



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

PROGRAMA DE MAESTRÍA Y DOCTORADO EN PSICOLOGÍA
RESIDENCIA EN PSICOTERAPIA INFANTIL

EL MODELO NARRATIVO Y EQUIPO REFLEXIVO EN PSICOTERAPIA INFANTIL: ANÁLISIS DE DOS CASOS

REPORTE DE EXPERIENCIA PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:

M A E S T R O E N P S I C O L O G Í A

P R E S E N T A :

MIRIAM VEGA CASTILLO

DIRECTOR DEL REPORTE: DRA. ROSA KORBMAN CHJETAITE

COMITÉ TUTORIAL:

MTRA. VERÓNICA RUIZ GONZÁLEZ

DR. SAMUEL JURADO CÁRDENAS

MTRA. MARIA ELENA RIVERA HEREDIA

MTRA. MARIANA GUTIERREZ LARA

DRA. EMILIA LUCIO GÓMEZ MAQUEO

DRA. AMADA AMPUDIA RUEDA

MEXICO, D.F.

NOVIEMBRE 2006



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Este trabajo lo dedico a.....

Dios... gracias por las bendiciones que me has brindado a lo largo de mi vida. Gracias por acompañarme en esta meta y darme la fortaleza para llegar al final. Este trabajo es para ti, porque eres tu quien me ayudas en mi labor con los niños...

Mi esposo Marino:

Te agradezco todo el amor, comprensión y ayuda que me brindaste durante mi formación en la maestría. Tu apoyo y tus consejos me ayudaron a ser mejor terapeuta. Te amo...eres mi más preciado tesoro.

Mis padres:

Siempre los llevo en mi corazón y en mi pensamiento. Gracias por apoyarme en cada meta que me propongo. Los quiero mucho.

Juanita y Marino:

Gracias por hacerme parte de su familia. Agradezco el cariño y apoyo que me han brindado desde que los conozco. Soy muy afortunada de tenerlos en mi vida.

A mis profesores... les agradezco que hayan compartido conmigo su experiencia y sus conocimientos. A mi tutora, la Dra. Shein un agradecimiento especial por su apoyo durante mi formación en la Residencia.

Liliana...gracias por tu compromiso y entrega. Aprendí muchas cosas valiosas de ti.

Sonne...gracias por tu dedicación y responsabilidad.

A mi equipo: Vero, Paty, Gaby y Karlita, gracias por su respeto, cooperación y compromiso.

A mis compañeros: Yola, Alejandra, Ucky, Jesús, Marisol, Carolina....muchas gracias por compartir conmigo sus experiencias.... ya son una parte importante en mi vida.

INDICE

	Pag.
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	3
- El enfoque Posmoderno	4
- Constructivismo	6
- La Terapia como una Elaboración Narrativa	8
- La Terapia Narrativa en Grupo	18
- La Terapia como una Elaboración Conversacional: El Equipo Reflexivo	19
CAPÍTULO II UNA FORMA DE DOMAR EL MIEDO A DORMIR SOLO EN LA NOCHE	22
- Fase I Lo que sucedió antes de conocer a la familia	22
- Fase II Presentación de la Familia	24
- Fase III Encuadre	25
- Fase IV “El demonio y el enojo” Externalización del Problema	26
- Fase V Influencia del problema en la vida del niño y su familia, e influencia de la familia en el problema.	28
- Fase VI Historia Alternativa: “La liga de Domadores de Monstruos y Seres Despreciables”	32
- Fase VII Todo Domador necesita un descanso	43

- Fase VIII La Despedida	47
CAPÍTULO III “DOMADORES DEL DESORDEN” UNA PROPUESTA PARA TRABAJAR EN GRUPO	49
- FASE I Entrevistas preeliminares y presentación de las familias	49
- FASE II Trabajo con grupos alternos de niños y padres.	51
- FASE III Trabajando unidos es mejor	64
- FASE IV Un momento para reflexionar por separado y despedirnos	81
- Modelo de trabajo	85
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	89
- Comentarios finales del trabajo con Quico y su familia	89
- Comentarios finales acerca del trabajo en grupo	96
- Habilidades adquiridas en la Maestría en Psicología Profesional con Residencia en Psicoterapia Infantil	99
REFERENCIAS	102

INTRODUCCIÓN

El hecho de que la Universidad Nacional Autónoma de México ofrezca el servicio de formación profesional en psicoterapia infantil a nivel de maestría, con acreditación de alto nivel académico (avalado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología -CONACYT-), exige de sus alumnos y egresados la mayor calidad en conocimientos y práctica profesional, lo cual incluye una gran cantidad de habilidades teórico conceptuales; de investigación y enseñanza; clínicas, de detección, evaluación, tratamiento; de ética y compromiso social, que fundamenten su quehacer profesional dentro de un marco de excelencia, acorde con la excelencia y prestigio de nuestra universidad.

Con este trabajo se busca ratificar lo anterior, además de mostrar la obtención de los objetivos de formación de la Maestría en Psicología Profesional con Residencia en Psicoterapia Infantil, integrando elementos teóricos, clínicos y de la persona del terapeuta, los cuales fueron desarrollados a lo largo de dos años de formación de dicha residencia (agosto 2004 – julio 2006).

En el presente reporte, se analizan dos casos clínicos. El primero trata de una intervención familiar en coterapia, para disminuir el miedo de uno de sus integrantes; en este caso se contó con la ayuda de un equipo terapéutico conformado por algunas compañeras de la residencia. El segundo caso trata de un trabajo con grupos de familias, y también con ayuda de un coterapeuta.

En ambos casos se utilizó el juego como principal forma de comunicación con los niños y sus padres, y como fundamento teórico el Modelo Narrativo y Equipo Reflexivo.

La intervención con ayuda del equipo terapéutico, se realizó en el Centro de Servicios Psicológicos "Guillermo Dávila" ubicado en las instalaciones de la Facultad de Psicología de la UNAM. El trabajo con grupo de familias se llevó a cabo en el Centro Comunitario "Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro", ubicado en la colonia Ruiz Cortines, perteneciente a la Delegación Coyoacán.

Ambos centros forman parte de la Coordinación de los Centros de Servicios a la Comunidad Universitaria y al Sector Social, de la Universidad Nacional Autónoma de México, y tienen los siguientes objetivos:

- Apoyar y fortalecer la formación teórico - práctica de los alumnos, a través de los servicios psicológicos que la facultad ofrece al público en general, con la ayuda del trabajo supervisado de los especialistas.
- Fortalecer la producción científica y la investigación en escenarios reales y con problemas que requieren la atención del psicólogo.
- Difundir el trabajo que realiza el psicólogo como profesional, en foros científicos y en la comunidad.
- Proporcionar servicios psicológicos de calidad a estudiantes, personal administrativo, familiares y público en general. Estos centros son sedes de diversas residencias del Programa de Maestría y Doctorado en Psicología de la UNAM, como son: Psicoterapia Infantil, Terapia Familiar Sistémica, Psicoterapia con Adolescentes, Medicina Conductual, Psicología de las Adicciones y Psicología Escolar.

Estas sedes contribuyeron a mi formación como psicoterapeuta infantil, ya que tienen las condiciones y espacios necesarios para dar un servicio de calidad. El Centro Comunitario "Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro" está compuesto por 6 cubículos destinados principalmente a la psicoterapia, cuenta con una sala de lectura, en donde se encuentran libros dirigidos a niños y adolescentes. Hay un salón de usos múltiples que es utilizado para actividades en grupo como: conferencias, sesiones clínicas, debates, talleres, etc. También dispone de dos cámaras de Gesell; una sala de juntas y una cocina. El Centro Comunitario es un espacio óptimo para la formación práctica dentro de la Residencia, asimismo, se vive un ambiente cordial y de respeto entre los profesionistas que hemos laborado ahí.

El Centro de Servicios Psicológicos "Guillermo Dávila" cuenta con cuatro cámaras de Gesell, que son amplias y cuentan con un espejo unidireccional que permite el trabajo con equipo terapéutico. Tres cámaras de Gesell cuentan con televisión, videocámara y sistema de intercomunicación para la supervisión directa de los procesos terapéuticos. También se encuentran, ocho cubículos más pequeños destinados a terapia y, tres cubículos con aparatos especiales destinados a terapia con retroalimentación biológica.

Otro de los objetivos del presente Reporte de Experiencia Profesional es, comunicar mi experiencia clínica en ambos centros. Para ello, el Reporte se divide en tres capítulos.

En el primer capítulo se hace un análisis del marco teórico que fundamentó la intervención clínica de los casos atendidos y expuestos en este trabajo, conformado por la perspectiva constructivista, el Modelo Narrativo y los Equipos Reflexivos en el trabajo con niños.

En el capítulo II titulado "Una forma de domar el miedo a dormir solo", se presenta el caso de un niño de 11 años, el cual tenía miedo en las noches y no podía dormir solo. En este apartado describo y explico la utilización de diversas estrategias de juego fundamentadas en el Modelo Narrativo.

En el capítulo III, "Domadores del desorden", describo el trabajo realizado con un grupo de cinco niños quienes presentaban problemas de conducta; también se describe el trabajo realizado con los padres. Esta intervención está dividida en cuatro fases para un mejor análisis y comprensión de los casos.

Finalmente, incluyo un breve resumen de las habilidades desarrolladas durante mi estancia en la Maestría en Psicología Profesional con Residencia en Psicoterapia Infantil.

CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO

Para iniciar este capítulo me gustaría tratar brevemente los orígenes de la Psicoterapia Infantil y la importancia del juego en el tratamiento con niños, ya que fue la base de mi práctica clínica dentro de la Residencia.

Los niños al igual que los adultos se ven afectados por diversas circunstancias que hacen que tengan dificultades en la relación con otros, en su desempeño escolar, en los sentimientos hacia sí mismos, etc; por ello, surge la necesidad de desarrollar estrategias encaminadas a tratar las problemáticas infantiles.

Uno de los pioneros de la Psicoterapia Infantil fue Sigmund Freud, quien trató de aliviar la reacción fóbica de su paciente Hans, al que no trató directamente, pero le sugirió al padre algunas formas para resolver los principales problemas del menor (Schaefer y O'Connor, 1983).

Dentro de la Psicoterapia Infantil, el juego no se usó hasta 1919 por Hug-Hellmuth, quien pensaba que el juego era una parte esencial en el análisis infantil; en 1928, Anna Freud empezó a usar el juego como una forma de atraer a los niños a terapia y para construir una relación de confianza, a medida que se desarrollaba la alianza terapéutica, el énfasis se trasladaba lentamente del juego hacia interacciones de tipo verbal. Por otro lado, Melanie Klein propuso usar el juego como sustituto directo de las verbalizaciones (Schaefer y O'Connor, 1983).

A partir de estas contribuciones los diversos enfoques teóricos incluyeron el juego como una herramienta fundamental para trabajar con niños. Erikson (1950, citado en Schaefer y O'Connor, 1983) afirmaba que el juego es una función del yo, un intento por sincronizar los procesos corporales y sociales con el sí mismo.

El juego es una actividad motivada intrínsecamente, en la cual se da un fenómeno de pérdida de autoconciencia, es decir, el niño presta más atención a la tarea que a su propio estado corporal, por ello puede reproducir situaciones que no serían permitidas dentro del marco de la realidad. De manera general, el juego promueve en los niños (Shaffer, 2000):

- El desarrollo cognoscitivo
- La creatividad
- La expresión de afectos
- La socialización
- El desarrollo moral
- El sentido de la realidad
- La toma de decisiones
- Relajación
- El control neuro-muscular

Por estas razones, los terapeutas se han percatado de que a través del juego ayudan a los pequeños a exponer y posteriormente resolver sus trastornos emocionales, conflictos o traumas (Schaefer y O'Connor, 1983). La psicoterapia de juego pone al niño en una situación familiar y agradable en la que un adulto se interesa por sus experiencias.

Los terapeutas de juego usamos una gran variedad de materiales como: Juegos de mesa, disfraces, figuras para maqueta, juegos de construcción, carritos, arcilla, plastilina,

juegos de té, cuentos infantiles, casa de muñecas, muñecos de acción, animales, títeres, colores, crayolas, etc.

Por otra parte, la forma de jugar varía dependiendo del enfoque teórico, cada perspectiva ha implementado sus propias estrategias para jugar y relacionarse con los niños, por ejemplo, el enfoque humanista propone ocho principios básicos en los cuales resalta la empatía, el respeto y la no directividad; en donde el niño es el responsable del proceso, él elige los juegos y el terapeuta acompaña y refleja emociones (Axline, 1975).

Para el conductismo, en la terapia se enseñan, modifican, incrementan o decrementan conductas; por lo que se proponen tres formas de juego: 1) como un recurso interpersonal, en donde el terapeuta puede enseñar al niño cómo comportarse en diferentes situaciones, 2) el juego estructurado, que se caracteriza por sus reglas, normas, instrucciones y excepciones preestablecidas con claridad y, 3) el juego espontáneo, en donde el niño es libre de elegir el tema y los materiales (Aguilar y Espada del Valle, 2002).

También el proceso, el encuadre y los invitados a sesión varía en los enfoques, algunos proponen una terapia a largo plazo, otros hacen énfasis en lo breve, otros retoman elementos del modelo médico sugiriendo realizar un proceso de evaluación para diagnosticar y, posteriormente proponer un programa de tratamiento. Algunas posturas trabajan sólo con el niño, y otras invitan a los padres y hermanos. En fin, las formas de hacer terapia son variadas y dependen también del estilo de cada terapeuta y de su personalidad.

Hace algunas décadas surgió una forma de pensar que ha influido diversas esferas del conocimiento y, la psicoterapia infantil no ha sido la excepción, me refiero a la postura Posmodernista, que al igual que otros modelos teóricos que surgieron como probables soluciones a los problemas de los adultos, fueron adaptados para resolver problemáticas infantiles; el Posmodernismo empieza a influir primeramente en la terapia familiar, y en poco tiempo empezó a incorporar el juego como medio de comunicación e intervención con los niños.

A continuación presentaré una breve descripción de los modelos Posmoderno y Constructivista que son las bases de la Narrativa y el Equipo reflexivo. El objetivo es exponer cómo estas perspectivas teóricas me ayudaron en mi trabajo con los niños y sus familias.

El enfoque Posmoderno

La humanidad ha atravesado por diferentes momentos históricos que, entre otras cosas, han sido caracterizados por una peculiar manera de concebir la realidad, por lo que nos hemos percatado que la “realidad” se ha ido modificando; desde la Edad Media, pasando por el Renacimiento, Ilustración, Romanticismo, hasta llegar a un mundo industrializado identificado como la Modernidad, esta época inició a finales del siglo XIX y retoma el poder de la razón y de la observación como base última del conocimiento verdadero.

Según Anderson (1999) el Modernismo es una tradición filosófica occidental, en donde predomina un discurso monovocal, que representa los conceptos cartesianos de objetividad, certidumbre, cierre, verdad, dualismo y jerarquía; en esta tradición el

conocimiento verdadero es representativo de un mundo objetivo, existente con independencia de la mente y los sentimientos, es observable y verificable, universal y acumulativo, por lo que el sujeto cognoscente es autónomo y separado de aquellos que observa y describe.

La Psicoterapia desde una perspectiva moderna, pone al terapeuta en la posición de observador independiente con acceso privilegiado al conocimiento de la naturaleza humana, las personalidades individuales, la vida en relación con otras personas; las conductas normales y las anormales, los pensamientos, sentimientos y emociones; los terapeutas mantienen una postura dualista y jerárquica, y es así como su saber predomina sobre el saber cotidiano, no profesional de los **pacientes**; la verdad es piramidal, el saber del terapeuta, basado en teorías y experiencias profesionales y personales, actúa como una estructura *a priori* que predetermina el conocimiento imponiéndose al conocimiento del paciente; el terapeuta se convierte en un “experto” en observar y revelar la historia tal como realmente es y tal como debería ser, estas verdades se expresan en diagnósticos objetivos, y estrategias de tratamiento (Anderson, 1999); por lo que durante el proceso terapéutico prevalece un discurso basado en la deficiencia.

Sin embargo, ésta época le está cediendo terreno a una nueva forma de pensar y a una nueva “conciencia colectiva” que algunos teóricos han venido identificando como la Posmodernidad; sus raíces pueden encontrarse en el pensamiento existencialista tardío, logrando reconocimiento hasta la década de 1970 (Anderson, 1999).

El proyecto posmodernista rechaza la idea de un universo cognoscible y señala la presencia de realidades divergentes (multi-universos, en vez de universos), construidas socialmente y situadas históricamente; en síntesis, reconoce que no existe un solo tipo de conocimiento verdadero sino que hay conocimientos locales; explica también, que aunque no podemos aspirar a un conocimiento universalmente válido del “mundo real”, podemos usar los símbolos de nuestro contexto para teorías viables y útiles que nos permitan negociar nuestro mundo real (Aparicio, 2005).

Feyerabend (1962, citado en Limón, 2005) menciona que las teorías científicas son formas de mirar al mundo, por lo tanto, su adopción afecta nuestras creencias y expectativas generales y, en consecuencia, también nuestras experiencias y nuestra concepción de realidad.

Por otra parte, a la noción de pluralidad y múltiples realidades, se le ha asociado con un relativismo, Anderson (1999) menciona que prescindir de la noción de verdad no significa que nada exista; adoptar una posición pluralista no significa que todo sea válido; por el contrario el Posmodernismo alienta la crítica social, ya que desde esta perspectiva todo está sujeto a cuestionamiento, incluyendo al Posmodernismo.

La psicoterapia, por lo tanto, es una actividad que está enraizada en algún contexto histórico cultural, que mantiene cierta congruencia lógica con alguna forma de pensar, pero que al mismo tiempo incluye normas sociales y valores. La Psicoterapia es un intercambio sutil y una negociación de significados interpersonales; siendo el objetivo articular, elaborar y revisar aquellas construcciones que utiliza el cliente para organizar su experiencia y sus actos (Neimeyer y Mahoney, 1998).

La perspectiva posmoderna, también está generando propuestas para hacer psicoterapia en el ámbito infantil; influyendo en la forma de ser de los **niños y sus familias** que

enfrentan problemas y, por supuesto en las **personas** que buscan ayudarlas; ya que no se trata de ver los problemas como categorías universales o ahistóricas, sino como construcciones sociales características de un momento histórico y de una particular forma de pensar de los niños, padres, hermanos y maestros (Limón, 2005).

Con esto, el uso del lenguaje resulta prioritario para la perspectiva posmoderna, ya que a través de éste se construyen realidades; lo que da pie a hablar del constructivismo.

Constructivismo

A mediados de los años ochenta del siglo XX es cuando el constructivismo se empieza a filtrar entre los escenarios de la psicoterapia. Según esta perspectiva el conocimiento no se recibe pasivamente por medio de los sentidos, ni por medio de la comunicación, sino que es construido activamente por el sujeto cognoscente; la función de la cognición es adaptativa y sirve para organizar el mundo experiencial del sujeto y no para descubrir una realidad ontológica objetiva (Elkaim, 1996, citado en Reséndiz, 2004).

De esta manera el lenguaje permite la construcción de experiencias, por lo que los problemas se crean y mantienen por medio del lenguaje y deben resolverse en dicho dominio.

Así, podemos resumir algunas ideas en torno al constructivismo:

- Es un modo de pensar y no una descripción del mundo.
- Es un modelo hipotético.
- No se propone describir ninguna realidad absoluta sino sólo fenómenos de nuestra experiencia.
- No niega la realidad, pero asegura que las personas crean constructos para describirla.
- No nos dice cómo es el mundo, sólo nos sugiere una manera de pensarlo.
- Cumple una función: encajar en el mundo tal como lo vemos, y no en el mundo tal como debería ser.

Neimeyer y Mahoney (1998), Anderson (1999), Freeman, Epston y Lobivits (2001) mencionan que las implicaciones de esta forma de pensar en las personas que buscan ayuda, en los que ayudan (terapeutas) y, por ende en la psicoterapia infantil, son las siguientes:

La persona (el niño) es vista(o) como:

- Teórico incipiente o narrador de su experiencia (los seres humanos somos narradores de historias).
- Como un científico que formula y revisa hipótesis, por tanto, no hay ideas irracionales sino que todas tienen una naturaleza funcional.
- Busca terapia (o es llevado a terapia) cuando está sujeta(o) a una “narrativa dominante” que la(o) incapacita, o limita.

La Psicoterapia es vista como un proceso en el que:

- La responsabilidad es compartida y el proceso depende de las capacidades de todos los participantes.

- Se promueve la creación de significados (no corrige).
- Identifica y reformula las metáforas de la narrativa de las personas.
- Se entiende como una reconstrucción narrativa.
- Se entiende como una reescritura biográfica de las historias vitales que se han vuelto limitadoras o incoherentes y que requieren de una elaboración significativa.
- Es sólo una de las posibles maneras de ver las dificultades de los niños.
- Los niños y sus familias son expertos en su vida y el terapeuta es experto en la conversación.
- Las historias de los niños pueden ser más o menos útiles que las del terapeuta, pero no más o menos verdaderas.
- Los niños, sus familias y los terapeutas se pueden divertir.
- Se puede hablar de las cosas que los niños y sus familias hacen bien, o de los eventos que los hacen felices.

El psicoterapeuta:

- “No sabe” y está en la posición de ser informado.
- Confía en las potencialidades, habilidades y contribuciones de las personas que buscan ayuda.
- Actúa como seguidor de la conversación y del juego para co-construir una nueva historia con los niños y sus familias que tenga coherencia y que sea relevante para ellos.
- Desarrolla métodos de investigación novedosos para la reconstrucción del significado.
- Elucida y cuestiona sutilmente los acuerdos mantenidos en el lenguaje.
- Utiliza diversas estrategias de juego y arte para conversar y construir historias con los niños.

Los terapeutas que se han visto influidos por el constructivismo han replanteado la epistemología y práctica clínica de su trabajo, fomentando la existencia de diálogos en los que todas las realidades sean válidas y no existan jerarquías entre ellas, ya sea que provengan del terapeuta o de la persona (o niño), y que permita tener una visión de mayor curiosidad por saber cómo es que los niños y sus familias han construido socialmente su mundo, y cómo el terapeuta participará en esta co-construcción de realidades alternativas a partir de la curiosidad por conocerle.

Casi todos los modelos de psicoterapia pueden ser un recurso legítimo para el profesional posmoderno, mientras se interpreten como un conjunto de metáforas y directrices limitadas histórica y culturalmente y no como una ciencia aplicada que exige cierta conceptualización del problema y sólo acepta una forma aprobada de intervención (Neimeyer y Mahoney, 1998).

Algunos autores como Neimeyer y Mahoney (1998), Anderson (1999) y Limón (2005) hacen una diferenciación entre los términos constructivismo y construccionismo que es importante tomar en cuenta; ambas posturas surgieron de tradiciones diferentes, el constructivismo temprano se originó en los trabajos de Jean Piaget y en la noción de constructos personales de George Kelly, el constructivismo radical considera a la realidad como una construcción de la mente, y pone el acento en la autonomía del propio ser y del individuo como productor de sentidos. Por otra parte, para el

construccionismo social es el contexto interaccional y comunal el que produce significación, a través del lenguaje se construye la realidad. Los teóricos de la construcción social, creen que las ideas, los conceptos y los recuerdos surgen del intercambio social y son mediados por el lenguaje (Limón, 2005).

Ahora bien, según el enfoque del construccionismo social hay cuatro posturas o metáforas desde las cuales se puede hacer psicoterapia, a continuación las describo brevemente.

La terapia como una ciencia personal

Se basa en un modelo que concibe a la persona como un científico que formula hipótesis de manera activa y las mejora, revisa o elabora en el curso de la experiencia.

La terapia como el desarrollo del sí mismo

Tiene como antecedentes los modelos cognitivo- conductuales, como la terapia racional emotiva, estos modelos han empezado a centrarse menos en el cambio cognitivo o conductual inmediato y más en las reglas personales de vida y en los esquemas desadaptativos tempranos, cargados emocionalmente y que están en la base de serios trastornos psicológicos. La terapia se convierte en un proceso de análisis evolutivo necesariamente emocional, en el que el cliente pasa por la repetición en cámara lenta de escenas de su pasado, llenas de contenido emocional que están implicadas en la construcción de su actual sentido de sí mismo.

La terapia como reconstrucción narrativa

Modelo que se basa en la reescritura de las historias vitales que se han vuelto limitadoras o incoherentes y requieren una corrección o elaboración significativas.

La terapia como una elaboración conversacional

Desde este enfoque se ve a los sistemas humanos como generadores de lenguaje, que definen su organización a través del discurso y la negociación en vez de residir en los sí mismos individuales o concededores, y la terapia en sí misma se convierte en un ejercicio de lenguaje entre todos los miembros del sistema organizado alrededor del problema (Anderson y Goolishian, 1992, citado en Neimeyer y Mahoney, 1998).

A continuación profundizaré en las metáforas narrativa y conversacional; ya que en éstas basé muchas de mis intervenciones con los niños.

La terapia como una elaboración narrativa

El modelo narrativo tiene como base muchas ideas posmodernistas citadas anteriormente. Por lo tanto, este enfoque coincide con la perspectiva de que para nosotros no es posible conocer la realidad objetiva; que la comprensión que tenemos de un hecho, o el significado que le atribuimos está determinada y restringida por su contexto receptor, es decir, por la red de premisas y supuestos que constituyen nuestros mapas del mundo (Batenson, 1972).

Todo lo que las personas saben de la vida lo saben a través de la experiencia vívida, por lo que para entender sus vidas, la experiencia debe relatarse, y es el hecho de relatar lo que determina el significado que se atribuirá a la experiencia (White y Epston, 1993). La diferencia la hace el cómo nosotros contamos nuestra historia.

Puesto que todos los relatos tienen un comienzo (o pasado), un medio (o presente) y un fin (o un futuro), la interpretación de los eventos actuales está tan determinada por el pasado como moldeada por el futuro. Con cada nueva versión las personas rescriben sus vidas, entran en los relatos, se apoderan de ellos y los hacen suyos.

Por lo que cada vez que se cuenta o se vuelve a contar un relato, a través de su realización, surge un nuevo relato, que incluye al anterior y lo amplía.

De acuerdo con esto, cuando los niños experimentan problemas, y son llevados a terapia, sucede que las narraciones dentro de las que relatan su experiencia o dentro de las que su experiencia es relatada por otros (por sus padres), no representan suficientemente sus vivencias. Y por tanto, White y Epston (1993) suponen que en estas circunstancias habrá aspectos significativos de su experiencia vivida que contradigan estas narraciones dominantes.

Por ejemplo, cuando los padres llegan con una historia sumamente desalentadora y expresan cosas como “es un desobediente, siempre hace lo que quiere, siempre le pega a su hermano y nunca hace la tarea”, esta narración quizá forme parte de su realidad, pero la forma en la que está relatada hace sentir que su vida es totalmente negativa; sin embargo, si investigáramos más, nos daríamos cuenta que hay momentos en los que el niño obedece, no le pega a su hermano y que hay días incluso en que sí hace la tarea; lo que pasa es que como estos eventos están provocando incomodidad y dificultad en la familia se vuelven los más representativos de su mundo.

La Terapia Narrativa trata de poner énfasis en esos fragmentos de la realidad ignorada por los miembros de una familia o de una persona, y que si se descubren, pueden ser importantes para la resolución de los conflictos o pueden ser evidencia de que no todo está perdido, por lo que hay esperanza en el futuro, a estos sucesos se les llama “eventos extraordinarios”; éstos se pueden investigar cambiando la forma de preguntar y conversar con los niños y sus familias, por ejemplo Freeman, Epston y Lobivits (2001) citan el siguiente ejemplo: Si el terapeuta hace preguntas cómo ¿qué hace Samuel que les disgusta?, ¿qué problema tiene el niño?, ¿cómo es Samuel?, obtendrá respuestas como esta:

“Samuel es muy egocéntrico. No tiene paciencia. Cuando no puede conseguir lo que quiere y en el momento que lo quiere le da un ataque”. Estos autores se preguntan ¿qué dice esta descripción sobre Samuel?, ¿qué podemos decir acerca de su carácter y desarrollo?.

