

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN CUALITATIVA

La consideración y afirmación positiva: recurso del psicoterapeuta

The Consideration and Positive Affirmation: A Resource for the Psychotherapist

Mireya Ospina Botero^{1,a}, Melissa Castaño Rodríguez^{1,b}, Vanessa Gómez Giraldo^{1,c}

Recibido: 26 - 07 - 23

Aceptado: 21 - 11 - 23

Publicado: 30 - 06 - 24

Resumen

La consideración y afirmación positiva es clasificada por la Asociación Americana de Psiquiatría (APA) como una de las habilidades terapéuticas de mayor efectividad en el área clínica. Por ello, la presente investigación se planteó el objetivo de comprender la manera como se despliega la consideración y afirmación positiva: sus alcances y retos en la práctica clínica en dos psicoterapeutas de la especialización en clínica, con énfasis en psicoterapia aplicada a niños y adolescentes. Se implementó una metodología cualitativa de estudio de caso: se usaron grabaciones de las primeras cuatro sesiones de intervención de dos psicoterapeutas. Para el análisis de este material, se construyó un instrumento de observación que fue validado por tres expertos investigadores. Para el análisis de la información se desarrollaron sesiones de discusión. Los resultados dan cuenta de la manera en que las psicoterapeutas, mediante el uso de este recurso, generan en los consultantes apertura, adherencia y percepciones de sentirse valorados.

Palabras clave: habilidad personal, psicoterapeuta, consideración y afirmación positiva.

¹ Universidad Católica de Pereira. Colombia

^a Autor para correspondencia: mireya.ospina@ucp.edu.co ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4571-8377>

^b E-mail: melissa.castano@ucp.edu.co ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-5555-1692>

^c E-mail: vanessa.gomez@ucp.edu.co ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6433-1718>

Abstract

Consideration and positive affirmation is classified by the American Psychiatric Association (APA) as one of the most effective therapeutic skills in the clinical area. Therefore, the present research aimed to understand the way in which positive regard and affirmation unfolds: its scope and challenges in clinical practice in two psychotherapists of the clinical specialization; emphasis is placed on psychotherapy with children and adolescents. A qualitative case study methodology was implemented; for this purpose, recordings of the first four intervention sessions of two psychotherapists were used. For the analysis of this material, an observation instrument was constructed and validated by three expert researchers. For the analysis of the information, discussion sessions were held. The results show how the psychotherapists, making use of this resource, generated in the clients: openness, adherence, and perceptions of feeling valued.

Key words: personal skill, psychotherapist, consideration, and positive affirmation.

INTRODUCCIÓN

Según el Ministerio de Salud (2022), a nivel nacional, después de la contingencia vivida por la pandemia, se presentó un 44.7 % de presuntas afectaciones a nivel de salud mental en menores de edad; en adultos, la cifra fue de 6.7 % con trastornos afectivos. De acuerdo con lo anterior, es importante comprender que la sociedad en general puede manifestar propensión a tener crisis que influyan en el estado psicológico de las personas. De acuerdo con Ríos (2011), se trata de acontecimientos inesperados que afectan el normal funcionamiento de la vida en una persona.

El panorama anterior pone de manifiesto la importancia de atender la salud mental de las personas en una perspectiva integradora, que sea capaz de compadecerse humanamente de las distintas afectaciones en la salud mental. De este modo, el acento no estaría solamente en las técnicas dadas por las orientaciones teóricas, sino también en los recursos personales de los psicoterapeutas.

A partir del 2009, empiezan a llevarse a cabo indagaciones sobre las habilidades terapéuticas más efectivas. En un inicio, Anderson et al. (2009) y Tapia et al. (2010) fueron quienes introdujeron en la discusión al psicoterapeuta como un facilitador del proceso terapéutico. Más recientemente, Bedoya et al. (2019) y Lazo y Veliz, (2017) aportaron en el cuerpo teórico de esta categoría, encontrando que los resultados del consultante son relativos a las características de quien guíe la intervención.

Por ello, uno de los recursos que puede desplegar el psicoterapeuta en intervención es la **consideración y afirmación positiva**, debido a que da garantía de un acompañamiento eficiente y eficaz. Así lo confirma la Asociación Americana de Psicología (APA) quien publica los resultados de la investigación de Norcross y Lambert (2019). Ellos llegaron a la conclusión de que existen 16 factores del psicoterapeuta que influyen en la eficacia de la terapia, y la consideración y afirmación positiva es una de ellas. Este factor se entiende como la habilidad que tiene el psicoterapeuta para valorar a sus consultantes sin importar el comportamiento o actitud que tengan. En otras palabras, propone un proceso marcado por “la ausencia de juicio sobre el otro” (Lamarque, 2012, p. 2).

