## Recensión del libro:

# Consultoría Conductual. Terapia psicológica breve. (3ª ed.)

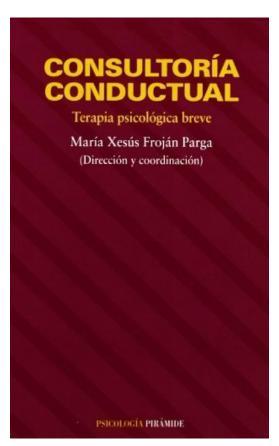
María Xesus Frojan Parga (2022). Consultoría Conductual. Terapia psicológica breve. (3ª ed.). Ediciones Pirámide

Mtra. Livis Jeanet Briones Vásquez.
Universidad Autónoma de Tlaxcala. Campus Calpulalpan.
https://orcid.org/0009-0003-3859-2208

Mtra. María Belem Cuevas Chores Universidad Autónoma de Tlaxcala. Campus Calpulalpan. https://orcid.org/0000-0003-1436-5011

Cómo referenciar este artículo / How to reference this article:

Briones Vásquez, L. J., & Cuevas Chores, M. B. Revisión de libro: Consultoría Conductual. Terapia psicológica breve (3ª Ed.) . RICAP (Revista Integradora De La Comunidad Académica En Psicología), 1(1). https://doi.org/10.61566/ricap.v1i1.2



#### Sobre el Autor

## María Xesus Frojan Parga

Doctora en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid y profesora titular de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de dicha Universidad. Psicóloga clínica (título reconocido por el Ministerio de Educación y Ciencia) y Psicóloga Especialista en Psicoterapia (título reconocido por la European Federation of Psychologist' Association). Es la directora del programa de doctorado Ciencia de la conducta del Departamento de Psicología Biológica y de la Salud de la UAM y ha participado como conferenciante y docente en numerosos Masters y cursos de postgrado, tanto en universidades españolas como extranjeras.

#### Resumen

Desde la perspectiva de la psicología del aprendizaje, el hablar acerca del entendimiento actual que se tiene sobre el concepto de consultoría conductual involucra contraponer con otros, la idea del cómo optimizar el comportamiento de las personas en su contexto natural; si bien la divulgación del término de consultoría o consejería fue responsabilidad de Krumboltz y Thorensen en 1981; Froxan et al. (1998) aunque ha encontrado que, el concepto de consultoría conductual presenta dificultades para denominarla, implica una emergente alternativa para el análisis de contingencias en un medio concreto, el establecimiento conjunto de metas de cambio, así como el entrenamiento de habilidades para la puesta en práctica en ambientes naturales. De este modo, la consultoría conductual se entiende que no puede ser reducida al cambio del consultante valorable a través de test psicológicos o, el solo hecho del establecimiento de una relación de asistencia.

Palabras clave: Consultoría conductual, intervención breve, consultante.

Fecha de recepción V1: 20/11/2023 Fecha de recepción V2: 06/12/2023 Fecha de aceptación: 10/12/2023



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional.

## Summary

From the perspective of the psychology of learning, talking about the current understanding of the concept of behavioral consulting involves contrasting with others, the idea of how to optimize the behavior of people in their natural context; although the dissemination of the term consulting or counseling was the responsibility of Krumboltz and Thorensen in 1981; Froxan et al. (1998), although they have found that the concept of behavioral consulting presents difficulties in naming it, it implies an emerging alternative for the analysis of contingencies in a concrete environment, the joint establishment of goals for change, as well as the training of skills for implementation in natural environments. Thus, it is understood that behavioral consulting cannot be reduced to the change of the consultant that can be assessed through psychological tests or the mere fact of establishing a relationship of assistance.

**Keywords:** Behavioral consulting, brief intervention, consultant.

En los Estados Unidos, en la Universidad de Stanford, existió un paradigma psicológico denominado consejo psicológico. Entre algunos de sus principales difusores se reconoce a German Andrés Torres y Laura Stella Parra (2019); Ernesto López y Miguel Costa (2012); María del Carmen Martorrell Pallas y Remedios Gonzáles Barrón (1997) y Georg Dietrich (1986).