Ellos proponen hacer preguntas cómo ¿qué pasa cuando Samuel está contento?, ¿cuándo fue la última vez que disfrutaron estar con Samuel?, o hacer afirmaciones cómo ésta...”oh... Samuel está escuchando con atención, eso quiere decir que le interesa la opinión de los demás, no sólo la suya”.

Aparicio (2005) menciona que hay tres tipos de eventos extraordinarios que pueden investigarse:

- Los eventos pasados: Son hechos o sucesos que se dieron en el pasado que contradicen los efectos que el problema tiene sobre sus vidas y relaciones. Se les pide que recuerden estos sucesos o bien, de entre una sesión y otra de terapia. Se pueden hacer preguntas como ¿cuándo fue la última vez que Junito hizo su tarea?, ¿A cada momento él es así, hay un instante en el cual haya parado?
- Los eventos actuales: son aquellos que se presentan en el transcurso de la sesión. Generalmente las personas se fijan en ellos gracias a la curiosidad del terapeuta, y porque éste les invita a que los hagan más perceptibles, el terapeuta puede decir “¡oh, miren todos, en este momento el enojo no está presente, estamos platicando muy cordialmente!, estas frases ayudan a las familias que son sumamente negativas y que en sus discursos predominan las palabras siempre, nunca, nada, todo, mucho, etc.
- Los eventos futuros: pueden identificarse revisando las intenciones o planes que tiene la persona para escapar de la influencia del problema, o investigando sus esperanzas de liberarse de ciertos problemas. Se pueden preguntar cosas como ¿Cómo te sentirías si ésta fuera la última sesión?, imagina que ya terminamos el proceso ¿qué objetivos lograste?

Sin embargo, algunas veces no podemos evitar que los padres relaten una experiencia en forma negativa, cuando esto sucede he observado que los niños se encierran en sí mismos y es casi imposible hacerlos hablar en sesión, se sienten acusados, experimentan sentimientos de enojo, frustración, tristeza o depresión, pienso que debe ser difícil escuchar sólo cosas negativas.

Por ello Freeman, Epston y Lobivits (2001) proponen externalizar el problema, por ejemplo el terapeuta podría decir “si tuviéramos que dar un nombre a este problema del que estamos hablando, ¿cómo le podríamos llamar?”, el problema se convierte en una entidad separada, externa por tanto al niño.

Para lograr la externalización, se elaboran preguntas que indagan sobre la influencia relativa que tiene el problema (preguntas de influencia relativa) y se hace en dos momentos: el primero tiene el objetivo de describir la influencia del problema en la vida del niño y su familia, elaborando preguntas que ayuden a identificar la esfera de influencia del problema, que puede abarcar el ámbito conductual, emocional, físico, interaccional y actitudinal. Aquí podemos utilizar una serie de técnicas que ayuden al niño a ponerle forma a esa “cosa” que le está provocando problemas, se le puede pedir que lo dibuje, que lo elabore con plastilina, que lo simbolice con un juguete, etc. Le podemos preguntar cómo es ese ser y qué cosas hace con él y su familia. Si trabajamos en familia podemos pedirle a cada miembro que construya o simbolice el suyo y los efectos que causa en su persona y después compartirlo entre todos, incluso el terapeuta puede participar. También los cuentos infantiles pueden ayudar a ejemplificar cómo es que “esas cosas” nos pueden amargar la vida.

De esta manera, se obtiene un cuadro en donde se observa de qué manera y en dónde ha influido el problema sobre la vida de las personas y sobre las relaciones que tienen entre sí dichas personas.

El segundo momento consiste en describir la influencia de las personas en el problema, aquí el terapeuta invita a los niños, papás y demás invitados a terapia, a describir su propia influencia, así como la influencia de sus relaciones sobre la vida del problema. Este cuestionamiento ayuda a identificar las competencias y recursos ante la adversidad, poniendo de manifiesto que han existido momentos en su vida o en la interacción con sus familiares o seres queridos en los cuales el problema no se ha presentado o, mucho mejor, lo han dominado. Este segundo tipo de cuestionamiento fomenta que se pongan de manifiesto los acontecimientos extraordinarios en la vida de las personas.

El objetivo es que el niño y su familia se unan para combatir ese mal, que hace que se lleven mal, discutan, se enojen, se alejen, etc. También sirve para conocer a las personas al margen del problema, cuando llegan con nosotros casi siempre están saturados del problema, en el Modelo Narrativo se plantea que las sesiones de psicoterapia también sirven para hablar de lo que SI hacen bien las personas, de los momentos en los que son exitosos; el resto del proceso se fundamenta en esas historias alternativas para que éstas se transformen en dominantes.

Para combatir con esas “cosas” que alejan a los miembros de una familia, el modelo propone diversas formas de construir y reconstruir historias. A continuación describiré brevemente algunas de ellas; siendo una constante el **juego**, medio por el cual nos podemos comunicar con los niños, éste varía dependiendo de la edad, y características del niño; algunas veces es simbólico, verbal o abstracto. También debemos tomar en cuenta la cultura y el contexto en donde se desenvuelve la familia y sus ideas con respecto al juego antes de iniciar el proceso.

Las cartas

Con algunas personas sucede que al finalizar una sesión, se van radiantes con algunas nuevas ideas que las hacen reflexionar, pero después de recorrer unas manzanas es posible que les resulte difícil recordar las palabras que tan profundamente habían calado. Por ello (Epston, 1994, citado en Freeman, Epston y Lobovits, 2001) propone la utilización de cartas, ya que las palabras de una carta no se desvanecen ni desaparecen como lo hace la conversación; permanece en el tiempo, como testigo del trabajo terapéutico, al que inmortalizan

Las cartas desde este modelo, cuentan una historia, más que exponer o explicar algo; se estructuran para contar una historia alternativa que surge en la terapia y de esta manera se documentan los avances actuales y los acontecimientos futuros. El poder de las cartas equivales a cuatro sesiones y media según White y Epston (1993).

A continuación se mencionan algunas recomendaciones para elaborar una carta (Freeman, Epston y Lobovits, 2001):

- a) Incluir citas textuales mencionadas en la terapia, permite al protagonista leer sus propias historias en su propio lenguaje y sus propias metáforas. El niño puede contar su historia o inventar un cuento y el terapeuta puede transcribirla en papel y después regalársela.
- b) Pueden incluirse preguntas o reflexiones para la familia o el niño.
- c) Utilizar lenguaje lúdico y metafórico.
- d) Describir la relación que una persona puede tener consigo misma, por ejemplo: “Janet, ¿el hecho de calmarte a ti misma ha mejorado tu relación de madre- hija?”

- e) Señalar en la narración acciones juiciosas, indefinidas o posibilidades futuras, por ejemplo: “Janet ¿crees que sabrás dejar pasar las cosas y cuándo dar tu opinión?”.
- f) La carta no siempre tiene que ser extensa ni repetitiva, una única carta puede ayudar a las personas en su lucha con los problemas.

A continuación menciono brevemente las formas en las que podemos utilizar las cartas. En las *cartas de invitación* el terapeuta redacta una carta a la persona que cree importante incluir en el proceso, la puede redactar en la sesión junto con los usuarios que están interesados en invitar a alguien para que sea aprobada. También puede ser una forma de comunicarse con algún miembro de la familia que por diversas circunstancias no pueda acudir a sesión.

Las *cartas de despedido* tienen el objetivo de demostrar a los pacientes que no es necesario que asuman papeles o roles que provocan problemas con personas significativas Epston y White mencionan como ejemplos funciones como “vigilante de los padres”, “consejero matrimonial” o “cuidador del hermano menor”; por lo que en la narración se les invita a despedirse de esos roles que quizá estén provocando conflictos con alguien o están promoviendo el alejamiento.

Otro tipo de cartas son las *de predicción* en las que como su nombre lo dice predicen el futuro de las personas, relaciones o familias, White y Epston, (1993) proponen un periodo de seis meses para que los pacientes puedan leer éstas predicciones, por lo que entrega la carta en un sobre sellado con la leyenda “Privado y confidencial...no abrirse hasta...”, Epston menciona que con esto se hace un seguimiento a los seis meses; es casi imposible que las familias no abran el sobre hasta la fecha indicada, se espera que la predicción funcione como una profecía autocumplida.

El siguiente tipo de cartas son las *de recomendación*, éstas se usan cuando es necesario comunicar historias alternativas a otras personas, como a los padres del niño, a los familiares de los padres, a la pareja, a un profesor, etc. El efecto que causa el que un profesional envíe una carta recomendando al niño o a sus padres y asegurando que poseen numerosas cualidades hace que los demás cambien su perspectiva.

También se pueden elaborar *cartas para las ocasiones especiales* que provocan felicidad y entusiasmo en una familia como una graduación, la obtención de un trabajo o un casamiento; el terapeuta puede escribir para felicitar y reafirmar esos eventos extraordinarios. Asimismo, para un evento que cause una profunda tristeza como la muerte de alguien, una enfermedad o un accidente.

Por otra parte, las *cartas postsesión* son importantes ya que el terapeuta puede quedarse con algunas ideas no expuestas a los pacientes, o bien, minutos después reflexiona sobre lo que escuchó y puede escribir breves mensajes expresando a la familia sus pensamientos.

Finalmente, las *“historias propias”*, tienen el objetivo de que las personas pongan por escrito su historia, para que esté al alcance de otras personas, se pueden utilizar grabaciones de voz, video o cartas. Se puede incluir una historia del proceso terapéutico o sólo sus éxitos y cómo lo lograron. Para mí es importante que los padres y niños dejen testimonio de su trabajo y constancia para resolver sus conflictos, de modo que les pregunto si puedo mostrárselas a otros padres para dar esperanza; generalmente aceptan con entusiasmo.

En cuanto a esto White (1994) propone a los niños que, con ayuda de sus padres elaboren un “Manual del consultor”, White pide a los padres que tomen fotografías del niño teniendo éxito, Stern (2002) dice a los padres “Cachen o atrapen a sus hijos haciendo las cosas bien”, estas actividades tienen el objetivo de construir historias alternativas con base en evidencias visuales.

Los rincones de juego

El espacio terapéutico puede ser usado de diversas formas, los juguetes pueden estar acomodados por temas, por tamaños, por objetivos o simplemente en una caja en la cual el niño explore y elija el que más le guste.

Barragar- Dunne (1997) divide su consultorio en “espacios terapéuticos”, en cada uno de ellos coloca materiales específicos, por ejemplo, el “espacio de los deseos”; cuando los niños entran a este espacio pueden dibujar, hablar o crear escenas con pequeños objetos acerca de algunos deseos que puedan tener o cosas que quieran realizar.

El “circulo transformador”, es un espacio destinado para modificar cosas, cuando los niños entran en él pueden cambiar la forma de narrar su historia, agregarle elementos, quitarle, cambiar un final; pueden crear historias alternativas, situaciones, cambiar a personas, estados de ánimo, etc; éste círculo puede dibujarse en el piso y utilizarse cuando el niño quiera ejercer su función de transformar.

Otra propuesta de Barragar- Dunne es que en un lugar del consultorio se coloquen diversas telas para jugar a “las telas de las emociones” que sirven para ejemplificar y vivenciar diferentes estados de ánimo, el niño puede relacionar el color o la textura de la tela con una emoción y vivenciarla o bien transformarla en un vestido o en una capa de súper héroe.

Otro espacio que puede adaptarse en el lugar de trabajo es el “rincón del consultor” aquí se incluyen materiales de construcción, colores, crayolas, tijeras, audífonos, música, instrumentos musicales, cámara fotográfica y de video; en este espacio se le pide a los niños que compartan a otros su experiencia, lo que les funcionó o en que les ayudó la terapia, esto lo pueden transmitir escribiendo una carta, dibujando, grabando su voz en un audio cassette, creando un mural, haciendo un video, recrear momentos por medio de fotografías (hacer un manual), hacer un libro de historietas, máscaras, entrevistas, canciones, etc.

El arte

En este apartado cito a algunos autores de corte Humanista. Pienso que este modelo comparte muchas premisas con la Terapia Narrativa, ya que pone énfasis en la corresponsabilidad en el proceso, la empatía y en las potencialidades de los niños y sus familias.

El arte es un medio efectivo para la expresión, por ello son invaluable los materiales como pintura, dibujo, trabajo con arcilla, arena, música, plastilina y agua; ya que algunas veces su utilización no requiere de lenguaje hablado (West, 1996). Los materiales plásticos posibilitan una forma satisfactoria de expresión para los niños que se

comunican con mayor facilidad a través de la forma y el color, que de manera verbal. También es muy efectivo para externalizar los problemas y darles forma.

El dibujo sirve para que los niños recreen su propio mundo en un papel, usando formas, líneas rectas, curvas y colores (Oaklander, 2001). Los dibujos se pueden usar de distintas maneras, para una diversidad de propósitos y a diferentes niveles, el acto mismo de dibujar sin ninguna intervención del terapeuta es una potente expresión del niño y provee una vía de representación de sentimientos, Oaklander propone algunas formas de usar el dibujo:

- El niño puede compartir la experiencia de dibujar o hablar de sus sentimientos y pensamientos durante la realización de éste.
- Se le puede pedir que comente el dibujo describiéndolo a su manera (en su narrativa).
- Se puede invitar al niño a que describa su dibujo como si éste fuera él, usando la palabra “Yo” (“yo soy esta casa y soy de color azul”).
- Se le puede solicitar que entable un diálogo entre dos partes de su pintura o entre dos elementos de ésta (iniciar una conversación entre una nube y un árbol, por ejemplo).

Otro material que puede servirnos en el trabajo con los niños es la arcilla, que puede utilizarse tanto en el juego desordenado como en la expresión simbólica compleja. Permite el trabajo tridimensional que puede moldearse y alterarse, teniendo por ello más flexibilidad y a veces más realismo que la pintura y el dibujo. Los niños pueden cambiar de opinión a medida que avanzan, así que con frecuencia sus manos, más que su cabeza, guían el camino (West, 1996).

La plastilina es un material similar pero no exige los cuidados de la arcilla, es muy útil para uso espontáneo, Oaklander (2001) la utiliza mientras conversa con los niños, jugueteando con ella. Por ejemplo, si un niño habla de su hermano, rápidamente hace un hermano de plastilina y le dice “aquí está él, dile lo que estás diciendo”; de esta manera puede traer al consultorio a una persona y trabajar con ella.

La arena y el agua son otros materiales básicos, de preferencia se colocan juntos en el espacio terapéutico para que se mezclen en la consistencia elegida por el niño.

La música también nos puede ayudar a sentir, expresar y externalizar emociones o experiencias; podemos tener en el consultorio un reproductor de música y diferentes estilos rítmicos: rock, clásica, instrumental, temas de películas (esta música puede ser efectiva ya que está relacionada con historias y personajes con los cuales el niño se puede identificar), salsa, merengue, boleros, rondas infantiles, trova, electrónico, country, pop, etc. El niño puede elegir una melodía y crear “la danza iracunda” o “el baile de la serenidad “. También se pueden utilizar instrumentos musicales para que invente sus propias melodías.

Finalmente, West (1996) sugiere algunos aspectos importantes a observar cuando se utiliza el arte en una sesión:

- Observar el estado de ánimo del niño al realizar la pintura u otra forma de arte.

- Se pueden hacer comentarios como: “¿puedes hablarme acerca de esto?”, “Me pregunto ¿cuál es la historia?”, “¿qué pasaría si?”, “Parece que te sientes contento o complacido por lo que has hecho”.
- Evitar criticar, enseñar o interpretar.
- Escribir nombre, fecha y número de sesión en los trabajos; o pegar pequeñas etiquetas con esta información.
- Guardar en un lugar seguro y exponer los trabajos cuando el niño entre. Preguntar al niño si desea que se queden expuestos o guardarlo cuando él se retire.
- Tratar de preservar las evidencias artísticas tomando fotografías; por ejemplo, cuando se trabaja en el arenero recreando escenas.

La dramatización

La terapia narrativa se basa en la colaboración, respeto y en lo interaccional, por lo que la dramatización puede ser un recurso valioso ya que invita a la creatividad y espontaneidad, la dramatización y narrativa abren y expanden el espacio terapéutico y sirven para elaborar historias alternativas, autodescripciones y cambios (Barragar-Dunne, 1997); puede llevarse a cabo con figuras elaboradas por el niño, por los mismos invitados a la terapia, con títeres o por medio del juego.

Esta estrategia permite la observación en vivo y en el presente de la estructura del material a ser investigado, sirve para estudiar los dinamismos psico- sociales, para transformar el material anecdótico en material presente y vivencial, que comprometa afectivamente a los participantes (Carvalho, 2004).

La dramatización cumple su acción terapéutica cuando alcanza un alto grado de espontaneidad y se obtiene una representación adecuada a la historia del protagonista y, cuando se externaliza y se juegan los diferentes personajes reales o imaginarios (Carvalho, 2004). Es muy común que el niño por medio de su juego espontáneo exprese su historia o sus deseos.

El terapeuta puede estimular la creación de historias pidiendo a la familia que elabore cuentos u obras de teatro, por ejemplo, Gil y Sobol (2000) proponen una serie de juegos para este propósito, uno de ellos lo llevan a cabo de la siguiente forma: coloca una gran diversidad de títeres (animales, personajes de fantasía, familias, profesionistas, etc) frente a la familia, y les piden que deberán ponerse de acuerdo para crear un cuento, historia o experiencia con los títeres; la historia deberá contar con un inicio, intermedio y un final; yo acostumbro dejarlos solos un momento para que se pongan de acuerdo mientras los video filmo, les doy aproximadamente 15 minutos para esta tarea y después entro al consultorio para que escenifiquen su historia; cuando hago este ejercicio al inicio del proceso resulta interesante cómo las familias ejemplifican su historia dominada por el problema. Al finalizar la historia Gil y Sobol proponen que el terapeuta converse brevemente con cada personaje, en este momento yo aprovecho para investigar historias alternativas y para modificar la narrativa hablando de manera distinta, por ejemplo, si la obra se trató de un niño que nunca obedece, yo podría decir “¡órale!, la desobediencia se está apoderando de tu familia, ¿verdad?”, “¿y de verdad nunca, nunca obedeces?”

Se puede pedir a la familia que elabore una obra de su historia actual y después pedirles que ingresen al “círculo transformador” y cambien el final u omitan eventos, o que los personajes se hablen de manera distinta.

La dramatización también puede hacerse con las personas que asisten a sesión, se le puede pedir a los papás que se transformen en hijos y a los hijos en padres, y que recreen una historia, Freeman, Epston y Lobivits (2001), a veces piden al niño que sea el coterapeuta y que elabore preguntas en sesión.

También se puede pedir a la familia que escenifique cuándo y cómo son invadidos por “esa cosa” que les causa problemas y posteriormente que escenifiquen cómo logran dominarla. En fin, la dramatización se puede utilizar de distintas formas y para numerosos propósitos, lo importante es que se conserve el respeto a las personas; para algunos, estos ejercicios resultan interesantes y divertidos, sin embargo también pueden rehusarse a hacerlos por lo que debemos respetar el proceso de cada familia.

Los rituales

Un ritual es una acción o una serie de acciones, combinadas generalmente con fórmulas o expresiones verbales, en las que tienen que participar los miembros de una familia. (Selvini, Boscolo, Cecchin, 1988, citado en Rodríguez, 2004).

Son actividades que el niño junto con sus hermanos y padres hacen en casa, escuela, parques, etc.; tienen un procedimiento específico que debe repetirse en varias ocasiones; pueden ser ideados en colaboración con los padres o bien el terapeuta los puede prescribir. Los rituales tienen el objetivo de que la familia trabaje en equipo para dominar, domar, controlar, arreglar o combatir al problema.

Es importante considerar que los rituales no son fórmulas a aplicar en cualquier familia, para su creación se requiere de la creatividad del terapeuta y del conocimiento que éste tenga del desenvolvimiento y la narrativa familiar (Rodríguez, 2004).

Para realizar un ritual son fundamentales tres cosas: el lenguaje lúdico, material creativo y trabajo en equipo, en su libro Freeman, Epston y Lobivits (2001) ejemplifican un ritual utilizado para un niño que tenía dificultades para comer; primeramente externalizaron el problema diciendo que dentro del niño existía un tigre muy valiente y fuerte, pero que ese tigre necesitaba comer, no él, sino el tigre, los terapeutas le explicaban que si no alimentaba al tigre quizá se moriría, de modo que tenían que llevar a cabo un plan para protegerlo. El ritual consistió en un programa de días pares y días impares, se le informó a los padres y al niño que cada dos días sólo debería asistir a las comidas el tigre, esos días el niño procurará “desaparecer” para cumplir el acuerdo de no interrumpir la comida del tigre. Se pidió a los padres que confeccionaran un disfraz de tigre, el cual debía usar sólo los días que el animal le tocará comer.

El niño en colaboración con los padres participó en la elaboración del menú para el tigre; también se les pidió que elaboraran el “álbum del tigre” que incluyera fotografías que captaran el sigilo del tigre, su resistencia y su vigor. El objetivo de este ritual es que el apetito se identifique con el tigre, no con el niño.

Más adelante estos autores en su libro comentan el éxito que tiene este ritual con los niños con serias dificultades para comer, ya que es un método no intrusivo y no aversivo para invitar a la comida.

De esta manera, el terapeuta basándose en la características de la familia, en su historia, y en la manera de narrar su problemática, puede crear rituales que ayuden a construir historias alternativas, sugiero que no se sigan como “recetas mágicas” los rituales expuestos por los autores y terapeutas que han escrito sobre Terapia Narrativa, ya que cada familia es diferente y por ende necesita su propio ritual.

Los certificados y diplomas

Los niños y sus familias hacen valiosos esfuerzos para lograr sus metas; cuando llegan a terapia muchas veces están desunidos y cuando logran alcanzar su meta se dan cuenta que se unieron y se hicieron más fuertes, por ello creo que es importante reconocer el trabajo y esfuerzo de las personas que acuden a nosotros en busca de ayuda.

Los certificados y diplomas pueden ser un medio atractivo para reconocer el trabajo y la dedicación, ya que da a los niños y sus familias una sensación de éxito y los estimula a seguir trabajando.

White y Epston (1993) mencionan que las noticias simbolizadas por un premio llegan a toda la comunidad, cuando una persona es galardonada adquiere un nuevo status en la comunidad, que conlleva nuevas responsabilidades y privilegios. Puesto que estos documentos pueden ser leídos por muchas personas y tienen la capacidad de reunir a un amplio público para la representación de nuevos relatos se sitúan en “ceremonias de definición” ya que constituyen autodefiniciones colectivas dirigidas específicamente a un público que de otro modo no estaría disponible. White y Epston han entregado certificados y diplomas de “Domador de Monstruos y Cazador de Fantasmas”, “Certificado de victoria sobre la pipi traicionera”, “Certificado de control sobre la caca traicionera”, “Certificado de huída de las rabetas”, “Certificado de Huída del sufrimiento”, etc.

Los coterapeutas sin título

En muchos casos los niños son amigos de compañeros no humanos que les ayudan, como perros, pájaros, delfines, peluches y amigos imaginarios. ¿Dónde estaría Christopher Robin sin el osito Winnie? Terapeutas infantiles y de familia han hablado del valor de las marionetas y de los juguetes para facilitar la comunicación con los niños. Estos materiales son de gran ayuda, ya que al hablar de forma indirecta a través de ellos, suele resultar liberador para los niños. En cuanto a los terapeutas ¿quién de nosotros no ha deseado un poco de ayuda, de descanso o ideas nuevas? ¡Bienvenidos sean los coterapeutas imaginarios o no humanos! Se puede recurrir a un colega en forma de marioneta y otros juguetes o incluso entes imaginarios o míticos, para que apoyen al terapeuta y animen la conversación, o bien para que acompañen al niño en su vida diaria durante algún tiempo. Cada terapeuta puede tener su propio elenco de personajes, además de su propia forma de actuar y de hablar.

A medida que estos coterapeutas van sumando años de experiencia en la interacción con las historias de los niños, sirven de público, de archiveros y de divulgadores de los conocimientos y logros de dichos niños.

Yo tengo dos coterapeutas: “Gorilón”, de quien hablaré en el siguiente capítulo. También tengo a “Changui”, mi coterapeuta favorito que ayuda a niños a quienes los invade el enojo; es un changuito que al apretar su panza grita, en él es normal y aceptable pues es un chango, pero cuando los niños son invadidos por el enojo y gritan, pegan, avientan cosas, etc, no es tan aceptable; de modo que Changui se va a casa con estos niños y cuando el enojo se acerca y se sale de control ellos tienen que ir corriendo apretar la panza del muñeco y pasarle los efectos del enojo, el chango saltará, gritará y demás, mientras que el niño puede estar tranquilo y manejar su enojo. Changui también me ha ayudado a realizar obras de teatro para algunas familias que son molestadas por el enojo.

Nuestros coterapeutas pueden tener diversas personalidades: unos pueden hablar mucho, algunos pueden ser muy tímidos y comunicarse en secreto con el terapeuta de modo que el niño tiene que ganarse su confianza; algunos pueden ser muy valientes, e infundir seguridad en diversas situaciones como cuando se hace de noche y hay que dormir solo; otros pueden representar calma y serenidad.

También se puede hacer equipo reflexivo con muñecos de peluche, sería interesante poner en un equipo a una bruja, un mago, un perro, un papá o un maestro y escuchar su opinión acerca de lo que le pasa al niño.

Las historias contadas por otros: Experiencia de vida y Fantasía

En este apartado me gustaría hablar sobre la utilidad que he encontrado en algunos cuentos infantiles. En estos libros se encuentran historias narradas por adultos que pasaron por alguna experiencia agradable o desagradable en su infancia o en algún momento de su vida y decidieron compartirla en forma de cuento ilustrado, por ejemplo: “El Libro Triste” de Michael Rosen (2004) en donde relata que la muerte de su hijo Eddie lo pone triste. En este libro escribe sobre su tristeza y cómo le afecta, y algunas cosas que hace para sobrellevarla. Esta es una historia muy personal dirigida a todo mundo. A continuación cito un fragmento:

“A veces la tristeza es muy grande. Está por todas partes, me envuelve. Y no puedo hacer nada para evitarlo.

Lo que me pone más triste es cuando pienso en mi hijo Eddie. Murió, yo le quería muchísimo, y sin embargo murió” (pp5-6).

Esta anécdota sirve para que las personas se den cuenta que no son las únicas en el mundo que pasan por momentos así, que existen otros que sienten que no pueden con su tristeza, y que también pueden sobrellevarla y hasta incluso sentir felicidad en algunos instantes.

Dentro de esta categoría de historias de vida se encuentra el libro “¡No David!” de David Shannon (1998), este autor relata cómo se le dificultaba seguir límites y cómo constantemente su madre decía “NO”. Otro libro que sirvió mucho a un niño con el que trabajé es “El libro de los miedos” de Corina Michelena y Aquiles Esté (2004). Este es un texto informativo acerca de los miedos, todo lo que queramos saber sobre ellos, su

definición, de dónde vienen, cuántos tipos hay, etc. Está narrado con texto e ilustraciones divertidas especialmente para los niños que son invadidos por los temores.

Por otro lado, hay libros que cuentan historias parecidas a las que vivimos, pero que se insertan dentro de fantasía o los cuentos, como el libro “Te Echo de Menos” de Paul Verrept (1998), que narra la historia de un niño que se despide de su mejor amiga que va a vivir a un lugar lejano; y tiempo después fallece su abuela. Con estas dos experiencias aprende a sobrellevar distintas formas de decir adiós. El libro “¿Me quieres mamá?” de Bárbara Joosse (1991) trata del amor incondicional de los padres.

