

## Enfoque feminista de consejería: perspectivas generales para abordar a la consejería profesional desde un entendimiento teórico-práctico<sup>1</sup>

Mariwilda Padilla Díaz, Ed.D.  
Universidad Metropolitana  
[mpadilla19@suagm.edu](mailto:mpadilla19@suagm.edu)

### Resumen:

Este artículo, de carácter documental, describe algunas perspectivas y fundamentos básicos del enfoque feminista utilizado en la consejería profesional. La terapia feminista, de reciente inserción en la disciplina de la consejería, está considerada como un enfoque vanguardista en las profesiones de la conducta humana. Se exponen algunos conceptos y principios teóricos - prácticos del enfoque feminista desde la perspectiva de la consejería profesional. El objetivo principal es contribuir al entendimiento y a la práctica de la terapia feminista en beneficio de aquellos consejeros y consejeras profesionales que interesen incorporar la misma en sus respectivos escenarios de trabajo. Para facilitar la discusión, el tema de la terapia feminista se aborda desde los siguientes constructos: trasfondo histórico, vertientes o corrientes fundamentales del feminismo, principios feministas que guían el proceso de intervención y técnicas para la aplicación del enfoque feminista de consejería.

Palabras claves: consejería profesional, enfoque feminista de consejería, feminismo

### Abstract:

This document based research article describes some of the relevant perspectives that characterize the feminist approach in professional counseling. The feminist approach of recent insertion within the discipline of counseling has been considered a pioneering one. This article presents some of the basic concepts and theoretical principles of the feminist approach. The main objective is to contribute towards the understanding and practice of the feminist approach in counseling, particularly to those professionals who are truly interested in learning or incorporating this approach within their respective work scenarios. To facilitate the discussion, the topic takes into consideration the historical background, principal trends in feminism, feminist principles that guide the counseling intervention process and techniques used within the application of the feminist approach.

Key words: professional counseling, feminist approach in counseling, feminism

---

Recibido: 30 de junio de 2014.

Sometido para evaluación: 1 de julio de 2015.

Aceptado para publicación: 14 de octubre de 2014.

## Trasfondo histórico

**H**istóricamente, se le atribuyó al movimiento feminista organizado de la década de 1960 en los Estados Unidos el desarrollo de ideas sobre los derechos y la igualdad de las mujeres (Corey, 2012). Esa década se caracterizó por la amplia lucha de grupos que reclamaban igualdad y respeto por los derechos civiles de la población residente en ese país. El movimiento feminista organizado se originó en ese contexto de luchas sociales las cuales repudiaron la guerra contra Vietnam, el racismo y el discrimen en general. Uno de los resultados de los principales reclamos en ese movimiento social para las mujeres fue la promoción de una relación de equidad entre los géneros. De tal forma, la teoría feminista se inició con varios movimientos de “hermandad” y de “concienciación” entre grupos de mujeres. Este ambiente de reclamo de justicia propició el desarrollo de la terapia feminista junto a las múltiples críticas a la psicología tradicional por no atender efectivamente las necesidades particulares de las mujeres (Collins, 2002)

El enfoque feminista de consejería tomó como eje central la interacción del género con los siguientes aspectos: clase social, raza y desigualdad. Esto significa que la teoría feminista incorpora planteamientos, prácticas y acciones inherentes a estos aspectos en los que las ideologías, las estructuras sociales y el comportamiento están estrechamente vinculados. Esta base de carácter social es precisamente lo que diferencia a la terapia feminista de todos los demás enfoques teóricos utilizados en la consejería profesional (Evans, Kincade & Marbley, 2005). El enfoque feminista de consejería es uno caracterizado por la diversificación de pensamientos e ideas, como se explicará más adelante este escrito. El marco conceptual-teórico que sustenta el enfoque feminista proviene de las siguientes teorías: diversidad cultural, teoría relacional cultural y la teoría de justicia social (Crethar, Torres Rivera & Nash, 2008). Plantean estos autores que estas tres teorías no solamente convergen en sus objetivos para aspirar a alcanzar la equidad y la justicia en las relaciones dentro de la sociedad, sino que brindan nuevas aportaciones a la disciplina. Además, estas teorías establecen que para las mujeres en particular, la conexión y la relación con los demás juegan un papel central puesto que su sentido de identidad se desarrolla y se solidifica en el contexto de las relaciones. Históricamente, la posición de las mujeres en la sociedad se ha caracterizado por estar en desventaja, lo cual significa que su posicionamiento social se ha caracterizado por la subordinación y la opresión en contraposición a los hombres (Castro, 2004).

