

El uso de intervenciones creativas en el proceso de consejería mediante la Terapia de Impacto

The use of creative interventions during the counseling process through Impact Therapy

Carmen M. Rosado-Pacheco, Ed.D., CPL, NCC
Facultad de Educación
Universidad de Puerto Rico
Recinto de Río Piedras

Resumen

Los modelos teóricos de consejería constituyen la base sobre la cual se fundamentan las intervenciones en la relación de ayuda individual (Rosado Pacheco, 2014). La Terapia de Impacto (TI), un enfoque multisensorial y creativo, añade dinamismo a la sesión de consejería, lo que resulta en una intervención activa y efectiva tanto para el o la cliente, como para el o la profesional de ayuda. El aspecto multisensorial implica el uso de los sentidos –visual, auditivo, táctil y kinestésico– durante el proceso de consejería. La TI tiene como trasfondo varias teorías de consejería, como la Terapia Racional Emotiva de la Conducta (Ellis), el Análisis Transaccional (Berne), la Terapia Gestalt (Perls), la Terapia de la Realidad (Glasser) y la Psicología Individual (Adler). Este artículo explica el contexto y trasfondo para las intervenciones creativas, con ejemplos y conclusiones. Invita al profesional de ayuda a considerar las técnicas no-tradicionales en consejería en su repertorio profesional.

Palabras clave: Terapia de Impacto, enfoque multisensorial en consejería, creatividad en consejería, American Counseling Association

Abstract

Theoretical counseling models form the basis through which interventions take place at the individual helping relationship (Rosado Pacheco, 2014). Impact Therapy (IT), a multi-sensory and creative approach, adds dynamism to the counseling session resulting in an active and effective intervention for both the client and the helping professional. The multi-sensory aspect refers to the use of the senses –visual, auditory, tactile, and kinesthetic– during the counseling process. Impact therapy’s background includes various counseling theories: Rational Emotional Behavior Therapy (Ellis), Transactional Analysis (Berne), Gestalt Therapy (Perls), Reality Therapy (Glasser), and Individual Psychology (Adler). This paper explains the context for creative interventions, background, examples, and conclusions. The helping professional is invited to consider non-traditional techniques in counseling in his/her professional repertoire.

Keywords: Impact Therapy, multi-sensorial approach in counseling, creative counseling, American Counseling Association

Nota de la autora: Se usan los nombres de las teorías de consejería en mayúscula para destacarlas en el texto. *Nota del editor:* La redacción de este artículo utiliza predominantemente el género gramatical masculino en sentido neutral para incluir a cualquier género.

Recibido: 18 sep 2020

Revisión inicial: 22 feb 2021

Publicado: 1 dic 2021

Revisión final: 9 sep 2021

Correspondencia: Carmen M. Rosado-Pacheco <carmen.rosado7@upr.edu>

Introducción

El presente artículo, de carácter conceptual, tiene el propósito de dar a conocer al público lector y profesionales de ayuda la Terapia de Impacto (TI), expuesta por Jacobs (1994) y más adelante en Jacobs y Schimmel (2012), en el proceso de consejería individual. La autora inicia la discusión con la definición de *consejería* que ofrece la American Counseling Association (ACA) en 2010 y el grupo de trabajo *Vision 2020* (Kaplan *et al.*, 2012). Además, presenta datos en el contexto de la efectividad de la consejería individual a manera de preámbulo y como punto de partida para abundar sobre el tema. La TI puede constituir una alternativa dinámica, dirigida y viable para todo profesional de ayuda en consejería individual. Además, permite a quien recibe el servicio un mayor entendimiento de su situación, al incluir

elementos visuales, auditivos, táctiles, kinestésicos y de movimiento en el intercambio verbal durante la intervención; esto último podría agilizar el proceso.

La consejería ha sido definida como una relación profesional que empodera a individuos, familias y grupos diversos a lograr su salud mental, bienestar, educación y metas ocupacionales (Kaplan *et al.*, 2012). El proceso de consejería individual ha demostrado que funciona: los reportes subjetivos y las medidas objetivas indican que tanto esta como la psicoterapia son eficaces a corto y largo plazos en las aflicciones o preocupaciones psicológicas (Mulhauser, s.f.). En esa área, por ejemplo, un análisis del Departamento de Educación de California demostró la efectividad de la consejería escolar y otros servicios de apoyo; además, incluyó la contribución en términos del éxito personal y académico del estudiantado en dicho escenario (CDE, 2017). No obstante, ningún enfoque terapéutico o teórico se ha posicionado por ser mejor que otros (Mulhauser, s.f.). Esta ausencia de hegemonía de un modelo teórico de consejería ha sido sustentada en la literatura por sobre el tiempo (American Counseling Association, 2009; Hazler & Barwick, 2001; Mulhauser, s.f.), aunque la relación terapéutica y las habilidades, competencias o características del profesional de ayuda sí se han destacado (Lambert & Cattani-Thompson, 1996; Rosado Pacheco, 2014; Shaw, 2020; Sperry *et al.*, 2003).

Los modelos teóricos de consejería constituyen la base sobre la que se fundamentan las intervenciones en la relación de ayuda individual (Rosado Pacheco, 2014). Los conceptos, el proceso de ayuda, el rol de la clase profesional y las técnicas que enmarcan cada uno de los enfoques se sustentan en un cuerpo de investigaciones que avalan la intervención acorde la problemática que enfrenta el cliente. Específicamente, las ideas respecto a la naturaleza humana y los conceptos que estas enfatizan delimitan la intervención en conjunto con las posibles técnicas que facilitarán el cambio en la persona.

De acuerdo con Ginter y colaboradores (2019), la terapia no puede existir sin una teoría. Por ende, una intervención efectiva tampoco puede existir sin una teoría de consejería, pues esta proporciona el fundamento conceptual del problema que enfrenta el cliente. En general, los modelos teóricos trazan el procedimiento para una intervención con el uso de técnicas específicas. Metafóricamente, y en alusión a la era digital, se puede decir que las teorías de consejería son el GPS (siglas en inglés para “sistema de posicionamiento global”) por el cual se guía el proceso de ayuda (Rosado Pacheco, 2014).