Estos libros tienen una función parecida a las cartas y manuales de consultores, lo interesante es que fueron hechos por personas de otros países, que hablan otros idiomas y que pasaron por algo parecido; hay que recordar que en la Terapia Narrativa la multiplicidad de voces y experiencias es muy enriquecedora para contar nuestra propia historia.

La Terapia Narrativa en grupo

En este apartado trataré brevemente un ejemplo de cómo se puede implementar el modelo Narrativo cuando se trabaja en grupo. Marcia Stern (2002) es una terapeuta familiar que trabaja con niños con dificultades en el aprendizaje, ella refiere que para tratar este tipo de problemas, es necesario trabajar con la familia, no sólo con los niños, por lo que propone una modalidad de trabajo en grupo en el cual incluye a los niños junto con sus padres, hermanos y profesores.

El modelo de trabajo de Stern (2002) está fundamentado en el enfoque estratégico, en la terapia narrativa y en un modelo psicoeducativo. El nombre de su programa es “Mentes Únicas” y el objetivo es involucrar a la familia, redes cercanas y la escuela, en la resolución del problema y brindar información sobre las dificultades del aprendizaje.

La intervención consta de siete sesiones estructuradas previamente:

Sesión 1 “Desmitificación”: En esta sesión se informa acerca de las dificultades del aprendizaje y sus posibles causas y efectos. También se platica con las familias las habilidades necesarias para aprender y qué es lo que pasa cuando algún pequeño no ha desarrollado en su totalidad dichas habilidades.

Sesión 2 “Infundir Esperanza”: Con el objetivo de construir historias alternativas, Stern, pide a personas famosas e importantes que tuvieron problemas en su infancia platicuen a las familias su experiencia y cómo logaron superarlo.

Sesión 3 “Inteligencias Múltiples”: En este apartado se habla de los diferentes estilos para aprender y adaptarse al entorno; se enfatiza, que cada niño es distinto y por lo tanto, cada uno tiene una potencialidad. Se habla de eventos extraordinarios.

Sesión 4 y 5 “Impacto Emocional de los Problemas de Aprendizaje”: En este día se trabajan las emociones que se experimentan cuando el niño tiene problemas para hacer su tarea, obtiene bajas notas o cuando recibe una queja de la profesora. Aquí se utiliza la externalización de las emociones displacenteras que surgen ante dichos eventos, y que

muchas veces provocan peleas y distanciamiento entre los padres y el menor con problemas.

Sesión 6 “Solución de Problemas”: Aquí se implementan estrategias para que las familias puedan solucionar conflictos relacionados con la escuela. Por ejemplo, negociar la hora de hacer la tarea, el tiempo de estudio, el tiempo de juego, etc.

Sesión 7 “Colaboración escuela- familia”: En esta sesión se enfatiza la importancia de trabajar en colaboración, los padres y la institución educativa deben estar en constante comunicación para beneficiarse del tratamiento y no delegar responsabilidad solo a un sistema.

Las características principales de esta propuesta son:

- Las sesiones son planeadas anticipadamente y cada una tiene un objetivo.
- Los integrantes del grupo son: el niño con problemas, su familia, su profesor(a) y personas significativas.
- La intervención es breve (7 sesiones).
- Está fundamentado en la Terapia sistémica, enfoque estratégico, narrativa y un modelo psicoeducativo.
- Se basa en el trabajo colaborativo.
- Se puede aplicar a otras problemáticas.
- Utiliza la imaginación y el juego como principal estrategia.

Este modelo me pareció una buena alternativa para grupo, ya que trabaja con varias familias reunidas en un mismo espacio. Lo cual puede ser una buena retroalimentación; los niños no sólo escuchan las voces de otros niños, sino que tienen la posibilidad de escuchar a otros padres, hermanos y maestros. Asimismo me parece importante que durante todo el proceso se enfatizen los eventos extraordinarios y potencialidades de las familias.

La terapia como una elaboración conversacional: El Equipo Reflexivo

En instituciones dedicadas a la formación de terapeutas como en la Facultad de Psicología de la UNAM, se utiliza un equipo que observa detrás de un espejo unidireccional (cámara de Gesell), con el propósito de ayudar a los terapeutas a desarrollar habilidades y dar un mejor servicio a través de la práctica supervisada.

La fundamentación teórica de cómo se supervisa en cámara de Gesell se ha desarrollado principalmente en el ámbito de la Terapia Familiar, desde esta perspectiva se han propuesto diferentes formas de trabajar en equipo, una de ellas es el “Equipo Reflexivo”.

El trabajo con equipo reflexivo surge en Nueva Zelanda con un grupo de terapeutas que se propusieron hacer más efectivo el trabajo en equipo, tanto para el terapeuta como para los usuarios. Los antecedentes se encuentran en la escuela de Milán, cuya metodología consiste en sesiones que se llevan a cabo en una habitación con un espejo unidireccional, detrás del cual un equipo observa y escucha la sesión. Dos terapeutas (de diferente sexo) conducen la sesión. El tiempo se divide en: a) pre-sesión, b) sesión, c) Inter-sesión, aquí los terapeutas dejan solos por un momento a las personas y se dirigen al espacio donde se encuentra el equipo para idear un mensaje; d) la intervención, los

terapeutas transmiten los mensajes que planearon con el equipo y, e) la postsesión, en donde se reúnen equipo, terapeutas y supervisor a discutir sobre lo sucedido (Selvini, 1986 citado en Aparicio, 2005).

Esta forma de trabajo había funcionado bien, pero Andersen (1994) observó en su práctica con equipos terapéuticos, que durante la sesión, se daban algunos fenómenos detrás del espejo, por ejemplo, los terapeutas hacían comentarios importantes que quizá a la familia le servirían, o por el contrario, decían comentarios irrespetuosos dirigidos tanto a la familia como a los terapeutas, por lo que propuso una forma de trabajo en la que incorpora al equipo a la sesión y surge el equipo reflexivo.

El equipo se encuentra detrás de un espejo unidireccional y está compuesto por tres o más personas, los integrantes del mismo no dan instrucciones sobre lo que el equipo de entrevista (compuesto por los usuarios y los terapeutas), debe decir o escuchar.

Durante la sesión y detrás del espejo los miembros del equipo evitan hablarse entre sí, Andersen (1994) menciona que es importante que cada uno tenga un diálogo con sí mismo haciéndose preguntas como ¿De qué otra manera puedo explicarme la situación o el tema además de la explicación presentada?, ¿Qué más podría preguntar?

Antes de iniciar es importante el encuadre, es decir, informar a las personas sobre la presencia del equipo detrás de espejo y para qué están ahí, se le pregunta a las personas si desean conocerlos o si desean conocer el espacio donde se encuentran (Campero, Díaz, Fernández, Manessero y Vega, 2004).

Una vez realizado el encuadre podemos iniciar la conversación; algo importante para esta forma de intervención es que las personas deciden de qué hablar, Andersen (1994) propone preguntar “¿Qué temas les gustaría discutir el día de hoy?, ¿Cómo desean utilizar esta sesión?”. A cada uno de los presentes en la sesión se les da oportunidad de decir que temas les gustaría que se tocaran, después podemos preguntarles cómo quieren que se aborde el tema, esta pregunta es importante para el trabajo con niños, ya que muchas veces el lenguaje verbal no es la mejor vía de comunicación.

Durante la conversación si los usuarios están de acuerdo, el equipo reflexivo entra a la sesión y conversa entre sí presentando sus ideas y preguntas sobre el tema que expuso la familia, mientras los miembros del sistema de entrevista escuchan. Los miembros del equipo deben mimarse a los ojos mientras conversan y evitar mirar al sistema de entrevista, ya que si lo hicieran sería una invitación a la discusión y los sacarían de su posición de escucha.

El objetivo es crear nuevas y distintas versiones del problema a medida que los miembros del equipo hablan en forma de preguntas, metáforas o suposiciones. Ya que el equipo termina sus reflexiones, los miembros del sistema de entrevista reflexionan sobre las ideas que escucharon, de esta manera tienen una conversación sobre lo que habló el equipo reflexivo acerca de la primer conversación. En algunas ocasiones se les pide que reflexionen durante la semana acerca de lo que escucharon y se discute en la siguiente sesión.

Andersen (1994) y Vega (2005) mencionan que los lineamientos básicos para la conversación reflexiva son:

- Tener la libertad de hacer comentarios sobre todo lo que se escuchó, más no sobre todo lo que se vio.
- No hablar sobre lo que no se mencionó en la sesión.
- Se evita dar consejos.
- No se interpreta.
- Se especula para subrayar que cada miembro del equipo tiene su propia versión de la situación.
- El consultante es quien decide como utilizar la sesión o de qué tema hablar. El terapeuta puede preguntar.
- Se deben formular preguntas inusuales, una manera de ayudar a las personas con problemas es haciendo preguntas que a menudo no se hacen así mismas, y que pueden responderse de muchas maneras, lo que a su vez crea más preguntas.
- Se utilizan frases como: “yo creo que”, “Además de lo que ellos vieron yo vi esto”, “Yo pienso que”, “Si se hubiera hecho de esta forma tal vez”.
- Se evitan los temas que durante la entrevista el consultante no quiso tratar.
- La reflexiones muchas veces son preguntas sin respuestas.
- No se hacen reflexiones sobre algo ajeno al contexto.
- Se evitan las connotaciones negativas.

Vega (2005) realizó una investigación acerca de cómo los clientes percibían al equipo reflexivo y su relación con éste. Encontró que las personas que tienen la experiencia de sesiones con equipo al inicio sienten “nervios”, se sienten intranquilos, observados, incómodos y con cierto temor hacia lo desconocido, sin embargo, estas sensaciones se modificaron hasta sentirse comprendidos, apoyados y escuchados.

Los clientes reportaron que los miembros del equipo de reflexión les daban la impresión de estar atentos, pues observaban lo que sucedía en la entrevista y a veces utilizaban sus mismas palabras en las intervenciones, también refirieron que les agradaban los comentarios breves, concisos y claros.

En su investigación Vega (2005) mencionó también que se da un proceso de identificación, que surge por los comentarios que hacían los miembros del equipo acerca de los problemas de los clientes, relacionándolos con sus experiencias personales diciendo “es que yo también lo viví” Estos comentarios hacían que los clientes pensarán “lo bueno es que no soy el único con este problema en el mundo”. Una de las conclusiones a las que llega Vega es que el equipo reflexivo promueve que las personas puedan observarse a ellos mismos a través de los ojos de otras personas, “Es como reflejarse en diferentes espejos”.

Como mencioné anteriormente, estos enfoques han sido desarrollados en el ámbito de la terapia familiar, mi propuesta como psicoterapeuta infantil, y como parte de la Residencia en Psicoterapia Infantil fue utilizar esta metodología en el trabajo con niños y sus familias, en el capítulo II trato acerca de cómo trabajamos en equipo reflexivo con un niño y su familia.

CAPÍTULO II

UNA FORMA DE DOMAR EL MIEDO A DORMIR SOLO EN LA NOCHE

El objetivo de este capítulo es narrar mi experiencia trabajando en cámara de Gesell, en co-terapia y con Equipo Reflexivo. El proceso lo explico por fases para un mejor entendimiento, cada fase incluye más de dos sesiones. Asimismo, en el texto coloco algunos recuadros en los cuales menciono las reflexiones que tenía con mi equipo después de las sesiones.

El trabajo se realizó con un niño de 11 años y su familia, que de manera especial me pidió que lo llamara “Quico”, debido a que en su escuela le pidieron que durante una semana cuidara un huevo trayéndolo de casa al colegio, él se encariñó con su huevo, decía que era su hijo y hasta le hizo su ropa, un día llegó a la facultad, pues nos tocaba sesión, llegó un poco triste ya que ese día se le cayó y se rompió. Al preguntarle cómo quería que lo nombrara en el presente trabajo dijo “Quico, en memoria de mi hijo”

Fase I:

Lo que sucedió antes de conocer a la familia

Mi coterapeuta en este proceso fue mi compañera Ivonne de la Vega, el equipo estuvo conformado por: Verónica (supervisora), Karla, Gaby, Paty y Liliana. Todas compañeras de la residencia y con las cuales hay una muy buena relación. Antes de conformar el equipo se dieron algunos acontecimientos que creo importante mencionar.

En mi primer año como residente, mis funciones como parte del equipo eran vagas y no sabía que decir o cómo actuar frente a mis compañeras de segundo año, quienes eran las terapeutas. Algunas veces solía decir cosas que no les servían, ya que nuestras visiones eran distintas, o bien, decía cosas que sonaban más bien como agresión (sin pretender que fuera así).

Debido a esto, la relación entre los miembros del equipo (terapeutas, supervisora y observadores) era tensa, un factor que agravaba más la situación era que al empezar a trabajar juntas no nos conocíamos, por lo que sin pretenderlo se empezó a configurar una relación de poder entre nosotras. Las de nuevo ingreso pensábamos que nuestras compañeras nos enseñarían cómo hacer terapia, y ellas buscaban más bien un apoyo para formarse como terapeutas, de modo que no nos comunicábamos adecuadamente.

Creo que estos factores hicieron que el trabajo no fuera lo suficientemente provechoso, muchas veces terminábamos hablando más del terapeuta que del niño que tenía dificultades y estábamos centrados en el déficit y no en las soluciones.

Esta experiencia me dejó mucho aprendizaje, primero, que el respeto y la tolerancia son elementos sumamente importantes en el trabajo en equipo; segundo, que el proceso debe estar centrado en las soluciones, no en los déficit; tercero, la supervisión debe estar basada en las necesidades y conflictos que expresen los terapeutas, ya que ellos son quienes están con los niños y sus familias y, cuarto; el equipo debe estar en el “mismo canal”, es decir, tratar de seguir la línea teórica de los terapeutas y no pretender que ellos se adapten a los criterios del equipo.

Robles (2004) relata una experiencia similar:

“En la primer sesión los terapeutas de tercer semestre junto con la supervisora se reunían para diseñar la intervención y el mensaje final mientras que se dejaba a un lado a los terapeutas del primer semestre....esto fomentaba un ambiente de separación entre los terapeutas y la sensación de la existencia de expertos y de inexpertos en el cual se limitaba la participación de los integrantes con menos experiencia y propiciaba un ambiente que dificultaba la interacción” (pp 114-115).

“Tiempo después se tuvo la oportunidad de convivir. Esto permitió que nos conociéramos, lo cual propició un ambiente de confianza, aceptación y respeto... para este momento todos los terapeutas ya eran uno sólo e interactuaban con igual posibilidad de formular ideas” (pp 115).

El mismo autor menciona que en una relación basada en la confianza, las personas que viven en ella podrán desarrollar sus habilidades sin sentir miedo y con la libertad de ser y sentir respeto ante sí mismo y ante los demás. Anderson (1999, citado en Robles, 2004) menciona que el aprendizaje es un acontecimiento social e interactivo, es una acción conjunta que ocurre por medio del diálogo.

Desgraciadamente y debido a la gran carga de trabajo, con nosotras no se dio la oportunidad para la convivencia. Al final del año pude expresarles cómo me sentía y ofrecerles una disculpa; por lo que las últimas sesiones de trabajo mejoraron, ya no se sentía tanta tensión entre nosotras. El intentar mirar al niño como ellas lo hacían me hizo entender su forma de trabajo.

Cuando ingresé a mi segundo año de la Residencia, mi mayor preocupación era: ¡ahora yo seré terapeuta!, sentía un gran temor, a mi mente venían ideas como “si yo fui poco tolerante con mis compañeras, también me pasará a mí”, esto aunado a los comentarios de algunas personas: “los observadores por lo regular son muy voraces”, “el trabajo en cámara es sumamente angustiante”.

Otra de mis preocupaciones era poder dar un servicio de calidad al niño que atendería en cámara. Por lo que me di a la tarea de investigar otras formas de trabajar en equipo. Asistí a un taller sobre “Equipo Reflexivo”, por invitación de un terapeuta familiar.

De esta propuesta me agradó la forma en cómo se reflexionaba acerca de las intervenciones del terapeuta, no se le cuestionaba, sino que se le escuchaba, y a partir de sus experiencias se CONVERSABA acerca de eso, un elemento importante de esta forma de trabajo es que no se habla de “supervisión”, en la que está implicado un experto, se habla de conversaciones terapéuticas en donde hay una relación horizontal, es decir, todas las visiones son válidas y respetadas.

Pensé que esa sería una buena forma de trabajo, por lo que me dispuse a leer sobre el tema para después proponerlo a mi equipo. Así fue como iniciamos esta experiencia, en

la cual mis compañeras y yo queríamos sacar el mejor provecho del trabajo en equipo y un mejor servicio para las personas que atenderíamos.

Una vez conformado el equipo, destinamos tres sesiones para planear la forma de trabajar así como las funciones de cada quien: el equipo trataría de seguir el enfoque teórico de las terapeutas; después de la sesión harían sus comentarios en forma de preguntas o suposiciones, se evitarían las connotaciones negativas, y se respetaría a las terapeutas.

Mi función como terapeuta era estar frente a la familia y junto con ella escribir el proceso terapéutico, respetando sus metas. Las sesiones de trabajo quedaron distribuidas de la siguiente forma: a) 10 minutos antes de comenzar hablaríamos brevemente con nuestra profesora (Verónica) para comentarle sobre las posibles preguntas o actividades a realizar, b) la sesión con el niño y su familia tendría una duración de 50 min y, c) la reflexión post sesión tendría una duración de 30 min.

Creo que estas reuniones antes de conocer a la familia fueron muy provechosas porque llegamos a acuerdos necesarios para poder trabajar mejor y fomentar la confianza entre nosotras.

Fase II: Presentación de la Familia

Establecimos contacto telefónico con la familia y se inició el trabajo. La familia está conformada por: “Quico” de 11 años de edad; en ese momento cursaba el sexto año de primaria, su hermana Ma. Fernanda de seis años; su mamá la Sra. Rocío quien se dedica al hogar y, su papá el Sr. Gilberto quien trabaja en un laboratorio farmacéutico.

A continuación muestro su Familiograma:

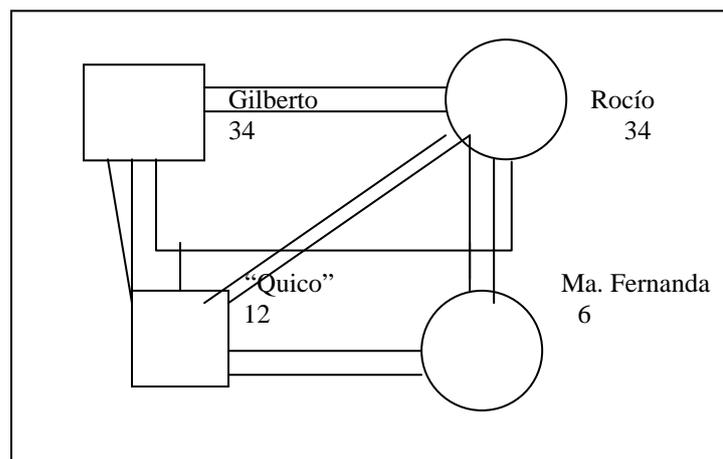


Figura 1. Muestra la estructura familiar

En la figura 1 muestro la estructura de la familia, así como sus relaciones, se puede ver tienen una adecuada convivencia y comunicación.

Fase III: Encuadre

En este apartado incluyo cómo es que le explicamos a la familia el trabajo en equipo y cómo tuvo su primer contacto con éste. Incluyo también, una breve descripción del motivo por el cual piden ayuda y, del trabajo realizado en las primeras sesiones.

La primera sesión asistió la Sra. Rocío mamá de Quico y esto fue lo que sucedió:

Cuando contactaron con el Centro de Servicios Psicológicos de la Facultad de Psicología, los refirieron primeramente a un taller de “Relajación y Control del Estrés”, de modo que al iniciar la entrevista, le preguntamos si quería iniciar un proceso terapéutico aparte del taller al que asistía el niño, ella dijo que estaba muy interesada en la ayuda.

La cámara de Gessel tiene unas persianas en el espejo, por lo que, cuando la Sra. Rocío entró estaban cerradas, después de explicarle que detrás del espejo estaría el quipo, abrimos las persianas para que se percatara del espejo.

Le preguntamos si deseaba conocer al equipo, entusiasmada respondió que sí, le pregunté si deseaba que el equipo viniera al espacio de entrevista o si prefería conocer el espacio donde observaban, ella decidió conocer el espacio donde estaban mis compañeras.

Después, la Sra. Rocío, Ivonne y yo conversamos acerca de lo que le preocupaba, ella nos comentó que desde hace 6 meses Quico no dormía solo porque tenía miedo, en este momento surgió un primer personaje, “el miedo”, al preguntarle si tuviera un termómetro del 1 al 5, ¿en dónde colocaría al miedo?, ella mencionó que en 5, también mencionó que este ser invadía su relación con el niño, ella sentía que Quico le tenía miedo a ella, ya que a veces le gritaba y su enojo subía. Surgió otro personaje que estaba causando averías en esta familia “el enojo”. Ella colocó el “miedo a mamá” en el nivel 3 o 4. El enojo también estaba situado en un nivel muy alto, al preguntarle ¿qué era lo que provocaba que ese enojo subiera hasta hacerla gritar?, ella dijo que sucedía cuando los niños se pelaban o cuando no obedecían, después le pregunté ¿algún otro miembro es era víctima del enojo?, respondiendo que en ocasiones invadía a Quico.

Le pregunté ¿a qué otro miembro de su familia invadía el enojo? y nos mencionó que su esposo es muy tranquilo y que él lo controla muy bien, por lo que no se enoja.

Regresando al miedo, la Sra. Rocío percibía en ese entonces que era incontrolable, al preguntarle si este miedo afectaba a otro miembro de la familia, ella dijo que le afectaba a su esposo, ya que él es quien bajaba a la recámara del niño y se acostaba con él, y no descansaba, por lo que estaba cansado en el día.

Le pregunté ¿en qué otra relación el miedo estaba afectando? Y contestó que sólo entre ella y Quico.

En la siguiente sesión conocimos a Quico, le explicamos la función del trabajo en cámara y también le presentamos al equipo, en esta ocasión mis compañeras entraron al espacio donde nos encontrábamos. De este modo Quico empezó a entablar una relación de empatía con nosotras las terapeutas y con el equipo. Mis compañeras mencionaron que después de este evento cuando lo encontraban en la sala de espera se saludaban.

En este primer encuentro le preguntamos si sabía a qué venía, respondiendo que era porque no podía dormir solo porque le daba miedo, le pregunté si quería jugar o platicar del miedo y eligió jugar.

La historia que recreó en su juego fue de “evolución”, primero, con animales prehistóricos que fueron destruidos por un meteorito que cayó en la tierra; después aparecieron animales en el agua que fueron evolucionando hasta salir, formándose los animales terrestres y, finalmente el hombre. Pienso que fue cómo sí Quico nos expusiera cómo trabajaría durante las siguientes sesiones hasta lograr su objetivo: lograr dormir solo. Mientras jugábamos, surgió el tema del temblor de 1985 en la Ciudad de México, y nos contó una anécdota contada por su abuelo, cabe mencionar que estábamos en septiembre, mes en el cual sucedió dicha catástrofe.

Después eligió jugar “Cien Mexicanos Dijeron”, juego de mesa basado en un programa de televisión del mismo nombre, yo compré este juego especialmente para Quico ya que al enterarme de que trabajaríamos con un niño de 11 años supuse que le agradaría jugar juegos de mesa.

El juego no fue tan divertido, ya que las preguntas iban dirigidas a un público de mayor edad, por lo que nos aburrió un poco.

Fase IV:

“El demonio y el enojo” Externalización del Problema

En esta fase empezamos a platicar sobre qué pasaba cuando llegaba la noche y no podía dormir, él mencionó que era la presencia del miedo. Le preguntamos ¿si tuviéramos un termómetro, en qué punto estaría el miedo?, él no comprendió muy bien la metáfora del termómetro, por lo que le preguntamos ¿si quisieras medir tu miedo, con qué lo harías?, él eligió hacerlo con una regla; de modo que le pedimos que dibujara una regla en la cual nos indicara cuánto media. A continuación nuestro su dibujo:

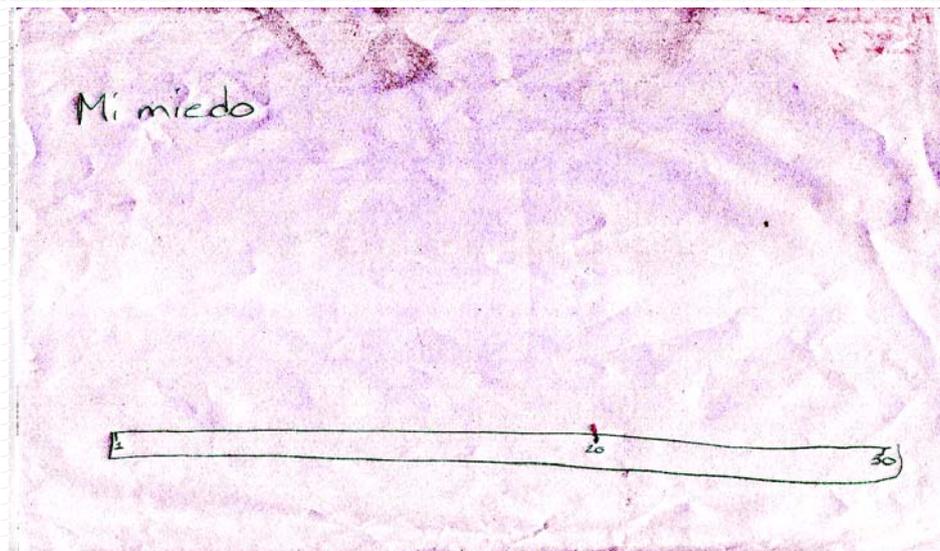


Figura 2. Muestra la medida del miedo de Quico

Su miedo en este momento se encontraba en el nivel 20, estaba algo alto, sin embargo, esto quería decir que lograba controlarlo en algunos momentos, ya que no llegaba a 30.