Como parte de esta tendencia John D. Krumboltz, en el año de 1981, fue quien dio origen y difundió el paradigma y, se convirtió en uno de los exponentes más representativos con la obra Counseling Methods: Métodos de Consejo Psicológico (1982/1976/1969). Krumboltz inicio su investigación en los campos del comportamiento y la consejería de carrera, aplicando las teorías sociales del aprendizaje a la toma de decisiones de la vida; una de sus contribuciones y, la más reciente es Fail Fast, Fail Oftento: How losing can help you win. Como perder puede ayudarte a ganar, elaborada en coautoría Ryan Babineaux, en el año 2013.

Con el predominio de los principios teóricos de la consejería psicológica en la psicoterapia, se logra su impulso en el campo de la psicología científica y clínica en España. En el año de 1990 se funda en la Universidad Autónoma de Madrid, el Servicio de Psicología Aplicada (SPA), esbozando la consultoría conductual; como un programa que no solo favoreciera a la formación de estudiantes, sino que abriría un emergente campo para la psicología clínica en la Facultad de Psicología de la misma casa de estudios, bajo la dirección de la Dra. María Xesus Froxan Parga. Este programa planteó como objetivo que, los psicólogos podrían solucionar problemas personales, emocionales y de toma de decisiones, en el marco del aprendizaje y el cambio de conducta (Froxan, et al, 1998).

María Xesus Froxan Parga de nacionalidad española, reconocida como Psicóloga Clínica por el Ministerio de Educación y, por la European Federation of Psychologist´s Associations, ha cumplido las siguientes funciones principales: gestionar el equipo de investigación ACOVEO y, ser profesora titular en el área de personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos en la Facultad de Psico-

logía de la Universidad Autónoma de Madrid.

Aunque, Froxan ya era acreditada como docente investigadora, antes de dirigir el programa del Doctorado de Ciencias de la Conducta, desde el 2001 hasta su extinción y, el actual programa de Master de Formación Permanente en Análisis de la Conducta, en la Universidad Autónoma de Madrid, inicio sus investigaciones en el área de la psicología de la salud, con el trabajo Análisis discriminante de la adherencia al tratamiento en la diabetes mellitus insulinodependiente, elaborado en coautoría con la docente Rosa Rubio Llorente en el año 2005, en el que postula evaluar la relación entre las variables psicosociales y, la adherencia al tratamiento y, obtener una función discriminante con la que fuera posible clasificar a los pacientes en función del nivel de adherencia evaluado.

En su momento, Froxan coordina y dirige la obra Consultoría Conductual: Terapía psicológica breve; cuya primera edición se publica en el año 1998, reconociéndose como una de las obras significativas de la autora; al ser responsable del Programa de Consultoría del Servicio de Psicología Aplicada (S.P.A), que más tarde se configuro como Centro de Psicología Aplicada (CPA); actualmente se han publicado dos ediciones más, la última y más reciente en el año 2022.

Precisamente, la presente obra busca exponer a los lectores cómo es la práctica clínica- el cómo se hace y que se hace en un caso clínico concreto, por encima de lo que esta expresado en otros manuales en psicoterapia breve, publicados a finales del siglo XX y principios del siglo XXI, tal es: Una terapia breve más profunda y duradera. Enfoque teórico de la terapia racional emotivo- conductual (2018), de Albert Ellis; Psicoterapia cognitiva narrativa: Manual de Terapia Breve (2002), de Oscar F. Gonçalves, la obra de Abrir Caminos para el Cambio: Soluciones de Terapía Breve para Adolescentes con Problemas (2009), de Matthew Selekman, el Manual de Psicoterapia Breve Intensiva y de Urgencia (1999), de Leopold Bellak, entre otras.