De este modo, el objetivo de la presente investigación fue comprender la manera como se despliega la consideración y afirmación positiva: sus alcances y retos en la práctica clínica en dos psicoterapeutas de la especialización en clínica. Se pone énfasis en la psicoterapia aplicada a niños y adolescentes.

Lo anterior permite identificar que uno de los aspectos novedosos de la investigación es la población. En efecto, al ser practicantes clínicos, funciona como evaluación para reconocer el nivel de conocimiento en el que se encuentran, por lo tanto, los estudiantes optan en seguir sus estudios en uno de posgrado, el cual permitirá fortalecer los recursos psicoterapéuticos en el ejercicio clínico. Por otro

lado, deja en evidencia la importancia de que los programas en formación desarrollen planes de curso enfocados en las habilidades para lograr un proceso integral, lo cual sugiere una utilidad para la academia como herramienta de actualización con miras a garantizar una formación de alta calidad.

Adicionalmente, se considera que los recursos del psicoterapeuta influyen en la psicoterapia y se comprende el papel que tiene su despliegue. Se trata de un insumo valioso para las futuras investigaciones, ya que permite explorar categorías poco estudiadas. En definitiva, se espera que la investigación resulte útil para los profesionales y/o estudiantes de psicología como forma de sensibilización en el reconocimiento de las habilidades propias necesarias en el contexto clínico.

Método

Con la intención de comprender la manera como se despliega la consideración y afirmación positiva, la presente investigación se lleva a cabo desde una epistemología hermenéutica. Es decir, se hace una investigación cualitativa que indaga sobre el discurso y comportamiento de los participantes, en este caso por medio de la observación de sesiones de psicoterapia. Para dar cuenta del diseño, se estructura el análisis de dos casos de psicoterapia, cada uno con el registro audiovisual de las primeras cuatro sesiones para abstraer información relevante según categorías de análisis (Soto y Escribano, 2019).

Participantes

La unidad de análisis proviene de la invitación a la cohorte 16 de la especialización en psicología clínica con énfasis en infancia y adolescencia. A partir de la cual, surgieron dos personas voluntarias que se encuentran haciendo sus prácticas clínicas desde el enfoque sistémico. Las psicoterapeutas participantes cuentan con un rango de edad a partir de los 35 años y con experiencia en lo clínico entre 1 y 3 años.

Técnicas e instrumentos

Grabación de sesiones. Se utilizó la grabación de cuatro sesiones con cada uno de los casos de psicoterapia, mediante el uso de tecnología que se encuentra en la *cámara de Gesell*: sala de atención dotada de equipos de audio y video de alta definición, con dispositivos para la grabación. Según Galeano (2020), las grabaciones, en este caso de sesiones de psicoterapia, es una actividad multipropósito que surge, en la antropología etnográfica, como un método de observación y que se populariza entre los diversos profesionales de las ciencias sociales y humanas para convertirse en una técnica válida de recolección y sistematización.

Matriz de observación. Con la intención de analizar el recurso denominado consideración y afirmación positiva, se partió de una conceptualización

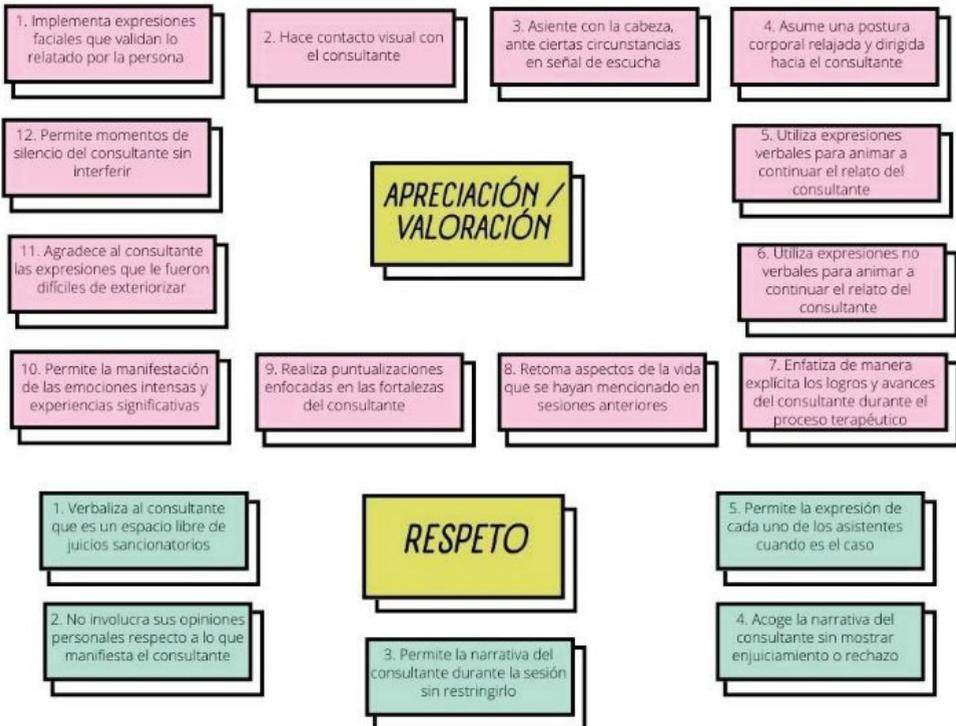
que tuvo en cuenta el contexto teórico pertinente. En el análisis de los elementos definitorios, se identificaron dos subcategorías (apreciación/valoración y respeto), en tanto ambas representan dos condiciones esenciales en el despliegue del recurso. A cada una de las subcategorías se le atribuyeron unos criterios de observación (operacionalización), los cuales se midieron de la siguiente forma: “se presenta”, “no se presenta” y se valora si tiene coherencia/pertinencia en el marco del proceso observado en la sesión.