Después le pregunté si este miedo tendría alguna forma o alguno color en especial, porque para poder vencerlo teníamos que saber a qué nos enfrentábamos, el realizó el siguiente dibujo:

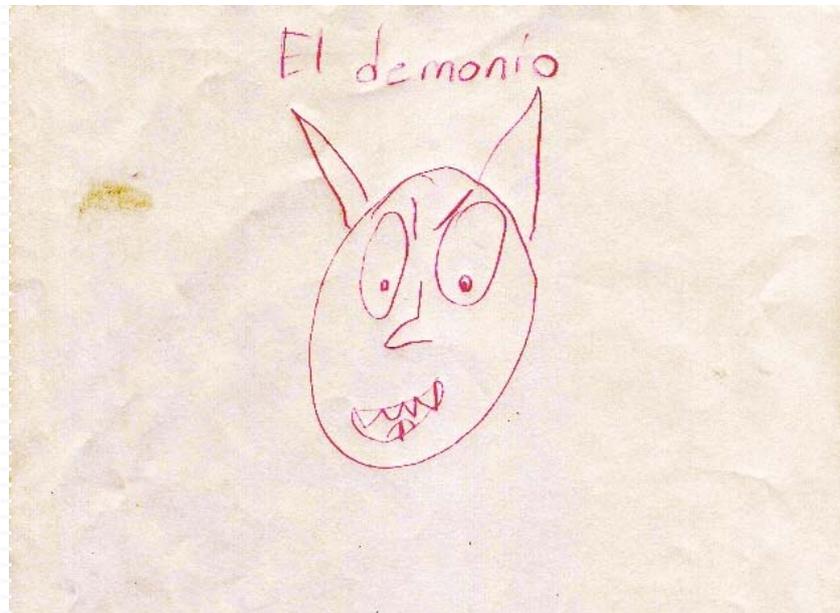


Figura 3. Externalización del miedo

También nos habló de su enojo y lo simbolizó de la siguiente forma:

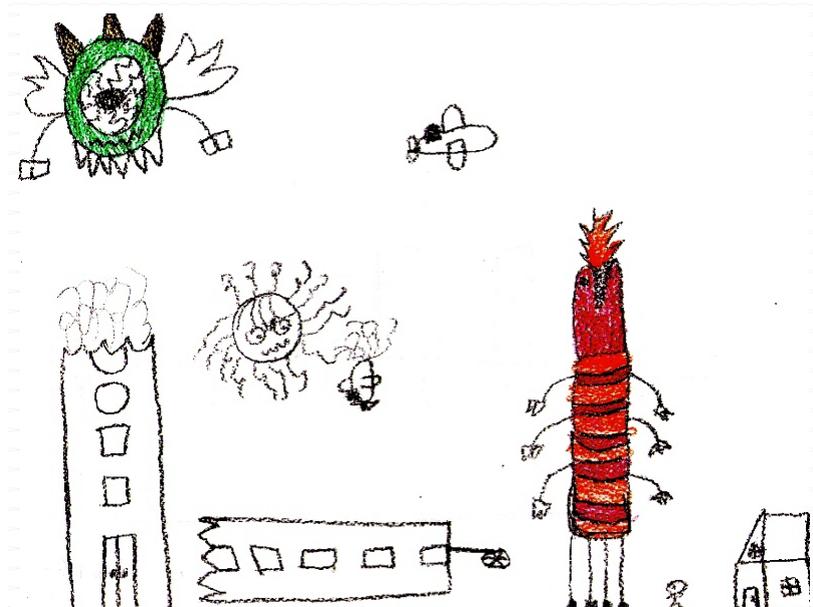


Figura 4. Muestra la externalización del enojo

Aquí nos representó al enojo en forma de tres monstruos (figura 4), uno del aire (la figura redonda verde), otro que vive en el agua (la figura con varios tentáculos) y, uno que sale de la profundidad de la tierra. Estos tres seres vivían serenamente, hasta que los humanos los molestaron, ya que contaminan el ambiente, estos seres salieron y empezaron a atacar con sus poderes. Esta fue una buena oportunidad para hablar de la utilidad del enojo en nuestras vidas, ya que cuando no se respetan los derechos y el espacio vital de las personas, el enojo sirve para defenderse, y para hacer valer los derechos propios.

Fase V:

Influencia del problema en la vida del niño y su familia, e influencia de la familia en el problema.

En esta fase investigamos qué hacía el demonio y el enojo con la familia, y hablamos sobre la influencia de éstos en la vida de la familia, y de los eventos extraordinarios.

Cuando Quico se acostaba y se apagaban las luces llegaban a su mente ideas como: “alguien se va a meter a la casa” o escuchaba ruidos extraños, por ejemplo, al perro del vecino. Hacía algún tiempo se había enterado que se habían metido a la casa de un vecino, de ahí estas ideas. También se imaginaba que alguien estaba en la sala, estos pensamientos hacían que el demonio creciera tanto que hacía que se levantara y caminara hacia la recámara de sus padres. Su padre se levantaba y se acostaba junto a él, cuando esto sucedía el demonio se alejaba y dejaba de molestar, cuando Quico se calmaba su padre regresaba a su recámara, pero al poco rato el demonio atacaba y Quico subía nuevamente en busca de ayuda.

El precio que la familia tenía que pagar era que mamá y papá durmieran separados, y que el señor Gilberto y Quico no descansaran, por lo que se sentían cansados en el día. Así mismo Quico sentía malestar físico como sudoración de las manos y nerviosismo. Al parecer el miedo estaba comenzando a causar problemas.

Aquí me gustaría hacer un breve paréntesis y hablar un poco acerca de los miedos en la niñez. Según Shaffer (2000) en ciertas etapas de desarrollo aparecen miedos que pueden considerarse normales, por ejemplo, a los seis años surge el miedo a la oscuridad; a las brujas y a la separación de los padres; a los nueve años se presenta el miedo al ridículo y al daño físico y, entre los 10 a los 12 años; etapa en la que se encuentra “Quico”, disminuye el miedo a la separación, a la oscuridad, a los seres imaginarios y a la soledad. En esta edad, se mantiene el miedo a los animales, al daño físico y, aumenta el temor a los accidentes, enfermedades o al enfrentamiento entre los padres.

Estos temores aparecen sin razón aparente y están sujetos a un ciclo evolutivo, por lo que desaparecen con el transcurso del tiempo, ya que cuando los niños desarrollan nuevas habilidades como la capacidad de recordar el pasado y prever el futuro y, estrategias de afrontamiento, sus miedos van formulándose cada vez más en términos de peligros imaginarios o remotos (Echeburúa, 1998).

Sin embargo, hay temores que persisten convirtiéndose en un problema, ya que interfieren en el funcionamiento diario del niño y de su familia. Estos miedos muchas veces están fundados en una sobreestimación de las fuerzas amenazadoras y en la subestimación de los propios recursos (Wolman, 1979), es decir, el niño percibe que no es capaz de afrontarlo y prefiere evitarlo. Cuando el temor tiene estas características pierde su propósito básico y se convierte en un problema, que si no se resuelve se vuelve cada vez más difícil de manejar, Méndez (2000) menciona que el miedo pierde su utilidad cuando:

- Es desproporcionado a la situación que desencadena la respuesta de miedo y está relacionado con estímulos que no son objetivamente peligrosos.
- Es casi imposible eliminarlo racionalmente.
- Está más allá del control voluntario.
- Es de larga duración (seis meses o más).
- Interfiere considerablemente en la vida cotidiana del niño en función de las respuestas de evitación.
- La elevada respuesta produce notable malestar, serias preocupaciones y síntomas desagradables como náuseas, diarrea, mareos, desmayos o dolores de cabeza.

Es importante tomar en cuenta que en ocasiones estos temores pueden estar conectados a un abuso físico o sexual, por lo que los terapeutas siempre deben tener en cuenta estas explicaciones al evaluar los miedos infantiles (White, 1994). En el caso de Quico, durante las primeras sesiones entregamos a los padres un cuestionario con el objetivo de conocer la historia de desarrollo y conocer si existían otras problemáticas como un posible abuso, lo cual quedó descartado.

Sin embargo en muchas familias resulta evidente que los temores infantiles sobreviven dentro de un contexto interaccional, es decir, en un ambiente en el cual los miembros de la familia participan sin advertirlo y, como consecuencia, ayudan a perpetuar y alimentar tales temores (White, 1994).

El temor de Quico era mantenido por lo que hacía cada miembro de su familia: su papá decidía dormir con él para calmarlo, su mamá pensaba que era la única solución que habían encontrado para que el niño se durmiera y, Quico decía que cuando se encontraba sólo en la noche no podía controlar al demonio, le ganaba e iba en busca de

su papá. En cuanto a Maryfer, su hermana, al no manifestar “ningún problema”, toda la atención se centraba en el demonio y por ende en Quico.

Invitamos a la familia (por cuestiones de trabajo y escuela, el Sr. Gilberto y Maryfer no pudieron asistir) a que realizara un Genograma, para ejemplificar donde se entrometían el demonio y el enojo; y imbolizar algunos eventos extraordinarios. Para este trabajo nos basamos en una técnica propuesta por Gil y Sobol (2000), en la cual se enseña a las personas a dibujar un esquema de su familia utilizando símbolos; y después se les pide que representen a cada miembro con una o varias figuras.

Realizamos el genograma en un pliego de papel bond, yo iba dibujando los símbolos mientras ellos me indicaban a quien dibujar, después les pedí que en cada figura colocaran “algo” que los simbolizara, les pregunté ¿con qué objeto representarían a cada uno?; después les pedí que unieran a los integrantes de su familia con las siguientes claves: una línea representa que la relación es buena pero distante; dos líneas indican que la relación es muy buena y cercana y, una línea distorsionada simboliza una mala y distante relación. A continuación muestro su trabajo terminado (figura 5):



Figura. 5 Genograma que titularon “La unión de la Familia”

En el Genograma que se muestra en la figura 5, están representados los abuelos paternos (Teresa y Eleazar), los abuelos maternos (Angelina y José); papá, mamá, hermana y Quico.

Quico representó a su abuela Teresa con una figura de plastilina, a su abuelo Eleazar con un barco. A su abuela Angelina con un dinosaurio de plastilina y a su abuelo José con un Santa Claus de plastilina negra, con todos sus abuelos manifestó tener una buena relación ya que se unió con ellos con dos líneas.

A su papá, lo representó con un pez espada y con una casa; a su mamá con un pony y con un león; a su hermana María Fernanda la representó con un caballo color rosa y con un venado, él se representó con dinosaurios; cabe mencionar que en varias sesiones traía

como invitado a un dinosaurio. Pienso que era como una alusión al valor que hay dentro de él y que por alguna razón el miedo le estaba ganando la batalla.

Por otra parte, la Sra. Rocío representó a su mamá con una flor, y mencionó que con ella había tenido conflictos, la relación con su madre había sido distante, y cuando era niña a veces le provocaba miedo y no le tenía confianza, fue hasta que se enfermó que lograron reconciliarse; tiempo después su madre falleció. También manifestó que tenía miedo de que la relación con su hijo fuera de la misma forma, no quería provocar miedo en sus hijos.

Por otro lado, a su padre lo representó con un árbol, a su esposo con un elefante, a sus hijos con un delfín, por ser muy nobles y, ella misma con un árbol. Quico y ella coincidieron en que las relaciones entre ellos eran buenas y cercanas.

Posteriormente, les pedí que indicaran entre quienes se estaba entrometiendo el enojo y el demonio, causando conflictos, ellos dibujaron una carita enojada representando al enojo y una carita de demonio representando al miedo y quedó de la siguiente manera: el demonio se mete entre el Sr. Gilberto y Quico y, entre él y su mamá. El enojo se entremete entre Quico y su mamá y, entre él y Maria Fernanda.

En cuanto al enojo, mencionaron que hay dos tipos: el que se presenta entre él y su mamá y el que aparece cuando está con su hermana, en cuanto a esto, la Sra. Rocío mencionó nuevamente que cuando ella tenía 19 años recibía el enojo de su mamá con mucho miedo y que no quiere que le pase lo mismo a Quico, por lo que intervengo preguntando a Quico:

Miriam- ¿el miedo aparece cuando el enojo invade a tu mamá?

Quico- sí, es el demonio que aparece.

Miriam- ¿Cómo es ese miedo?

Quico- Me sudan las manos y me pongo nervioso

Cuando terminaron titularon su trabajo “La Unión de la Familia”:

Miriam- puedo ver que en esta familia a pesar que el enojo y el demonio están presentes se llevan muy bien ¿cómo le hacen?.

Sra. Rocío- “No todo el tiempo estamos enojados”, disfrutamos comer juntos, ahí aprovechamos para platicar y nos gusta ver la TV. También cuando salimos de la escuela aprovecho para platicar con mis hijos, para que ellos me tengan confianza.

Al final de esta fase, pregunté ¿cuál sería la principal meta?, y ellos decidieron unirse para derrotar al miedo a dormir solo. Pienso que era un primer paso para atacar al miedo que surge cuando la Sra Rocío se molesta, y también para combatir al enojo.

Reflexión con el equipo:

Una reflexión importante que se hizo en equipo durante esta fase fue que la Sra. Rocío esta escribiendo con sus hijos una historia diferente, ya que ella está trabajando para domar a su enojo y para crear una relación de confianza con los niños y su esposo. Concluimos también, que esta familia no está dominada totalmente por el problema y que es muy bueno que lo reconozcan, que ese es un gran avance

En esta fase recordé la historia relatada por J.K Rowling (2000) “El prisionero de Azkaban”, que trata la vida de un niño llamado Harry Potter en Hogwarts, una escuela de magia; en su tercer grado, Harry tiene que hacer frente a sus miedos y recuerdos dolorosos; y lo hace pensando cosas agradables y con ayuda de algunos hechizos.

Casualmente Quico es muy parecido a Harry, ya que es tímido, inteligente, noble, usa lentes y, tiene el cabello negro. Se me ocurrió que quizá la metáfora de la historia podría ser una buena estrategia para domar a ese demonio, que al igual que a Harry le estaba robando su felicidad y tranquilidad por las noches.

De modo que le dejé de “tarea” que viera la película, era una buena idea, sin embargo, creo que la forma en que se lo pedí (como tarea) provocó que lo hiciera obligatoriamente.

A la siguiente sesión, mi co-terapeuta y yo teníamos la intención de hablar sobre la historia de Harry, pero sin darnos cuenta empezamos un interrogatorio para verificar si había visto la película, creo que este momento dejó de ser divertido, y pienso que para Quico no quedó claro el por qué tuvo que ver la película. Así que dejamos el tema, para retomarlo mas adelante.

Reflexión con el equipo:

Coincidimos en que la película era una buena idea, porque el personaje de Harry Potter puede domar sus miedos, pero que quizá no supimos enfocar el tema. También hablamos acerca de la connotación de la palabra “tarea” en un proceso terapéutico, quizá no sea la adecuada ya que está asociada a la escuela y que puede ser no muy agradable.

Fase VI:

Historia Alternativa: “La liga de Domadores de Monstruos y Seres Despreciables”

En este apartado narro el trabajo que hizo la familia junto con el equipo y las terapeutas para crear una historia alternativa. Para iniciar, es importante mencionar que hasta este momento el Sr. Gilberto no había podido asistir a las sesiones, ya que por su horario de trabajo le resultaba imposible. Sin embargo constantemente era convocado ya que la Sra. Rocío y Quico lo nombraban en su discurso.

Nosotras (Ivonne y yo) dejamos la invitación abierta para que el día que le fuera posible asistiera. Un día, llegaron todos juntos, esta sesión coincidió con la propuesta de preguntar a la familia si deseaba escuchar algunas ideas del equipo.

En esta sesión, El Sr. Gilberto y Maryfer conocieron al equipo y la función del mismo; mientras se realizaba la presentación, yo me quedé en el espacio de entrevista con la Sra. Rocío, quien me comentó que Quico se estaba enojando más y que sus calificaciones había bajado. Posteriormente, conversamos acerca del enojo y del miedo, mientras tanto Quico y su hermana dibujan:

Miriam- Hay distintos tipos de enojo: el de los hermanos que se interpone entre ellos y hace averías, y también está el que se contagia de mamá a hijo. ¿Sr. Gilberto, a usted lo invade también?, y ¿si esto llega a suceder, qué hace?

Sr. Gilberto- casi no estoy en la casa, la cuestión del enojo en el niño si la he llegado a ver y creo que esto desespera a su mamá y hay como un choque de enojos, y entonces ya no se tolera ni uno ni otro y empiezan a pelear y yo, a veces, veo los toros desde la barrera. Yo he hablado con Quico y le he dicho “respeto más a tu mamá”, tarda un poquito en disiparse el enojo, pero he notado en mi esposa lo ha controlado más. También le explico a Quico que ya es una persona más grande, que ya nos puede ayudar, le digo “acomoda tu cuarto como quieras pero, respeta a tu mamá”.

Miriam- En este momento ¿en qué nivel se encuentra el enojo Sra. Rocío?

Sra. Rocío- El enojo esta como en 20

Sr. Gilberto- yo creo que el enojo está en 15 porque sí veo mucho que lo ha controlado, ella es el soporte de la casa, sin ella los niños y yo no levantaríamos, es mucho soporte.

Miriam- Sra. Rocío, hemos visto que ha logrado domar al enojo y lo más padre ¡¡es que usted a generado sus propias estrategias!! ¿Cuáles son éstas?

Sra. Rocío- todo lo que pasé con mis papás me ha hecho pensar cosas como: “si yo ya pasé por esto, no quiero que ellos pasen por lo mismo”. No es de enojarnos diario, pero cuando yo me enojo con mi esposo procuro que los niños no nos vean, yo digo “yo no voy a hacer esto con mis hijos, voy a estar bien con ellos”; en las mañanas, yo me quedo sola haciendo el quehacer y mientras lo hago pienso y reflexiono, y me digo “voy a ser diferente, no alterarme tanto con los niños”, lo que me ha ayudado es estar sola en la mañana y reflexionar.

Miriam- la soledad y la reflexión, la han ayudado ha domar el enojo.

Ivonne- En este momento usted habló acerca de su relación con su madre y es algo que está rescatando, y eso también la está ayudando ¿cómo se siente al respecto?

Sra. Rocío- ¡pues muy bien! Hubo una platica en la escuela de Quico, hablaron acerca de las drogas, y me llegó mucho, lo abracé y el niño lloró, y lloré con él y, eso me hizo pensar y le dije “le vamos a echar ganas todos y yo te prometo que voy a cambiar mi carácter”, yo le prometí y le voy a echar ganas, yo le pido a mi esposo que me ayude, y me siento comprometida con el niño.

Miriam- ¡la felicitó porque lo han hecho ustedes!

Aquí aproveché la oportunidad para sacar la foto que tomamos de su Genograma, ya que “la unión de la familia” estaba provocando cambios importantes.

Le mostramos el Genograma al Sr. Gilberto y a Maryfer, Quico les explicó lo que significa y, yo hice hincapié en que los miembros de esta familia son unidos y que esto ha impedido que el enojo y el miedo los debilite.

Después de esta conversación, en la familia habló de sus grandes logros, les comentamos que el equipo tenía ideas importantes, y les preguntamos si ellos querían escucharlas. La familia estuvo de acuerdo. Les explicamos cómo sería la forma en la que mis compañeras transmitirían los mensajes; en este momento Maryfer muestra su dibujo a su mamá, y se sienta en el círculo de entrevista junto con Quico para escuchar al equipo.

El equipo conformado por Vero, Paty, Gaby y Karla, entraron al espacio de entrevista, se sentaron frente a nosotros en sillas acomodadas en forma de círculo, de esta manera evitaban ver hacia donde estábamos nosotros. Como fue la primera vez, nos sentíamos nerviosas, mis compañeras entraron apenadas y por un momento hubo silencio, hasta que fue interrumpido por Vero (nuestra profesora) que inició la conversación. A continuación muestro un fragmento de sus reflexiones:

Vero- A mi gustaría decir que me encuentro entusiasmada por ver a la familia completa, al ver trabajar a esta familia, mamá y papá haciendo un equipo y, Quico y Fernanda haciendo un dibujo me di cuenta que son uno mismo, al finalizar su conversación con las terapeutas, enseñaron sus dibujos, creo que han sucedido cosas importantes para que este sea un equipo; por un lado, mamá ha logrado domar al enojo, pero desde la sesión pasada, me llamaba la atención los logros que ella ha tenido al domarlo, la Sra. Rocío ha dado la oportunidad de que Quico hable de las cosas que no le gustan, y eso es un acto de amor, poder hablar de las cosas que nos gustan y no nos gustan. Me imagino a la Sra. Rocío como una torre alta y fuerte, pero me pregunto ¿si en lugar de haber una sola torre que se llama Rocío, hubiera 4 torres?, a lo mejor el equipo sería más fuerte y, ¿que pasará si la Sra. Rocío se queda con mucho peso?

Karla- así como Quico ha hablado con su mamá acerca de lo que siente, también ella se ha permitido hablar con él de lo que pasó en su infancia.

Gaby- con relación a lo de las torres yo creo que hace falta mirar un poco más, creo que todas las torres tienen muchos recursos, que pueden mirar esas cosas.

Paty- llegaron aquí no con todo muy claro y poco a poco le han ido dando forma, y estas promesas de las que habla la mamá, le están ayudando, se lo prometió y además está trabando en ello. Hay momentos extraordinarios o momentos libres del problema que nos hacen ver que es una familia con un buen pronóstico, que pueden seguir trabajando en estos buenos momentos. De las torres yo pensaba que gran parte de la disciplina, de las cosas de la casa están quedando solo en esta torre mamá, ¿y qué tanto esto la puede estar cargando demasiado o que tan abrumada se puede sentir? Y con respecto a la relación con Quico, es obvio que está escribiendo una nueva relación, pero ¿qué tanto estas preocupaciones que tienen que ver con su pasado le están impidiendo construirla?

Vero- La otra torre, el Sr. Gilberto, ahora se dirige más a Quico, y le pone límites y también le ayuda a tomar decisiones de acuerdo a su desarrollo, yo creo que esos cambios hacen que la torre vaya tomando más fuerza y descargue a la otra.

En cuanto al miedo y al enojo no los han desaparecido ¿Qué pasaría si el enojo y el miedo se hicieran amigos? ¿Cómo podrían ayudar a esta familia?, porque creo que no es cosa de desaparecerlos, sino de domarlos y hacerlos amigos, pueden ser útiles.

Karla – me pregunto ¿si ese enojo no será como parte de una fortaleza? me da gusto conocer lo que dice y el deseo de cambiar de la Sra. Rocío.

Vero- Quizá ese enojo les permita defenderse y mantenerse lejos del peligro.

Paty- el miedo nos puede servir para movernos ante el peligro y en cada familia funciona de manera diferente.

Después de las reflexiones, mis compañeras salieron del espacio y regresaron detrás del espejo. Ivonne preguntó a la familia si querían comentar algo acerca de lo que escucharon o pensarlo y discutirlo la próxima sesión. El Sr. Gilberto mencionó que quizá no vuelva a asistir porque en su trabajo no le dan muchos permisos, por lo que quería aprovechar esta ocasión. En este momento Maryfer regresa a la mesa de dibujo para seguir creando; Quico sigue escuchando. Aquí un fragmento de nuestra conversación sobre la conversación del equipo:

Sr. Gilberto- yo creo que el ritmo de vida que llevó ella (su esposa) y yo fue distinto, somos polos opuestos, a mi todo me lo daban, y ella tuvo que sufrir un poco más, despertó un poco más rápido, ese tipo de carácter de su mamá la hizo madurar más rápido. Creo que somos cuatro torres, yo la pongo como la torre más fuerte porque está con mis hijos, para mi ella es una Reina porque ha sacado adelante a mis hijos, la tengo en un altar, sin ella no estaríamos en estos momentos, su tipo de carácter es como más rudo, de tal forma que tengo que buscar soluciones para ayudarla. Creo que entre las cuatro torres hay mucha confianza y cada torre se va ir formando, con el enojo y el demonio que salgan, pero que se junten para fortalecer el carácter, para fortalecer en una cuestión difícil y que en una mayoría de edad mis hijos, se puedan defender ellos solos. Que el carácter de ella y su vida difícil y la mía nos ayuden a que los niños puedan desarrollar un carácter para que puedan salir de una situación difícil.

Miriam- creo que eso que usted dice está pasando; el enojo y el demonio se están acomodando, en este momento el enojo subió un poco, Quico en su escuela está sacando malas calificaciones, y el miedo bajo un poco.

Sra. Rocío- a veces si me siento abrumada, yo soy la única hermana; y mis hermanos y mi papá me llaman para contarme sus problemas y todo eso, me canso de una rutina, hay un momento en el que digo que esa torre a veces se cansa, no de mis hijos pero si de los problemas de mis papá y mis hermanos ¿cómo sacar todo eso?

Miriam- quizá esta torre tenga que poner una pequeña muralla entre ustedes y las otras torres y dedicarse a su familia.

Durante esta conversación Quico estuvo muy atento, pero no quiso decir nada, al final le pregunté si deseaba hablar:

Quico- le voy a echar ganas, voy ser una torre más fuerte, ya no portarme mal y escuchar a mi mamá y domar al miedo.

Estas fueron las creaciones de Quico y Maryfer durante esta sesión, fue la manera que eligieron para transmitir su mensaje:



Figura 6. Dibujo realizado por Quico durante la conversación de las terapeutas con sus padres.

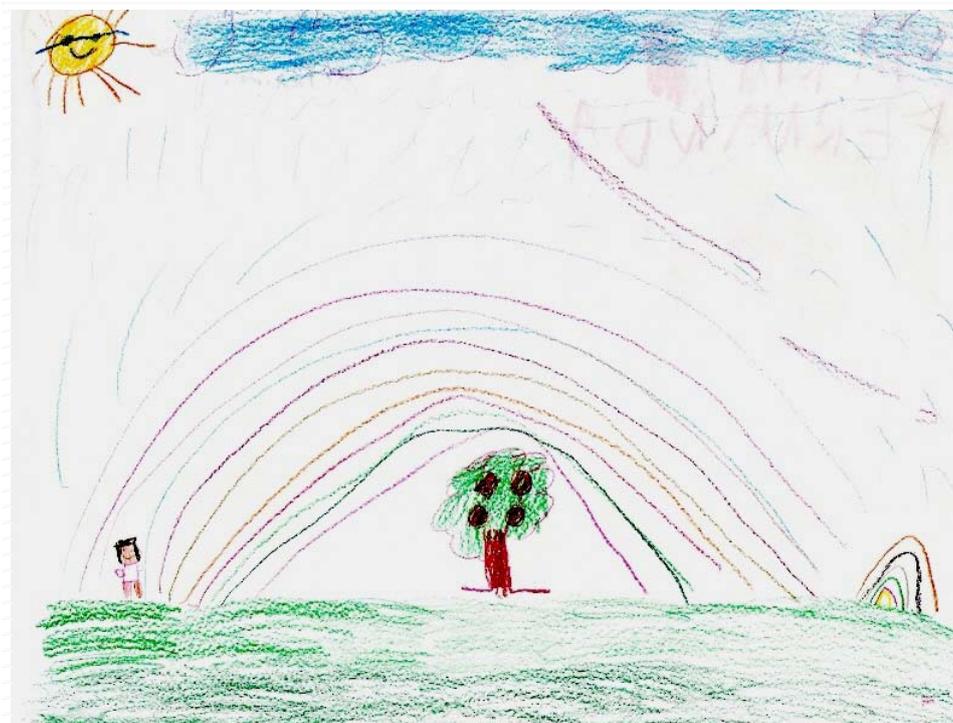


Figura 7. Dibujo realizado por Maryfer

Al despedirnos, entregué a Quico “El libro de los Miedos” de Michelena y Esté (2004), para que lo revisara y se documentara sobre qué son los miedos, para qué sirven, los tipos de miedo y qué pasa en el cuerpo cuando aparecen.

Reflexión con el equipo:

Estábamos muy emocionadas por la experiencia, yo pensé “a mi jamás se me hubiera ocurrido la metáfora de las torres”, creo que ese es el objetivo de trabajar en equipo; las voces de todas fueron muy importantes.

Mis compañeras manifestaron que en un principio no sabían qué decir, ni que hacer, pero que Vero les transmitió mucha confianza y después todo salió muy natural.

También estábamos contentas de los compromisos que la familia estaba haciendo, y de la unión para resolver sus problemas.

En la siguiente sesión decidí retomar la metáfora de Harry Potter, y plantear un ritual a la familia, a continuación relato cómo fue:

Primero le dijimos a Quico que habíamos observado en él muchas fortalezas y habilidades y que encajaba perfectamente para ser invitado a una Liga, pero antes le hicimos unos cuestionamientos:

Miriam - ¿Quico estas dispuesto a hacer lo que sea para destruir a este miedo malo?, aquí agregué el termino “malo”, por hacer énfasis en que el miedo tiene una función, y que éste que lo invadía no le estaba siendo funcional, pero que quizá en otras ocasiones se convierta en un “miedo bueno”, que le ayude a huir de los peligros.

Quico - ¡sí!

Miriam- ¿De verdad están dispuestos a hacer cualquier cosa?

Sra. Rocío y Quico -¡sí!, mirándose mutuamente.

El objetivo de estos cuestionamientos era generar una expectativa de interés para el ritual.