La relación de ayuda descansa en el contexto interpersonal, donde el intercambio verbal entre el profesional de la consejería y su cliente es fundamental. En específico, las teorías humanistas fenomenológicas enfocan su atención hacia la persona. Aunque cada una marca diferencias en relación con el proceso de consejería individual, la Teoría Centrada en la Persona dirige su atención hacia el cliente y honra su habilidad o capacidad de liderar su propio proceso de ayuda (Rogers, 1951; Sommers-Flanagan & Sommers-Flanagan, 2018). Esta articula una serie

de condiciones facilitadoras en el proceso de consejería conocidas como el respeto, la congruencia y la empatía (Sommers-Flanagan & Sommers-Flanagan, 2018; Rosado Pacheco, 2014; Seligman & Reichenberg, 2014; Rogers, 1957), que constituyen la piedra angular en el proceso de ayuda. En especial, la empatía busca que el profesional de la consejería pueda entender al cliente desde su mundo o perspectiva. De acuerdo con Rogers (1980), la empatía conlleva, para el consejero profesional, entrar al mundo perceptual de la otra persona y sentirse plenamente en él. Según Sharf (2016), el trabajo de Rogers representa un modo de ser, en vez de un conjunto de técnicas para hacer terapia.

Por otro lado, la experiencia *I-Am* (“Yo soy”) es característica del Enfoque Existencial, que alude a la experiencia de ser o de existir, por lo que le concierne, literalmente, explorar la experiencia humana individual (Sommers-Flanagan & Sommers-Flanagan, 2018). Para que, en el ámbito de la relación cliente-consejero, se dé esa exploración, es vital que exista la empatía y, por ende, la comunicación; esta sienta las bases para que el intercambio verbal tenga lugar en el Existencialismo.

Para la mayoría de los enfoques humanistas, el énfasis en la empatía descansa en la terapia hablada, lo que podría reducir el uso de otras técnicas y estrategias en la sesión de consejería. En algunos clientes, el énfasis en el diálogo podría causar aburrimiento y cansancio (Jacobs & Schimmel, 2012). También representaría un problema con quienes sean poco verbales. Esta situación podría ser delicada, en especial con clientes a los que se les hace difícil comunicarse verbalmente, o aquellos y aquellas que, dado su nivel de actividad, les resultaría inútil sentarse a hablar de sus problemas. Tal circunstancia afectaría adversamente el proceso de ayuda individual; especialmente, podría llevar al desgano o a la falta de interés y, muy posiblemente, a que, eventualmente, el cliente abandone la consejería. Con miras a agilizar la terapia, Segal (2011) estableció que, además de la palabra, los profesionales deben comunicarse por los gestos, las instrucciones escritas, las asignaciones y la biblioterapia.

La Terapia de Impacto

La Terapia de Impacto (TI) presenta una opción viable al profesional de la consejería. Jacobs, su fundador, la desarrolló como un enfoque multisensorial. En ella, se reconoce que el cambio surge, no solo de los intercambios verbales, sino también de los visuales, auditivos y kinestésicos (Jacobs, 1994; Jacobs & Schimmel, 2012). Por lo tanto, el marco multisensorial comprende el uso de los sentidos, refiriéndose específicamente tanto a los aspectos visuales, auditivos, táctiles y kinestésicos, así como al movimiento (Christie, 2000). Adicionalmente, Jacobs y Schimmel (2012) incorporaron el uso de la voz en su enfoque. Si se utilizan tres de estas modalidades, se estará usando un enfoque multisensorial, lo que permitirá que más “senderos” neurales en el cerebro se estimulen, según se utilizan los sentidos (Christie, 2000).

De acuerdo con Beaulieu (2006), estos métodos se basan en cómo el cerebro percibe, aprende y retiene información. En la investigación educativa —por ejemplo, en educación especial (Alwaqassi, 2017)—, se ha validado el uso de los sentidos en el aprendizaje (Stoffers, 2011). Si el o la estudiante se involucra en la actividad, estará empleando todos los sentidos. Se ha afirmado, pues, que el enfoque multisensorial provee no solo nuevos métodos para entender la información, sino también más formas de recordarla y posteriormente, de evocarla (Landmark School Outreach, s.f.).

Al parafrasear la importancia del aprendizaje mediante la consideración multisensorial, el Consejo de Alfabetización (Council of Literacy) destacó que la estrategia provee una oportunidad para aquellos estudiantes que siempre están en desventaja porque aprenden diferentemente (Hoisington, 2015). Este hallazgo se extrapola al proceso de consejería individual con la TI: utilizar los sentidos en el contexto de la terapia redundaría en mayor beneficio para el cliente (Jacobs & Schimmel 2012; Rosado Pacheco, 2013b).

Jacobs y Schimmel (2012) visualizaron este proceso como uno creativo, mediante el cual el profesional utiliza diversas técnicas con el objetivo de ayudar a su cliente. El uso de diferentes objetos o utilería —como pueden ser distintas sillas (una pequeña y una de tamaño normal), pizarra, vendaje o curitas, cintas en *cassette* o video, y plastilina, entre otros— podrían constituirse en el agente catalítico que lleve al cliente cambio y entendimiento de la situación durante la sesión de consejería. Tal catalizador permite la activación de los sentidos, ya sea visual, auditivo, táctil, kinestésico o de movimiento, lo que constituye el factor de impacto, o sorpresa, que propicia el contacto del cliente con el problema, al concretarlo de forma creativa y multisensorial. La intervención aparenta contribuir a que el cliente maneje y visualice su situación efectivamente; esto, a su vez, estimula el aprendizaje.

La TI ofrece, al consejero profesional, una alternativa viable, con sesiones o intervenciones activas y creativas que buscan promover el cambio en quien busca ayuda (Beaulieu, 2006; Jacobs & Schimmel, 2012). En palabras de Jacobs y Schimmel (2012), se trata de un método de consejería claro, concreto y evocador de pensamiento; en vez que uno vago, abstracto y emocional. La claridad y la precisión van dirigidas a la manera en que se realiza el proceso; a la vez, pretenden estimular los pensamientos e ideas del cliente ante la situación que enfrenta (Rosado Pacheco, 2013a). La modalidad conlleva sesiones dinámicas de consejería, en las que el diálogo, o intercambio verbal, queda en un segundo plano. La TI muestra respeto por la forma en que el cliente aprende, cambia y se desarrolla (Jacobs & Schimmel, 2012). En resumen, se trata de un enfoque breve, activo y multisensorial para la consejería.