El estudio del contexto de las mujeres en relaciones de violencia de pareja fue uno que generó un gran interés y posteriormente contribuyó a establecer algunas de las bases conceptuales para la teoría feminista (Herlihy & Mccollum, 2011). De acuerdo a estas autoras, el análisis del poder y dominio que se manifiesta en las relaciones violentas entre hombres y mujeres fue muy importante para las intervenciones que se realizarían posteriormente en el contexto del enfoque feminista de consejería.

La etiología de la violencia contra la mujeres jugó un papel fundamental en el entendimiento psicológico que caracteriza al enfoque feminista de consejería de hoy día (Brown, 2010). En sus principios, el análisis retó dos grandes planteamientos fundamentales: la angustia psicológica era atribuida a motivos personales mientras que las condiciones resultantes de la violencia contra las mujeres era “aliviada” únicamente por un experto. Las suposiciones para abordar el problema de la violencia contra las mujeres le restaba importancia al perpetrador así como a las

estructuras sociales involucradas. Indica esta autora que la atención que se le atribuyó a las estructuras sociales que influenciaban en los problemas de las mujeres sentó los cimientos para establecer un nuevo acercamiento terapéutico en la consejería profesional. Inicialmente la terapia feminista se dirigió exclusivamente a las mujeres y excluyó a los hombres. Más adelante, cónsono con el elemento de integración, la terapia fue inclusiva a los hombres.

Durante la década de 1980, el enfoque feminista de consejería se consolidó como uno con su propia identidad a la vez que se diversificó en su práctica; incluyendo terapia de grupo y asuntos a tratar como: relaciones abusivas, incesto, desórdenes alimenticios, auto concepto, auto imagen, entre otros (Brown, 2010). Sin embargo, no fue hasta la pasada década que el feminismo se incorpora como una orientación terapéutica validada por el mundo científico (Enns, 2010). El enfoque feminista de consejería de hoy día, ofrece una única perspectiva de entendimiento acerca del proceso de socialización de las mujeres. Dentro de este contexto, se articularon las metas principales y la definición del enfoque feminista de consejería.

La definición del enfoque feminista de consejería reconocida y utilizada por la mayoría de los profesionales de la conducta humana, es la que acuñó Brown (2010): “un enfoque post modernista, integrativo, que enfatiza el análisis de género, de poder y el social como estrategias de cambio”. Según la autora, el enfoque feminista de consejería se nutre además de las siguientes orientaciones teóricas: acercamientos más apropiados al género (*gender fair approaches*), la perspectiva interaccionista y la perspectiva de duración de vida conocida como *Life Span* o ciclo de vida.

Channey y Piercey (1988) señalaron que una meta de la consejería feminista es “liberar a los clientes tanto masculinos como femeninos de las limitaciones destructivas e innecesarias derivadas de las estructuras opresoras sociales en relación a los roles del género” (p.306). Para lograrlo, plantean estas autoras, es indispensable que el consejero(a) pueda auto concientizarse del proceso de socialización de las mujeres e identificar mensajes internalizados que se reflejan en el comportamiento de las clientes para así contribuir al desarrollo de un poder personal y social que provea auto afirmación en la cliente.

El poder personal se refiere al empoderamiento, el cual constituye una de las piedras angulares del enfoque feminista (Herlihy & Mccollum, 2011). Muchos de los asuntos que las mujeres llevan al proceso de consejería son el resultado de los poderes limitados que tienen ellas en la sociedad. Por tanto, el empoderamiento requiere de un proceso de re-socialización en el que se re-enmarquen y se cuestionen las ideas tradicionales del género que mantienen a las mujeres subordinadas y oprimidas en la sociedad. Uno de los mayores desafíos del enfoque feminista de consejería es poder ayudar a sus clientes, a alcanzar dos niveles de empoderamiento: 1) individual o personal 2) colectivo. Este trabajo representa uno de los mayores retos de la práctica del enfoque feminista pues requiere de unas competencias profesionales en adiestramientos especializados en estrategias de empoderamiento, diversidad cultural y justicia social (*American Psychological Association, 2007*).

No se puede señalar a un solo fundador(a) como responsable de la teoría y/o el enfoque feminista de consejería (Corey, 2013). Sin embargo es importante destacar a algunas autoras que han influenciado en el desarrollo de la terapia feminista y han realizado una labor sobresaliente. Enns (2004) destacó a la investigadora Jean Baker Miller, quien examinó en la

década del 1970 desde Wellesley College en Boston el pensamiento tradicional psicoanalítico. La autora concluyó que para el crecimiento emocional era igualmente importante el desarrollo emocional de las mujeres así como el del hombre. Estos planteamientos enfatizaron lo que se conoció teóricamente como el yo en la teoría de relaciones, actualmente reconocida como la teoría relacional cultural (a la que se hace referencia previamente en este artículo).