Para la validación del instrumento, se procedió con un juicio de expertos en el que participaron tres investigadores nacionales e internacionales reconocidos por su trayectoria en el campo. Luego de la respectiva revisión y retroalimentación, como resultado se obtuvo una matriz de observación según los criterios de la categoría investigativa. Así, se generó un instrumento riguroso y confiable.

En la siguiente figura, se puede evidenciar el detalle de los criterios de observación para cada una de las subcategorías.

Figura 1

Criterios de observación de la habilidad consideración y afirmación positiva



Procesamiento y análisis de datos

La grabación de las sesiones fue previamente concertada con psicoterapeutas y consultantes, que conocieron de antemano los pormenores de la investigación y firmaron el consentimiento informado y la cesión de derechos y uso de imagen para fines investigativos. Este material fue almacenado exclusivamente en una memoria extraíble, de tal modo que se pudiera salvaguardar la información en condiciones de privacidad, prescritas en el consentimiento.

Para realizar el análisis de los videos, se llevó a cabo el siguiente procedimiento: las investigadoras del proyecto y dos pares de colaboradores llevaron el registro de las ocho sesiones de psicoterapia, utilizando el instrumento de observación. Posteriormente, se realizaron cuatro jornadas de discusión sobre los criterios más representativos, coincidencias, discrepancias, etc., en el horizonte de un diálogo reflexivo y constructivo. Así, se llegó a acuerdos y consensos sobre los principales rasgos de las dos psicoterapeutas, en el despliegue de la consideración y afirmación positiva a lo largo de las ocho sesiones.

La interacción en el análisis de los datos fue una experiencia flexible donde la interpretación fue prefigurada, coreografiada o esbozada; es decir, se efectuó bajo un plan, pero en su desarrollo fue sufriendo modificaciones de acuerdo con los resultados (Hernández y Mendoza, 2018).

Hallazgos/Resultados

Se presenta el contexto del caso y el motivo de consulta que da cuenta de la crisis del consultante. Luego se introduce de qué manera la consideración y afirmación positiva se desplegó en cada caso, de acuerdo con los criterios de observación más representativos y las consecuencias que tuvo en el consultante. Para el desarrollo de los resultados, se retoman pequeños fragmentos de las sesiones que dan cuenta de los criterios observados.

Caso 1: Los celos como crisis

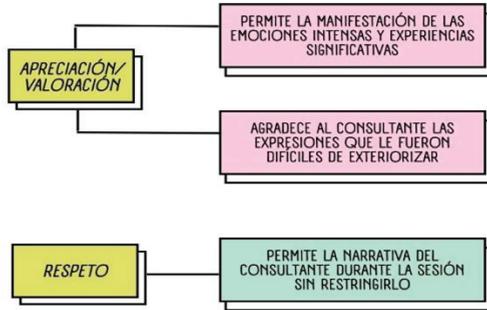
Contexto. A la consulta llega una estudiante universitaria, que se encuentra atravesando una crisis por asuntos relacionados con su relación de pareja y su dinámica familiar. Comenta que su pareja, con la que lleva alrededor de un año, *es una persona con comportamientos celotípicos. Manifiesta que desconfía de su pareja* y que, frente a las situaciones que le generan desconfianza, reacciona de forma “grosera”. Estas actitudes las relaciona con episodios con su padre, ya que le ha encontrado conversaciones con otras mujeres. Al confrontarlo y decirle a su madre, ella lo justifica, demostrando poco interés en el tema.