Jacobs y Schimmel (2012) destacaron que el núcleo de la TI radica en la integración de conceptos y técnicas de cinco modelos teóricos principales: la Teoría Racional Emotiva de la Conducta (Ellis), el Análisis Transaccional (Berne), la Terapia de la Realidad (Glasser), la Terapia Gestalt (Perls) y la Psicología Individual (Adler). Dichos modelos proveen los conceptos y las técnicas que propiciarán una

intervención activa durante la sesión de consejería. El verdadero foco de la TI radica en que la sesión es activa, y no meramente un diálogo. El punto donde se utiliza la técnica o intervención creativa se puede denominar como el momento crucial, o climax, que marcará el proceso de ayuda para el cambio o en el entendimiento del cliente (Rosado Pacheco, 2013a; 2015).

Se debe clarificar que, aunque la Terapia Gestalt pertenece a los modelos humanistas fenomenológicos, esta coloca gran énfasis en el componente no verbal (ACA, 2009) y promueve experiencias continuas al cliente en el contexto de las sesiones (Rosado Pacheco, 2014; Seligman & Reichenberg, 2014). Por ende, constituye un recurso principal en la TI.

El empleo efectivo de la TI requiere que el profesional de la consejería sea competente y muestre dominio en el uso y la aplicación de los conceptos y las técnicas afines a los cinco modelos establecidos. Además, es útil para informar al cliente la relación entre su problema y la teoría que se utilizará para atenderlo. Así, MacDonald (2014) presentó, a manera de ejemplo, cómo le explicó a Danita (cliente de 12 años que cursaba el séptimo grado y presentaba falta de motivación en sus estudios, con posibilidad de fracaso) que esa era su *selección* (concepto de Terapia de la Realidad), en vez de que la inhabilidad de ser exitosa le llevaba a sus calificaciones de fracaso.

El consejero profesional debe extrapolar técnicas de los modelos teóricos que responden a la TI durante la intervención creativa mediante el uso de diferentes objetos o utilería, la voz o el uso del movimiento, en respuesta a alguna teoría particular. Ese aspecto facilita la visualización, el pensamiento y el empoderamiento hacia la posible solución del problema del cliente (Rosado Pacheco, 2010). En el ejemplo anterior, la utilería respondería a la pizarra, empleada para detallar la técnica conocida como WDEP¹, según la Terapia de la Realidad (Wubbolding, 2000; 2017); esta permite establecer un plan para enfrentar el problema. Así, y cónsono al modelo, se traza el mapa de la intervención. Dicho *mapa* constituye una de las cuatro “M” de la TI (Jacobs & Schimmel, 2012); las otras tres responden a: *multisensorial, motivadora y mercadeable*.

Generar la acción, lograr que el cliente sea partícipe de manera activa en la consejería individual, es parte primordial de la TI. Este aspecto dinámico descansa en cinco áreas principales del enfoque que Jacobs y Schimmel (2012) denominaron las cinco “T” de la TI; se destacan, por sus nombres en inglés: teoría (*theory*), tiempo (*timing*), enseñanza (*teaching*), adiestramiento (*training*) y pensamiento (*thinking*). Tales áreas, junto con las competencias de intervención, son fundamentales para el consejero profesional al trabajar en la sesión. De acuerdo con Jacobs (2013), el

¹ Las iniciales WDEP corresponden, en inglés, a deseos (*Wants*), ¿qué deseas?; lo que se está haciendo (*Doing*); la evaluación de lo que hace (*Evaluate*); y lo que planifica para el futuro (*Plan*).

profesional debe tener claro dichos elementos y su manejo en el proceso de consejería.

En ese aspecto, la Tabla 1 destaca, a grandes rasgos, el contenido de cada “T” en el contexto de la intervención con este enfoque. En general, se podría aludir a que estas cinco áreas le imparten fuerza, energía y énfasis a un punto específico en el proceso de ayuda individual: su propósito es establecer el movimiento en la sesión en el proceso de cambio del cliente (Jacobs, 2013; Jacobs & Schimmel, 2012). Es meritorio recalcar que estas promueven varias tareas y consideraciones al consejero en el proceso de ayuda profesional. Por ejemplo, puede llevarse a cabo una adaptación de la técnica de la silla vacía de la Terapia Gestalt² al trabajar un asunto o intercambio inconcluso del pasado del cliente, o de una necesidad que no se ha borrado de su *awareness* (Seligman & Reichenberg, 2014); en este caso, dicho proceso podría realizarse proveyéndole un teléfono móvil (celular) apagado o desactivado al cliente. El objetivo para hacer la sesión o experimento con el teléfono móvil busca enfocar el proceso de consejería en esa área específica que presenta el problema: el cliente, en vez de hablarle a la silla vacía —técnica original de la Gestalt (Ginter *et al.*, 2019)—, simularía hablar con la persona de su pasado con la que enfrenta el asunto o conflicto inconcluso vía el artefacto móvil. En esta parte, se le solicitaría, durante la sesión, que desarrolle un diálogo con dicha persona para motivarle a que cierre o complete el *gestalt* (Seligman & Reichenberg, 2014). La intervención podría marcar el inicio en la resolución del problema, dándole la oportunidad al profesional de constatar los sentimientos que manifiesta el cliente y trabajarlos. Con posterioridad, el profesional y el cliente pueden evaluar el alcance de la estrategia y su utilidad. Es importante que el consejero haya evaluado el momento o tiempo en que introducirá esta técnica “de impacto”, pues debe estar claro *cuando* el proceso *debe* ir más lento o más rápido, en beneficio del cliente (Jacobs, 2013).

Es claro que Jacobs y Schimmel (2012) puntualizan acompañar el diálogo o intercambio verbal entre consejero y cliente con técnicas y ejercicios. Por esta razón, la TI enfatiza el uso de otras técnicas, en vez del diálogo solamente. Tales estrategias deben ser dinámicas con el fin de generar una impresión, o impacto, en el cliente y el proceso. Hay que señalar que se enfatizan las técnicas en el proceso de consejería individual, pero también tienen su aplicación en grupos, en terapia de familia o de matrimonio (Jacobs, 2013; Jacobs & Schimmel, 2012).

² Para el asunto que se presenta en este artículo, se utiliza el término *gestalt*, concepto que proviene del alemán, en correspondencia al nombre de la terapia y que no tiene una traducción directa en español; se refiere a la percepción del todo o configuración de la experiencia. Igualmente sucede con el uso del término *awareness*, en inglés, resaltando la dificultad de encontrar una equivalencia adecuada en nuestro idioma (Rosado, 2014).