Enns (2010) afirma que Carol Gilligan examinó la ausencia de las voces de las mujeres en las teorías de desarrollo psicológico, particularmente el desarrollo moral. La publicación de Gilligan (1982), titulada: *En una voz diferente: Teoría psicológica y desarrollo de las mujeres*, causó un gran revuelo por sus planteamientos teóricos que sustentaron que las mujeres percibían la moralidad como un deber de cuidar y ser responsables por los demás, mientras que los hombres percibían la moralidad como el respeto a las justicia. Este planteamiento subrayó la diferencia de roles de género así como la ausencia de las características y percepciones en las teorías de desarrollo psicológico. Gilligan (según citado en Corey, 2013) elaboró tres estadios en el desarrollo moral a los que llamó desarrollo de la moralidad o ética de cuidado.

Otras feministas sobresalientes contemporáneas que han contribuido al desarrollo de la teoría feminista de consejería han sido: Carol Zerbe Enns, Olivia M. Espin y Laura Brown (Corey, 2013; Herlihy & Mccollum, 2011). De acuerdo a estos autores, Carol Z. Enns es profesora de psicología en Cornell College en Iowa. Ha dedicado su tiempo profesional a investigar el impacto de la teoría feminista en las prácticas terapéuticas. Olivia Espin es profesora emérita de Estudios de la Mujer en la Universidad del Estado de San Diego. Sus trabajos académicos de mayor renombre se centran en los estudios psicológicos de dimensiones multiculturales e investigaciones con mujeres latinas. Brown (2010) es miembro fundadora del Instituto de Terapia Feminista; una organización dedicada al mejoramiento de la práctica de la teoría feminista. Además es autora del reconocido libro: *Diálogos subversivos: teoría en la terapia feminista*, publicado en 1994. Las autoras e investigadoras que se nombraron en la presente sección han plasmado una huella en el desarrollo del enfoque feminista. Aunque se exhorta al lector a familiarizarse con las obras e investigaciones de estas autoras, es importante resaltar que existen innumerables esfuerzos y publicaciones por muchas otras mujeres que se han organizado para apoyar las luchas feministas contemporáneas.

### Vertientes o corrientes fundamentales del feminismo

El feminismo es un fenómeno de carácter heterogéneo y polisémico pues tiene diferentes significados y cuenta con múltiples perspectivas o vertientes cuyas interpretaciones varían entre sí. Barrera, Garibi, Guerrero y Montoya (s.f.) señalan que conforme se adelanta el desarrollo de los contextos terapéuticos del enfoque feminista, mayores vertientes van surgiendo, como por ejemplo aquellas relacionadas a las mujeres lesbianas, bisexuales o transgénero; mujeres pertenecientes a tribus indígenas y la orientación ecofeminista, entre otras. Para ejercer un buen desempeño como profesional de la consejería feminista es necesario conocer y entender las perspectivas principales del feminismo que fueron surgiendo a partir de la segunda ola del feminismo.

Las diferentes vertientes que surgen de la segunda ola del feminismo son las siguientes: liberales, culturales, radicales y socialistas (Enns, 2004; Enns, 2010, Brown, 2010). Según estas autoras, las feministas liberales se caracterizan por perseguir una transformación de los roles

tradicionales del género a oportunidades equitativas para mujeres y para hombres. Las metas psicoterapéuticas del feminismo liberal son el empoderamiento personal e individual, el *self-fulfillment* o autorrealización, el poder compartido en la toma de decisiones en las relaciones y la equidad. Las feministas culturales entienden que la solución a la opresión es la “feminización” de la cultura; de forma tal que la cultura se convierta en una más altruista, intuitiva, cooperativa, relacional. La meta psicoterapéutica del feminismo cultural es la transformación de la sociedad hacia el valor de la interdependencia por encima del individualismo.

Las feministas liberales entienden que la opresión se fundamenta en el patriarcado y que éste se debe erradicar por medio del activismo y la equidad de poder. Las metas psicoterapéuticas son transformar las instituciones sociales, aumentar la auto-determinación sexual y procreativa entre las mujeres. Las feministas socialistas comparten la visión con las radicales la meta de cambio social excepto que creen en las opresiones múltiples por lo que los problemas de la sociedad deben de incluir consideraciones de clase, raza, nacionalidad, historia, economía y orientación sexual (Barrera, Garibi, Guerrero y Montoya, s.f).