Miriam- ¿Quico, vas a permitir que ese demonio se siga apoderando de tus noches?

Quico -¡no!

A continuación, le platicamos acerca de la existencia de una “Liga de Domadores de Monstruos y Seres Despreciables”, le dijimos que era un grupo muy elitista, que solo unos niños lograban formar parte de ella, incluso, si él preguntaba a algunos de sus compañeros de la escuela, ellos no sabrían de qué se trata:

Miriam - ¿Quieres ser un Domador de Monstruos?

Quico - con entusiasmo respondió -¡ si ¡

La Sra. Rocío se unió a nuestra conversación divertida y nos siguió “el juego”

Ivonne- Todo Domador de miedos debe conocer las “Reglas de los Domadores”...¿Tú las conoces?

Quico- no. Voltea a ver a su mamá y ella también dice que no sabe

Miriam e Ivonne- ¿Cómo que no las conoces?, ¡¡¡es importantísimo que las conozcas, todo buen domador las sabe de memoria!!!

Miriam- ¿Quieres conocerlas?

Quico- Si!

En este momento Quico y su mamá se encontraban sumamente interesados, por lo que Ivonne y yo les platicamos las reglas, ejemplificándolas con un libro o con una película. Estas reglas fueron retomadas de la propuesta de White (1994) quien realizó un trabajo semejante con un niño que tenía miedo a los fantasmas:

Regla I: Si te burlas de los miedos pueden hacerse chiquitos, pero de verdad debes pensar en algo que te de risa.

Aquí retomamos la historia de H. Potter, mostrándoles una escena de la película “El Prisionero de Azkaban” Warner Bros Pictures (2004) donde un profesor, enseña a sus alumnos el hechizo ¡Riddíkulo!, que consiste en pensar en algo muy chistoso y repetir la palabra “riddíkulo” para que el miedo desaparezca. Quico estaba muy emocionado viendo la escena.

Regla II: Los monstruos aparcaren generalmente en las noches o cuando estas sólo.

Aquí aprovechamos la oportunidad para recordar los hábitos que tenía su demonio al aparecerse solo por las noches y estropearle su sueño.

Regla III: En el día algunos son inofensivos. En su caso, Quico no tenía problemas para estar solo en su recámara ya que en estos momento el demonio no estaba presente.

Regla IV: Mientras mas información tengas de ellos son domados con más facilidad.

Aquí retomamos “El libro de los Miedos” (entregado en la sesión pasada), Quico nos platicó que le gustó mucho, que aún no lo terminaba, pero que la parte de los miedos primitivos le había interesado mucho.

Hablamos un poco acerca de los tipos de miedo, y de cómo a través de las generaciones y de la historia los miedos han cambiado, esta platica me recordó su juego de la primera vez que nos vimos, en el cual empezó en la prehistoria y terminó con el surgimiento del hombre. Creo que en este momento Quico iba muy adelantado en su propia evolución.

Después de platicar sobre las cuatro reglas básicas de los miedos, apareció en escena mi co-terapeuta “Gorilón”, que es una lámpara en forma de gorila, cuando abre su boca hace un ruidito y se enciende la luz.

Miriam- Te presentamos a “Gorilón”, él es nuestro coterapeuta, él ha ayudado a otros niños a domar miedos, ¿quieres que te ayude a ti?

Quico –si!!!

Se lo entregamos y le explicamos que sería su ayudante durante un tiempo en casa. Posteriormente les explicamos en qué consistiría el ritual:

Los materiales que necesarios:

- Listones
- Una caja
- Representación del demonio (dibujo)
- Gorilón
- Colaboración de toda la familia.

Procedimiento:

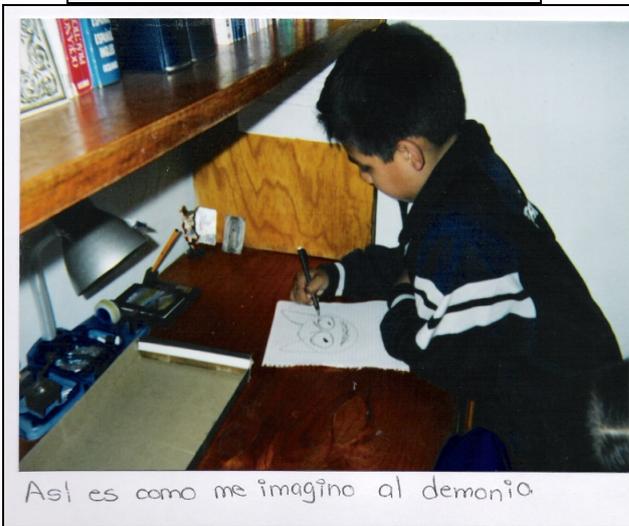
- Antes de dormir, la familia deberá acompañar a Quico junto con Gorilón a recorrer toda la casa en busca del demonio, una vez encontrado, lo atraparán y guardaran en una caja que atarán con los listones.
- La caja debe permanecer fuera de la casa y colgada, ya que así se evitará que escape y, que se entrometa en los sueños y pensamientos de Quico.
- Junto a la cama deberán estar listos las sandalias y Gorilón, por si el demonio llega a salirse y molestar de nuevo.
- Si llegará a suceder, de inmediato recurrir a Gorilón, atrapar de nuevo al demonio y encerrarlo.
- En la mañana deben liberarlo, para que pueda descansar.
- Durante este entrenamiento, los padres deberán recoger toda la evidencia posible, para que la Liga de Domadores tenga pruebas de su valentía y sigilo para atrapar miedos; y considerar si puede ser miembro o no.

La Sra. Rocío y Quico quedaron muy interesados con el reto, y se fueron a casa a iniciar el entrenamiento.

Quince días después..... ¡¡¡Regresaron con buenas noticias!!!! Quico se había convertido en todo un Domador, la Sra. Rocío reportó que había disminuido su miedo a 9, que ya no se levantaba tan seguido y nos mostraron las evidencias de su éxito. Aquí presento fragmentos del Manual que realizó (figura 8):



Técnica de como vencer el miedo.



Así es como me imagino al demonio



Figura8. Muestra el manual “Técnica de cómo vencer el miedo” elaborado por Quico La siguiente es una grafica en donde representó la medida de su miedo y de su enojo, antes y después de su trabajo:

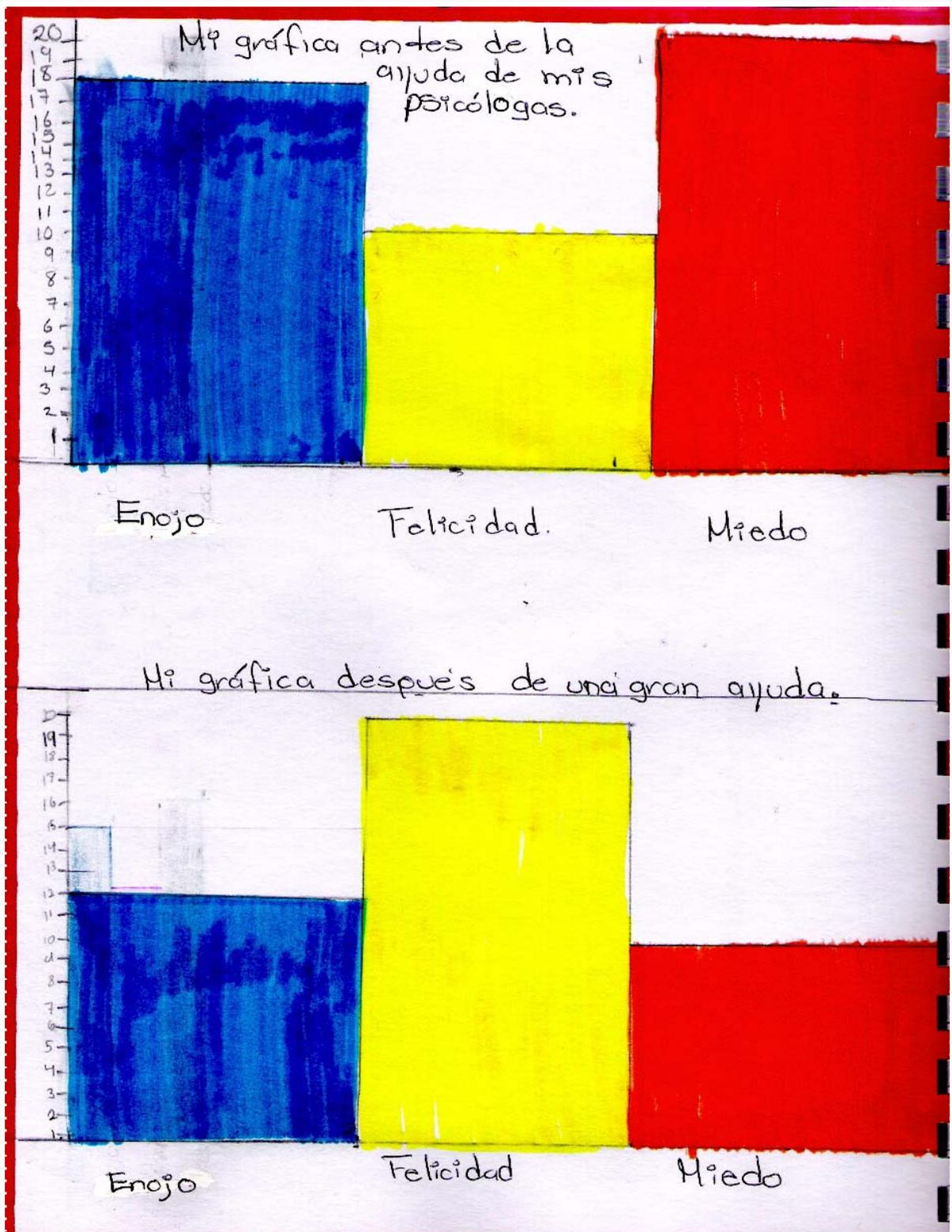


Figura 9. Muestra los avances obtenidos al finalizar el ritual

También escribió las estrategias que llevó a cabo, para ayudar a otros niños que tienen miedo:

Para ayudar a otros niños a salir de sus miedos, tomen encuentan los siguientes sugerencias:

- 1.- Confianza en si mismo.
- 2.- Platícar todo con tus papás.
- 3.- No tener vergüenza a platícar que tienes miedo a dormirte solo.
- 4.- Parte del miedo.
- 5.- Poner todo de tu parte para salir adelante.
- 6.- Pensar, y decir, no tengo miedo, no pasa nada, todo esta bien.
- 7.- Si te sientes seguro, con un muñeco de peluche para dormir hazlo.
- 8.- Lo importante es pensar que no estamos solos, y que alguien nos puede ayudar.
- 9.- Tener el apoyo en tu familia, incondicionalmente.
- 10.- Buscar ayuda en el momento preciso.

Figura 10. Muestra las estrategias para combatir a los miedos, propuestas por Quico.

Debido a las evidencias recolectadas, el equipo y las terapeutas decidimos darle la bienvenida a la "Liga de Domadores de Monstruos y Seres Despreciables" White (1994), entregándole el siguiente certificado:

Certificado de Domador de Monstruos y Seres Despreciables

Por la presente se certifica que

Quico

HA DOMADO AL DEMONIO QUE NO DEJA DORMIR

Por lo que se le concede el derecho a formar parte de
"La Liga de Domadores de Monstruos y Seres"

Ivonne de la Vega Morales

Fecha

Miriam Vega Castillo

Fecha

Representante del Equipo

Fecha

Figura 11. Certificado de Domador de Miedos entregado a Quico

La entrega de su certificado coincidió con la llegada de las vacaciones de diciembre en la Facultad de Psicología, por lo que contaría con tres semanas para seguir con su entrenamiento. Le comentamos que el siguiente paso sería convertirse en consultor, un experto en miedo, que pueda ayudar a otros niños que no pueden lidiar con un miedo.

Al despedirse, entregó un regalo a cada miembro del equipo, deseándonos ¡feliz navidad!

Fase VII Todo Domador necesita un descanso

Regresando de vacaciones la Sra. Rocío reporta como un avance significativo que Quico se levantaba una vez cada noche para llamar a su papá. Antes de vacaciones yo me quedé con la sensación de que Quico había domado completamente su miedo, por lo que la afirmación de su mamá me causó desilusión y un sentimiento de fracaso, debido a esto, no pude percatarme de que ellos iban avanzando paso a paso y, el que Quico se levantara una vez por noche era un éxito.

Yo me dispuse a investigar que era lo que pasaba, ellos me platicaron que cuando su miedo subía mucho Quico se levantaba, le llamaba a su papá, y éste permanecía a su lado hasta que se dormía.

Yo intervine diciendo:

Miriam- creo que tu papá es un apoyo importante para ti, ¿crees que si cambiamos el momento en el cual te acompaña te podría ayudar?

Quico- si

Mi intención era proponerle que en lugar de que se despertara en la madrugada para que su papá lo tranquilizara; lo hiciera a la hora de ir a la cama, quizá así se quedara dormido toda la noche.

Miriam- ¿Si tu papá te acompañara un momento cuando te vas a la cama, te serviría para que el demonio se fuera?

Quico- si

Miriam- ¿Qué pasa por tu mente cuando el demonio se hace más grande?

Quico- siento que alguien se va a meter a la casa, y me imagino cosas como el juego de King kong.

Miriam- ¡Tienes muy buena imaginación!, pero creo que el demonio la esta usando en tu contra.

Quico- si, a veces me imagino que lucho contra él pero no puedo y subo a la recamara de mis papás.

Yo le propuse escribir una historia sobre cómo el podría vencer al demonio en su imaginación, y que quizá pueda servirle por las noches. También le propuse que durante 15 días su papá (el prefiere que sea su papá quien lo ayude en estos momentos) lo acompañara a la cama y se quedara junto a él hasta que se durmiera. Como estrategias alternativas para reducir el miedo.

Quince días después... Quico seguía levantándose una vez cada noche, pero la Sra. Rocío comentó que un día en esa semana había logrado dormirse toda la noche, pero ella decidió no decirle nada.

Este día ambos venían con la sensación de que el problema prevalecía, y de que Quico no lograba cumplir con su objetivo; otra vez el problema era Quico, lo preocupante es que en este instante yo era parte del problema también.

Quico nos platicó un evento muy interesante que me hizo cambiar un poco mis ideas sobre fracaso. Días antes asistió a un campamento con sus compañeros de la escuela, y nos platicó su experiencia, nos dijo que en las noches los niños y los maestros contaban historias de terror, y que algunos niños tenían miedo, el se sintió muy nervioso y pidió ayuda a una maestra, aún así logró dormir fuera de casa, en otra cama y lo más importante....solo. Aquí estaba llevando a cabo una de sus estrategias propuestas en su manual : “Lo mas importante es pensar que no estamos solos”, “pedir ayuda en el momento preciso” y “no tener vergüenza de platicar que tienes miedo”; lo malo es que en ese momento no me daba cuenta. Me hubiera gustado decírselo cuando escuché su anécdota sobre el campamento. Después de esto empecé a preguntar qué mas le podría

servir para lograr domar por completo al demonio, surgieron cosas como la música, los programas de TV que miraba antes de ir a la cama, su rutina durante el día, etc.

Llegó un momento en el que me sentí confundida, ya no sabía que decir, por un lado veía que Quico controló muy bien al demonio en el campamento y por otro se seguía levantando por las noches aunque solo una vez.

Al no saber que más decir, y al percatarme de que la sesión se dirigía a dejar “otra tarea”, les pedí un momento para hablar con el equipo.

Detrás del espejo mis compañeras me dijeron primeramente que me calmara; después reflexionamos un poco sobre las expectativas que teníamos de Quico: “queríamos que lo lograra a la perfección”, por lo que el equipo envió dos mensajes a la familia: “Quico es un niño con muchas cualidades y es muy valiente”, “todo domador necesita un descanso, que estas eran las patadas de ahogado de ese demonio que quería dominarlo”. Ivonne y yo nos tranquilizamos, y regresamos al espacio de entrevista, en ese momento me di cuenta de que Quico sí estaba logrando domar al demonio, sólo que se estaba dando su tiempo y que no pude verlo por tener la expectativa de que lo lograra a la perfección.

Le trasmitimos los mensajes del equipo, los cuales recibió con mucha alegría, incluso puede ver cierto alivio en su rostro.

Le dijimos que “Todo Domador necesita un descanso”, por lo que durante esa semana no pensara en más estrategias para combatirlo, que se tomara unas vacaciones. Y me centré en el evento extraordinario que relató su mamá, le propuse que cuando volviera a suceder felicitaran a Quico, que a veces es necesario recibir felicitaciones por lo que hacemos.

Reflexión con el equipo:

Seguimos reflexionando sobre las expectativas de los terapeutas y de cómo estas influyen en el proceso y en las ideas y creencias de las personas que buscan ayuda. Algunas de mis compañeras tenían la sensación de que Quico quería eliminar por completo el miedo de su vida, que quizá no se había percatado de la función de éste.

A la semana siguiente, esto fue lo que sucedió:

Consideramos que era importante que Quico y su mamá escucharan las ideas del equipo con respecto a las funciones de las emociones. Así mismo, pensé que sería importante divertirse y regresar a la historia alternativa que estaban escribiendo, era como regresar al camino.

En esta sesión primero jugamos serpientes y escaleras y, después con el UNO jenga, este juego consiste en armar una torre con piezas de colores, el objetivo es hacer que la torre sea muy alta, el que la tire pierde. Fue un momento divertido, Quico se veía más relajado al igual que su mamá, además de que disfrutaron la actividad. Aprovechamos la oportunidad para hablar acerca de la sensación que nos provocaba pensar que la torre se derrumbara con nosotros; le pregunté a Quico ¿te da miedo?, el respondió que sí, con

una sonrisa... proseguí ¿pero te gusta? Respondió riéndose, comentamos que hay miedos que nos gustan como la sensación al jugar jenga. Casualmente la torre se derrumbó con Quico y él lo disfrutó

Después, les comentamos que el equipo tenía algunas ideas importantes y les preguntamos si deseaban escucharlas, ambos estuvieron de acuerdo; esta vez nos quedamos en la alfombra donde estábamos jugando; el equipo entró y estas fueron sus reflexiones:

Vero: los domadores conocen más emociones como la alegría y la tristeza, esto los hace más fuertes, un domador es alguien que tiene más opciones. Hoy “Quico” las disfrutó y se alegró. Quizá la alegría y la tranquilidad les permitan hacerse amigos del miedo, quizá el miedo esté buscando estar en la familia.....un lugar.

Paty: ¿qué otras emociones les gustaría sentir a los dos?, ¿quieren que se quede el miedo? ¿Para qué les puede servir?, el proceso terapéutico está lleno de subidas y bajadas.

Gaby: ¿Realmente cuál es la intención de domar al miedo?

Karla: el miedo tiene un espacio en su vida. Y si el demonio vuelve aparecer, se puede volver a construir enfrentándolo, sin pensarlo tanto.

Quico estaba acomodando las piezas del juego, mientras escuchaba al equipo. Al terminar les pedimos que en la semana pensaran lo que escucharon y que lo platicaríamos la siguiente sesión. Cabe mencionar que en esta ocasión evitamos preguntar por el demonio, decidí hablar de él, sólo si ellos lo mencionaban, ya que Quico se estaba tomando un descanso.

La siguiente sesión, platicamos acerca de lo escuchado en el equipo reflexivo. Quico y su mamá estuvieron reflexionando durante la semana sobre el papel del miedo en sus vidas, la Sra. Rocío se percató de que ella también tiene miedos y de que quizá ese miedo sea normal y tenga un lugar en su vida. Quico también estuvo pensando y se preguntaba si los demás también tenían miedo, de modo que entrevistó a sus abuelos acerca de sus miedos, ellos le comentaron que tenían miedo de que algo malo le pasara a él y a su familia. En este momento Ivonne y yo le platicamos acerca de nuestros miedos de pequeñas, que hasta el momento no desaparecían pero que habíamos encontrado estrategias para domarlos.

Yo le platiqué que mi miedo era que alguien se metiera a robar a mi casa, y que cuando sentía esa sensación recurría a mi perro y entonces me tranquilizaba, mi perro es un buen ayudante para domar miedos. Yo le comenté a Quico que él también había formulado estrategias, como pedir ayuda en el momento preciso, que no tuviera pena de decir “tengo miedo” (por fin se lo pude decir) como lo cita en su manual; agregué que ha logrado hacerle frente al demonio solo, como en el campamento y que eso era muy importante, que ahora su actitud ante el miedo era diferente.

Por otro lado, la Sra. Rocío dijo que ella tenía miedo de que algo les pasara a sus hijos y a morirse. Aquí Quico comentó algo “ahora se que el demonio no existe”, creo que

estaba terminando la batalla y Quico ganó, sabía que el miedo iba a ser parte de su vida, pero también sabía que todos vivimos con él y que nos sirve para estar seguros.

En esta sesión también hablamos de otras emociones como la alegría. Le preguntamos acerca de momentos alegres, ellos platicaron que a la hora de comer aprovechan para platicar cómo les fue en la escuela, y qué les gusta festejar cuando gana su equipo de fútbol.

También les preguntamos por momentos tristes y platicaron la experiencia de Quico cuando su huevo que se rompió

Le mostramos unos manuales como los de él (cuentos), y decidió llevarse “El libro triste” de Rosen y Quentin (2004), “El Come Miedos” de Zentner y Taséis (2001) y “El Monstruo no Mas Pesadillas de Monstruos” de Oram y Utton (1999). Esto con el objetivo de que leyera sobre las historias de otras personas y como estas manejaban sus emociones.

Finalmente, por todos los esfuerzos, por la unión de la familia y porque había finalizado el periodo de entrenamiento, le dimos el nombramiento de “Consultor”, ahora podía ayudar a otros niños con su experiencia:



Al finalizar la sesión les preguntamos si había llegado la hora de despedirnos, ambos estuvieron de acuerdo en que era hora de decir adiós.

Fase VIII: La Despedida

Para despedirnos planeamos una Graduación, por lo que Quico propuso invitar a sus abuelos a tal evento. Hicimos “La fiesta de la Pizza”, esta actividad tiene el objetivo de recapitular el progreso realizado en terapia y facilitar la expresión de los sentimientos experimentados en relación con la terminación de la terapia. Para ellos elaboramos una pizza de papel, en cada rebanada se escribe una pregunta con un número, a continuación muestro las preguntas realizadas para esta sesión:

- 1- Algo que aprendí acerca de mí misma(o)
- 2- Algo que pude realizar
- 3- Algo en lo que pude mejorar
- 4- Qué fue lo que más me ayudó para conseguir el cambio?
- 5- Si el enojo aparece de nuevo en mi familia ¿qué voy hacer?
- 6- ¿Qué voy hacer cuando el miedo aparezca de nuevo en mi familia?

La Sra Rocío y Quico tiraban unos dados, según el número que caía, era la pregunta que debían contestar. Ambos contestaron que habían aprendido a controlar emociones tanto el miedo como el enojo y que si volvía a surgir trabajarían unidos para resolverlo. Ivonne y yo les agradecemos su trabajo y su compromiso durante el proceso. Posteriormente llevamos a cabo la fiesta de graduación, trajimos una pizza para comer, refrescos y botanas. A la fiesta asistieron mis compañeras del equipo, los abuelos de Quico, su mamá y su hermana. Aquí estamos todos reunidos para celebrar nuestro trabajo.



Figura 12. Muestra a Quico, su familia, las terapeutas y al equipo en la sesión de cierre

Un mes después, nos volvimos a encontrar, los logros de Quico aumentaban, habían aumentado los días en los cuales dormía toda la noche, había subido de calificaciones y a familia estaba llegando a acuerdos en cuanto a la disciplina y tareas en el hogar.

Ivonne le comentó a Quico que su Manual “Técnica de cómo vencer el miedo” estaba funcionando, que un niño con miedo lo había revisado y las estrategias estaban siendo efectivas. Yo aproveché para comentar mi interés sobre escribir sobre él y su familia, ambos estuvieron de acuerdo y contentos de poder ayudar a otros.

Les propuse que si tenían algún problema o si ellos creían conveniente vernos o platicar, que nos llamaran por teléfono... hasta hoy no hemos tenido contacto; pienso que siguen creciendo unidos y más fuertes.

CAPÍTULO III

“DOMADORES DEL DESORDEN”

UNA PROPUESTA PARA TRABAJAR EN GRUPO

El objetivo del presente capítulo es narrar mi experiencia con un grupo de niños y sus familias. Este trabajo fue realizado en el Centro Comunitario Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro, perteneciente a la Facultad de Psicología de la UNAM. Mi coterapeuta en este proceso fue Liliana Castillejos.

El proceso lo explico por medio de fases, cada una incluye más de dos sesiones. Esta modalidad de intervención la basé en la propuesta de Marcia Stern (2002), quien trabaja con grupos de familias, en sesiones estructuradas previamente.

También incluyo algunos recuadros en los cuales muestro el trabajo realizado entre sesiones con mi coterapeuta (sesión intermedia).

FASE I:

Entrevistas preliminares y presentación de las familias

Semanas antes de iniciar al trabajo, citamos a entrevista a algunos padres de familia que solicitaron el servicio de psicoterapia infantil. A continuación presento a cada una de las familias.

Familia de Osvaldo

Está compuesta por Osvaldo de siete años, quien cursa el segundo año de primaria; Juan de 5 meses, Patricia, mamá de ambos quien se dedica al hogar; y Osvaldo su esposo y padre de los niños quien es Contador Público.

El primer encuentro fue con Patricia, ella decide pedir ayuda porque Osvaldo no quería trabajar en la escuela, constantemente llevaba recados negativos de su maestra y había bajado de calificaciones. Además, Patricia refiere que cuando Osvaldo era pequeño presencié discusiones entre ella y su esposo, y que ahora el niño es muy celoso con ella, no obedece, y se enoja mucho cuando no se cumplen sus peticiones; también, le grita a su hermano Juan y a veces es envidioso con algunos niños de su familia.

La relación de Patricia con su esposo es distante, y a veces violenta; con respecto a sus hijos, refiere que no le gusta jugar con ellos, que no sabe cómo hacerlo y que no tiene paciencia para convivir con ellos.

Osvaldo es un niño de tez morena, delgado, sonriente y que cambia repentinamente de estado de ánimo. Le gusta mucho jugar con carritos y a veces se pone celoso de su hermano menor.

Familia de Dayana

Los integrantes de esta familia son: Dayana de 9 años de edad, quien cursa el tercer grado de primaria; su hermana Fernanda de 11 años, quien estudia el sexto grado; su

mamá Teresa quien se dedica al comercio; y su papá, Pedro quien trabaja en la construcción.

Dayana es traída al Centro Comunitario porque es sumamente traviesa, desordenada y muy activa; su mamá refiere: “siempre le está pegando a su hermana y siempre se está moviendo, además de que le tengo que estar gritando para que haga las cosas”. Sus padres también están, preocupados porque Dayana no es femenina, ya que no le gusta usar vestidos y le encanta jugar fútbol con los niños.

Teresa tiene dificultades para manejar la conducta de sus hijas, su método más frecuente es gritarles, pegarles y castigarlas sin salir a la calle.

Dayana es una niña de tez blanca, delgada, muy seria (en el grupo se comportaba de esta manera), muy detallista y callada.

Familia de Darío

Esta familia está integrada por: Darío de 7 años, quien cursa el segundo año de primaria; su mamá, Esther quien se dedica al hogar; y su papá, Álvaro que se dedica a la construcción. En este momento se encontraba desempleado.

Darío es traído a consulta porque se le dificulta controlar su enojo, casi no tiene amigos y tiene encopresis. Esther refiere que su esposo es alcohólico, que casi nunca trabaja, y que viven en una casa de hecha de lámina. También me dice que está desesperada por ayudar a su hijo.