Tabla 1

Significado de las Cinco T en la TI (Jacobs & Schimmel, 2012)

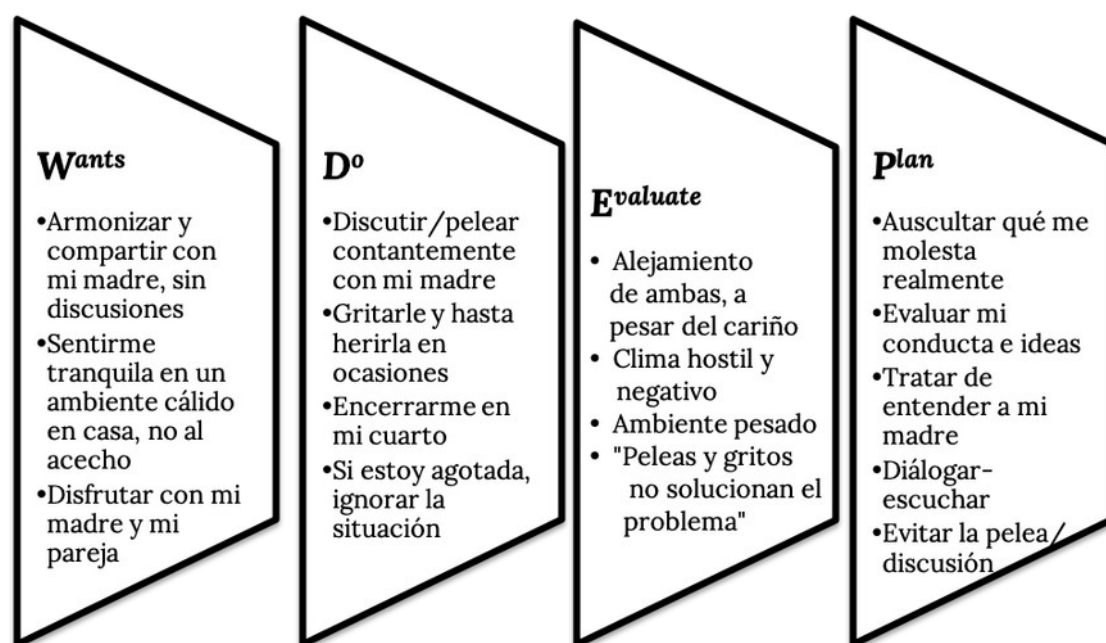
Terapia de Impacto (TI)	Significado/Implicaciones
Teoría (<i>Theory</i>)	<p>El profesional debe tener dominio de la teoría que utiliza en la sesión. La TI incluye los siguientes modelos: Teoría Racional Emotiva de la Conducta, Terapia Gestalt, Análisis Transaccional, Psicología Individual y Terapia de la Realidad. Toda intervención estará guiada por la teoría.</p> <p>Mediante ejercicios activos fundamentados en las técnicas asociadas con la teoría, el consejero promoverá la reflexión y el cambio en el cliente.</p>
Tiempo (<i>Timing</i>)	<p>El tiempo apropiado al implementar la técnica o ejercicio, así como enfocar la sesión, son asuntos medulares en el proceso de consejería individual.</p> <p>Las destrezas de observación y el arte de preguntar son competencias vitales del profesional durante el proceso de consejería y al introducir la técnica.</p> <p>El consejero profesional no debe asumir o dar por sentado alguna información no manifiesta explícitamente, o ignorar algún asunto o reacción manifestada por el cliente en la sesión (Rosado Pacheco, 2010).</p>
Enseñanza (<i>Teaching</i>)	<p>La enseñanza podría incluir: enseñar a los clientes a manejar el estrés y los pensamientos irracionales, de la terapia Racional Emotiva de la Conducta; diferenciar qué es <i>fondo</i> (el todo) o <i>figura</i> (las partes) en su vida, de la Terapia Gestalt (Rosado Pacheco, 2014); trabajar con la <i>responsabilidad</i> desde el marco de sus <i>necesidades</i> y relaciones interpersonales, desde la Terapia de la Realidad; o cultivar el <i>interés social</i> para mejorar las relaciones humanas, concepto de la Psicología Individual.</p>
Adiestramiento (<i>Training</i>)	<p>Se refiere a promover la adquisición de nuevas destrezas en el contexto de la relación de ayuda para el beneficio del cliente.</p> <p>Ejemplos en la parte de la enseñanza incluyen: el manejo del estrés, trabajo con las emociones, monitoreo y cambio de pensamientos irracionales. Estos se pueden constituir en temas específicos para adiestrar al cliente en el manejo de la problemática mediante sesiones de trabajo.</p>
Pensamiento (<i>Thinking</i>)	<p>El proceso de consejería individual requiere otras competencias del profesional, no solo escuchar.</p> <p>El consejero debe conectar la información que trae el cliente, observar, evaluar y seleccionar la teoría de consejería (de las cinco teorías en TI) que haga sentido con la problemática. Eso forma parte de la conceptualización del problema, lo que llevaría, posteriormente, a la intervención creativa.</p>

En esta parte, es esencial aludir a los materiales, o *props*, que Beaulieu (2006), Jacobs (2013), Jacobs y Schimmel (2012) prefieren para el proceso de ayuda. Entre estas, cabe mencionar: los accesorios o utilería —tales como la plastilina, los vasos desechables, las cintas en *cassette* o vídeo, las barajas, las cajas de curitas (apósitos),

las sillas o la pizarra—, el movimiento, y los escritos o dibujos del cliente (estos últimos podrían hacerse en el proceso). Igualmente, se podría incorporar otros materiales similares, siempre que se adapten a la técnica particular, al modelo teórico y, en especial, a la problemática que enfrenta la persona. Si el marco teórico es la Terapia de la Realidad, se suele emplear la técnica del WDEP (Wubbolding, 2000, 2017) y usar la pizarra para discutir hacia dónde desea ir el cliente. Se ilustra un ejemplo en la Figura 1, utilizando el acróstico. Trabajar el contenido del WDEP en la pizarra (no en forma verbal solamente) y confrontar al cliente con su comportamiento ante la situación constituye la técnica de impacto que llevaría al cambio del cliente (Jacobs, 2013), y provee el medio para profundizar y discutir los factores que pueden incidir en el problema.