La tercera ola del feminismo se caracterizó por una visión post modernista. Las feministas que se identifican con esta corriente filosófica proveen un entendimiento sobre diferentes verdades en oposición a una “verdad”. Postulan el fundamento de las “diferencias” en las identidades. El discurso de la igualdad en el contexto de la visión post modernista cambia al discurso de las diferencias: las mujeres no son iguales que los hombres; sino totalmente diferentes. Más aún: las mujeres son diferentes entre sí (Barrera, Garibi, Guerrero y Montoya, s.f.).

Mercado (2004) planteó que en el enfoque post modernista-feminista sobresale una noción de identidad como múltiple y compleja, la cual tuvo la influencia de mujeres negras y de otros grupos de minoría que protestaron en contra de las tendencias dominantes homogéneas adoptadas por las mujeres blancas. De acuerdo a esta visión, la subjetividad asume un papel protagónico. Según la autora, la visión post modernista del feminismo fue influenciada por la teorización post-estructuralista y su análisis de las relaciones sociales en las décadas del 1980 y 1990. Este análisis se centró en el fenómeno de la deconstrucción de la dicotomía sexo-género en la que se argumenta que la definición de ser mujer no es por sí misma sino supeditada al hombre.

Mercado (2004) sostuvo que en el enfoque post-estructuralista-constructivista, se interpreta que el sexo no necesariamente determina el género pues la femineidad se articula como “lo otro” de la masculinidad. Este argumento presupone que las categorías femenino-masculino se convierten en un tema lingüístico o discursivo por lo que no representan una relación puramente social. Squires (2000) sostuvo que la otredad es una categoría fundamental del pensamiento humano. Así pues, se pone de manifiesto un debate no con respecto a si el género es construido o no, sino más bien al grado de apertura que dispongan las estructuras que apoyan la construcción de género para realizar modificaciones en torno a la concepción de las mismas.

Principios feministas que guían el proceso de intervención

La Conferencia Nacional de Adiestramiento y Educación en Perspectivas Feministas, celebrada en 1993, logró un consenso en relación a la diversidad de premisas que conforman a la práctica

feministas (Corey, 2013). A continuación se exponen estos principios según los presenta el autor. El principio número uno es el siguiente: Lo personal es político. Este principio reconoce que las estructuras sociales, políticas y económicas están permeadas por la desigualdad entre los géneros lo que se debe transformar para lograr una sociedad justa y equitativa. De esta forma, las teorizaciones feministas se comprometieron a transformar no sólo a las mujeres sino también a aquellos entes externos que perjudiquen el desarrollo de éstas en la sociedad. El compromiso personal para lograr un cambio social ha sido considerado un acto político.

El segundo principio gira en torno a la acción social o el compromiso a favor del cambio social. Este principio puede ser considerado como uno pragmático pues requiere de una validación y posterior transferencia del conocimiento a la práctica; entiéndase su utilidad. Un practicante del enfoque feminista debe tener unas convicciones de compromiso acción social dirigidas al cambio que pueda modelar y, más allá, que pueda poner en práctica. Este principio es muy significativo pues trasciende el ámbito de la práctica profesional para invitar al terapeuta o consejero(a) a la participación activa para transformar la sociedad. A su vez, promueve la necesidad de un mayor entendimiento de las causas que provocan opresión e inequidad entre los seres humanos.

El tercer principio se refiere a la validación de las experiencias de las mujeres y las niñas. Las experiencias particulares de las mujeres son reconocidas y validadas como unas importantes y diferentes a las experiencias de vida de los hombres. Las experiencias están relacionadas al proceso de socialización y toman en consideración el surgimiento de fenómenos particulares asociados al género, tales como: violaciones sexuales, hostigamiento sexual, violencia doméstica, desórdenes alimenticios, entre otros.

Corey (2013) indica que el cuarto principio alude a la relación entre profesional y cliente. Sugiere que esta relación debe ser una igualitaria y no autoritaria. Esto es así para reproducir una relación libre de estructuras jerárquicas. Durante el proceso terapéutico no se deben recrear manifestaciones de autoridad para que la relación profesional se produzca bajo condiciones que promuevan relaciones justas y equitativas.

El quinto principio se refiere a la reformulación del estrés psicológico. El justo uso de este principio en la consejería feminista es que más allá de etiquetar los síntomas o condiciones de las mujeres, debe considerarse un proceso de re-enmarcación de pensamientos irracionales. Esto significa que la práctica profesional se distancia del contexto patológico para contextualizarse en uno de desarrollo de vida y de superación de eventos de crisis.

