

Prólogo

Aunque podría ser considerado un libro de casos clínicos como otros que ya hay en el mercado, incluso publicados por esta misma editorial, éste es un libro pionero en el mundo de habla hispana. Durante bastante tiempo, en el área de la psicología clínica y, más concretamente, de la modificación de conducta, teníamos que tomar como modelo para la práctica clínica y para la enseñanza de la misma las actuaciones de los psicólogos británicos y estadounidenses. En nuestro país, uno de los primeros trabajos en los que se describen las actuaciones de los psicólogos clínicos conductistas se remonta a 1976. Me refiero al trabajo de Carrobles, Costa, Del Ser y Bartolomé titulado *La práctica de la terapia de conducta*. Las críticas a los desarrollos de los psicólogos americanos venían determinadas por el hecho de las importantes diferencias culturales del contexto en el que se expresaban los problemas psicológicos. Se creía, no sin cierta razón, que las técnicas y los análisis funcionales de la conducta que en aquellos textos se describían podrían no ser trasladables a los problemas en nuestro país. Los docentes teníamos que imponernos la tarea de practicar las técnicas y difundirlas desde nuestro marco idiosincrásico, aunque sin duda éstas no serían más que adaptaciones de los principios básicos del aprendizaje y el cambio de conducta. Posteriormente se han publicado excelentes libros sobre casos clínicos tratados en nuestro contexto, que sin duda sirvieron y siguen sirviendo para difundir la práctica de la psicología.

Los términos *psicoterapia breve* y más tarde *intervención en crisis* y *atención primaria* aplicados a la psicología podrían tener algo que ver con el título y objeto de este libro, pero sin duda exigen una pequeña explicación.

Efectivamente, el lector sabe que en el título de este libro figura la palabra *consultoría*, que en el español actual hace más referencia a un experto fiscal o de empresa que a un experto en salud, aunque desde hace mucho tiempo se utiliza la palabra *consulta* para referirse a la del médico, para pedirle *consejo* respecto a dolencias y enfermedades. Los psicólogos, que somos *advenedizos* en el campo de la salud, apenas hemos conceptualizado lo que podría ser nuestra labor en dicho campo.

Parece adecuado hablar de una intervención clínica cuando la persona se siente tan mal que es incapaz de afrontar por sí sola los habituales problemas de la vida. Normalmente, antes de ir al psicólogo, la mayoría de nuestros clientes han ido al médico de familia en una consulta de atención primaria o a otro especialista de la medicina, de tal manera que un buen número de casos viene a consulta después de que haya fracasado el primer intento de tratamiento, y llega con graves dificultades de adaptación a su entorno y con

importantes déficits en habilidades de todo tipo, imprescindibles para funcionar en el ambiente en el que viven. Habitualmente estos casos exigen un tratamiento psicológico extenso, que en un contexto de psicología científica puede durar hasta 6 meses y no digamos en las terapias psicoanalíticas, que pueden durar años sin que se vislumbre el fin. Precisamente en este último contexto psicológico surgió el término *psicoterapia breve*, que, por contraposición, pretende describir un proceso de cambio psicológico que podría darse, en algunos casos, en el plazo de dos meses siempre y cuando no se presentaran indicios graves de enfermedad. La *intervención en crisis* es más bien una intervención de urgencia, en el momento de presentación de síntomas en fase aguda. Es sin duda una intervención breve, en la que todo vale si se reducen las dolencias de manera inmediata.

Lo que la autora de este libro llama *consultoría* y que también se ha llamado *consejería* con dudoso acierto es sin duda una terapia corta, no porque sea un procedimiento rápido, abrupto o simplemente eficaz sino porque, como se explica en el libro, es exploratorio de la necesidad de un tratamiento psicológico rehabilitador general del sujeto. La consulta psicológica planteada en el Servicio de Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Madrid tiene como objeto, al decir de los psicólogos que en ella han trabajado, resolver los problemas planteados por los usuarios del Servicio de Psicología en un plazo mínimo o, en su caso, derivarlos a una clínica psicológica en el marco del aprendizaje y el cambio de conducta. El libro es una muestra de los casos que en ese contexto se han tratado, algunos de ellos con un éxito incuestionable y otros, y esto es muy novedoso, con cambios escasos que no alcanzan el nivel esperado.

Como es ampliamente conocido, el Servicio de Psicología Aplicada ha tratado más de 500 casos desde el año 1990, fecha en la cual se creó, y ha sido la escuela en donde han aprendido la práctica clínica profesional un buen número de alumnos de psicología de la Universidad Autónoma de Madrid. El hecho de que los profesores y profesionales que trabajan en él, atendiendo los casos que se presentan, sean observados por sus alumnos, obliga a los primeros a dar explicación de cada una de sus actuaciones clínicas. Probablemente por ello, los autores de este libro se han planteado describir en cursiva los mecanismos de su propia toma de decisión, en un lenguaje claro y sencillo que seguro es de gran utilidad al lector, bien sea estudiante, bien psicólogo clínico en un dispositivo de atención primaria, al que las personas acuden con ciertas dudas de si podrán ser ayudados por el profesional de turno.

El libro y los casos que en él se exponen suponen la posibilidad de un nuevo tipo de Clínica Psicológica, en la que se tratan tanto casos graves derivados de otros especialistas, sean estos médicos o psicólogos, como casos en los cuales el problema planteado por la persona es de fácil y breve resolución. Abrir un servicio de consultoría puede ser una buena idea para las Clínicas Psicológicas, porque permitirá romper con la idea de que la psicoterapia es siempre larga y costosa. En este texto se puede encontrar un buen modelo de cómo hacerlo.

La autora de este libro y los psicólogos que la acompañan han realizado una magnífica labor en la UAM y ahora nos la presentan de manera exquisita, mostrándonos los pormenores de su trabajo y sometiéndose a la crítica de los compañeros. El trabajo realizado por este equipo, dirigido por la doctora María Xesús Froján Parga en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma, tiene un doble mérito. En primer lugar, se ha llevado a cabo sin remuneración alguna, pues todos ellos, excepción hecha de la profesora Froján, son profesionales que, además de su jornada de trabajo, participaban gusto-

sos en el *programa de consultoría* contribuyendo a la formación de nuestros alumnos, con tal éxito que algunos de los firmantes de este libro primero fueron estudiantes aventajados de nuestra propia Universidad, en este programa del Servicio de Psicología. En segundo lugar, ha abierto un nuevo campo para la psicología clínica en España que, finalmente, se ha concretado en una nueva asignatura sobre el tema en el programa de estudios de la facultad de Psicología.

No puedo más que sentirme satisfecho de que este libro salga a la luz, tanto por el afecto que me une al grupo como por haber surgido como iniciativa en el tiempo en que tuve el honor de dirigir el Servicio de Psicología de la UAM. Sólo me resta decir que a mí me habría gustado escribirlo.

Madrid, septiembre de 1998.

JOSÉ SANTACREU MAS
Universidad Autónoma de Madrid