Consecuencias del uso de la consideración y afirmación positiva. Mediante el análisis de la información, se logró evidenciar la presencia de la consideración y afirmación positiva en torno a tres criterios observacionales más representativos,

que fueron de gran utilidad para la intervención frente a la crisis. Todo se puede evidenciar en la figura 2.

Figura 2

Criterios observacionales más representativos evidenciados en la psicoterapeuta



Nota. La figura muestra los criterios observables más representativos en relación con la subcategoría de la que da cuenta.

Permite la manifestación de las emociones intensas y experiencias significativas. Se evidencia de qué manera la psicoterapeuta se desenvuelve en las sesiones en relación con el recurso por cómo identifica las necesidades de la consultante. Así mismo, de forma explícita y breve le brinda retroalimentación a la consultante, lo que le permitió la comodidad para seguir su relato. Ello se logra ilustrar en el siguiente fragmento, en donde la consultante menciona que es una persona insegura, pero, a la vez, segura. Explicaba cada sentimiento; no obstante, constantemente, preguntaba a la psicoterapeuta si le entendía, a lo que ella responde:

Psicoterapeuta: “*Hablas con mucha propiedad de ambos sentimientos*”
(sesión dos)

De esta forma se evidencia la estrategia que implementa la psicoterapeuta para validar las emociones y sentimientos del consultante. Al permitir que exprese su malestar sin cambiar el foco, se logra eficacia comunicativa, puesto que, cuando la persona se sintió comprendida por la psicoterapeuta, no se inhibió y siguió relatando lo que la aquejaba actualmente. Gracias a la actitud de la psicoterapeuta, no hubo enjuiciamiento por la ambivalencia de los sentimientos. Conforme a Iberg (2001), ello constituye un elemento fundamental en la consideración y afirmación positiva.

Permite la narrativa del consultante durante la sesión sin restringirla. Desde la primera sesión, se evidencia que la psicoterapeuta identifica la necesidad de la consultante de ser escuchada. Por ello, le permitió narrar cada una de las

cosas que le estaban generando malestar, aun cuando hacerlo implicó que la psicoterapeuta no lograra cumplir con lo que ya había estructurado para la sesión. Se logró percibir que la consultante se sintiera valorada, puesto que la psicoterapeuta se centró en las necesidades de la consultante, dejando de lado asuntos más de orden administrativo. Esto se evidencia en el siguiente fragmento de la sesión número cuatro:

Psicoterapeuta: *“Yo venía preparada para otra cosa, pero igual me parece super ganador el espacio, recogimos algo muy maravilloso de todo lo que estás trabajando” (haciendo alusión a la construcción del familiograma)*

De este modo, la psicoterapeuta es explícita en la validación e importancia de la crisis por la que está cruzando el consultante en su ciclo vital. Gracias a ello, el consultante menciona en algunas ocasiones a la psicoterapeuta lo siguiente:

Consultante: *“entonces siento que me gusta mucho venir y te quería agradecer por este espacio” (sesión tres)*

Así se demuestra el despliegue de la habilidad en el transcurso de las sesiones, dando como resultado una adherencia al tratamiento, lo que es explícitamente mencionado por el consultante.

Adicionalmente, la psicoterapeuta, por medio del relato del consultante, encontró una situación puntual en la que pudo intervenir en torno a la crisis. Esta situación se evidencia en un fragmento, ya que el consultante mencionaba que sentía malestar en ciertas situaciones, donde empezaba a tener un sentimiento de ira cuando no estaba todo el tiempo con su pareja, lo que hacía que tuviera momentos para él mismo. Por ello, la psicoterapeuta le dice en la sesión dos lo siguiente:

Psicoterapeuta: *“Permítete disfrutar esa parte” (refiriéndose al tiempo en el que puede cuidar de sí mismo con lo que le gusta hacer)*

De esta manera, según lo descrito por Gómez y Corral (2009), es importante brindar apoyo para facilitar que el consultante se sienta comprendido y como resultado tenga facilidad para expresar lo que siente y piensa (citados en Rabelo, 2010). Las consecuencias del despliegue de la habilidad se evidencian en el consultante al mencionar lo siguiente:

Consultante: *“Me haces caer en cuenta” (haciendo referencia a la reflexión que le brinda la psicoterapeuta en torno a que él realmente disfruta actividades en las que no necesariamente participa la pareja o alguien más)*