El sexto principio que presenta Corey (2013) es el siguiente: Uso de un análisis integrado sobre la opresión en el que todas las formas de esta, son reconocidas. Tanto hombres como mujeres son afectados debido al impacto de la diferenciación en los roles del género. Estas diferencias, así como el efecto sobre la conducta de las personas constituyen un asunto central para el entendimiento de conductas de control y poder. El reconocimiento de las diferentes formas de opresión (racismo, homofobia, clasismo, sexismo, entre otras) es un asunto central para el trabajo con las mujeres porque todas esas formas de opresión influyen profundamente el desarrollo de los seres humanos en la sociedad.

Estos principios, además de constituir una guía para las intervenciones feministas, se pueden considerar como una base fundamental para el desarrollo profesional del consejero(a) que deliberadamente selecciona este modelo en su escenario de trabajo. Las consejeras, investigadoras y postulantes del enfoque feminista ejercen un rol de agentes de cambio social. Las(os) profesionales feministas que realicen una intervención, en vez de asumir un rol de expertos, se convierten en facilitadores que reconocen el poder de sus clientes para entender, expresar y manejar su situación.

En la selección de este enfoque, es necesario que los consejeros (as) se comprometan a experimentar un proceso de autorreflexión intrapersonal en torno a las posturas que asumen de la justicia humana y de la equidad en sus diferentes manifestaciones: raza, clase social o económica, preferencia sexual, entre otros. Es responsabilidad de cada consejero(a) profesional que emplee el enfoque feminista, tener unos niveles de apertura, de compromiso y de concienciación social muy profundos. Este enfoque requiere además de destrezas, la incorporación de valores y significados atribuidos a la realidad o experiencia social.

Técnicas para la aplicación del enfoque feminista de consejería

Cummins (2000) ha señalado que la consejería feminista está mayormente centrada en los valores y no en las técnicas. La autora enfatiza que los adiestramientos en las técnicas feministas son muy necesarios para enriquecer la práctica profesional de la consejería. Partiendo del contexto de diversidad que permea al enfoque feminista de consejería, la manera más adecuada para emplear estrategias y técnicas de intervención es utilizando una perspectiva ecléctica. Es importante señalar que la Terapia Centrada en la persona de Carl Rogers y la Terapia Racional Emotiva de Albert Ellis han constituido piedras angulares para la aplicación del enfoque feminista de consejería (Wills & Risman, 2006).

La Terapia Centrada en la Persona de Carl Rogers (1980) tiene gran correspondencia con el enfoque feminista de consejería en los siguientes aspectos: enfatiza la importancia de la atención al cliente con verdadera autenticidad, estimula un ambiente facilitador en el que tanto la cliente como el consejero(a) tienen total apertura hacia los temas a tratar durante el proceso de intervención, el rol del consejero(a) se caracteriza por brindar empatía de forma genuina para brindar aceptación positiva incondicional y por último, la relación se debe caracterizar por una de mutualidad; sin reproducir relaciones jerárquicas o que reflejen poder.

La Terapia Racional Emotiva (TRE) de Albert Ellis (1994) tiene gran influencia en el enfoque feminista de consejería. La TRE estudia la dimensión cognoscitiva del ser humano y se enfoca en suscitar cambios de pensamientos irracionales. El proceso de socialización de las mujeres está estrechamente vinculado a la internalización de creencias acerca de los roles del género. Por tanto, la reestructuración cognoscitiva juega un papel importante en la aplicación del enfoque feminista de consejería. La refutación de las creencias irracionales abarca tres pasos: 1) ayudar al cliente a descubrir las creencias irracionales y las emociones auto devaluatorias; 2) debatir la verdad o falsedad de sus creencias (determina la validez de las hipótesis o teorías; 3) el diálogo socrático.

Haciendo uso de la TRE como enfoque cognoscitivo y con el objetivo de trabajar hacia la deconstrucción del género tradicional, se recomienda específicamente la técnica de

confrontación con el uso de preguntas socráticas. Algunas preguntas socráticas que pueden abonar al esclarecimiento de los roles tradicionales o de los estereotipos del género pueden ser las siguientes: ¿Eso te hace lógica? ¿Es eso cierto? ¿Por qué no? ¿Puedes probarlo (proveer prueba)? ¿Por qué eso tiene que ser así? ¿Pudieras estar sobre generalizando? ¿Dónde está escrito eso? ¿Ves inconsistencia entre tus creencias? ¿Cuál es la lógica que eso está siguiendo? Describe qué pasaría si... ¿Por qué debes o tienes que hacerlo o creerlo? ¿Mientras creas eso, cómo te sentirás? ¿Qué pudiera significar eso en tu persona? Es necesario recordar que estas preguntas de confrontación cognoscitiva combinan la persuasión con el razonamiento lógico. Además, es una de las pocas situaciones en consejería en las que se utilizan muchas preguntas abiertas y el por qué (Ivey & Ivey, 2003). Es importante prestar particular atención a los siguientes elementos: interferencias arbitrarias, maximización y minimización, abstracción selectiva y el pensamiento dicotómico.