Los diversos apartados de la obra se establecen de la siguiente manera: a) Consultoría Conductual (apartado. 1); b) Obsesión por ciertos ruidos: Cuando se piensa que la culpa la tienen otros (apartado. 2); c) Agorafobia: La importancia de una adecuada explicación del problema para la resolución de este (apartado. 3); d) Onicofagia: La falta de control sobre una conducta muy molesta (apartado. 4); e) Estrés: El miedo a tener "algo físico" (apartado. 5); f) Agorafobia: ¿Qué hare si tengo que salir sola? (apartado. 6); g) Estado de ánimo deprimido: El cambio a través de la búsqueda de nuevas interpretaciones de los acontecimientos (apartado. 7); h) Depresión nadie me quiere, todo lo malo me ocurre a mi (apartado. 8); i) Depresión: problemas de insatisfacción de la vida (apartado. 9); j) Asertividad laboral: los problemas de una jefa que no sabe cómo serlo (apartado. 10); k) Asertividad laboral: ¿Qué pensara de mi si...? (apartado. 11); I) Conductas disruptivas: Mi hijo es un desastre, no sé qué hacer con él (apartado, 12); m) Problemas infantiles: cuando los padres no saben qué hacer (apartado. 13); n) Eyaculación precoz: Los efectos de la desinformación y las creencias erróneas sobre el sexo (apartado. 14); o)

Problemas sexuales: Las dificultades de una pareja joven para disfrutar con sus relaciones (apartado. 15); p) Problemas de pareja: María y Javier, un caso de deterioro en la relación; (apartado. 16); q) Problemas múltiples: Cómo se abordan progresivamente las demandas (apartado. 17); r) Toma de decisiones: Cuando el problema es el miedo a clarificar una relación (apartado. 18); s) Dolor de cabeza crónico: La planificación de las tereas cotidianas (apartado. 19).

Cada apartado está escrito por uno o dos autores, ligado a sus respectivos ámbitos de actuación, concibiendo una recopilación teórica- empírica y, compartiendo evidencia y discusiones, tanto de resultados y de procesos circunstanciales, a cada caso. Ante tal diversidad de apartados en la obra, a título personal, se han seleccionado los siguientes a exponer en esta recensión bibliográfica.

El apartado 1, escrito por la Doctora María Xesus Froxan Parga, analiza al termino ingles counseling, en función de esclarecer el término "consultoría" y el término "conductual" y, de ahí postular que la palabra clave en la consultoría conductual es "aprender", "ya que, en cualquier terapia psicológica científica, la clave del cambio está en el aprendizaje" (Froxan 2022, p. 19). La autora logra indicar que, la eficacia de la consultoría como forma de asistencia psicológica ya está fuera de duda ya que, muchas divulgaciones están comprendiendo las posibilidades de esta forma de intervención psicológica.

El apartado 2, escrito por la misma Doctora, presenta un caso de supuestas obsesiones desarrolladas por una persona en torno a los ruidos que otros hacen con la boca. Aquí se exploran las definiciones de las obsesiones, esclareciendo el término desde el CIE 10 y el DSM V. También discute el origen y el mantenimiento de estas desde las bases de distintos modelos explicativos. Finalmente, reporta la evidencia en cómo se resolvieron las obsesiones, de forma muy rápida y sencilla, con la puesta en práctica de algunas habilidades que hasta el momento no había manejado, el caso clínico.

El apartado 5, escrito por la psicóloga Teresa Hernández y la Dra. María Xesus Froxan, presenta el ejemplo de un caso de estrés de una estudiante de último curso de carrera. Aquí, las autoras exponen cómo las situaciones en las que está inmersa la consultante y, las formas de afrontarlo, contribuyen a generarle estrés. Sobre esto las autoras, le han proporcionado al caso, algunas estrategias para organizar su tiempo y, para cambiar el comportamiento ante sus principales estresores. Sobre esto las autoras, "no solo se centran en discutir el estrés como estímulo o como respuesta" (p. 81), sino en las diversas definiciones del estrés que han prevalecido en la biología y en la medicina.

