

## **ANÁLISIS SOBRE EL COUNSELING Y LA TERAPIA SEXUAL ONLINE**

### **REVIEW OF ONLINE COUNSELING AND SEXUAL THERAPY**

***Autora: Berta Pérez Jarias – Coautora: María Pérez C.***

#### ***RESUMEN:***

**Objetivo:** Llevar a cabo una revisión bibliográfica sobre el counseling y la terapia sexual a través de internet para comprobar la evidencia científica al respecto y las implicaciones en relación a los procedimientos cara a cara.

**Material y método:** Se analiza la bibliografía y material científico relacionado con el tema en publicaciones y revistas especializadas con las palabras clave E-Therapy, Ciberterapia, Online Counseling, y Online Sexual Therapy.

**Resultados:** muestran unas variaciones no significativas entre los dos formatos, siendo reducibles al desconocimiento sobre material tecnológico y las creencias acerca de la validez del mismo por parte de los profesionales.

**Conclusión:** la aplicación práctica de las terapias a través de Internet es igualmente efectiva que la practica tradicional y, para algunos casos en particular, puede resultar incluso más conveniente al superar algunas barreras que limitan la comunicación. Se requiere ser especialmente cauteloso y tener en cuentas las consideraciones éticas de los códigos deontológicos sobre confidencialidad, privacidad y consentimiento informado.

#### ***ABSTRACT:***

**Objective:** Execute a bibliographic review about sexual counseling and therapy online. To corroborate the scientific evidences related to it and the implications in relation to face to face procedures.

**Methodology:** Analyzing related bibliography and scientific material in publications and specialized magazines, using the following keywords: E-Therapy, Cyber therapy, Online Counseling and Online Sexual Therapy.

**Findings:** There are no significant variations between these two formats. Those variations can reducible to the ignorance of technologic material and the prejudices about the validity of this method by professionals.

**Conclusions:** Practical applications of online therapies are equally effective than traditional therapy, and for some cases could be even more useful, overcoming some boundaries that limit communication. It's needed to be cautious and consider the ethical aspects of professional codes, about confidentiality, privacy and informed consent.

Palabras clave:

Counseling online, terapia sexual online, ciberterapias, e- terapia.

Keywords:

Online Counseling, Online Sexual Therapy, cyber therapies, e-therapy.

INTRODUCCION:

El objetivo de este análisis es el estudio del profundo avance tecnológico que se ha impuesto en nuestras vidas, obligando a los profesionales de las diferentes ciencias de la salud a adaptar sus herramientas de trabajo a los nuevos tiempos. Las estadísticas demuestran la irreversibilidad del cambio que supone Internet que ha calado en los hogares de las personas influyendo en sus hábitos cotidianos.

MATERIAL Y MÉTODO:

Se revisan publicaciones científicas y documentos al respecto de las Cyberterapias y, concretamente, en relación a la terapia sexual. Existen escasas investigaciones al respecto, destacando los primeros estudios que se realizan sobre la satisfacción de los pacientes y la efectividad de las herramientas cibernéticas en los posteriores.

RESULTADOS:

En análisis de la bibliografía y material científico destapa un panorama todavía a medio explorar en relación al consejo y la terapia sexual. La aportación empírica y los estudios rigurosos son escasos. A pesar de que deben ser interpretadas con cierta cautela, las conclusiones aportan datos positivos en lo que a beneficios se refiere y muestran variaciones no significativas en cuanto a la utilización de la terapia

tradicional cara a cara frente a los procedimientos online.

Se encuentra ventajoso el uso de la terapia online en los casos en los que se den una o varias de las siguientes circunstancias:

- El paciente tiene dificultades para acceder a un despacho (por razones de movilidad, trastorno psicológico, limitación funcional...)
- El paciente desea mantener el anonimato
- La problemática que presenta el paciente no le impide seguir las instrucciones a distancia
- El paciente muestra capacidad de comunicación por esta vía para intercambiar información
- El paciente dispone de recursos personales suficientes para abordar la terapia online

Se analizan en profundidad las implicaciones éticas que conlleva el uso de los avances científico- tecnológicos para dotar de garantías suficientes a la práctica profesional y proteger a los pacientes /clientes.