Las técnicas de dimensión afectiva también pueden contribuir a lograr intervenciones efectivas en la aplicación del enfoque feminista de consejería. Entre estas se recomienda el inventario de emociones. El inventario de emociones es una lista de una amplia gama de emociones que los clientes reportan en sus sesiones de consejería. Los clientes deben ser instruidos para identificar sentimientos relacionados a su experiencia de vida durante los últimos tres meses de su vida (Hackney & Cormier, 2001). Esta técnica resulta muy efectiva para la identificación de emociones relacionadas a conductas de opresión que puede experimentar la cliente como resultado de relaciones dominantes y de control sobre su persona.

Los indicadores verbales afectivos (*verbal affective cues*) también pueden constituir una técnica afectiva beneficiosa pues clasifica los sentimientos en cuatro estados mentales: Estado Mental Positivo; Estado Mental Agresivo/Defensivo; Estado Mental de Miedo y Ansiedad; y Estado Mental Espiritual/Existencial (Hackney & Cormier, 2001). Esto ayuda al cliente a delimitar e identificar sus sentimientos verdaderos. El empleo de la técnica de gráfica de porcentajes puede ser un gran complemento porque le presenta al cliente de forma muy gráfica y visual, los sentimientos preponderantes que están manifestando ante su situación. Además, las técnicas de enfoque son utilizadas para fomentar y facilitar la introspección de forma que los problemas puedan ser clarificados y conceptualizados por el (la) cliente. Las mismas se recomiendan para el trabajo a nivel individual en la consejería feminista.

Hackney & Cormier (2001) plantean que la técnica de reversión de roles resulta en una estrategia de cambio efectiva particularmente para entender la posición del otro. Para aquellas mujeres que experimentan patrones de sumisión, esta técnica puede llevarlas a un nivel satisfactorio de auto percatación. Además, la biblioterapia y la videoterapia son estrategias que a través de la discusión y las reflexiones profundas ayudan a desarrollar niveles más altos de concienciación y empoderamiento, elementos claves en el enfoque de consejería feminista.

Entre las técnicas de la terapia Gestalt que contribuyen a las intervenciones feministas se encuentran el alter ego, o el “otro lado de uno mismo”, la silla vacía, la relación yo-tú y asuntos pendientes (Woldt & Toman, 2005). El *alter ego* se refiere a la noción de que cada uno de nosotros tiene otra dimensión de nuestra personalidad que es más consciente, más honesta, más perceptiva con los motivos personales, valores y agendas ocultas. En este ejercicio el consejero asume el rol del cliente (*public self*) y el cliente se convierte en su alter ego. El resultado de esta técnica es que el cliente introduce situaciones, refuta auto-racionalizaciones y



se cuestiona auto-motivos en el encuentro terapéutico con su yo. Se recomienda no utilizar esta técnica temprano en la relación terapéutica pues requiere de un análisis profundo del problema o situación, tomando en consideración todas sus dimensiones. Además, la relación del (la) cliente y consejero (a) debe estar bien solidificada. La silla vacía es una técnica simple pero poderosa que tiene mucho que aportar a la clarificación de sentimientos de los clientes femeninos y masculinos. Aunque principalmente esta técnica trabaja con el manejo de pérdida, es necesario aclarar que la pérdida se manifiesta en múltiples dimensiones y que no necesariamente se suscribe a eventos de muerte únicamente.

La relación de yo-tú es una técnica en la que se le solicita al cliente que mencione el nombre de la persona a quien se va a dirigir (Woldt & Toman, 2005). Con el empleo de esta técnica se intenta desarrollar conciencia de la diferencia entre hablarle a su interlocutor y hablar delante de él o ella. Los autores recomiendan que el consejero(a) o profesional de la conducta humana ausculte lo siguiente: ¿En qué medida estás evitando tocarlo con tus palabras? consejero(a) debe observar la ocurrencia de alguna evitación fóbica por medio de los gestos, el tono de voz o en el rehuir o en el esquivar de su mirada. Esta técnica puede ayudar en el proceso de empoderamiento del (la) cliente para que tome decisiones asertivas y afirmativas. La técnica de asuntos pendientes: me hago responsable permite al cliente darse cuenta de cuáles son sus necesidades para satisfacerlas mejor; y de no lograr satisfacerlas, responsabilizarse de ello para obtener un mejor manejo asuntos relacionados a la culpa y al poder.