El apartado 8, escrito por el psicólogo colegiado Pablo Sánchez y la Dra. María Xesus Froxan, abordan el caso clínico de un joven que acude al SPA por una demanda de depresión. Aquí se centran en los hechos altamente reforzantes que permitieron una mejoría notable en el estado de ánimo del consultante. También destacan que, es necesario "fortalecer las habilidades sociales del caso clínico, para que pudiera adquirir refuerzos y la pla-

nificación de la adquisición de estos para mantener la conducta adaptativa" (p.133). Finalmente, los autores destacan que no se pueden dejar de tomar en cuenta las condiciones externas y las estrategias de afrontamiento que ya disponía el caso clínico que, favorecieron a resolver el problema de insatisfacción con la vida.

El apartado 12, escrito por la psicóloga Isabel Carrasco Cabeza y La Dra. María Xesus Froxan, abordan el caso de un niño 11 años que es acompañado por la madre al programa de Consultoría del SPA porque tiene malos resultados académicos. Aquí las autoras, tras una evaluación con el análisis funcional, confirman que los malos resultados no están generados por un retraso o unos malos hábitos de estudio, sino que, es un problema de conducta, en la que no estudiar aparece junto a otras conductas inadaptadas como: a) no obedecer las normas de casa, b) mentir, c) robar dinero, d) escaparse de casa cuando está solo, e) entre otras. Sobre estos las autoras demuestran que, la madre era parte del problema, y que había una influencia entre su forma de actuar y la aparición de los comportamientos problema de su hijo, siendo esto esencial para resolver la petición en un breve período de tiempo.

El apartado 17, escrito por el psicólogo Santos Orejudo, aborda el caso de Ana, que llego remitida desde el servicio médico de la misma Universidad Autónoma de Madrid. Aquí se discute una demanda inicial de ataques de pánico, sin embargo, el autor va franqueando emergentes problemas, como diversos miedos, toma de decisiones en relación con la pareja, problemas con el hermano por consumo de sustancias de drogas y dificultades de relación con su madre. Al respecto el autor va describiendo como se ha evaluado cada uno de los problemas y como va supervisando el proceso de búsqueda de soluciones de cada uno de ellos. Finalmente, destaca la forma que el consultante "aprende que su estado de ánimo no depende de su propia conducta y, que esta mejora en la medida en que empiece a actuar para controlarlo" (Orejudo, 2022, p.295).

Finalmente, el apartado 19, escrito por la psicóloga colegiada Rosa Olivares y la Dra. María Xesus Froxan, se aproximan a exponer el caso de Pepa que acudió al SPA por sus continuos dolores de cabeza. Aquí presentan un ejemplo de cómo se puede aumentar el autocontrol del dolor con el trabajo desarrollado en sesiones de consultoría diligentes, a revelar primordialmente, "las relaciones funcionales entre los distintos elementos que constituyen el problema, los sistemas de reforzamiento que están actuando, las estrategias de afrontamiento puestas en marcha, entre otras cosas" (Olivares y Froxan, 2022, p 329). Sobre este caso, los autores muestran lo connatural del problema y la exposición psicológica sobre el dolor, adyacente con las nuevas estrategias de control que, fueron idóneas para una determinación eficaz del caso.

A modo de conclusión la obra expone y, realiza una diferencia de la evidencia teórica y empírica en cada caso clínico, esta obra busca romper la brecha y, la diseminación histórica que se da entre la investigación y la práctica clínica (Fernández- Álvarez, et al, 2021), consiguiendo forjar un modo de reconocer como se puede ir produciendo la investigación científica en el campo de la práctica

clínica. Así mismo esta obra, es una oportunidad de lograr una difusión particular, de los métodos y tecnologías empleadas en la consultoría conductual ya, como un modo de actuación psicológica y de toma de decisiones que se desarrollan durante la interacción con el consultante.

Finalmente, esta obra, aporta una aproximación conductual de soluciones a problemas, procesos y tópicos que se plantean en la práctica clínica, recogiendo a su vez las opiniones de las versiones anteriores de la misma obra. A fin de cuentas, esta emergente edición aporta un enfoque actualizado y didáctico de la consultoría conductual, tanto para aquellos lectores que pretendan introducirse en los procedimientos de la misma, como para aquellos que ya desde la propia consultoría conductual intentan perpetrar una zambullida a las emergentes tendencias y aportaciones de la misma, tal es: el extinguir una conducta inapropiada o decidir qué hacer cuando el consultante no realiza las tareas, la gestión del análisis funcional de la conducta, entre otras.