Figura 1

Aplicación WDEP ante discusiones con su madre por desaprobación de su pareja



A manera de proveer más ejemplos de la intervención con la utilería y el movimiento, la autora desarrolló el resumen que se muestra en la Tabla 2 (Rosado Pacheco, 2015). Esta contiene cuatro renglones, que recogen aspectos principales cuando se trabaja con el enfoque. En primer lugar, especifica el tipo de elemento que se utilizará en la sesión de consejería. El segundo aspecto ilustra una muestra de los materiales, o utilería, que pueden emplearse; en esta columna, se resaltan algunos de los materiales con la idea de destacar el material que se toma como ejemplo para la intervención creativa específica. El tercer renglón refleja cómo se usa la actividad

o material (subrayado en renglón anterior) en el contexto de la sesión. La última columna recoge el modelo teórico afín a dicha intervención.

Tabla 2

Elementos y su Explicación en la Terapia de Impacto

Técnicas visuales principales	Materiales usados en intervenciones	Ejemplo	Marco teórico principal de consejería
Accesorios	Plastilina, barajas, cintas magnéticas en vídeo o cassettes, curitas, rompecabezas	Útil para ilustrar las ideas irracionales del cliente como si estuvieran grabadas.	Teoría Utería Racional Emotiva de la Conducta (Ellis)
	Teléfono móvil desactivado o apagado	Hipotéticamente, llamar a una persona con miras a expresar su sentir (nueva versión para la técnica de la silla vacía).	Terapia Gestalt (Fritz & Lore, Perls)
Sillas	Uso de una o varias sillas en consejería, o silla pequeña	Puede usarse para ilustrarle al cliente su postura infantil a partir del estado del niño (vs el estado del padre o adulto).	Análisis Transaccional (Berne)
Movimiento	Uso del movimiento creativo para tornar la sesión energizada y con experiencias	El consejero confronta al cliente imitando su desgano al no poner empeño en resolver su problema.	Terapia Gestalt (Fritz & Lore, Perls)
Dibujos o escritos	Se refiere a dibujos o escritos realizados sobre el cliente	Asignarle al cliente que dibuje o escriba sobre algún problema en su niñez y cómo lo enfrentó, así como un problema actual y cómo lo ha enfrentado. Fin: comparar el <i>estilo de vida</i> (concepto de Adler). Recordar que debería resultar en que ambas situaciones se enfrentan de forma similar dado el estilo de vida (León & Grajales, 2001).	Psicología Individual (Adler)

En la primera fila, que enfoca los accesorios o utilería, se destaca (en letra negrilla) las cintas en *cassette* o vídeo, y se señala, en la columna de “Ejemplo”, que pueden ser efectivas para ilustrar las ideas irracionales del cliente. Para ejemplificar una intervención creativa basada en este accesorio, el profesional de ayuda pudiera sacar fuera del *cassette* o video (cortando y destruyendo) lo que contiene un segmento determinado. Mediante dicha acción, ilustraría al cliente, en forma concreta, que debe erradicar las creencias contenidas en esa parte que se ha extraído. Finalmente, se distingue que la mencionada intervención responde a la Terapia Racional Emotiva Conductual de Albert Ellis.

La idea es que, mediante la Tabla 2, el profesional visualice una intervención en el contexto del enfoque. El uso de estos materiales, en conjunto con la aplicación del modelo teórico correspondiente, parece concordar con la visión de Nystul (2015) en torno a la consejería como un arte. Según dicho autor, la consejería conlleva el uso del conocimiento con el fin de desarrollar las competencias en el profesional para aplicarlas en forma sensible a los clientes. En la elaboración de la tabla ilustrativa, se usaron los materiales y ejemplos de Jacobs y Schimmel (2012) asociados con la Terapia de Impacto y la experiencia de la autora (Rosado Pacheco, 2015).

Conclusiones

La Terapia de Impacto (TI) constituye una alternativa que busca transformar y acelerar el proceso de consejería tradicional hablado en relación con el cambio terapéutico. El enfoque intenta inyectar versatilidad y dinamismo a las sesiones. El hecho de incluir una técnica o ejercicio enmarcado en uno de los cinco modelos teóricos que la avalan, desde la consideración del aspecto multisensorial y las cinco T, establece un punto de referencia en el proceso de cambio del cliente. Además, esto permite enfocar y profundizar asuntos relevantes del cliente en el proceso de consejería mediante una sesión activa.

De forma simultánea, y asociado con la figura del consejero profesional, la TI implica el estudio y dominio profundo de cada uno de los cinco modelos teóricos que la enmarcan: la Terapia Racional Emotiva de la Conducta, el Análisis Transaccional, la Terapia Gestalt, la Psicología Individual (de Adler) y la Terapia de la Realidad. Además, alerta al profesional de que todo proceso de consejería individual conlleva una base teórica. La técnica o estrategia utilizada debe integrarse y responder a uno o varios de los modelos teóricos base y al problema o conflicto del cliente. Sin embargo, es fundamental que el profesional de la consejería se sienta cómodo en la sesión al articular un proceso terapéutico significativo y emplear la utilería que sea necesaria o el movimiento durante la intervención (Rosado Pacheco, 2010). Ahora bien, si piensa que no es pertinente incorporar utilería, entonces no debería utilizar el enfoque de impacto.

Se recomienda que el profesional de ayuda participe en el adiestramiento intensivo que provee el fundador de la TI, Ed Jacobs, en Virginia Occidental, EE. UU. Esta instrucción es útil y obligatoria, ya que permite visualizar el alcance del enfoque mediante ensayos y trabajos en grupo, en diferentes situaciones reales, ficticias y juego de roles. Asimismo, el profesional puede estudiar los distintos vídeos cortos disponibles en el servicio de YouTube bajo el nombre de su fundador y de “Impact Therapy”, los cuales muestran ejemplos de diversas estrategias que ilustran la intervención con la Terapia Racional Emotiva de la Conducta y sobre la teoría en general (el lector o la lectora encontrará enlaces a varios ejemplos en las referencias).