CONCLUSIONES:

Se concluye con unas aplicaciones específicas en relación a la praxis del sexólogo/a que pretenden eliminar estigmatizaciones sobre el uso de las nuevas tecnologías y animar a seguir investigando sobre la efectividad de la terapia a través de Internet. En relación al ejercicio terapéutico:

- Se recomienda a los profesionales que acondicionen y habiliten la sala donde se va a llevar a cabo la terapia (iluminación, espacio, insonorización...) y dispongan de los equipamientos necesarios con

- anterioridad (aparatos tecnológicos, sistema operativo, antivirus...).
- Los instrumentos de evaluación han de adaptarse a las condiciones inherentes del medio en el que se está trabajando.
- Prestar especial atención al lenguaje verbal y vocabulario ya que será el único elemento para ofrecer apoyo y soporte emocional.
- La prescripción de técnicas sexuales utilizando la videoconferencia debe ilustrarse mediante videos, documentos, imágenes o dibujos.
- Se puede aprovechar el espacio entre sesiones para mantener un contacto más continuado y comprobar el desarrollo del tratamiento.

#### BIBLIOGRAFÍA:

- Bados, A. y García, E. (2006b). *Habilidades Terapéuticas*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Bermejo, A. Valoración y aplicación de la terapia psicológica vía Internet. Disponible en: URL: <http://www.cop.es/colegiados/pv04735>
- Bornas, X., Rodrigo, T., Barceló F. y Toledo, M. (2002). *Las nuevas tecnologías en la terapia cognitivo-conductual: una revisión*. Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud; Vol. 2, Nº2, pp. 533-541.
- Calvo, F., Díaz, M. D., Ramal, J., Martínez, B. y Alonso, J. (2008). *La terapia psicológica en red: una revisión conceptual y aplicada*. INTERPSIQUIS. Disponible en: URL: [http://www.psiquiatria.com/articulos/psi\\_general\\_y\\_otras\\_areas/internet/34283/](http://www.psiquiatria.com/articulos/psi_general_y_otras_areas/internet/34283/)
- Carlbring, P., Ekselius, L. y Andersson, G. (2001). *Treatment of panic disorder via the Internet: A randomized trial of a self-help program*. Behavior Therapy. 32 (4), 751-764.
- Carlino, R. (2010). *Psicoanálisis a distancia, teléfono, video conferencia, chat, e-mail*. Buenos Aires: Lumen.
- Castelnuovo, G., Gaggioli, A., Mantovani, F. y Riva, G. (2003a). *From psychotherapy to e-therapy: The integration of traditional techniques and new communication tools in clinical settings*. CyberPsychology and Behavior, 6(4), 375-382.
- Costa, M. y Serrat-Valera, C. *Terapia de Parejas*. Madrid: Alianza Editorial, 2010.
- Craig, A. Childress. (2000). *Ethical Issues in Providing Online Psychotherapeutic Interventions*. J Med Internet Res 2000; 2(1): e5.
- Dattilio, F. y Padesky, C. *Terapia Cognitiva con parejas*. Bilbao: Desclée De Brouwer, 1995.
- ELIZA. *Un programa informático para el estudio del lenguaje natural en la comunicación Hombre- Máquina*, Communications of the Association for Computing Machinery 9 (1996): 36-45.
- Evans, J. *Online Counseling and guidance skills: A practical resource for trainers and practitioners*. Londond: Sage Publications, 2009.