Darío es un niño alto, de complexión gruesa, de tez blanca, cabello lacio y negro.

Familia de Andrés

La siguiente familia se conforma por: Andrés de 7 años de edad, cursa el segundo año de primaria; Diego de 26 años y Nayeli de 20 años quien vive con su pareja y tiene una hija de meses. Sus padres: Graciela, quien trabaja como secretaria en la Facultad de Ingeniería de la UNAM; y su esposo Raúl quien es técnico en refrigeración en la UNAM.

Graciela, mamá de Andrés refiere que el niño “es muy desobediente, en casa hay que gritarle para que haga las cosas y se enoja muchísimo” En la escuela es líder y organizador, tiene la característica de que cae muy bien, pero es muy latoso, le gusta que se haga lo que él dice, si no, se enoja. Es muy inteligente, le gusta jugar fútbol, es seleccionado de los pumitas en la UNAM.

Andrés es un niño de tez morena, delgado, muy platicador; se le dificulta seguir límites y se enoja cuando laguen va en contra de su voluntad.

Familia de Dana

La última familia entrevistada se compone por Dana, de 8 años de edad, cursa el tercer año de primaria; su hermano Diego, de cuatro años. Sus padres: Silvia quien se dedica al hogar y Fernando quien se dedica al mantenimiento de oficinas y casa habitación.

Dana es traída a consulta porque no es aceptada por sus compañeras de la escuela, su mamá refiere: “le tienen envidia porque es muy bonita e inteligente”, al principio no se le dificulta entablar amistad con las niñas pero al poco tiempo se pelea con ellas y la rechazan. Asimismo, sus padres mencionan que es muy distraída y que probablemente tenga Déficit de Atención; no obedece, se enoja constantemente y es muy gritona.

Silvia constantemente busca ayuda para manejar las conductas de sus hijos, sin embargo muy pocas veces lleva a cabo los consejos recibidos. Al llegar a entrevista, comenta que se enteró del servicio en un canal de televisión.

Fernando se involucra muy poco en la educación de sus hijos y en las tareas del hogar, en este momento del proceso él refiere que no le interesa asistir a sesiones con psicólogos.

Dana es una niña de tez blanca, delgada, alta, muy platicadora, le gusta llamar la atención y se le dificulta seguir turnos.

Sesión intermedia:

Al finalizar las entrevistas preliminares Liliana y yo nos dimos cuenta que Osvaldo, Dayana, Darío, Andrés y Dana tenían en común: dificultad para regular sus emociones, principalmente el enojo, y dificultad para seguir límites. Por otro lado, los padres de estos niños no sabían cómo poner límites sin recurrir a gritos, golpes o castigos.

De modo que decidimos iniciar el trabajo con estos cinco niños. Sin embargo, nos preocupaba un poco Darío, ya que él presentaba un problema de encopresis y la situación económica difería considerablemente de los demás. Por lo que decidimos ponerlo a prueba durante un tiempo y determinar si esta era su mejor opción de intervención.

Decidimos que la primer sesión con los niños tendría como objetivo preguntarles si estaban de acuerdo en participar en un trabajo grupal, ya que para nosotras es muy importante que los niños estén de acuerdo en recibir un tratamiento.

FASE II:

Trabajo con grupos alternos de niños y padres.

En esta fase se incluye el inicio del grupo, el establecimiento de rapport y normas básicas de convivencia. Esta etapa consistió en cinco sesiones con el grupo de niños y tres sesiones con los padres.

Sesión 1

Trabajo con los niños

El inicio fue un poco catastrófico porque por un momento los niños se salieron de control. Primero llegaron Osvaldo, Andrés y Dayana, nos sentamos en el piso para poder estar cómodos y presentarnos. En este momento, Osvaldo y Andrés se

identificaron de inmediato y empezaron a reírse, jugar y a correr por el salón; mientras que Liliana y yo intentábamos presentarnos diciendo nuestro nombre, edad y nuestro personaje favorito.

Oswaldo se calmó un poco e inició la presentación mencionando que le gustaban los Simpson y que su personaje favorito era Maggi, después llegó Darío y se incorporó a nuestra platica; Andrés continuó la presentación diciendo que su personaje favorito era Bart Simpson, él y Oswaldo estaban riéndose y comentando que Darío era gordo, por lo que éste se enojó y gritando expresó “¡yo no voy a hablar hasta que estos dos payasos se callen!”, en este instante el grupo se salió de control, Dayana cada vez se movía más y más hacia atrás y solo contemplaba “el alboroto”, yo entré en pánico no sabía que hacer, de repente pasó por mi mente “no quiero grupo, no sirvo para esto” también pensé “mejor que Óscar no se integre al grupo porque está imitando a Andrés”, este descontrol duró unos minutos en los cuales llegó Dana diciendo “¿ya puedo contar mis dramas?”, Liliana le dijo que en este momento nos estábamos presentando. Andrés y Oswaldo empezaron a burlarse también de ella y Dana se ponía roja de su carita. Llego un momento en que Liliana y yo nos quedamos sentadas en el piso mientras todos corrían y gritaban y yo me sentía completamente impotente y un poco enojada...esto duró unos minutos y después les mencionamos que haríamos unos letreros con el nombre de un compañero y que sería un regalo muy especial, les entregamos una tarjetita, colores y calcomanías para que lo llevaran a cabo; mi compañera traía un CD con música relajante, en este momento por arte de magia todos, incluyéndonos, nos calmamos y nos pusimos a trabajar y, cada uno le puso mucho empeño a su gafete, la actividad duró unos 15 minutos.

Darío hizo un gaffete para mi, Oswaldo le hizo uno a Andrés y otro a mi, Andrés le entregó uno a Oswaldo y otro a Darío (esto me sorprendió mucho, ya que antes se estaban peleando), Dana le hizo uno a Dayana y viceversa y Darío le realizó uno a Liliana.

Después, jugamos “al circo” un juego divertido con pelotas, que empezó caótico ya que los niños aprovecharon la oportunidad para lanzar la pelota muy fuerte y pegarle principalmente a Dana, como era mucho el caos, Liliana y yo empezamos a hablar del “desorden” que nos invadía y los retamos a ver quién sí lo podía controlar, de modo que cuanto empezaban a no respetar límites les decíamos “control, control” Oswaldo lo hizo muy bien y dejó de imitar la conducta de Andrés, integrándose a la actividad.

Durante esta actividad Andrés aventó un pelota muy fuerte a Darío, éste se enojó y se sentó alejado del grupo por unos minutos, después Andrés se acercó y le pidió una disculpa.

Así terminó la sesión, y me sentía feliz, contenta, con una sensación de que me enfrentaba a un reto interesante y difícil. Me sentí muy a gusto con mi compañera ya que cada quien intervenía según su estilo y esto ayudó mucho.

Sesión intermedia:

Platiqué con mi coterapeuta acerca de mis sentimientos con respecto a la conducta de los niños. Me di cuenta que en grupo los problemas son más “grandes”, cuando trabajo con un niño es difícil que se comporte tan mal, sin embargo, en grupo parece que se muestran tal como son.

Nos dimos cuenta que Oswaldo se alió con Andrés, ya que si Andrés hacía o decía algo inmediatamente Oswaldo lo seguía. También nos percatamos de la reacción de Darío ante los gritos de los demás, pensamos que quizá esto también suceda en su escuela y la estrategia que utiliza es gritar.

Sesión 2

Trabajo con los niños

En este día les explicamos que el grupo tenía la intención de ayudarles en algunos problemas que tuvieran y que lo haríamos juntos, de modo que les preguntamos a cada uno si deseaban formar parte del grupo, todos dijeron que sí, excepto Andrés, por lo que Liliana le comentó que al salir hablaríamos con sus padres para informarles su decisión, al escuchar esto inmediatamente dijo “esta bien, si me quedo”. Me dio mucho gusto que el grupo estuviera por fin conformado y que trabajaríamos juntos para ayudarlos.

Para que funcionáramos mejor y para empezar a combatir al “desorden” preguntamos ¿qué harían para hacer sentir mejor a otro?...Esto con el objetivo de elaborar un reglamento interno para el grupo, les pedimos que respondieran esta pregunta con un dibujo, a continuación mostramos algunos dibujos realizados por los niños:

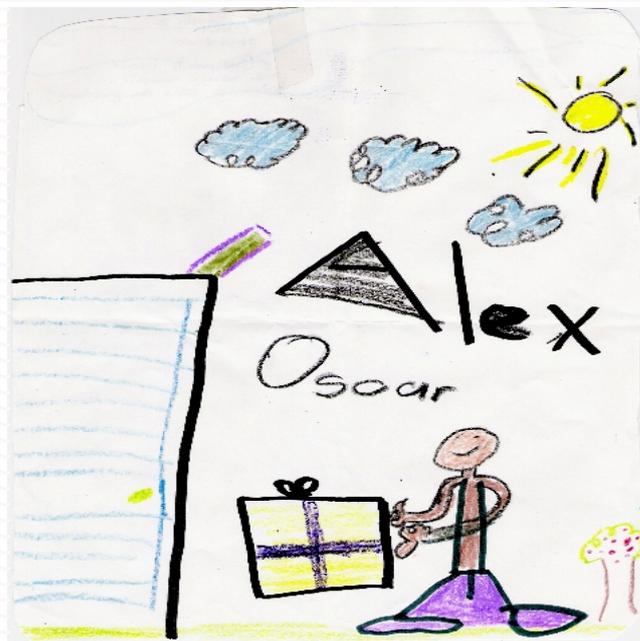
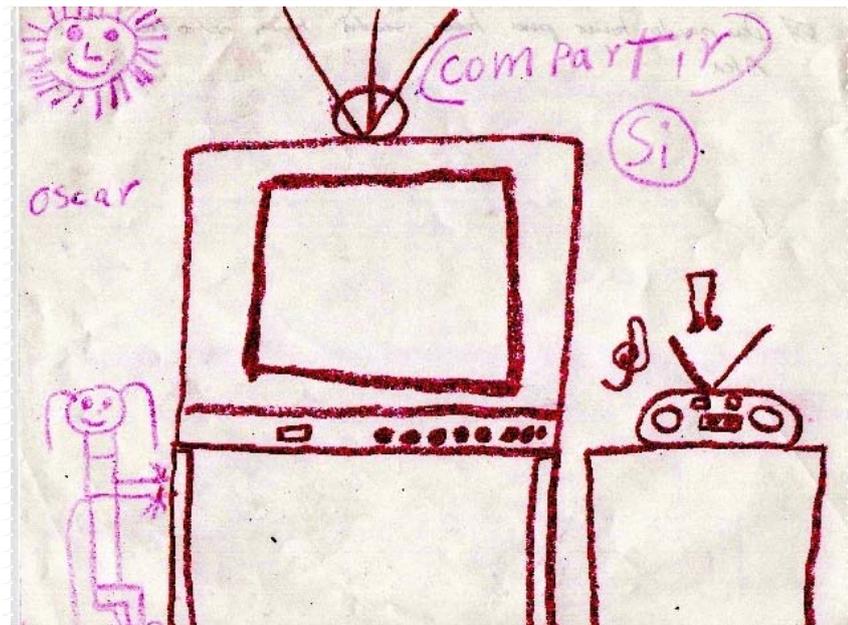


Figura 14. “Dar y compartir” Dibujo realizado por Osvaldo.



Dibujo Figura 17. "Compartir" Dibujo realizado por

Andrés

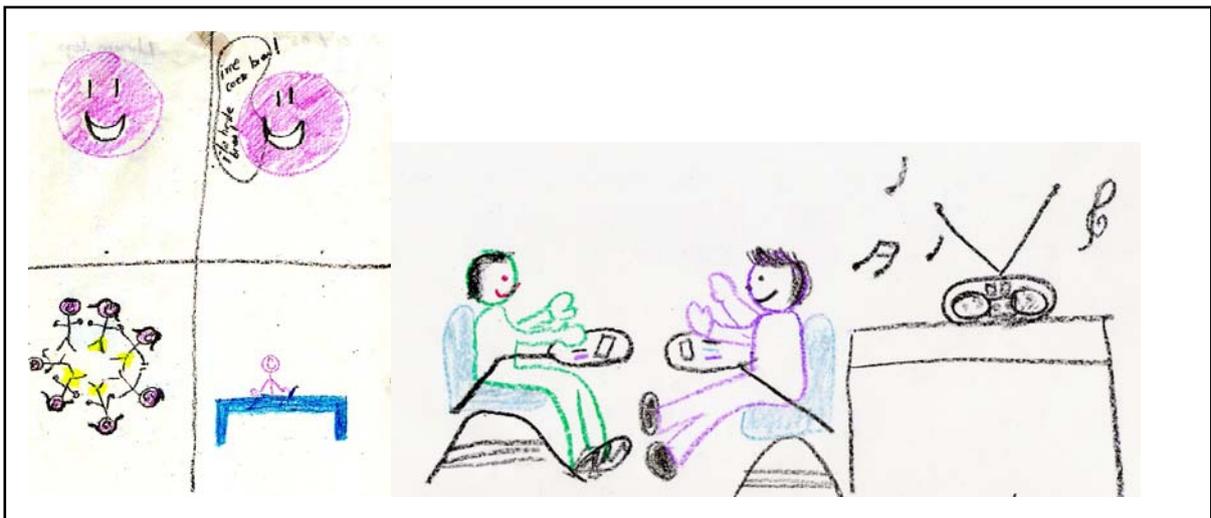


Figura 18. "Sonreír, hablar, jugar, dibujar y escuchar música" dibujos realizados por las terapeutas.

Después de dibujarlo los niños mostraron sus dibujos y escribimos el reglamento:

Respeto	Cuidarnos
Escuchar	Compartir
Hablar	Amor
Trabajar	No pegar
Divertirnos	Decirnos cosas bonitas
Sonreírnos	

Figura 19. Muestra el reglamento del grupo

A los niños y a nosotras nos agradó el reglamento, sobre todo porque estos pequeños están acostumbrados a los NO, es bueno que sepan que se espera de ellos, es decir que sepan cuáles son los SÍ.

Hasta ahora han sido sesiones muy interesantes, sobre todo por el cambio que algunos mostraron de una sesión a otra, esto me entusiasma mucho para seguir con una postura centrada en lo que hacen bien, es decir en los eventos extraordinarios, creo que esto les sirve mucho.

Sesión intermedia:

Planteamos una posible línea de trabajo, pensamos que el siguiente paso era darle forma al “desorden” y ver cómo influía en cada uno de los niños y en nosotras. Planteamos que durante las sesiones hiciéramos énfasis en los eventos extraordinarios, es decir, cuando los niños lograrán domar al “desorden”.

Sesión 3

Trabajo con los niños

Platicamos sobre lo que el “desorden” nos hace cuando entra en el salón y nos ataca, los niños estuvieron de acuerdo en que nos hacía insultar, pegar, correr, gritar; y hace que no podamos cumplir con el reglamento. Después de hablar un poco sobre cómo el desorden influía en cada uno de los niños, les pedimos que le dieran forma, que imaginaran como era su “desorden”, y esto fue lo que imaginaron:



Figura 20. Muestra la externalización del “desorden” de Darío



Figura 21. Externalización del “desorden” realizada por Dana

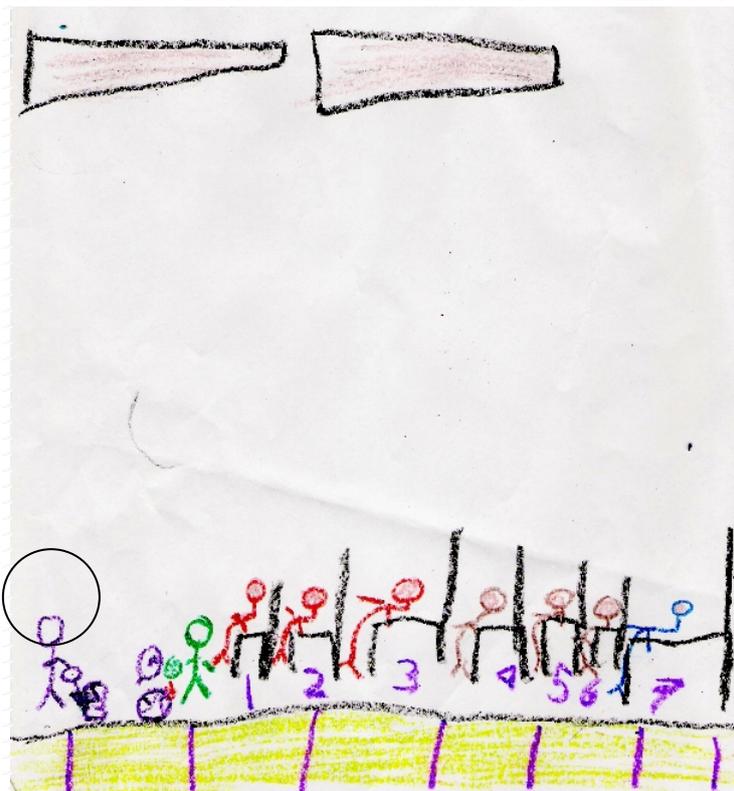


Figura 22. Muestra cómo el “desorden” de Osvaldo invade al grupo cuando trabajamos



Figura 23. Mi externalización del desorden



Figura 24. Dibujo del “desorden” realizado por Liliana

Al terminar de dibujarlo nos lo pegamos en el pecho y recorrimos el salón para que los demás pudieran verlo, algunos le dieron forma de torbellino, otros de monstruo o fantasma y otros lo simbolizaron con alguna situación; por ejemplo Osvaldo dibujó cómo entra en el momento en el que estamos trabajando en sesión; Dana lo ejemplificó con garabatos. Así, uno de los objetivos del grupo sería domar al “desorden” que hacía que no disfrutáramos estar juntos.

Cada uno de nosotros externalizó el desorden, en cada dibujo venía implícito lo que hacía con cada uno. Los dibujos nos dieron información sobre cómo el desorden no sólo afectaba al grupo, sino cómo afectaba a cada niño en su casa y en su escuela. Por ejemplo, Darío dibujó un monstruo grande que ataca una casa pequeña, me pregunto y ese dibujo no representa un poco su vida en familia.

Osvaldo, en estos momentos tenía problemas en su escuela, se le dificultaba terminar sus trabajos y se distrae constantemente; en su externalización, dibujó cómo el desorden entra al grupo y lo distrae.

Pienso que la estrategia funcionó, los niños ya le pusieron forma, color y tamaño al desorden.

Sesión intermedia:

Liliana y yo coincidimos en la posibilidad de que los niños escribieran su proceso en grupo. Nos basamos en una técnica empleada por Gabriela Tapia, una compañera de la Residencia quien realizó un mural “grupal” donde se mostraba el proceso terapéutico de los niños.

Nosotras pensamos hacer un “libro grupal”, de modo que consideramos que los siguientes pasos en el trabajo eran la realización del libro y la planeación de estrategias para domar al desorden.

Cabe mencionar que por estas fechas Liliana saldría de viaje, por lo que la próxima sesión yo estaría sola con los niños.

Sesión 4

Trabajo con los niños

Para escribir nuestra historia juntos, decidimos elaborar “El libro del Grupo”, llevé un cuaderno para dibujo, y los niños lo forraron con dibujos y con ilustraciones de revistas. En este libro, cada sesión uno de ellos escribía una frase representativa del trabajo.

Sesión 5

Primer sesión con los padres

En este momento ya habían transcurrido cuatro sesiones; de modo que hicimos un espacio y empezamos a trabajar con los padres; este día los niños no asistieron.

En esta primer sesión con los papás, utilizamos el mismo método que con los niños, cada quien realizó un letrerito con el nombre de otro papá, nos presentamos diciendo nuestro nombre, edad y personaje favorito; y también jugamos “al circo”.

Posteriormente, les planteamos la forma de trabajo, les explicamos que nos veríamos cada dos semanas y que serían sesiones alternas, es decir, los niños estarían trabajando al mismo tiempo que ellos. Los padres estuvieron de acuerdo y así finalizó este primer encuentro.

Sesión Intermedia:

El objetivo de esta sesión fue hacer el encuadre con los padres y rapport, ya que no se trataron a profundidad los conflictos que tenían con los niños.

Liliana y yo quedamos de acuerdo en que la próxima sesión con padres, yo sería la responsable mientras ella trabajaría con los niños.

Sesión 6

Trabajo con lo niños

Este día realizamos una obra con títeres, en la cual yo (Miriam) era conductora de un programa de TV un “talk show”; los niños eran el público y el invitado estrella era el “desorden” (un muñeco de peluche manejado por Liliana). Yo entrevisté al desorden, éste dijo que le gustaba apoderarse de los niños, para que se portaran mal, y que se pelearan, y que no trabajaran en clase. Yo acerqué el micrófono para que los niños le hicieran preguntas, pero lo insultaron, le gritaron y se burlaron de él.

Posteriormente llamé a otro invitado un “domador”, un títere en forma de mago quien con sus poderes destruía al desorden. De este modo, introdujimos al “domador”, les explicamos a los niños que teníamos que idear estrategias para combatir al “desorden”.

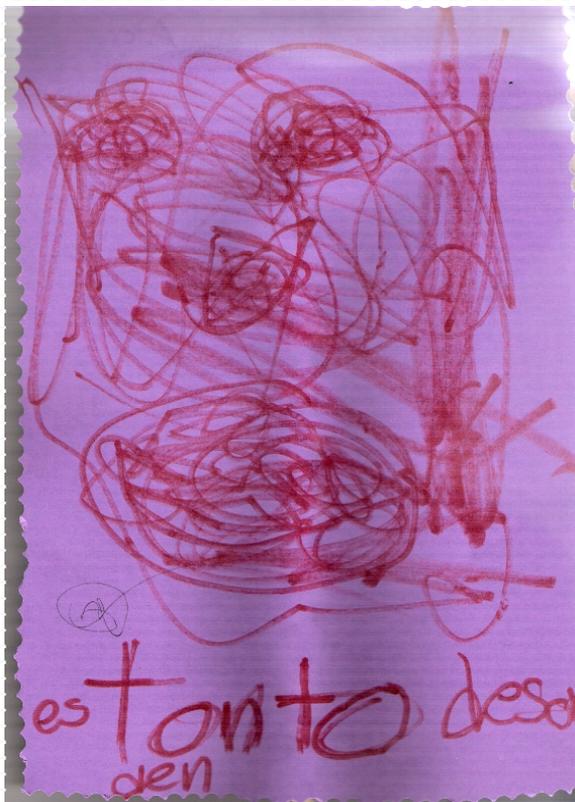
Sesión Intermedia:

El objetivo de la obra con títeres fue empezar a construir historias alternativas. Mostrar de forma divertida, cómo el desorden puede ser controlado por un “domador”, en este caso Liliana y yo le dimos forma de mago. El mago tenía los poderes necesarios para mantener controlado al desorden, por lo que le ganaba la batalla; además durante la sesión los niños se aliaron con este personaje.

Por lo que planeamos para la próxima sesión que cada niño elabore su propio domador con sus poderes.

Sesión 7 (grupos alternos de padres y niños)

Este día Liliana trabajó con los niños y yo con las papás. Liliana platicó con los niños la necesidad de que cada quien tuviera un “domador” con poderes para vencer al “desorden”. Por lo que les propuso elaborarlo y escribir una historia acerca de cómo se puede vencer al desorden. A continuación presento algunos de sus trabajos:



Juanito y el desorden

Un día el domador Juanito estaba jugando fútbol y se le voló el balón, Juanito recordó sus poderes y voló, y voló que subió tan alto que vio su balón y vio que unos perros de ataque poncharon su balón, y voló a su casa y le pidió a su papá un millón de pesos, y como su papá era rico, se los prestó, y el desorden apareció y Juanito dijo una grosería, que se comprometió a ya no decirla. Juanito siguió su recorrido y se hizo invisible, entró al súper y vio los balones pero más caro, y como le alcanzaba para comprarse ese balón, Juanito se lo compró y le sobraron \$500 pesos y se compró otra cosa. Como ya era navidad le compró a su mamá un arbolito de navidad.

Figura 25. Muestra el Domador “Juanito” y la historia alternativa escrita por Andrés.

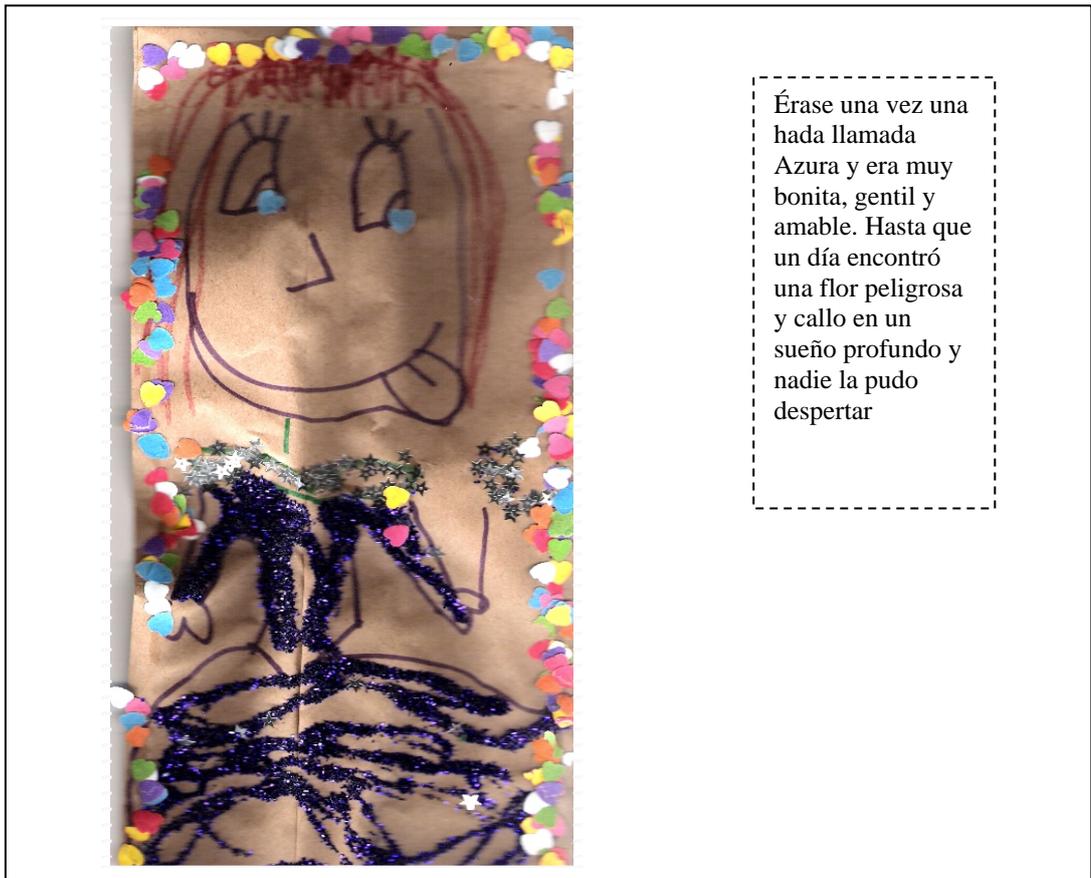


Figura 26. Muestra el Domador “Azura” e historia alternativa escrita por Dana.





Había una vez que fui a la escuela y vino Braian y me dijo que me parara y vino el desorden y vino Pegaso. Y luego se fue el desorden con sus meteoros porque Pegaso lanzó sus meteoros

Figura 27. Muestra el Domador “Pegaso” e historia alternativa escrita por Osvaldo.

Por otro lado, en el grupo con papás tuvimos unos invitados muy especiales. Con nuestra imaginación trajimos a sus parejas (ya que no asistían ambos), a sus hijos y a las maestras de sus hijos. En esta ocasión asistieron Silvia, mamá de Dana; Graciela y Raúl, padres de Andrés.