Agradece al consultante las expresiones que le fueron difíciles de exteriorizar. Por último, de manera explícita, la psicoterapeuta le agradece al consultante la apertura que ha tenido a lo largo de las sesiones, lo que sucede tras un momento en el que el consultante expresa que se siente cómodo en la psicoterapia. El siguiente fragmento evidencia lo dicho anteriormente:

Consultante: *“Me ha gustado mucho venir a terapia, estoy muy adherido” (sesión tres)*

Psicoterapeuta: *“Tan bello, me encanta lo que estás diciendo y haciendo, estás aprendiendo a contarme lo que también estás pensando” (...) “Muchas gracias también a ti por permitirme entrar a tu vida” (el consultante sonríe).*

Lo anterior supone, según Bados y García (2011), brindar aceptación a una persona merecedora de dignidad, aceptándola tal cual es. Así se pudo evidenciar que, en el caso número uno, la psicoterapeuta permitió la manifestación de las emociones intensas y experiencias significativas, validando lo que el consultante de forma ambivalente expresaba sobre lo que sentía. Permitted la narrativa sin restringirla, identificando que lo que estaba sucediendo en consulta era valioso para el consultante, por lo que decidió modificar lo que tenía preparado para la sesión. Además, agradeció al consultante de manera constante las emociones que expresaba durante la sesión, lo que da cuenta de la consideración y afirmación positiva.

Caso 2: Detrás de cámaras de una problemática del desarrollo

Contexto. Llega a psicoterapia un adolescente de 15 años (con la madre y la abuela). Se necesita un certificado para ingresar al niño en un colegio dirigido por una enseñanza inclusiva: en la institución en la que se encuentra cursa el quinto de primaria y no le van a seguir dando continuidad en los años, debido a que, en su niñez, fue diagnosticado con problemas en el desarrollo cognitivo.

La madre manifiesta que es independiente, ya que realiza labores de higiene personal y de la casa; sin embargo, manifiesta que le cuesta estar largos periodos de tiempo sin un familiar y si su hijo entrara en la institución deseada, debería quedarse en ella todo el tiempo por la lejanía de la institución respecto de la vivienda familiar. A la vez, expresa que no tiene los recursos económicos para solventar los gastos del transporte.

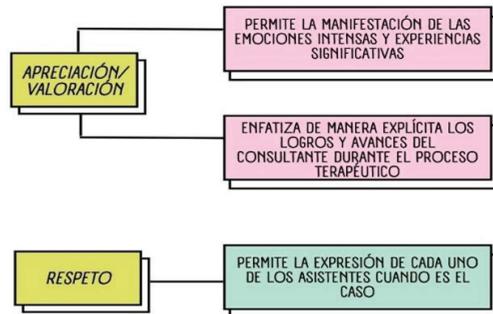
Por otro lado, las dinámicas familiares son declaradas por los participantes como distantes. El relato de la madre y la abuela establece que la relación con el padre del niño ya no es de pareja por el maltrato físico y verbal por parte de ambos, aunque siguen viviendo bajo el mismo techo. Además, la relación entre la madre y el hermano menor del consultante es compleja debido a que no la obedece.

De acuerdo con ello, se crean alianzas entre el padre y el hermano menor en las que ninguno de los dos colabora en la casa y dejan las tareas a la madre, al consultante y, a veces, a la abuela paterna. Ellas coinciden en que, si bien el padre quiere mucho al consultante, se desliga de ciertas responsabilidades como el acompañamiento a las citas médicas y demás, por lo que la madre siente mucha carga sobre ella, al tener que cuidar del hogar con las labores domésticas, trabajar y cuidar de su hijo mayor.

Consecuencias del uso de la consideración y afirmación positiva. Se evidencia que se presentan con más frecuencia tres criterios observacionales claves en el despliegue del recurso que funcionaron eficazmente en la psicoterapia.

Figura 3

Criterios observacionales más representativos evidenciados en la psicoterapeuta



Nota. La figura representa los criterios observables más representativos de la consideración y afirmación positiva, según el instrumento.

Permite la expresión de cada uno de los asistentes cuando es el caso. Probablemente, el punto más importante del despliegue del recurso se debe a la forma como la psicoterapeuta interactúa con los asistentes a la psicoterapia. Como el consultante no posee la información necesaria y presenta dificultades en el lenguaje, la información que brindan la madre y la abuela del mismo es crucial. Por ello, en las primeras sesiones, la psicoterapeuta les presta mucha atención a ellas. No obstante, constantemente, dirige su atención al adolescente, dando a entender que no solo es consciente de su presencia, sino que también la valora y la aprecia positivamente. A la vez, las actividades tienen como objetivo desarrollar habilidades esenciales en su ciclo vital.