- García, V. y Quezada J. *El consejo Psicológico en Internet: una alternativa viable*.
- Ghosh, G. J., McLaren, P. y Watson, J. P. (1997). *Evaluating the Alliance in video-link therapy*. Journal of telemedicine and Telecare, 3, 33-35.
- Giles, M. V. (2000). *Aspectos éticos y legales de la implementación de la psicoterapia a través de Internet*. Ponencia de X Congreso Argentino de Psicología.
- Grohol, J. M. (1999). *Best Practices in e-therapy*. Disponible en: URL: <http://www.psychcentral.com/best>
- Jarne, A. (2001). *Hacia un código deontológico de la intervención psicológica a través de Internet*. Anuario de Psicología, 2001; Vol. 312, Nº2, pp. 117-126.
- Jones, G. y Stocher A. *Online Counseling: A Handbook for practitioner*. London: Palgrave McMillan, 2009.
- Kaplan, H. S. *Manual ilustrado de terapia sexual: la solución a los trastornos más comunes*. Barcelona: Debolsillo; 2010.
- Kaplan, H. S. *La nueva terapia sexual 1: Tratamiento activo de las disfunciones sexuales*. Madrid: Alianza editorial, 2012.
- Lange, A., Rietdijk, D., Hudovicova, M. van de Ven, J.-P., Schrieken, B y Emmelkamp, P. (2003). *Interapy: A controlled randomized trial of the standardized treatment of posttraumatic stress through the internet*. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 71, 901-909.
- Maheu, M. (2003). *The online clinical practice management model*. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 40, 20-32.
- May, C. R., Ellis, N. T., Atkinson, T., Gask, L., Mir, F. y Smith, C. (1999). *Psychiatry by videophone: a trial service in north west England*. Studies in health technology of informatics, 201-210
- Nicholas, D. y Keilty, K. (2007). *An evaluation of dyadic peer support for caregiving parents of children with chronic lung disease requiring technology assistance*. Social Work in Health Care, 44, 245-259.
- Pérez, F. *Terapia en los mundos virtuales*.
- Pérez, M. (2011). *Conceptos generales y entrevista en sexología clínica*. Madrid: Fundación UNED.
- Pollock, S. (2006). *Internet Counseling and Its Feasibility for Marriage and Family Counseling*. Family Journal: Counseling and therapy for Couples and Families, 14, 65-70.
- Ramírez, J. M., Giménez, J., Álvarez, A., Saul, M., Bermudo, E., Cabanillas, A., et al. (2007). *Programa piloto de atención a pacientes con migraña a través de un sistema de telemedicina-teleconsulta en la práctica clínica diaria*. Revista de Neurología, 45(2), 73-76.
- Schneider, P. L., (2001). *Telehealth: Psychotherapy using distance technology: A comparison of outcomes*. Disponible en: <http://telehealth.net/articles/technologyvface.html>

- Shore, J. H., Hilty, D. M. y Yellowlees, P. (2007). *Emergency management guidelines for telepsychiatry*. *General Hospital Psychiatry*, 29, 199-206.
- Soto, F. , Franco, M., Monardes, C. y Jiménez, F. (2010). *Internet y Psicología Clínica: Revisión de las ciber-terapias*. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 15(1), 19-37.
- Soto, F. *Hacia una aplicación mediante nuevas tecnologías del tratamiento psicoeducativo familiar en Esquizofrenia*. [Tesina]. Universidad de Salamanca; 2008.
- Suler, J. R. (2000). *Psychotherapy in Cyberspace: A 5- dimensional model on online and computer- mediated psychotherapy*. *Cyberpsychology and behavior*, 3, 151-159.
- Valero, L. (2003). *El consejo psicologico a través de internet: Datos de una experiencia institucional*. *Apuntes de Psicología*, 21(1), 71-88. Análisis sobre el Counseling y la Terapia Sexual Online
- Vázquez, J. G. (2011). Reflexión sobre cómo los psicólogos perciben las interpretaciones psicológicas online. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*. No. 35 (febrero-mayo de 2012, Colombia). Disponible en: URL: <http://revistavirtual.ucn.edu/co/>
- Vivas, P., Armayones, M., Boixadós, M, Herrero, J., et al. (2004). *Salut i Internet: cerca temàtica i qualitat del seu contingut*. Disponible en: URL: <http://www.uoc.edu/in3>
- Wiederhold, B. K. y Wiederhold, M. D. (2004). *The future of Cybertherapy: Improved options with advanced technologies*. In G. Riva, C. Botella, P. Légeron y G. Optale (Eds.), *Cybertherapy: Internet and virtual Reality Assessment and Rehabilitació Tools for Clinical Psychology and Neuroscience* (pp. 263-270). Amsterdam: los Press.