El objetivo fue percatarnos de la visión que tienen de ellos (papás), sus hijos, su pareja, y los maestros de sus hijos, y hablar de eventos extraordinarios. El ejercicio se llevó a cabo de la siguiente forma:

Para iniciar, le pedí a cada uno que por un instante se transformara en su hijo, y posteriormente les pregunté “¿cómo es tu mamá (papá)?” Estas fueron algunas de sus respuestas:

Silvia “como sí” fuera su hija Dana: “mi mamá es exigente e histérica pero me quiere mucho”.

Graciela “como sí” fuera su hijo Andrés: “mi mamá quiere que lo haga todo rápido, me grita”.

Raúl “como sí” fuera su hijo Andrés: “mi papá es enojón, exigente, pierde la calma, pero es el que más me mima”

En un segundo momento, les pedí que se transformarían en sus respectivas parejas y les pregunté ¿cómo es tu esposa (o)? Sus respuestas fueron:

Silvia “como sí” fuera su esposo Fernando: “es poco tolerante, explota a la primera, no es muy diplomática”.

Graciela “como sí” fuera su esposo Raúl: “mi esposa es exagerada y no es tolerante”
Raúl “como sí” fuera su esposa Graciela: “es enojón y quisiera que pasara más tiempo con mi hijo”

En un tercer momento, les pedí que se convirtieran en las maestras de sus hijos y les pregunté ¿cómo es la (el) mamá (papá) de tu alumna (o)?:

Silvia “como sí” fuera la maestra de Dana “es una señora que sobreprotege y no quiere que le hagan nada a su hija”

Graciela “Como sí” fuera la maestra de Andrés: “es una señora exigente y gritona”

Raúl “como sí” fuera la maestra de Andrés: “su papá esta preocupado porque Andrés aprenda”

Al terminar el ejercicio, les leí sus respuestas y les pregunté ¿si yo no los conociera, qué impresión tendría de ustedes al escuchar estos comentarios?.. se sorprendieron y respondieron “que malos papás”, “no sirven” seguido a esto, pregunté ¿y son malos papás?.. se les dificultó decir NO. Posteriormente repetimos el ejercicio pero ahora la pregunta fue “dime todo lo que te gusta de tu mamá (esposa(o), mamá de tu alumno)” Estas fueron algunas de sus respuestas:

Silvia “como sí fuera” su hija Dana: “mi mamá me enseña a cantar, me platica, me acompaña, me escucha”.

Silvia “como sí fuera su esposo: “es muy cooperadora”.

Graciela “como sí fuera” su hijo Andrés: “me gusta su comida, me lleva a entrenar, me gusta que platique con las demás mamás y que me compre todo”.

Graciela “como sí fuera” su esposo: “siempre está pendiente de todo, limpia la casa”.

Raúl “como sí fuera su hijo Andrés: “me ayuda, es afectivo”

Raúl “como sí fuera” su esposa: “se preocupa por estar con sus hijos”.

Fue una sesión difícil, pero era necesario que los padres se percataran de que no todo está invadido por el problema; que pueden ser padres amorosos que tienen hijos especiales y diferentes.

Después de este trabajo llegaron las vacaciones de invierno, y con ello una pausa en el trabajo. Es importante mencionar que tanto Dayana como Darío dejaron de asistir al grupo sin previo aviso, por lo cual se les dio de baja.

En ambas sesiones se trabajaron eventos extraordinarios, con sus historias los niños fomentaron confianza en sí mismos, y construyeron domadores que convocados con la imaginación los ayudarán a combatir al desorden en el lugar en donde los invada, como la escuela, la casa o en el grupo.

Con los padres, fue una sesión difícil, pero pienso que debemos fomentar que perciban sus fortalezas como padres, ya que son éstas las que los van ayudar a solucionar los conflictos de sus hijos. Pienso que fue una sesión diferente, ya que no hablamos de los déficit y problemas en sus hijos, sino que nos centramos en cómo son ellos como padres.

Creo, que en un proceso psicoterapéutico con niños, hay que centrarnos en lo que hace cada miembro de la familia, para mantener el problema y no solo centrarse en lo que hace y deja de hacer el niño.

Sesión Intermedia:

En esta sesión mi coterapeuta y yo reflexionamos sobre los siguientes puntos:

- Darío y Dayana habían faltado a las dos últimas sesiones, y no teníamos noticias de ellos. Al iniciar el proceso, explicamos a los padres que al acumular tres faltas sin previo aviso podría dárseles de baja del servicio.
- Se acercaban las vacaciones de diciembre, por lo que decidimos que la próxima sesión serían alterna, yo trabajaría con los niños y Liliana con los padres.
- Al terminar las sesiones de trabajo con los niños, los padres se acercaban a preguntarnos sobre el manejo de la conducta de sus hijos. Por lo que pensamos que sería una buena estrategia que la próxima sesión se trabajara con los papás la implicación del Sistema Nervioso Central en las conductas y en los estilos sensoriales de los niños. Este tema era importante ya que de acuerdo con el modelo propuesto por Stern (2002) es necesario explicar a los padres que muchas veces los niños se “comportan mal” no para molestarlos, ni lo hacen intencionalmente. Su conducta algunas veces tiene que ver con cómo su Sistema Nervioso (SN) organiza la información que recibe del exterior. Si el SN la organiza de manera inadecuada el niño realizará una conducta “desadaptativa” o “disruptiva”

Sesión 8

Grupos alternos de padres y niños

Esta era la última sesión del año, ya que llegarían las vacaciones de diciembre. En la sesión con los niños jugamos algunos juegos de mesa y platicamos sobre lo que harían en vacaciones. También llevamos botanas y refrescos para celebrar las fiestas navideñas. Me di cuenta, que los niños respetaban turnos al jugar, ya casi no discutían entre ellos ni se molestaban mutuamente. A tres meses de haber iniciado el proceso, se podían ver avances significativos en su manera de interactuar. Cabe mencionar que este día tampoco asistieron Dayana y Darío.

Con los padres, Liliana llevó algunas láminas y modelos representativos del Sistema Nervioso Central para explicar a los padres el papel que juega éste en la conducta de los niños.

FASE III:

Trabajando unidos es mejor

Sesión Intermedia:

Esta fase inició con la sesión número nueve, este día regresábamos de vacaciones, y sabíamos que Dayana y Darío no regresarían; por lo que reflexionamos sobre los avances obtenidos y el camino a seguir.

Nosotras coincidimos con Stern (2002) en que al incluir a la familia en el proceso psicoterapéutico, el trabajo se potencializa, y los problemas pueden

Sesión 9
Presentación

La nueva modalidad de trabajo consistiría en sesiones quincenales con una duración de 1 hora 30 min. El centro seguirían siendo los niños, de modo que la estrategia principal seguiría siendo el juego y la conversación.

Yo (Miriam) me reuní con los padres para comentar la nueva forma de trabajo, que aceptaron con gusto.

En otro espacio, los niños platicaron con Liliana y se oponían a que los papás entrarán a jugar; por lo que les explicamos que era muy importante trabajar unidos para solucionar sus problemas ya que si no iba a ser más difícil. De esta manera los niños aceptaron, aunque tengo que confesar que no de muy buena gana.

Cuando entraron los adultos, nos sentamos en un círculo, cada niño con su familia; fue muy interesante ya que en este momento estaban casi todas las familias completas. Andrés con su papá y mamá; Osvaldo con ambos padres y su hermano Juan; y Dana con ambos padres y con su hermano Diego de 4 años. Cabe mencionar que al inicio del proceso el padre de Dana se negaba a asistir a las sesiones, ya que pensaba que no funcionaría. El que se presentara éste día fue un avance importante para la familia.

La primer actividad consistió en platicar acerca del trabajo realizado hasta el momento; los niños mostraron sus “desórdenes” y sus “domadores”; leyeron sus historias alternativas y recordaron el reglamento grupal. En este momento cada uno de os papás escuchaba con atención y entusiasmo a sus hijos.

Después les pedimos, que con ayuda de algunos títeres se presentaran con las otras familias:

La familia de Dana, eligió una familia de títeres:

Silvia (títere de mamá) – quiero mucho a mis hijos, y quiero aprender

Fernando- (presentó a su hijo, utilizando el títere de papá) él es Diego y me está pegando con la espada y estoy contento.

Dana (títere de niña): hola a todos los que me conocen, me gustaría jugar

Diego no quiso hablar.

Familia de Andrés:

Andrés (títere de enfermero)- yo soy Andrés, me gustaría ser enfermero, tengo un perro que se llama “Ringo”, tengo un hermano de 26 años y una sobrina. A veces le pego a mi perro y lo quiero mucho.

Raúl (títere de perro): yo soy “super can” soy de la familia Álvarez me da gusto conocerlos, tengo una familia que quiero mucho, tenemos una nieta de nueve meses. Aquí esta mi hijo, el más chiquito, es muy inteligente y es muy buen jugador, esta en los pumitas. Mi esposa coopera, nos procura mucho a todos.

Graciela (títere de mamá): y soy la mamá. Lo queremos mucho, Andrés no se va a casar hasta que seamos viejitos, nos llegó de sorpresa. Los hermanos pelean mucho.

Familia de Osvaldo:

Osvaldo papá (títere de ballena): yo soy el papá de la familia Urrutia estamos aquí para ver por Osvaldo, esta familia está integrada por 2 niños y su mamá Patricia. Soy contador, y me gustaría conocerlos más.

Patricia: yo soy Patricia, mis hijos junto con su papá son lo más importante para mí, quisiera aprender más para mis niños.

Osvaldo estaba apenado y no quiso hablar.

Después de la presentación leímos el cuento “Manual de Monstruos Caseros” de Marjanovic (1997), el cual describe una serie de seres extraños que invaden a las familias y hacen desastres. Esto con el objetivo de que cada familia fuera identificando que es lo que causaba problemas en casa.

Sesión intermedia:

En esta sesión llegamos a las siguientes conclusiones:

Las familias se integraron adecuadamente, los niños estaban algo apenados pero pensamos que será un trabajo provechoso para todos.

Les pedimos que se presentaran “en familia”, ya que en cada grupo lo habían hecho, pero ahora trabajarían como un equipo, ya no por separado.

El libro Manual de Monstruos Caseros” fue importante, ya que planeamos que el siguiente paso, sería que cada familia externalizara los problemas que había en casa.

Externalización y creación de antídotos

Esta sesión la dividimos en dos momentos: primeramente tenían que pensar en aquellas cosas que estaban provocando problemas entre ellos y darles forma. Posteriormente, les pedimos que pensarán en los domadores, estrategias o antídotos para combatir a los problemas.

La familia de Dana identificó a los siguientes seres en casa: Diego (hermano menor) dijo que se aparecía “violencín”; Dana citó a los siguientes monstruos: “chismosín”, “grititos”, “distaridín” y por supuesto “el desorden”, Fernando nombró al “desorden”, “desesperadín”, “no toleradín” y “manipulador” y, por si fuera poco Silvia mencionó a “enojón”, “explosiva”, “intolerante” y “gritona”.

Después, esta familia propuso que sus antídotos para contrarrestar a estos horribles seres eran: el amor, la felicidad y las ganas de vivir mejor. Cuando Silvia nombraba a los antídotos, Dana intervino diciendo “te quiero mucho”. En este momento se hizo presente el amor.

Aunque a esta sesión no asistió Osvaldo, en otro momento él y sus padres pudieron nombrar aquellas cosas que causaban problemas. Patricia dijo que era el enojo y la no diversión; Osvaldo nombró al desorden en su escuela; y su papá mencionó al alcohol, a la falta de dinero, los chismes y su familia extensa. Como antídoto nombraron a la diversión y la tolerancia.

La familia de Andrés identificó al enojo, a los gritos y a la desobediencia como causantes de los problemas y alejamiento entre ellos. Como antídoto mencionaron al “Sr. Alegría”.

La externaización, fue una adecuada estrategia para estas familias, ya que los padres dejaron de “acusar” a los niños por portarse mal, ahora eran los problemas los responsables de la mala conducta no sólo de los niños, sino de ellos también, ya que algunos hablaron de cómo actuaban cuando tenían dificultades con sus hijos.

La creación de antídotos sirvió para dar esperanza, y que no percibieran sus hogares repletos de “seres” que les amagaban la vida. Los antídotos nos sirvieron para hablar de los momentos libres del problema.

Sesión Intermedia:

Retomado el trabajo realizado por Stern (2002), Liliana y yo planeamos una sesión para seguir dando esperanza a las familias, por lo que buscamos personas que nos pudieran narrar su historia de éxito.

Sesión 11

Historias para dar esperanza

Las familias que pasan por dificultades, pueden tener ideas derrotistas o pensar que no podrán salir adelante, algunos padres pueden tener expectativas negativas acerca del futuro de sus hijos.

Uno de los objetivos de nuestra intervención es fomentar historias alternativas, por lo que el propósito de esta sesión fue infundir esperanza para crear historias alternativas futuras; es decir, transmitir el mensaje de que aunque sus hijos tienen dificultades actualmente, éstas no determinan su futuro.

Marcia Stern (2002), invita a personas o actores famosos que tuvieron problemas de aprendizaje en la infancia; ellos platican a las familias lo que hicieron junto con sus padres y hermanos para superarlo.

En este grupo el motivo principal no son los problemas de aprendizaje, sino los problemas de conducta, la dificultad para seguir límites y para controlar sus emociones. Por ello, decidimos invitar a personas que tuvieron dificultades cuando eran niños y que ahora son exitosas.

El primer invitado fue Roberto, él actualmente es un Cirujano Plástico reconocido. Él platicó a las familias la historia de cuando era pequeño; sus padres eran muy flexibles en cuanto a la disciplina y las peticiones de buen rendimiento académico. A él le costó trabajo la escuela, a veces implementaba estrategias como pedir apuntes a los compañeros, estudiar un día antes o momentos antes del examen; él no tomaba notas o apuntes (no sabía como), era travieso también. Algo que impresionó a algunos padres fue la falta de exigencia.

Graciela, mamá de Andrés, no podía creer que a Roberto no le exigieran sacar buenas calificaciones y hacer la tarea. Nosotras enfatizamos que ese era un estilo de ser padres y que quizá a Roberto le costó un poco de trabajo, pero que ahora es una persona de éxito. Nos preguntábamos ¿habrá aspectos más importantes en la relación padre- hijo, que no sea exigir obediencia y buenas calificaciones?

La segunda invitada fue Ariadna, ella es Psicóloga, estudiante de la Maestría en Psicología, ella es un caso distinto a Roberto. A ella sí le exigían buenas calificaciones, y que fuera buena niña, obediente y dedicada con sus hermanos.

Ella nos platicó que le costaba mucho trabajo concentrarse, pero que trabajó arduamente y logró obtener buenas notas; refirió que debido a su constante trabajo, los demás la veían como “niña inteligente” por lo que sus padres pensaban que no necesitaba ayuda para la escuela, al contrario le exigían que ayudara a sus hermanos a estudiar. También platicó que siempre estaba preocupada por los otros y que le costaba trabajo complacer las expectativas de los demás.

Al finalizar el relato de ambos invitados, dimos oportunidad de que las familias hicieran comentarios o preguntas.

Osvaldo se identificó con Roberto, le comentó que él también quería ser Doctor, los padres de Andrés se vieron confrontados por los padres de Roberto.

Patricia, mamá de Osvaldo se identificó con la relación de Ariadna con sus papás, ella preguntó algo distinto a lo que platicó, preguntó si alguna vez había visto pelear a sus padres, Ariadna contestó que rara vez y que se los agradecía, pienso que esto causó impacto en Patricia, ya que en estos momentos estaba pasando dificultades con su esposo.

Dana dijo a Ariadna “parecemos gemelas”, se identificó por su forma de ser.

Cabe mencionar que esta sesión duró aproximadamente una hora y media en la cual los niños estuvieron sentados, por momentos manifestaban aburrimiento, o empezaban a moverse en su lugar, pero nunca dejaron de escuchar... fueron excelentes domadores. Me pregunto ¿de verdad no pueden con los límites?, creo que hoy todos demostraron que pueden controlar al “desorden” y seguir límites.

Pienso que esta sesión sirvió para que los padres se dieran cuenta de los diversos estilos y formas de educar a un niño.

Sesión intermedia:

A partir de esta sesión planeamos continuar con la secuencia del modelo de Stern (2002), por lo que la siguiente sesión estaría destinada a hablar acerca de los sentimientos que experimenta cada miembro de la familia, cuando se presenta su “problema”. Y también hablar sobre los sentimientos que aparecen cuando llega el antídoto.

Sesión 12

Expresión de Sentimientos

Esta sesión tuvo como propósito que las familias se “dieran cuenta” de las emociones que manifiestan cuando sus monstruos aparecen y, cuando los antídotos y domadores entran en acción.

Para trabajar, llevamos disfraces, telas, colores, espadas de foami, escudos, lentes, pelucas, etc. Les pedimos que idearan una obra de teatro en donde apareciera su monstruo, lo que provocaba en ellos, y lo qué sucedía después.

Fue un modo divertido de hablar de los problemas, pienso que no siempre deben tomarse tan en serio y dramáticamente. Así como los problemas se burlan de nosotros, también nosotros podemos burlarnos y divertirnos a costa de ellos; tener la posibilidad de hacerlo implica un cambio, ya que las familias pueden ver desde otra perspectiva a los problemas, por lo que parecen más débiles y manejables.

Estas fueron sus escenificaciones:

Familia de Andrés:

Andrés y su papá estaban jugando fútbol y entonces Graciela gritaba “ya vengan a comer”, y entre sí se decían “no le hagas caso vamos a seguir jugando”, Graciela gritaba cada vez más y ellos sin seguir atendiendo, por lo que se apareció el enojo y provocó una discusión en la familia y por ende les arruinó la comida.

Familia de Osvaldo:

Aquí intercambiaron papeles, Osvaldo era la mamá y Patricia la hija, la escena trataba de que la hija estaba viendo TV mientras que la mamá le hablaba para que recogiera sus juguetes, mientras que su hermanito estaba llorando; la hija le contestaba “ya voy mamá” pero no se movía, seguía viendo la TV, así pasó un rato hasta que la mamá se desesperó, empezó a gritar y le pegó con una espada a su hija, reclamándole por no hacerle caso y no cuidar a su hermano.

Familia de Dana:

Escenificaron un momento de la tarea, en que Dana no hacía caso y se distraía, sus padres comenzaron a irritarse y aparecieron los gritos, la desesperación y el enojo.

Después de estas dramatizaciones les pedimos que realizaran una obra en donde apareciera su domador o antídoto.

En la familia de Andrés apareció la alegría y llegaron a un acuerdo en cuanto al tiempo que podrían jugar antes de comer, cabe mencionar que aunque era un juego a Graciela se le veía muy molesta.

En la familia de Dana, cada quien se centró en su trabajo, Fernando se encargó de Diego, Dana de la tarea y, su mamá se pudo mantener tranquila.

En el caso de Osvaldo, apareció la paciencia; la mamá habló con más tranquilidad y ella cuidó a su hijo menor, y le pidió a su hijo que hiciera la tarea. Cabe mencionar que Patricia (que actuaba como hija) mencionó “yo no le pego tan fuerte a Osvaldo”, por lo que aprovechamos la oportunidad para reflexionar sobre la percepción que tienen los adultos de los golpes y castigos hacia los niños. A veces los padres piensan que no es tan grave, pero los niños lo perciben de manera distinta, les duele, pueden sentirse tristes y humillados.

Después de las escenificaciones reflexionamos sobre algunas estrategias que dan fuerza a los “antídotos” y “domadores” como: la negociación, el darse un “tiempo fuera” para calmarse cuando el “monstruo los invade”, utilizar el contacto físico de forma positiva y seguir practicando.

Fue común el hablar de los golpes como sistema de “disciplina”, con las consecuencias que esto puede traer. Los padres hablaron de pedir perdón al final del día por las cosas que no se han hecho bien. Fernando, padre de Dana, habló de que no solo vienen por los niños, sino porque como familia tienen problemas. Nos dimos cuenta que todas las familias tenían en común la dificultad para manejar el enojo, ya que cuando éste aparecía, gritaban, amenazaban y pegaban.

Sesión Intermedia:

Debido a los temas que se trataron en la sesión de “expresión de sentimientos”, decidimos agregar al modelo de Stern (2002) una sesión para trabajar los sentimientos de enojo, cómo identificarlos y cómo regularlos, para que padres e hijos eviten los gritos y las peleas.

Sesión 13
Manejo del enojo

Esta sesión tuvo como objetivo que las familias identificaran los pensamientos que generan enojo, la situación y cómo manifiestan esta emoción. Para ello, les explicamos que el enojo entra a nuestras mentes, y los pensamientos que lo alimentan hacen que crezca hasta que se vuelve incontrolable; por lo que nos hace decir o hacer cosas de las cuales nos arrepentimos más adelante. También les explicamos que a veces situaciones pequeñas e insignificantes, generan respuestas muy grandes de enojo.

Para ejemplificar lo anterior, les escenificamos una obra con títeres. La escenificación se trató de un conflicto en una familia de changos: el papá tenía que cuidar a la manada todo el día, mientras que la mamá buscaba el alimento y cuidaba a sus changuitos, a uno de ellos le tocaba ir a clases de liana pero no quería, por lo que empezó a crecer el enojo de la mamá y le gritó, después llegó el papá cansado y al enterarse de que su hijo no quería asistir a su clase, también se enojó. Los papás changos discutieron y terminaron todos distanciados.

Durante la obra, cada personaje pensaba en voz alta, por ejemplo, cuando subía el enojo de la mamá chango, a la vez pensaba “me estoy enojando, lo siento en el pecho y ya no lo puedo controlar” “este niño no me quiere obedecer”. El changuito pensaba “no me gusta mi clase de liana, no quiero ir”.

La segunda parte de la obra consistió en que los changuitos hacían una serie de pasos para controlar el enojo hasta lograr reconciliarse, estos fueron los pasos que siguieron:

1. Apropiarse del sentimiento, aquí la mamá chango pensaba “estoy enojada porque mi hijo no quiere ir a sus clases de liana”
2. Calibrar la intensidad; en este paso los changuitos tenían que medir la intensidad de su enojo, entonces pensaban algo como “¿qué tan enojada estoy?”
3. Identificar la amenaza. Pensar en qué tanta importancia tiene el evento en su vida, “¿es tan importante que mi hijo changuito vaya a sus clases de liana hoy?”
4. Compartir la amenaza percibida, expresar a otro miembro de la familia lo que siente y por qué. La mamá chango decía “hijo, cuando tu me dices que no quieres ir a tus clases de liana, yo pienso que me desobedeces y me siento enojada”. El changuito decía “es que pienso que no soy muy bueno en mis clases de liana”
5. Renegociar la relación; elegir alguna estrategia para domar el enojo como: tiempo fuera, respirar profundamente, salir por un momento, pensar; y llegar a un acuerdo. La familia chango llegó a un acuerdo, el papá chango llevaría a su hijo a las clases de liana para animarlo.

Después pedimos a las familias que idearan sus propias estrategias para combatir al enojo, como lo hizo la familia de changuitos, les pedimos que hicieran una historia con dibujos para representar sus tácticas y su efectividad. A continuación presento sus historias:

Estrategias de la familia de Andrés:

Las estrategias de esta familia son: la organización y negociación de acuerdos. En esta ocasión expresaron cómo les funcionó cuando negociaron con Andrés que hiciera su tarea el viernes.

Paso 1: Andrés hace la tarea el viernes (llegan a un acuerdo con él y lo cumple)



Figura 28. Muestra el dibujo realizado por Andrés para ejemplificar el paso 1.

Paso 2: el sábado tiene todo el día libre para ir a entrenar. Andrés dibuja lo siguiente para ejemplificarlo.

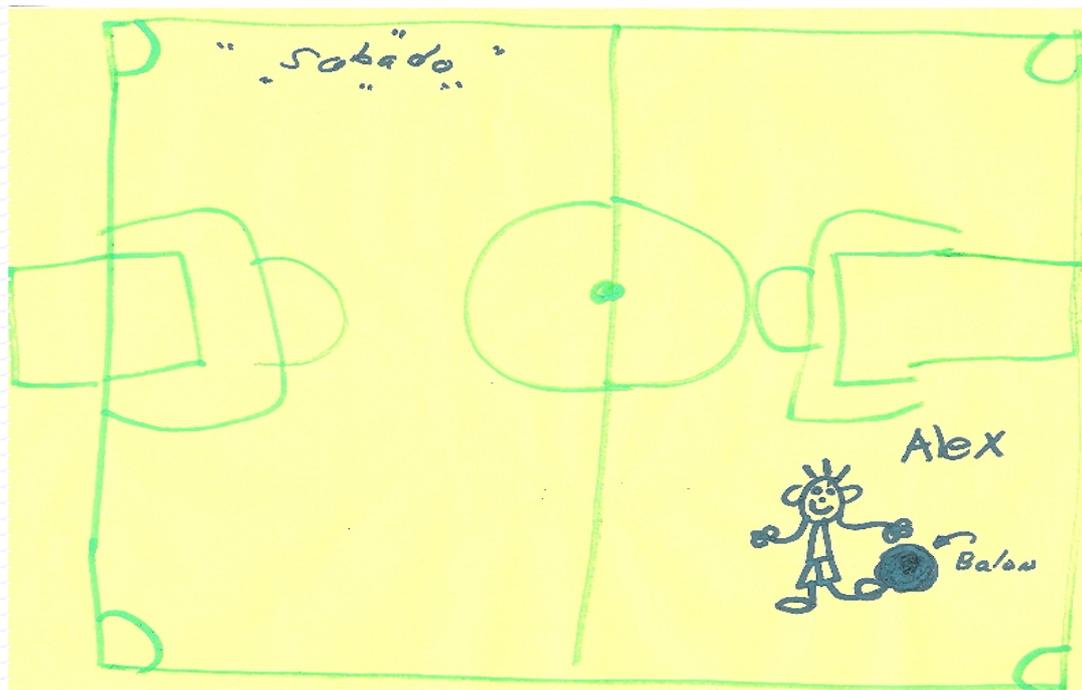


Figura 29. Muestra el dibujo representativo del paso 2.

Paso 3: El domingo se la pasó muy bien en Cuernavaca con su sobrina, su hermano y su cuñada, nadando casi todo el día, como se muestra en la figura 30. En la noche ya no tenía que preocuparse por hacer la tarea por lo tanto el enojo no apareció. Mamá estuvo más tranquila.