Hay un ejemplo claro de cómo la psicoterapeuta lograba de manera eficaz el cambio atencional para que los asistentes en la psicoterapia no se sintieran excluidos en la sesión. Fue el momento en el que se necesitaba obtener de la madre información para la anamnesis, así que la psicoterapeuta se prepara para que el consultante pueda estar también desarrollando actividades de manera simultánea. Ello se puede evidenciar en el siguiente fragmento de la sesión dos:

Psicoterapeuta: “Hola J ¿cómo estas J?” (le pide al niño que se siente en el suelo y se apoye en el mueble. Le brinda colores y hojas con animaciones y laberintos. Posteriormente, le explica una actividad para que la realice).

Psicoterapeuta: “Listo, yo voy a estar con la mamá haciendo un cuestionario, cuando tú necesites ayuda me puedes llamar”.

(Después de unos minutos con la madre, la psicoterapeuta nota que el adolescente se encuentra incómodo en la posición, ya que se encuentra con las piernas cruzadas en forma de mariposa y muy alejado del mueble. Detiene la conversación con la madre y se dirige hacia el consultante).

Psicoterapeuta: “J, venga yo le doy una solución, (le explica una mejor posición física para realizar la actividad).

El fragmento permite evidenciar la interacción que tiene la psicoterapeuta con cada uno de los que asisten a la consulta, puesto que los respeta, proporcionándoles la atención necesaria en el momento adecuado. Es algo importante, puesto que se evidencia la apertura que tienen los asistentes hacia la psicoterapeuta sin sentirse cohibidos o restringidos. Lo mismo se observa en la sesión número uno en la que la madre del consultante está hablando sobre el colegio de su hijo y la terapeuta integra a la conversación al consultante, preguntándole:

Psicoterapeuta: “¿En qué grado estás?”

Lo anterior supone, para Norcross y Lambert (2019), la habilidad para valorar a las personas: el consultante se anima cuando le dan protagonismo en la sesión y no solo le preguntan a su madre información sobre él mismo. Así, la actitud de la psicoterapeuta frente al protagonismo que le dio a cada uno de los presentes en la sesión expresa la valoración que se logra con el despliegue de la consideración y afirmación positiva.

Permite la manifestación de las emociones intensas y experiencias significativas. Cuando la psicoterapeuta reacciona a manifestaciones significativas por parte de la madre del consultante lo hace de manera considerada y acorde con su estilo terapéutico. En la siguiente situación, ocurrida en la sesión uno, la psicoterapeuta indaga sobre la estructura familiar:

Psicoterapeuta: “¿Y usted cómo considera que viven en familia? ¿Cómo considera que es su ambiente familiar con referencia a J?”

Madre del consultante: “No, pues, mira que gracias a Dios ... Imagínese esa discapacidad nunca ha habido rechazo porque todos quieren a mi niño...” (En este momento, la madre deja de hablar y empieza a llorar; la psicoterapeuta la abraza, validando su sentimiento).

Se puede evidenciar que las actitudes y comportamientos van dirigidos a un apoyo y no involucran opiniones personales que puedan sesgar o contaminar las percepciones, comportamientos y actitudes de los asistentes. La acción humana permite que obtenga la apertura por parte de la madre del consultante, lo que de manera posterior la anima a expresar aspectos difíciles y presentar emociones intensas y significativas en la psicoterapia. Así, se permite comprender que la crisis del consultante por sí sola no era lo único que traía malestar al sistema familiar, sino que se debía también a situaciones relativas a la relación parental y pautas de crianza contradictorias. Ello se menciona en el transcurso de las sesiones, de manera posterior a la acción de la psicoterapeuta.

El hecho de que la madre del consultante percibiera apoyo por parte de la psicoterapeuta, de acuerdo con Gómez y Corral (2009), facilitó que le fuese más sencillo expresar lo que sentía y pensaba. Justamente, ello es parte de las pautas propuestas por Villanueva (2007) para intervenir en las situaciones en las que los consultantes se encuentran en una crisis, puesto que ayuda a comprender su percepción (sentimientos, pensamientos y actitudes), el presente y lo que los condujo a la situación en la que se encuentran.

Enfatiza explícitamente los logros y avances del consultante. De manera regular y oportuna le menciona a la madre del consultante las habilidades que este tiene, sumándose en una perspectiva esperanzadora. Además, habla de las fortalezas y logros que tiene el consultante a lo largo del proceso y la vida cotidiana, la anima a seguir con el tratamiento y con el cuidado que le brinda al hijo. Así se manifiesta en las siguientes expresiones por parte de la psicoterapeuta en la sesión uno:

Psicoterapeuta: “Es un chico, él es muy funcional mire que habla, escribe...”