### Referencias

- Bellak, L. (1999). Manual de psicoterapia breve, intensiva y de urgencia. Manual Moderno.
- Carrasco Cabeza, I & Froxan Parga. M. X. (2022). Conductas disruptivas: Mi hijo es un desastre, no sé qué hacer con él. En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve.(3ª ed.,pp. 205-219). Psicología Pirámide.
- Dietrich, G. (1986). Psicología General del Counselling (Teoría y Práctica). Barcelona. Herder.
- Ellis, A. (2018). Una terapía breve más profunda y duradera. Enfoque teórico de la terapía racional emotivo - conductual. Paidós Ibérica.
- Fernández-Álvarez, J; Prado-Abril, J; Sánchez-Reales, S; Molinari, G; Martín Gómez Penedo, J; & Jeong Youn, S. (2020). La brecha entre la investigación y la práctica clínica: hacia la integración de la psicoterapia. Papeles del Psicólogo, 41(2), 81-90. Epub 02 de agosto de 2021. https://dx.doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2932
- Froxan Parga. M. X. (2022). Qué es la consultoría conductual. En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve.(3ª ed.,pp. 19-25). Psicología Pirámide.
- Froxan Parga. M. X. (2022). Obsesión por ciertos ruidos. Cuando se piensa que la culpa la tienen otros. En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve. (3ª ed.,pp. 27-42). Psicología Pirámide.
- Frojan, Parga. M. X; Orejudo, Hernández, S; Carrasco, Cabeza. I., & Hernández, López, T. La Consultoría Conductual (Behaviorial Counseling) como forma de asistencia psicológica: Seis años de actividad clínica en la Universidad Autónoma de Madrid. Psi-

- cología conductual, Vol. 6, no. 3, 1998, pp. 583-596. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2827012
- Gonçalves, O. F. (2002). Psicoterapia narrativa: Manual de terapía breve. Desclee De Brouwer
- Hernández Las Heras, T., & Froxan Parga. M. X. (2022). Estrés: El miedo a tener "algo físico". En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve.(3ª ed.,pp. 81-95). Psicología Pirámide.
- López, Méndez. E., & Costa, Cabanillas. Miguel. (2012). Manual del Consejo Psicológico. Editorial Síntesis.
- Matorrell, M. C., & González, R. (1997) [Editoras]. Entrevista y Consejo Psicológico. Prevención, evaluación y tratamiento psicológico. Síntesis Psicología.
- Olivares Carrión, R., & Froxan Parga. M. X. (2022). Dolor de cabeza crónico: La planificación de las tareas cotidianas. En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve.(3ª ed.,pp. 329-346). Psicología Pirámide.
- Orejudo Hernández, S. (2022). Problemas múltiples. Cómo se abordan progresivamente las demandas. En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve. (3ª ed.,pp. 295-311). Psicología Pirámide.
- Krumboltz, John D. & Thoresen, Carl E. (1982) [editors].
  Behavioral Counseling: Cases and Techniques.
  Desclee De Brouwer.
- Sánchez Torras, P & Froxan Parga. M. X. (2022). Depresión: Nadie me quiere, todo lo malo me ocurre a mí. En M. X. Froxan Parga (Dirección y Coordinación). Consultoría Conductual. Terapia Psicológica Breve. (3ª ed.,pp. 133-143). Psicología Pirámide.
- Selekman, Matthew. (2009). Abrir caminos para el cambio: Soluciones de Terapía Breve para adolescentes con problemas. Gedisa
- Torres Escobar, Germán Andrés; Parra, Laura Stella.
  Consejería psicológica Virtual en la Universidad
  Colombiana: Más allá del rendimiento académico.
  Investigaciones Andina, vol. 21, núm. 38, 2019, Junio, pp. 113-124 Fundación Universitaria del
  Área Andina FUNANDI. DOI: https://
  doi.org/10.33132/01248146.994