Otra terapia que pudiese contribuir muy positivamente al desarrollo de las intervenciones feministas es la Terapia de la Realidad de Glasser. El sistema *WDEP* (*Wants, Doing, Evaluation, and Planning*) es una técnica sistemática que ayuda al cliente a colocarse en perspectiva para desarrollar planes y asumir responsabilidad (Wubbolding, 2011). Esta terapia ha sido muy efectiva para el trabajo con hombres agresores. También ayuda a identificar maneras específicas para cambiar estrategias fallidas y convertirlas en opciones de éxito. Para auscultar la información relacionada a los *Wants*, se recomienda preguntar: ¿Si fueras la persona que desearías ser, que tipo de persona serías? Para auscultar la información relacionada al *Doing* se pudiese preguntar: ¿Qué es lo que le frena o impide para hacer los cambios que quieres?, ¿Qué le está funcionando?, ¿Hacia dónde quiere dirigirse? Un buen plan debe contener los siguientes elementos: ser simple, alcanzable, medible, inmediato, controlable y realista.

La terapia narrativa de Michael White (2007) ofrece varias alternativas en el uso del enfoque feminista. La narrativa en el contexto terapéutico busca la reconstrucción del problema o situación de la misma vida del cliente. Se dirige hacia la construcción de una versión de la vida, que puede ser frágil en sus inicios por lo que necesita ser fortalecida para enriquecer los significados experienciales del (la) cliente. Esta terapia se centra en la descripción tanto de la influencia que el problema ha tenido y tiene en la vida del (la) cliente, como en la influencia que la persona tiene en el problema y los cambios en la concepción de su subjetividad. Usualmente se le pregunta a la persona acerca aquellas ocasiones en las que ha salido victoriosa frente al problema o dificultades similares o por el contrario. La función de las preguntas radica en generar soluciones y nuevas formas de describir el problema por medio de preguntas que pueden ir desde lo reflexivo hasta lo directivo. Específicamente, la técnica de despersonalización del problema, en la que se separa el problema de la persona, atribuyéndole una “personalidad” externa, puede ser muy útil. Esta técnica descansa en el planteamiento teórico de que cuando

se externaliza el problema, el mismo se interpreta desde una óptica diferente por lo que se generan soluciones más efectivas y realizables.

Una mirada a la teoría de Alfred Adler (Schultz, & Schultz, 2009) provee dirección en la utilización de técnicas adicionales para la consejería feminista. Algunas de las más pertinentes son: la confrontación de discrepancias y la reorientación de problemas. La confrontación de discrepancias consiste en observar al (la) cliente en sus discrepancias o contradicciones entre su conducta y creencias, sentimientos y formas de relacionarse y las ideas internas que el (la) cliente dice tener y lo que hace realmente con el objetivo de formular hipótesis tentativas. La técnica de reorientación de problemas enseña al (la) cliente a concretar sus problemas, generar un abanico de posibles soluciones, escoger una, ponerla en práctica, comprobar los resultados y revisar todo el proceso si la misma no funcionó adecuadamente. Se recomienda llevar a cabo un análisis del estilo de vida y del interés social del cliente ya que los hallazgos resultantes pudiesen brindar datos reveladores sobre las percepciones, pensamientos y/o sentimientos del (la) cliente en torno a los roles del género, el proceso de socialización al que estuvo expuesto(a) o a la posible reproducción de patrones sexistas.