Asimismo, cuando realiza actividades con el consultante y la psicoterapeuta logra evidenciar habilidades que tiene y dice:

Psicoterapeuta: “Tiene reconocimiento de colores, tiene motricidad fina para encajarlos y pues reconoce el animal” (se dirige al consultante y le dice) “Muy bien J”.

De igual forma, le expresa al niño con regularidad y pertinencia que está haciendo las cosas bien. Es notorio que lo alienta a continuar y lo motiva de manera general por la expresión que este tiene; como se aprecia en la siguiente situación en la sesión uno:

Psicoterapeuta: (Le muestra un objeto) “¿Tú sabes qué es esto?”

Consultante: “¿A mí?” (...) “un puercoespín”.

Psicoterapeuta: “Eso, muy bien”.

(Después de ello, el consultante muestra felicidad y se chocan las manos).

En el transcurso de las sesiones, las situaciones de este tipo se desarrollan de manera similar. Ella lo reconoce y lo felicita, de manera verbal y explícita, por lo que hace bien y el consultante toma actitudes positivas, como sonreír y aplaudir. Así, lo anima a continuar con las actividades que la psicoterapeuta le propone. Se evidencia, asimismo, que la madre del consultante valora la apreciación y el no juicio por parte de la psicoterapeuta hacia su hijo. De esa manera, la madre se siente cómoda en la terapia, expresando lo que, para Lamarque (2012), es “la ausencia de juicio sobre el otro”, haciendo alusión a la consideración y afirmación positiva.

Para que el consultante se sintiera valorado, fue vital que no fuera enjuiciado por su forma de interpretar el mundo, la forma en la que actúa o sus capacidades, tal como lo hizo la psicoterapeuta. Según Iberg (2001), la aceptación que experimenta el psicoterapeuta da cuenta de la valoración, y para ello la misma no debe estar condicionada por las actitudes que el consultante tenga.

Discusión

De acuerdo con las subcategorías definidas para el análisis (apreciación/valoración y respeto), los hallazgos alrededor de la consideración y afirmación positiva demuestran que el criterio de observación más significativo consistió en que las psicoterapeutas permitieran (mediante actitudes y verbalizaciones que validaron y/o alentaron) las manifestaciones de emociones intensas y experiencias significativas de los consultantes (y si era el caso de los participantes a la sesión) sin enjuiciarlos ni restringirlos. Ello se percibió en la apertura por parte de los mismos, en la manifestación de experiencias significativas en relación a la crisis por la que estaban atravesando, permitiendo comprender a profundidad lo que les generaba malestar en cada uno de los casos.

Se puntualiza y resalta la importancia de otros tres hallazgos fundamentales de la investigación. El primero va dirigido a los espacios de psicoterapia con múltiples asistentes, y hace referencia a la forma en la que interactúa con los mismos, puesto que si la psicoterapeuta logra un cambio atencional oportuno con los asistentes, genera que no se sientan restringidos para manifestar experiencias o información relevante para formular el caso clínico y encontrar lo que subyace a la crisis, como es el caso de las dinámicas familiares.

El segundo se da cuando el psicoterapeuta aprecia positivamente al consultante, actúa de acuerdo con las necesidades que identifica en él, aun cuando esto signifique flexibilizarse en la estructura de las sesiones o en la directividad, como sucedió en el caso número uno. Por último, el tercero se relaciona con los efectos

positivos provocados por el consultante y/o los asistentes de la psicoterapia cuando el psicoterapeuta enfatiza los logros y da cuenta de las fortalezas que evidencia de manera general en el proceso.

Así, los resultados obtenidos demuestran que el despliegue de la “consideración y afirmación positiva” da cuenta de los beneficios del recurso en el ámbito psicológico, puesto que influye significativamente en los consultantes, logrando apertura, adherencia y motivación para continuar con el proceso. De acuerdo con Doolin (2011), esto les permite tener una actitud de cambio y crecer psicológicamente.

Es importante reconocer que la consideración y afirmación positiva puede entrenarse. Por ello, se tiene la intención de suscitar reflexiones para que los psicólogos en formación sean conscientes de su importancia, puesto que esto les permitirá establecer relaciones terapéuticas más efectivas y promover la apertura de los consultantes. Asimismo, lograrán sentirse apreciados y no juzgados por las situaciones desencadenantes o producidas por las que están pasando.

Adicionalmente, los hallazgos de la investigación permitieron dimensionar el valor del despliegue del recurso en la psicoterapia. Se comprende que la consideración y afirmación positiva influye en la práctica clínica, porque permite dar cuenta de cómo el psicoterapeuta se relaciona con sus consultantes y cómo ellos experimentan la valoración, la apreciación y el respeto que les brindaron. Ello supone formar profesionales conscientes de sí mismos y del impacto que tienen sobre sus consultantes.

