicoterapia del siglo pasado. En él se expone de manera clara cuáles son los principios, las características, las novedades de esta terapia y además, se describe su teoría sobre la formación del *yo* y sus patologías, una de sus mayores aportaciones. Este manual fue traducido al español y editado en la Universidad de Málaga en 2008, teniendo tanto éxito que se agotó en su primera edición. Un año después se publicó un manual actualizando e incluyendo las novedades de los últimos años en la terapia (Tsai et al, 2009), en el que su subtítulo es una de los mejores eslóganes de lo que pretende FAP: tener conciencia, coraje, amor y los conocimientos que vienen del conductismo. Otro año después aparece otro manual en el que tenemos la suerte de ser invitados a participar en un capítulo (Kanter, Tsai y Kohlenberg, 2010). Este manual trata sobre la integración de FAP con otras terapias (cognitivas, dinámicas y contextuales), su aplicación en nuevas situaciones y poblaciones (pareja, minorías, enfermos crónicos, adolescentes, víctimas de abuso, su aplicación en grupo). Más tarde, se publicó un pequeño libro exponiendo de nuevo los principios de la terapia y sus últimas actualizaciones (Tsai, Kohlenberg, Kanter, Holman y Loudon, 2012), un libro que consideramos muy didáctico. Su publicación coincidió con la salida de un monográfico dedicado a FAP en la revista *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, en el que se publican un gran número de casos aplicados. En el año 2015 editamos un manual (Valero y Ferro, 2015) donde se expone FAP, sus fundamentos, principios básicos, el análisis funcional de la conducta verbal y de los eventos privados y se hace una revisión de todos los estudios sobre efectividad y eficacia hasta el momento, y las líneas de investigación que se siguen. Muy recientemente se acaba de editar un manual muy interesante (Holman, Kanter, Tsai y Kohlenberg, 2017) que es una guía clínica para hacer FAP de una manera simple. Durante estos 30 años ha habido

un crecimiento exponencial de publicaciones tanto teóricas como aplicadas, siendo estas últimas las más frecuentes. Se ha ido incrementando también el número de grupos de investigación y de países en los que FAP se está aplicando. Parafraseando el título de uno de nuestros capítulos, el camino que sigue FAP es más que interesante. Hay estudios sobre efectividad y eficacia; su integración con otras terapias, ya sean contextuales y otras más apartadas del campo conductual; estudios sobre de la supervisión de terapeutas y la efectividad de los entrenamientos; nuevas escalas de evaluación y cuestionarios; profundizar en el estudio de las relaciones de intimidad, como en el efecto de las auto-revelaciones del terapeuta en la conducta del cliente; estudios dedicados a los principios conductuales básicos. También en la Universidad de Washington se ha creado el *Center for the Science of Social Connection*, un centro que está dedicado a estudiar la relaciones entre FAP y los problemas sociales (pre-juicios sociales, la conexión social, etc.). Con todo esto creemos que el futuro de FAP es más que alentador, no sabemos qué otros recorridos llevará, pero por lo pronto es ilusionante.

Nuestra experiencia con la terapia ha ido de la mano con nuestra experiencia como terapeutas, y quizás también como personas. Intentamos ser genuinos, auténticos, cordiales, generosos, tener sentido común, ser valientes y tener coraje para evocar las conductas relevantes clínicamente y en definitiva, darle a las relaciones terapéuticas la importancia que FAP. Casi desde el primer momento de nuestro descubrimiento de la terapia empezamos a investigar en ella, estudios de caso, aplicaciones, integraciones, cuestionarios, estudios de efectividad, etc.

Este libro ha supuesto un reto para nosotros, porque nos ha hecho plantearnos las habilidades terapeutas desde un punto de vista más humano, desde el conductismo radical o contextual en el que nos situamos, sin que ello suponga una contradicción si tenemos en cuenta los textos clásicos de unos 70 años atrás. Este libro se compone de 10 capítulos. En el Capítulo 1 se trata de exponer y definir en qué consiste la terapia. El Capítulo 2 expone las características que la distinguen, explicando las conductas clínicamente relevantes y reglas terapéuticas. En el Capítulo 3 se analiza el proceso terapéutico, la conceptualización de los casos y las etapas de la terapia. En el Capítulo 4 se describen los procesos y principios básicos que se fundamenta FAP, que se detallan también en el Capítulo 5 sobre el análisis funcional de la conducta que fundamenta la

actuación del terapeuta en sus interacciones dentro de la sesión. El Capítulo 6 está dedicado a describir cuales son las habilidades clínicas que un terapeuta FAP debe tener, mientras que el Capítulo 7 continua con las características y valores personales del terapeuta, además de las habilidades interpersonales que forman el contexto relacional y emocional en el que funciona la terapia. El Capítulo 8 está dedicado a exponer una serie de procedimientos que ayudan al terapeuta, tanto con instrumentos para la evaluación continua y valoración de la marcha de la terapia, como de ejercicios experienciales y actividades escritas, que sirven para crear esa estrecha relación terapéutica. El Capítulo 9 se dedica a exponer la forma de supervisión de terapeutas que se hace en FAP y cómo su utilidad tanto para el entrenamiento como para la mejora de del propio proceso terapéutico, buscando también la autenticidad y autoconocimiento del terapeuta. Para terminar en el Capítulo 10 se dan una serie de consejos finales para que un terapeuta pueda practicar y aplicar FAP en sus sesiones.

Nuestro agradecimiento está dirigido a Bob Kohlenberg y a Mavis Tsai por hacernos ver la psicoterapia como una relación natural, auténtica y genuina entre dos personas, poner de nuevo en alza el análisis funcional; pero, además, por su modestia, su cercanía en el trato, y por contagiarnos su entusiasmo para seguir trabajando en terapia. Y cómo no, por su amor, su paciencia y su infinita comprensión, a Loly y Belén.

No podemos de dejar de agradecer a Lourdes Ascanio que sea nuestra lectora de pruebas de los borradores de este libro, aun estando en su estado de gestación, le deseamos lo mejor a ella y al bebé que nacerá. A Rosario Vaca que de nuevo nos dio su opinión de los capítulos más importantes. A todos nuestros compañeros de los “encantadísimos”, que tanto nos apoyan y que nos plantean continuas dudas sobre nuestro trabajo, especialmente, a Miguel Ángel, Modesto Ángel, Francisco, Antonio y Javier. Pero, sobre todo, también queremos agradecer nuestro propio moldeamiento y lo que nos han cambiado todos los clientes, pacientes o usuarios que hemos tenido en estos años, además, de un largo etcétera de alumnos de cursos y seminarios, que con sus preguntas nos han hecho reflexionar y mejorar siempre en nuestro trabajo.

Luis Valero y Rafael Ferro
Málaga, Junio de 2016.-