Hasta el momento, la TI no cuenta con estudios asociados abarcadores. Es una teoría novel que data de los años 1990 (Jacobs, 1994). Sin embargo, cada uno de los modelos teóricos que la integran —la Teoría Racional Emotiva de la Conducta (Davis, s.f.), el Análisis Transaccional (Laghi *et al.*, 2020), la Terapia de la Realidad (Vahidiborji *et al.*, 2017); la Terapia Gestalt (Saadati & Lashani, 2013; Raffagnino, 2019) y la Psicología Individual (Murphy, 2012)— sí cuentan con vasta investigación relacionada a sus conceptos, técnicas y poblaciones (se incluye dos referencias en el caso de la Terapia Gestalt, dado que una de ellas es una reseña de estudios empíricos asociados con la teoría). No obstante, debe recalarse que el fundador de la TI ha estado bajo adiestramiento y práctica en Estados Unidos, Canadá, Europa, Australia, Indonesia y África del Sur. Específicamente en Canadá, Beaulieu ha promovido el enfoque mediante conferencias, adiestramientos y su propio portal profesional; además, el Dr. Jacobs también cuenta con su portal, donde incluye y hace referencia a aspectos de interés de su enfoque y modela intervenciones con TI (ambos enlaces también se ofrecen en las referencias). Mediante el libro *Impact Therapy: The courage to counsel* (2012), Jacobs y Schimmel destacan el uso del enfoque con distintas poblaciones —niños y niñas, adolescentes, adultos y envejecientes— y con una gama de problemáticas —interpersonales, personales, autovalía, académicos y manejo del coraje, entre otros—. El planteamiento anterior ejemplifica el uso en poblaciones y contextos diversos (entre ellos, escenarios escolares, oficinas privadas y centros comunitarios). El factor creativo —dígase, el empleo de utilería— viabiliza el entendimiento de la situación del cliente y puede constituir el punto culminante, o clímax, que marca la intervención (Rosado Pacheco, 2015). Por ende, estos factores señalan la importancia de fomentar la investigación aplicada de la TI en el proceso de consejería individual.

Cabe destacar que la sesión de consejería no debe obviar el mandato del Código de Ética (American Counseling Association, 2014) en la Sección C: Responsabilidad Profesional, inciso C.7.a, titulado: “Bases científicas para el tratamiento”; el código es claro al establecer que el consejero profesional utiliza técnicas, procedimientos y modalidades basados en la teoría o que tienen fundamento empírico o científico. En el próximo, inciso C.7.b, “Desarrollo e innovación”, clarifica que, si se utilizan otras técnicas, procedimientos y modalidades, es mandatorio explicar los riesgos, los

posibles beneficios y las consideraciones de carácter ético con su uso. Dicho inciso finaliza con una exhortación para que el consejero profesional minimice los riesgos. Esto implica que debe estar claro con las técnicas que utiliza y que guarden armonía con el Código de Ética (American Counseling Association, 2014).

La autora sugiere que, en cumplimiento con el mandato ético y cónsona con la Sección A: “La relación de consejería”, específicamente, el inciso A.2: “Consentimiento informado en la relación de consejería”, el profesional debe ajustar el contenido del consentimiento informado que utiliza en consejería individual, si se adiestra y utiliza la TI. El documento debe recoger los aspectos creativos de la TI, cuyo propósito es concretar, clarificar y proveer mayor entendimiento en la sesión. En el Apéndice, la autora presenta un modelo sugerido para dicho documento.

La TI enfatiza la importancia del tiempo (*timing*) durante la sesión. Ciertamente, esa es una destreza que tiende a no señalarse en los programas de preparación para consejeros. El *timing* implica que el profesional de la consejería debe monitorear de cerca la evolución del proceso de ayuda y las reacciones de su cliente; además, debe evaluar su progreso a fin de determinar cuándo introducir el ejercicio o la técnica de impacto, en el momento preciso (Rosado Pacheco, 2010). Asimismo, debe ser sensible con el cliente y su proceso, ayudándole a superar su punto muerto (*impasse*), disyuntiva o conflicto, como lo plantea la Terapia Gestalt (Perls, 1969).

En el contexto puertorriqueño, niños, adolescentes y adultos en general podrían beneficiarse de un enfoque innovador como la TI. El aspecto multisensorial que caracteriza al enfoque permite ejemplificar el problema o conceptos asociados mediante el uso de la utilería necesaria, el movimiento u otro elemento. Esto, a su vez, estimularía el entendimiento en los niños y adolescentes de forma efectiva al concretar el problema. De igual manera, los retos y las transiciones que enfrenta la etapa adulta —o, de acuerdo con Adler (1956), las tres tareas en la vida: Interés Social, Ocupación, Amor y su interrelación constante— serán fuente de preocupaciones, estrés y conflictos en los mayores. Al enfrentar y visualizar su problemática vía los elementos creativos que postulan Jacobs y Schimmel (2012), podría llevar a una consejería dinámica, diferenciada, que motive al adulto a empoderarse y salir adelante tras comprender su situación. Resulta obvio que trabajar con los asuntos que inciden en el bienestar de los clientes constituye un reto para el profesional de ayuda, pero la incorporación de métodos no tradicionales como la TI, y acorde con los parámetros éticos, representa una alternativa viable.

Las tendencias recientes en la disciplina requieren, al profesional de la consejería, la actualización, el estudio y la práctica en temas de interés. Trabajar con el cliente mediante la TI en consejería individual implica beneficiarle mediante intervenciones ilustrativas y afines de diversos modelos teóricos. Tales estrategias buscan motivar el pensamiento, la acción y el cambio del cliente; sin embargo, para el profesional de la consejería, la práctica de la TI conlleva: ser creativo, saber utilizar sus propios recursos y traducir la teoría a estrategias prácticas y actuales

(Jacobs & Schimmel, 2012; Rosado Pacheco, 2010) y acorde a poblaciones diversas, para las cuales el aspecto multisensorial del enfoque plantea diferencias en relación con la efectividad a nivel personal.

Ser creativo conlleva el dominio de los modelos teóricos de consejería en los que se enraíza la TI para incorporar las técnicas a tono con la teoría utilizada y la problemática manifiesta del cliente. Específicamente, al acentuar el uso de los recursos propios, se incluye la utilización de la voz y del movimiento como parte del proceso, recursos que pueden resultar desconocidos para el profesional. Además, es meritorio afinar competencias como: observar, escuchar y hacer preguntas en orden de precisar la información con el fin de provocar el cambio en el cliente. Es importante que el profesional cuente con los conocimientos, la confianza y el valor requeridos. Además, debe tener claro que es capaz de conducir exitosamente el proceso de ayuda, como uno que es de impacto o significativo en el cliente, con el cual el uso de utilería marcaría la diferencia en la intervención.

El uso de la creatividad conlleva visualizar la consejería desde la perspectiva del arte. El consejero es el artífice, o artista, que moldea el proceso (Rosado Pacheco, 2014). La TI constituye el recurso (por ejemplo, el pincel para el artista plástico), y el cliente, el lienzo en el que se plasma el cambio (la pintura u obra de arte) en el contexto del proceso de consejería individual. Como profesionales, corresponde conocer y evaluar las estrategias cónsonas con los enfoques teóricos involucrados y las consideraciones de carácter ético en pos de ayudar y fomentar el bienestar del cliente.