Lo anterior trae consigo implicaciones prácticas, por lo que se recomienda incluir y promover la reflexión de los psicoterapeutas, además de brindar la oportunidad de practicar y perfeccionar de manera consciente la consideración y afirmación positiva en la formación y capacitación de los profesionales de la psicología. Se trata de algo congruente con lo que se espera de un psicoterapeuta, dado que son justamente esas habilidades las que marcan la diferencia en la formación integral de profesionales y en la calidad de la atención psicológica.

Por su parte, las implicaciones teóricas de la investigación radican en que se identifica la necesidad de seguir investigando la consideración y afirmación positiva en diferentes contextos y/o con psicoterapeutas con distintos enfoques teóricos. Asimismo, las investigaciones futuras se podrán centrar en identificar los factores que influyen en la adquisición y el desarrollo de la consideración y afirmación positiva, así como seguir evaluando su eficacia en el ejercicio clínico.

Contribución de los autores

MOB: Diseño, planificación, logística, análisis de datos, redacción del manuscrito y publicación

MCR: Análisis e interpretación de datos

VGG: Análisis e interpretación de datos

Fuentes de financiamiento

El presente estudio no recibió fuente de financiamiento.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Aspectos éticos

Se cumplió con las normas éticas y códigos de conducta para la investigación psicológica, así como en el empleo de herramientas y procedimientos. Con los participantes se contó con el respectivo consentimiento informado.

REFERENCIAS

- Anderson, T., Ogles B. M., Patterson, C.L., Lambert, M.J., & Vermeersch, D. A. (2009). Therapist effects: facilitative interpersonal skills as a predictor of therapist success. *Journal of Clinical Psychology*, 65 (7), 755-68. <https://doi.org/10.1002/jclp.20583>
- Bados López, A., y García Grau, E. (2011). Habilidades terapéuticas. *Dipòsit Digital de la Universitat de Barcelona* <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/18382>
- Bedoya, L. Herrera, O. Pérez, D. y Rodríguez, A. (2019). Psicoterapia familiar sistémica. Sobre el *self* del psicoterapeuta. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 11(1), 89-108. <https://doi.org/10.17151/rlef.2019.11.1.6>
- Doolin, E. M. (2011). Positive Regard. *Psychotherapy*, 48 (1), 58-64. <https://doi.org/10.1037/a0022141>
- Galeano, M. E. (2020). Diseño de proyectos en la investigación cualitativa. Universidad Eafit.
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill International.
- Iberg, J. R. (2001). Unconditional positive regard: Constituent activities. In J. D. Bozarth & P. Wilkins (Eds.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory, and practice*. Vol 3: Unconditional positive regard (pp. 109–125). Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Lamarque, X. H. (2012). La consideración positiva incondicional: ¿Cómo ponerla en práctica? *Revista Figura-Fondo*, (31) 115 -123.
- Lazo, M y Véliz, K. (2017). Las habilidades blandas del psicólogo clínico en su intervención en la salud pública. *Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales*.
- Ministerio de salud y protección social (10 de octubre de 2022). Salud mental: asunto de todos <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-asunto-de-todos.aspx>
- Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (Eds.). (2019). *Psychotherapy relationships that work: Volume 1: Evidence-based therapist contributions*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med-psych/9780190843953.001.0001>
- Osorio, A. (2017). Primeros Auxilios Psicológicos. *Integración académica en psicología*. 5(15). 4-11.
- Rabelo, J. (2010). Primeros auxilios psicológicos e intervención en crisis. *Documentos de trabajo social: Revista de trabajo y acción social*. 47. 121-133.

- Ríos González, J. A. (2011). *Los ciclos vitales de la familia y la pareja ¿crisis u oportunidades?* EDITORIAL CCS.
- Soto Ramírez, E & Escribanos Hervis, E. (2019). El método estudio de caso y su significado en la investigación educativa. En D. M. Arzola Franco (coord.). *Procesos formativos en la investigación educativa. Diálogos, reflexiones, convergencias y divergencias* (pp. 203-221). Red de Investigadores Educativa Chihuahua.
- Tapia Villanueva, L., Poulsen, G., Armijo, I., y Pereira, X. (2010). Estudio Exploratorio sobre los Recursos de las Personas en Psicoterapia desde la Perspectiva de los Psicoterapeutas. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XIX (3), 197-209. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921798001>
- Villanueva, S. D. (2007). Intervención en crisis: primeros auxilios psicológicos. *Temát. psicol.* 3 (1), 37-43.