### Conclusión

La incorporación del enfoque feminista en la consejería profesional ha sido un tema caracterizado como vanguardista porque cónsono con el concepto de *avant-garde*, este enfoque postula planteamientos innovadores y pragmáticos. El enfoque feminista de consejería emergió como un movimiento social y según se fue posicionando en la disciplinas de la conducta humana, se nutrió de otras perspectivas con fundamentos esencialmente sociales, culturales y relacionales. Esto requiere que el consejero(a) profesional que desee incorporar este enfoque a su práctica reflexione sobre sus competencias, sus ideologías y sobre su rol como un verdadero agente de cambio social. El (la) consejero profesional debe conocer otros enfoques teóricos estrechamente relacionados a la justicia social y a la diversidad multicultural en beneficio de su mejor desempeño como consejero(a). Las múltiples perspectivas del enfoque feminista de consejería trajeron consigo la necesidad de un consenso ante la diversidad de posturas feministas, incluyendo el pensamiento post modernista el cual ha generado cambios significativos en el discurso del feminismo que preponderaba desde la década del 1970. El resultado del consenso profesional ante la diversidad de vertientes feministas fue el establecimiento de cinco principios básicos para guiar las intervenciones en el proceso de consejería. Estos principios, a su vez, incorporaron técnicas de carácter ecléctico en la práctica de la consejería feminista. El enfoque feminista de consejería nos pone de manifiesto un nuevo paradigma profesional que se encuentra en pleno desarrollo y se sustenta con una amplia gama de seria literatura científica. A la vez, este enfoque necesariamente invita a la reflexión debido a su trascendencia como movimiento social de derechos humanos. La incorporación del enfoque feminista a la consejería ha implicado una nueva acepción del ser humano dirigida hacia un entendimiento y hacia una validación del ser humano en un contexto de justicia social y equidad.

### Referencias

American Psychological Association. (2007). Guidelines for psychological practice with girls and women. *American Psychologist*, 62, 949-979.

- Barrera, L., Garibi, C., Montaya, M., & Guerrero, M. (s.f.). De "El feminismo" a "Los feminismos": Propuesta incluyente para grandes luchas. *Debate Feminista*, 41(21), 64-74.
- Brown, L.S. (2010). *Feminist therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Brown L.S. (2006). Still subversive after all these years: The relevance of feminist therapy in the age of feminist based practice. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 15-24.
- Castro, I. (2004). *La Pareja Actual Transición y Cambios*. Buenos Aires: Lugar Editorial, SA.
- Chaney, S. & Piercy, F. (1988). A feminist family therapy behavior checklist. *American Journal of Family Therapy*, 16, 305-318.
- Collins, K. A. (2002). *An examination of feminist psychotherapy in North America during the 1980s*. *Guidance & Counseling*. 17(4), 105-112.
- Corey (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, California: Brooks Cole.
- Crethar, H.C., Torres Rivera, E. & Nash, S. (2008). *In search of common threads: Linking multicultural, feminist and social justice paradigms*. *Journal of Counseling and Development*, 86, 269-280.
- Cummins, A. (2000). Teaching novice counseling responses to novice female counselors. *Counselor and Education Supervision*. 40 (1), 47-58.
- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy revised*. New York: Kesington.
- Enns, C.Z. (2004). *Feminist theories and feminist psychotherapies: Origins, themes and diversity* (2<sup>nd</sup> ed.). New York: Haworth
- Enns, C.Z. (2010). *Locations, feminism and feminist social identity analysis*. *Professional Psychology: Research and Practice*, 41(4), 333-339.
- Evans, K., Kincade K.M. & Marbley A.F. (2005). Feminism and Feminist Therapy: Lessons from the past and hopes for the future. *Journal of Counseling and Development*, 83 (3), 269-278.
- Hackney, H.L. & Cormier, S.L. (2001). *The Professional Counselor: A process guide to helping*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Herlihy, B. & Mccollum, V.J. (2011). *Feminist Theory*. En D. Cappuzi & D.R. Gross (Eds), *Counseling and Psychotherapy: Theories and interventions* (5<sup>th</sup> ed. pp. 313-333). Alexandria, Virginia: American Counseling Association.

- Ivey, A. & Ivey, M.B. (2003) *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society*. California: Brooks/Cole.
- Lamas, M. (2006). *Feminismo, transmisiones y re-transmisiones*. Taurus: México, DF.
- Martínez Ramos, L. M. & Tamargo López, M. Eds. (2003). *Género, sociedad y cultura*. Colombia: Publicaciones Gaviota.
- Mercado, M. (2004). Feminist theorizing in time and space: A study from Mesoamerica. *Agriculture, Society and Development*, 1 (2) 111-131.
- Rogers, C. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.
- Schultz, D. & Schultz, S.E. (2009). *Theories of personality* (9<sup>th</sup>.ed.). Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.
- Squires, J. (2000). *Gender in political theory*. UK. Polity Press and Blackwell Publishers. White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. New York: Norton.
- Wills, J. & Risman, B. (2006). The visibility of feminist thought in family studies. *Journal of Marriage and Family*. 68, 690-700.
- Woldt, A. & Toman, S. (2005). *Gestalt Therapy: History, theory and practice*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Worell, J. & Johnson, D.M. (2001). Feminist approaches to psychotherapy. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender* (pp. 425-437). New York: Academic Press.
- Wubbolding, R.E. (2011). *Reality therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.