Referencias

- Adler, A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler*. Basic Books.
- Alwaqassi, S. A. (2017). *The use of multisensory in schools today*. [Tesis de maestría]. Indiana University.
<http://core.ac.uk/download/pdf/213849538.pdf>
- American Counseling Association (ACA). (2009). *The ACA Encyclopedia of Counseling*.
- American Counseling Association. (2014). *ACA Code of ethics*.
<https://www.counseling.org/Resources/aca-code-of-ethics.pdf>
- Beaulieu, D. (2006). *Impact techniques for therapists*. Routledge.
- California Department of Education (CDE). (2017, sep. 11). *Research on school counseling effectiveness*. <https://appservice.caiu.org/GetDocument?folderPath=CP%5CResouceBank%5C&filename=Student%20to%20Counselor%20Ratio%203.pdf>
- Christie, S. (2000). The brain: Utilizing multi-sensory approaches for individual learning styles. *Education*, 121(2), 327-330.

- Davis, D. (s.f.). REBT in the context of modern psychological research. The Albert Ellis Institute. <https://albertellis.org/rebt-in-the-context-of-modern-psychological-research/>
- Ginter, E. J., Roysircar, G. & Gerstein, L. H. (2019). *Theories and applications of counseling and psychotherapy: Relevance across cultures and settings*. Sage Publications.
- Hazler, R. J. & Barwick, N. (2001). *The therapeutic environment: Core conditions for facilitating therapy*. Open University.
- Hoisington, B. (2015). *Multisensory activities to teach reading skills*. Minnesota Literacy Council. <https://www.literacymn.org/multisensory-activities-to-teach-reading-skills>
- Jacobs, E. (1994). *Impact therapy*. Psychological Assessment Resources.
- Jacobs, E. (2013, julio 12-14). *Impact Theory: Putting theories into practice* [Taller intensivo]. Star City, West Virginia.
- Jacobs, E., & Schimmel, C. J. (2012). *Impact therapy: The courage to counsel*. Impact Therapy Associates.
- Kaplan, D. M., Tarvydas, V. M. & Gladding, S. T. (2014). 20/20: A vision for the future of counseling: The new consensus definition of counseling. *Journal of Counseling & Development*, 92(3), 366-372. https://www.counseling.org/docs/default-source/20-20/2020-jcd-article.pdf?sfvrsn=c9897d2c_2
- Landmark School Outreach. (s.f.). *Use of multisensory approaches*. Landmark School. <https://landmarkoutreach.org/strategies/use-multisensory-approaches/>
- Laghi, F., Crea G. & Filippini, C. (2020). Evaluation and measurement of ego states: The Psychometric Properties of the Italian translation of the revised version of the Ego State Questionnaire (ESQ-R). *International Journal of Transactional Analysis Research and Practice*, 11(2),14-24. <https://doi.org/10.29044/v11i2p14>
- Lambert, M. J. & Cattani-Thompson, K. (1996). Current findings regarding the effectiveness of counseling: Implications for practice. *Journal of Counseling & Development*, 76(6), 601-608. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1996.tb02299.x>
- León, L., & Grajales, S. (2001). *Estilos de vida*. Convención de la Asociación Puertorriqueña de Consejería Profesional (APCP). Río Grande, Puerto Rico.
- MacDonald, T. (2014). Motivating the unmotivated student. En R. Byrd & B. Erford (Eds.), *Applying techniques to common encounters in school counseling* (pp. 100-105). Pearson.
- Morin, A. (s.f.). Multisensory Instruction: What you need to know. *Understood*. <https://www.understood.org/articles/en/multisensory-instruction-what-you-need-to-know>

- Mulhauser, G. (2011, abril 21). Evaluating therapeutic effectiveness in counseling and psychotherapy. *Counselling Resource*.
<https://counsellingresource.com/therapy/types/effectiveness>
- Murphy, L. J. (2012). The impact of birth order on romantic relationships [Tesis de Maestría en Consejería y Psicoterapia Adleriana]. Adler Graduate School. <https://alfredadler.edu/library/masters/2012/lyndsie-j-murphy>
- Nystul, M. S. (2015). *Introduction to counseling: An art and science perspective* (5ta. ed.). Sage.
- Perls, F. (1969). *Gestalt therapy verbatim*. Real People Press.
- Raffagnino, R. (2019). Gestalt therapy effectiveness: A systematic review of empirical evidence. *Open Journal of Social Sciences*, 7, 66-83.
<http://doi.org/10.4236/jss.2019.76005>
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95-103.
<http://dx.doi.org/10.1037/h0045357>
- Rogers, C. R. (1980). *A way of being*. Houghton Mifflin.
- Rosado Pacheco, C. M. (2010, abril 10). *Terapia de Impacto: Creatividad al servicio del consejero* [Conferencia]. Asociación Puertorriqueña de Consejería Profesional (APCP), Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico, Recinto de Ponce.
- Rosado Pacheco, C. M. (2013a). Articulando la teoría y la práctica con la Terapia de Impacto. *DEG Informa*, 17, 18-20.
- Rosado Pacheco, C. M. (2013b, julio 10-15). *Shadowing experience with Dr. Ed Jacobs, Impact Therapy founder. Purpose: The study and in-depth application of Impact Therapy* [entrenamiento]. Star City, West Virginia.
- Rosado Pacheco, C. M. (2014). *La consejería: Arte, ciencia y profesión de ayuda* (2^{da} ed.). Publicaciones Puertorriqueñas.
- Rosado Pacheco, C. M. (2015). *Adiestramiento profesional en Terapia de Impacto*. [Manuscrito inédito]. Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras.
- Saadati, H. & Lashani, L. (2013). Effectiveness of Gestalt Therapy on self-efficacy of divorced women. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1171-1174. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.721>
- Segal, U. A. (2011). Progressive relaxation and cognitive desensitization. En H. G. Rosenthal (Ed.), *Favorite counseling and therapist techniques: 51 therapists share their most creative strategies* (2da. ed., pp. 267-272). Routledge.
- Seligman, L. & Riechenberg, L. W. (2014). *Theories of counseling and psychotherapy: Systems, strategies, and skills* (4ta. ed.). Pearson.

Sharf, R. (2016). *Theories of psychotherapy and counseling: Concepts and cases* (6ta. ed.). Brooks/ Cole-Cengage Learning.

Shaw, S. (2020, marzo 10). Learning from high effective counselors. *Counseling Today*. <https://ct.counseling.org/2020/03/learning-from-highly-effective-counselors/>

Sommers-Flanagan, J. & Sommers-Flanagan, R. (2018). *Counseling and psychotherapy theories in context and practice: Skills, strategies and techniques* (3ra. ed.). John Wiley and Sons.

Sperry, L., Carlson, J. & Kjos, D. (2003). *Becoming an effective therapist*. Allyn & Bacon.

Stoffers, M. (2011). *Using a multi-sensory teaching approach to impact learning and community in a second grade classroom* [Tesis de maestría]. Rowan University. <https://rdw.rowan.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1109&context=etd>

Vahidiborji, G., Jadidi, M. & Donyavi, R. (2017). The study of effectiveness of Reality Therapy on adjustment of female adolescent with anxiety. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 7(1). <https://doi.org/10.15406/jpcpy.2017.07.00414>

Wubbolding, R. E. (2000). *Reality therapy for the 21st century*. Brunner-Routledge.

Wubbolding, R. E. (2017). *Reality therapy and self-evaluation: The key to client change*. American Counseling Association.

Se sugiere visitar los siguientes recursos:

Portales sobre la Terapia de Impacto

- Danie Beaulieu, <http://www.academieimpact.com/fr/>
- Ed Jacobs, <https://impacttherapy.com>

Volantes o folletos de la Terapia de Impacto

- Disponibles para descarga en el sitio web, <https://impacttherapy.com/downloads/>

Videos en la plataforma Youtube

- Impact Therapy Overview, <https://youtube.com/watch?v=RI5ckLMIQJc>
- Impact Therapy REBT, https://youtube.com/watch?v=Zs_L41xVOKc

Apéndice

Consentimiento informado desde la perspectiva de la Terapia de Impacto

Nota: Favor de leer el documento y firmarlo, si estás de acuerdo. Si hay alguna duda, el consejero/consejera profesional podrá clarificarte.

INTRODUCCIÓN: Este documento te informará acerca del proceso de consejería profesional que realizaremos usando la Terapia de Impacto (TI), del Dr. Ed Jacobs. El proceso de consejería profesional busca ayudar a personas diversas, familias y grupos a trabajar en el ámbito personal, bienestar general, educación y metas ocupacionales. Por tanto, la finalidad del proceso de ayuda profesional es ayudarte en la preocupación o problema que presentas. Este documento describe y recoge las pautas en torno a la relación profesional consejera/cliente.

CREENCIALES: Soy _____. Poseo una maestría y un doctorado en Educación con Especialidad en Orientación y Consejería. Poseo la licencia como Consejera Profesional Licenciada (CPL) y la certificación como *National Certified Counselor* (NCC) de EE. UU. Tengo ____ años de experiencia en consejería, que incluyen experiencia en un escenario universitario y como educadora de la disciplina. Me adiestré en Terapia de Impacto con el Dr. Jacobs, además de participar de un “shadowing experience” con él.

SERVICIO: Predominantemente, se usará la Terapia de Impacto. Este es un enfoque breve, activo, *multisensorial* para la consejería. El término *multisensorial* implica que el enfoque alude a los distintos sentidos (visual, auditivo, táctil, kinestésico), lo que provoca mayor dinamismo en la sesión. El verdadero foco radica en que la sesión sea activa y no simplemente un diálogo. Por lo tanto, requerirá de un cliente activo que se involucre durante el proceso, y que no sea un espectador. Se utilizarán técnicas creativas que constituirán el clímax, que pueden marcar el cambio o entendimiento para ti como cliente durante el proceso de ayuda profesional. El uso de técnicas creativas puede incluir: la pizarra para exponer ideas o diagramas, plastilina, rompecabezas, sillas de al menos dos tamaños distintos, curitas, sogas, frisas, cintas de audio o vídeo (*audiocassettes* o *videocassettes*), lámina de acrílico (*fiberglass*) y vasos desechables, entre otros. Además, como CPL podría integrar el uso del movimiento y la voz para causar impacto durante las sesiones. Esta terapia tiene como trasfondo varios modelos teóricos: Terapia Racional Emotiva de la Conducta, Análisis Transaccional, Terapia Gestalt, Psicología Individual y la Terapia de la Realidad, lo cual será explicado brevemente. Se discutirá sobre el efecto de la técnica creativa en la visualización del problema.

TIPO DE CONSEJERÍA: Como se trata de un enfoque breve en consejería tendremos aproximadamente 8 sesiones, de una (1) hora cada semana. Ese aspecto podría variar de acuerdo con la problemática presentada, el progreso, el compromiso y la meta estipulada.

RIESGOS/BENEFICIOS: La consejería individual conlleva trabajar asuntos personales y privados, que pueden causar alguna incomodidad. Si te sientes aturdido, sorprendido, sobrecargado o amenazado por el uso de alguna de las técnicas creativas, o en cualquier momento durante el proceso de consejería, debes expresarlo para reenfocar la sesión desde otra perspectiva. Por otra parte, los beneficios podrían incluir: mayor autoconocimiento, la oportunidad de “experimentar” y enfocar el conflicto o situación, balance emocional y resolución del conflicto o situación, entre otros.

CLAÚSULA DE CONFIDENCIALIDAD: La información y discusión es de carácter confidencial. Sin embargo, el CPL tiene el mandato ético de interrumpir la confidencialidad, si determina la existencia y/o sospecha de peligro serio y previsible para ti u otra persona; si hay sospecha de abuso a menores o envejecientes, o si fuera citado por un tribunal para declarar sobre algún asunto que se relacione a tu persona. Esto tendrá lugar considerando la naturaleza de la citación, aspectos éticos, leyes estatales vigentes y la posible consulta con otros profesionales.

DERECHOS DEL CLIENTE: Estos incluyen:

- Participación voluntaria
- Trato justo, digno y con respeto
- Confidencialidad (excluyendo información provista en la cláusula (arriba))
- Autonomía o libertad durante el proceso
- Explicación de las técnicas/estrategias y su utilidad
- Continuidad y calidad en el servicio
- Cotejo de notas de la sesión

FIRMA: La firma de ambos en este documento establece tu entendimiento y comprensión del documento. Además, marca el inicio y compromiso con el proceso de consejería usando la Terapia de Impacto. (Si tienes alguna duda, puedes preguntar en confianza.)

_____ Nombre del cliente (en letra de molde)	_____ Firma
_____ Nombre del padre/encargado (si es un menor)	_____ Firma
_____ Nombre del Consejero Profesional Licenciado	_____ Firma
	_____ Fecha