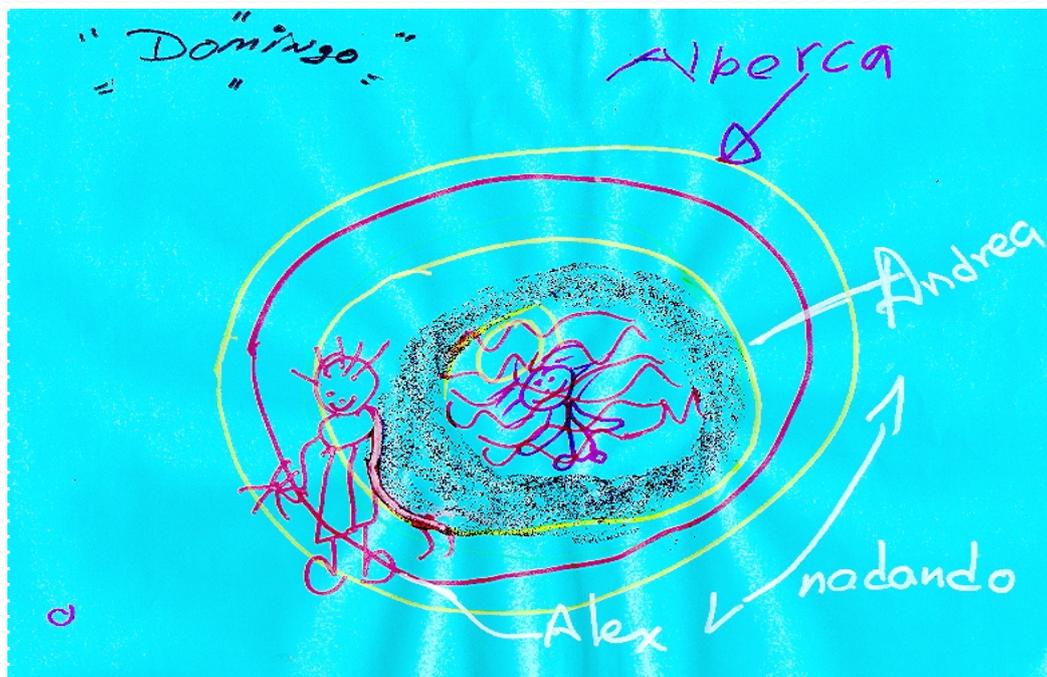


Figura 30. Muestra el dibujo representativo del paso 3
Estrategias de la familia de Dana:

Paso 1: La historia comienza al despertar

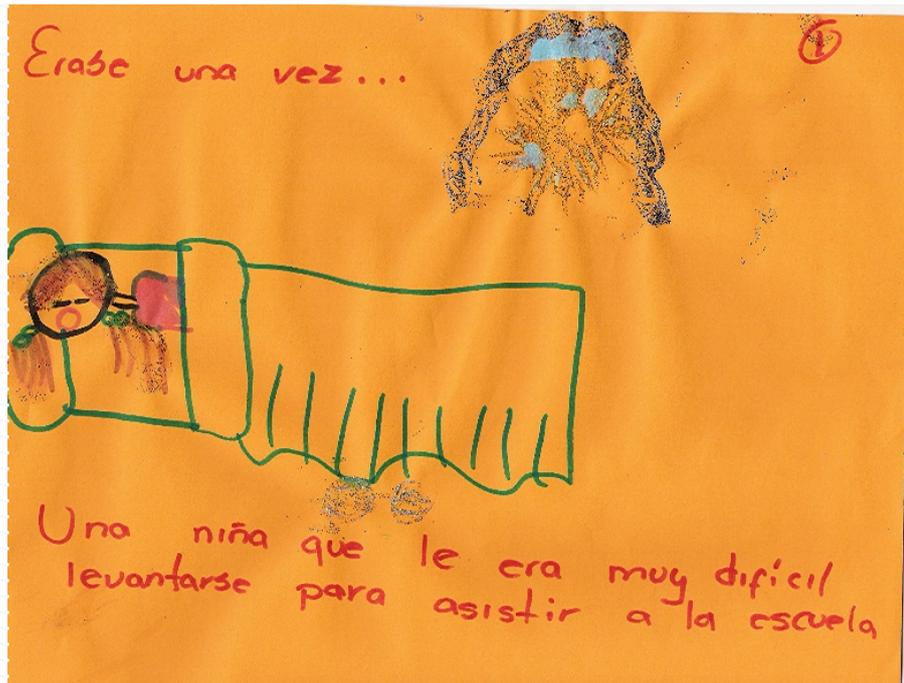


Figura. 31 Dibujo realizado por Daniela para representar el paso 1 de sus estrategias.

Paso 2: Esto sucedía todos los días:



Figura 32. Muestra cómo Fernando y Silvia la gritan a Dana para que se levante de la cama.

Paso 3: el enojo crece



Figura 33. Muestra las dificultades al peinar a Dana

El enojo:



Figura 34. Dibujo realizado por Diego, hermano de

Dana

Paso 3: Dana y mamá platican.

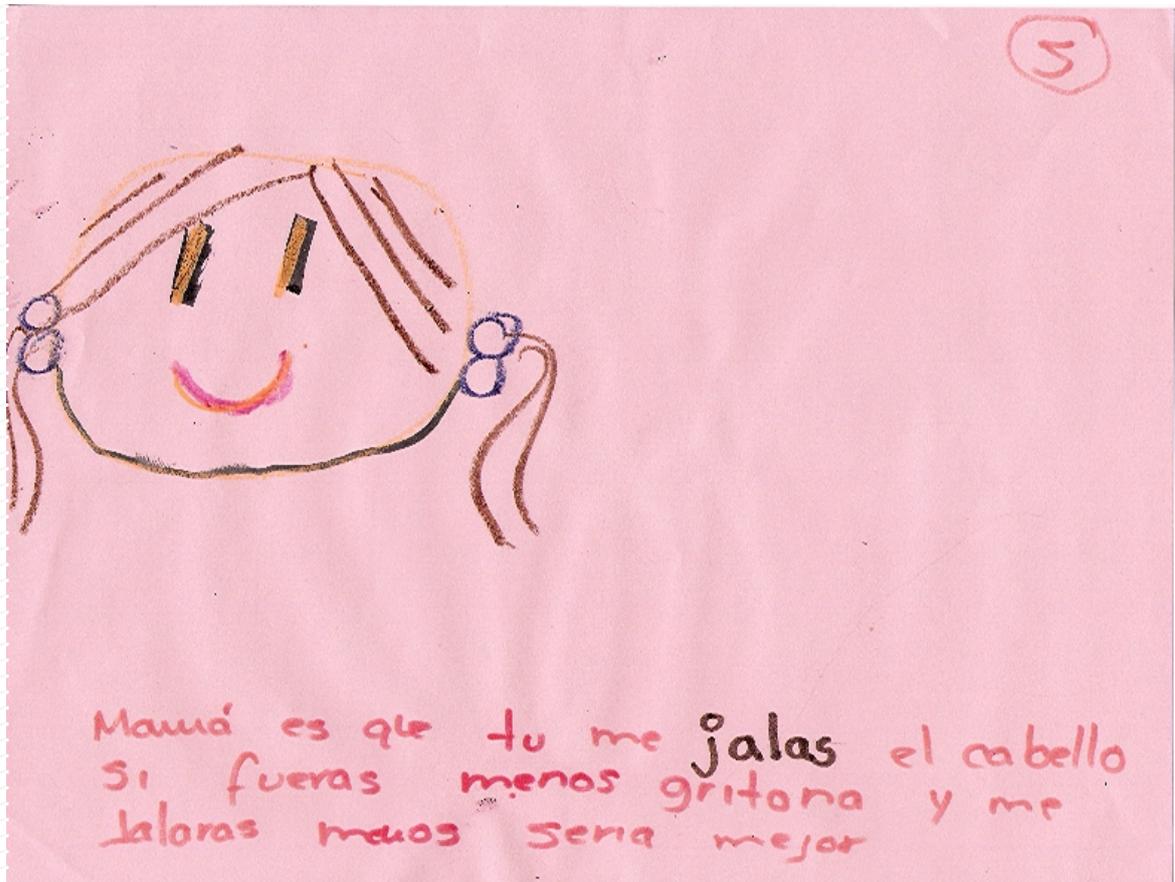


Figura 35. Muestra a historia de lo que pasa en las mañanas en la familia de Dana.

Esta familia contó la historia de lo que pasa en las mañanas (representada en la figuras 31-35), la mamá le pide a Dana que se levante, ella no lo hace, entonces aparecen los gritos (el enojo empieza a crecer); ya que Dana logra levantarse, hay que peinarla, mamá le jala el cabello y entonces ¡aparece el enojo muy grande!, y por lo regular les arruina sus mañanas, muchas veces mamá e hija se despiden enojadas antes de ir a la escuela. Como estrategia Dana propone platicar y pedir a su mamá que no grite y que no le jale el pelo.

Estrategias de la familia de Osvaldo:

Paso 1: enojo potencial (figura 36), aquí se encuentra Osvaldo viendo la TV, su hermanito de 10 meses llorando, el ruido hace que Patricia (su mamá) se desespera (el enojo aparece), en otras ocasiones hubiera gritado e incluso le hubiera dado unas nalgadas a Osvaldo, Patricia piensa que Osvaldo debe cuidar a su hermano.



Figura 36. Muestra la desesperación de Patricia

Paso 2 (figura 37): Patricia lleva a cabo su estrategia, de tomar el control y actuar. Le pide a Osvaldo que guarde sus juguetes y que al terminar se siente a hacer la tarea. Mientras tanto ella, acuesta al bebé y lo duerme.



Figura 37. Muestra la solución del conflicto en la familia de Osvaldo.

Paso 3: tranquilidad y unión entre ambos (figura 38). Ya que el bebé se durmió, Patricia puede terminar algunos quehaceres. Cuando Osvaldo termina la tarea, juntos se sientan a ver su programa favorito.....¡¡¡sin enojo!!!!.

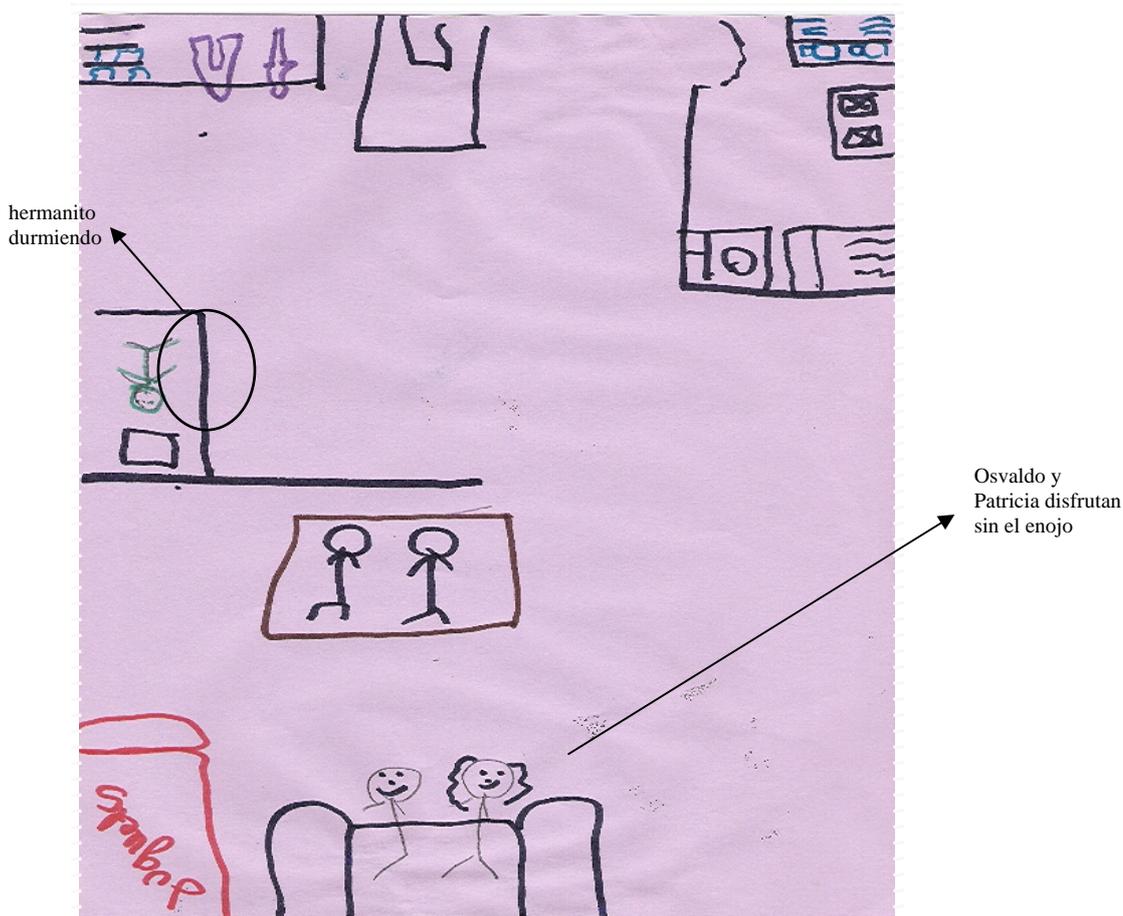


Figura 38. Familia de Osvaldo en paz

Lo más impresionante es que las historias que relataron, no eran inventadas fueron eventos que sucedieron días anteriores. Estas familias ya están escribiendo historias alternativas.

Sesión intermedia:

En la sesión de “manejo del enojo” las familias nos dieron evidencias de los avances que habían tenido en casa. Nos dio gusto saber que estaban escribiendo historias diferentes, ya no tan saturadas del problema.

Después de esta sesión, decidimos continuar con el programa propuesto por Stern (2002). Por lo que la siguiente sesión estaría destinada a hablar de diferentes estilos de inteligencia, conducta e interacción en las personas.

Sesión 14

Inteligencias Múltiples

El objetivo de esta sesión fue reflexionar acerca de las diferencias entre las personas. Para nosotras era importante que cada padre se diera cuenta de los diversos estilos de comportamiento, y que la inteligencia hacer notar que la inteligencia no solo tiene que ver con obtener buenas calificaciones en la escuela. También consideramos importante que cada quien intentara identificar su propio estilo de inteligencia. Para este día ideamos un juego para ejemplificar cada estilo.

Para ejemplificar la inteligencia espacial, que implica la capacidad de coordinar los movimientos del cuerpo con respecto a los objetos y personas que están a nuestro alrededor, jugamos al “circo”, es un juego con pelotas en el cual se hace un círculo, cada integrante se numera en este caso del 1 al 6, después se revuelven para que los números no queden en secuencia. Posteriormente el facilitador entrega una pelota al numero 1, éste debe aventarla al 2, el 2 al 3 y así sucesivamente hasta que regrese al 1, el objetivo del juego es que jueguen con la menos cuatro pelotas al mismo tiempo. Es una tarea difícil para la cual se necesita mucha coordinación espacial.

Para la inteligencia lógico-matemática ideamos algunos acertijos con el objetivo de que utilizaran su pensamiento lógico, este fue uno de los acertijos que les planteamos:

“¿Podrías decir por qué los siguientes números están ordenados de esta forma? 0542986731”

En este punto, reflexionamos sobre las ideas que se tienen con respecto a estas habilidades, ya que a veces se le considera como la única inteligencia. Para ejemplificar a la inteligencia Kinestésica, que también es llamada la inteligencia del cuerpo, utilizamos un video en donde se mostraban pasos de baile para principiantes.

Finalmente, para la inteligencia musical, empleamos diversos géneros musicales, les pedimos que escucharan cada uno y que expresaran la emoción que les generaba; creo que en esta técnica pudimos reflexionar más sobre las diferencias, ya que al expresar los sentimientos que generaba cada melodía las visiones en el grupo eran diversas, lo que a unos les transmitía amor, a otros les generaba nostalgia o tristeza.

En esta sesión también pudimos percatarnos de que los padres estaban dejando de lado su responsabilidad con sus hijos dentro de las sesiones; cuando los niños eran invadidos por el desorden, los padres no hacían nada para controlarlo, pienso que esperaban que Liliana y yo lo hiciéramos. Asimismo, nos dimos cuenta que, durante los juegos, no incluían a los niños.

Desde un inicio les habíamos comentado sobre la necesidad de ver la forma de integrar a los niños en las actividades. Nuestra sensación fue que se estaba perdiendo el objetivo; por lo que planeamos una “reunión especial” para evaluar los progresos y clarificar nuevamente los objetivos de cada familia.

Sesión intermedia:

Cuando decidimos trabajar con grupos de familias, aclaramos que el centro seguiría siendo los niños, y el juego la principal estrategia. Sin embargo en algún momento del proceso, los padres empezaron a ser el centro y los niños quedaron un poco relegados.

En la sesión de “inteligencias múltiples”, notamos que los padres se divirtieron con los juegos, pero no incluían a los niños. Por ejemplo Dana no quiso participar en el ejercicio de inteligencia kinestésica y su mamá siguió bailando sin hacer caso de su hija.

Hemos notado cambios en la interacción, por lo que nos preguntamos ¿será momento de empezar a hablar del cierre? ó ¿será momento de cambiar de objetivos?, teníamos algunas dudas sobre el objetivo de la pasada sesión. Fue un momento en el que me sentí un poco confundida.

De modo que siguiendo el enfoque posmoderno, decidimos preguntar a la familia qué era lo que seguía en el proceso.

Sesión 15

Evaluación del Proceso

En esta sesión decidimos hacer un alto en el camino y evaluar los avances logrados por las familias en casa, así como sus metas más próximas. Les pedimos que nos mostraran cómo llegaron y cómo se encontraban en este momento:

La familia de Dana ejemplificó sus avances de la siguiente forma:



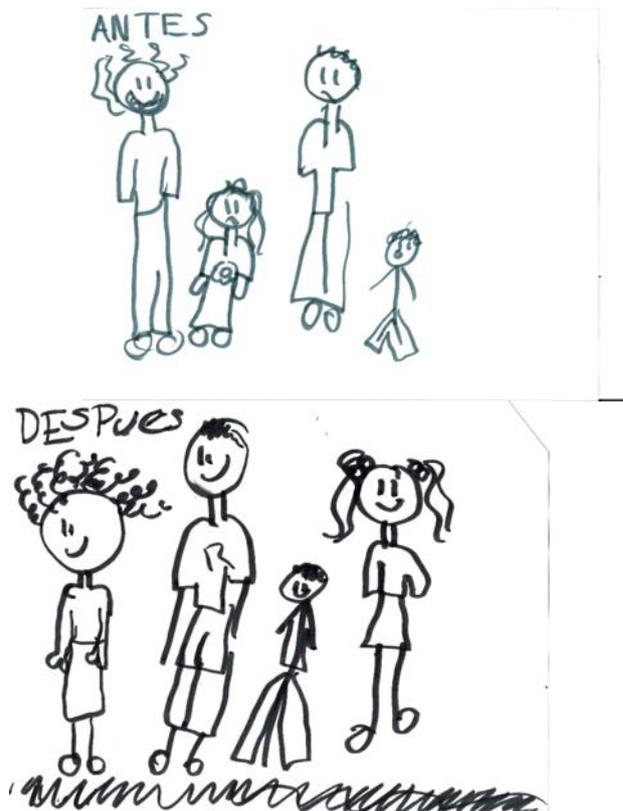


Figura 39. Muestra el cambio en la familia de Dana

Dana dijo que al comenzar cada uno de los miembros de su familia estaba por su lado, “uno por China, otro por Japón”, y que ahora pueden estar juntos. Silvia (su mamá) dijo que cuando llegó fue porque Dana tenía problemas para relacionarse con sus compañeras, y ahora la ve mejor en este aspecto, y ella ha estado trabajando en su paciencia. Fernando (papá) comentó que al comenzar él pensaba que el grupo era una pérdida de tiempo, y en general no se encargaba de su familia, ahora ha reconsiderado sus actividades, y ve que su familia es lo más importante para él y está buscando formas de colaborar; ahora ayuda con el desayuno y prepara a los niños en las mañanas.

La familia de Andrés, nos compartió sus avances expresando lo siguiente: (Andrés no quiso hablar) Raúl (papá) dijo que al llegar traían a Andrés como problema, y que ahora él ve a su familia como lo más importante y busca pasar tiempo con ellos y ser más tolerante. Graciela (mamá) dijo que al llegar estaba aterrorizada por los reportes de la escuela y que ahora lo está afrontando “algo mejor”.

La familia de Osvaldo lo ejemplificó de la siguiente forma:



Figura 40. Muestra al Domador de Osvaldo venciendo al desorden.

Osvaldo habló de su desorden inicial y la forma en que Pegaso logró controlarlo (figura 40). Patricia (mamá) comentó que cuando llegó, estaba desesperada por los problemas de Osvaldo en la escuela, y que ahora él está mejor y ella está jugando más con Juan, y puede entender más a Osvaldo.

Una vez aclarado el punto en el que nos encontrábamos en el proceso. Ahora teníamos que determinar qué seguía, si era tiempo de terminar o aún faltaba trabajo por hacer.

Los niños nos pidieron trabajar dos sesiones por separado, es decir, los papás en un espacio y ellos en otro. Fue interesante, nos acercábamos al final y regresábamos al trabajo de grupos alternos.

Nosotras aceptamos y les propusimos juntarnos nuevamente para el cierre. Papás y niños estuvieron de acuerdo. De esta manera fue cómo terminó la fase III de nuestro trabajo en grupo.

FASE IV

Un momento para reflexionar por separado y despedirnos

Sesión 16

Comunicación

En esta sesión yo trabajé con los niños y Liliana con los padres. Con ambos grupos el objetivo fue trabajar habilidades de comunicación.

Siguiendo con las inteligencias múltiples, yo retomé las inteligencias intrapersonal e interpersonal. Les di un pliego de papel bond, en el cual se dibujaron ellos mismos, al terminar yo les iba dando indicaciones y ellos escribían sobre sus dibujos. Estas fueron las indicaciones:

A la altura de los ojos, qué te gusta ver.
A la altura de los oídos, qué te gusta oír.
A la altura de la nariz, qué te gusta oler.
A la altura de la boca, qué te gusta saborear.
A la altura de los dedos, qué te gusta tocar.
En la cabeza tus ideales.
A la Altura del corazón, describe tus sentimientos más frecuentes o los que más recuerdes
A la altura de tu mano derecha describe tus principales habilidades, virtudes o capacidades.
A la altura de tu mano izquierda describe tus principales defectos.
A la altura de tu rodilla derecha describe que te hace feliz.
A la altura de la rodilla izquierda, qué e ocasiona malestar, tristeza, enojo apatía.
A la altura de los pies ¿qué he aprendido en este grupo?

Este dibujo tiene el objetivo de que los niños se den cuenta de sus características, gustos, metas y sentimientos que es un principio básico para la inteligencia intrapersonal. Mientras dibujábamos les pregunté qué querían platicar, ellos decidieron hablar sobre lo que habían hecho en vacaciones de semana santa, por lo que les dije que cada quien iba a tener un turno para hablar y los demás seríamos “buenos escuchadores”.... Les pregunté ¿serán capaces de ser buenos escuchadores?... a lo que todos respondieron que si. Cuando uno de los niños terminaba de narrar su anécdota, le pedía a otro que repitiera lo que había escuchado de su compañero. Todos lo hicieron muy bien, y creo que es un buen avance, respetaron los turnos para hablar, se escucharon y se retroalimentaron, pienso que estos niños ya estaban listos para dejar el grupo.

A Andrés le costó un poco de trabajo, cuando fue su turno de hablar ya no quería dejar de hacerlo, por lo que empezó a generar fastidio en sus compañeros; algo que me gustó es que el siguiente turno era para Dana, al yo recordarle a Andrés que su tiempo se terminaba; Dana dijo “no te preocupes Andrés, sigue hablando yo espero”, esta actitud es un gran avance por parte de Dana, ya que uno de sus problemas era la impulsividad y el querer ser el centro de atención.

Cuando le dije a Andrés que terminara su anécdota se enojó y se salió unos momentos del salón, insultándonos. Le dije que cuando estuviera listo para respetar turnos aquí lo esperaba con mucho gusto. Después de unos minutos regresó y se incorporó a la actividad, esta vez respetando turnos para hablar y para escuchar.

En un cubículo alterno se encontraban los papás, trabajando con Liliana, el mismo tema. Ellos trabajaron la forma en la que envían mensajes a sus hijos.

Al final de la sesión nos reunimos para compartir lo que habíamos trabajado por separado. Los niños mostraron sus trabajos a sus papás, y viceversa.

Sesión Intermedia:

Nos dimos cuenta, que tanto niños como papás al final de la sesión, se dijeron mutuamente que se habían extrañado.

Pienso que cómo parte del cierre ambos necesitaban nuevamente su espacio para trabajar los temas pendientes.

Sesión 17

Organización y Límites

Esta fue nuestra penúltima sesión, a la cual la familia de Dana no asistió. En esta ocasión yo trabajé con los papás y Liliana con los niños. El objetivo fue trabajar con el seguimiento de límites y la organización de tareas en casa.

Yo platiqué con los padres acerca de sus experiencias con respecto a los límites, todos coincidieron que cuando se daba una orden o se proponía una regla en casa, difícilmente se llevaba a cabo.

Después reflexionamos sobre la importancia de decir mensajes claros, breves y uno a la vez. Posteriormente realizamos una dramatización, les pedí que uno de ellos fingiera ser un niño y los demás serían los papás, actuaron una situación en la cual el papá daba una orden y el niño no obedecía. La primera vez que lo actuaron, Patricia (mamá de Osvaldo) pedía permiso para hablar, casi, casi le rogaba al niño para que obedeciera. Y Graciela (mamá de Andrés) inmediatamente empezó a gritar y enojarse.

Después de esta primera actuación reflexionamos sobre su ejecución y les pregunté ¿qué podrían hacer de distinto? con las propuestas de todos llegamos a las siguientes estrategias: mensajes claros, breves y uno al mismo tiempo; agregamos, verificar que el niño lo haga y si no, ayudarle; hacer reconocimiento positivo, felicitar al niño por llevar a cabo la instrucción y decirle cómo nos sentimos de que lo haga.

Con estas nuevas propuestas les pedí que repitieran la dramatización, lo hicieron mucho mejor, pero les costaba trabajo decir “algo bonito a los niños”, de manera que lo ensayamos varias veces. Al terminar el tiempo, les pedí que pensarán en cosas positivas de su hijos y que por diversas circunstancias no se las habían dicho, les dije que quizá esta era una buena oportunidad para practicar.

Cuando los niños entraron al espacio donde nos encontrábamos, nos platicaron lo que trabajaron con Liliana. Elaboraron un horario para casa, cada uno se propuso una hora para levantarse, hacer la tarea, ayudar en casa, bañarse e irse a la cama. Liliana les propuso que en familia llegaran a un acuerdo sobre las tareas de cada quien y elaboraran un “horario familiar”.

Después, comenté brevemente lo que trabajé junto con los papás y les pregunté si estaban listos para transmitir sus mensajes. Así, Graciela le dijo a Andrés que estaba muy orgullosa de él, porque su maestra le había comentado que se estaba portando mejor en el salón de clases, Raúl comentó algo similar y dijo que lo quería mucho y que veía algunos cambios en él.

Patricia le dijo a Osvaldo que estaba muy contenta de sus avances en la escuela y que se sentía orgullosa porque iba a participar en un bailable y ya se había aprendido los pasos de memoria.

Así terminó esta sesión, creo que los papás, también están listos para dejar el grupo. Al planeamos la forma en la que nos despediríamos, decidimos hacer una comida. Por lo que Liliana y yo les propusimos que cada familia trajera los ingredientes necesarios para un platillo sencillo y lo elaborarán en este espacio. Patricia quedó en traer salchichas, Silvia ensalada y los papás de Andrés sándwich.

Sesión intermedia:

En esta ocasión planeamos la despedida, hicimos una carpeta para cada niño en la que guardamos todos los trabajos realizados durante el proceso. También realizamos diplomas a cada familia, por lograr domar a sus monstruos.

Sesión 18

La despedida

Este fue nuestro último día de trabajo, en el cual se suscitó un fenómeno interesante, a dos de las mamás se les olvidó que sería nuestra despedida. Silvia, mamá de Dana insistía mucho en decir que no creía que hoy nos despedíamos.

Patricia y Osvaldo, llegaron una hora tarde, estaba muy apenada, pues decía que se le había olvidado por completo el cierre del grupo.

Para este día planeamos un breve festejo, cada familia llevó los ingredientes necesarios para hacer bocadillos para los demás. Era como una prueba final, ya que deberían cooperar para realizar la tarea; observé que los padres intentaban incluir a los niños, las peticiones las hacían amablemente y los niños cooperaron con gusto.

Después, platicamos un poco sobre el proceso y sobre los logros que habían tenido. Osvaldo era uno de los mejores en su clase, tenía actividades más estructuradas en casa, Patricia, su mamá; intentaba jugar más con sus hijos, se hacía cargo de su hijo menor, en lugar de dejar a Osvaldo esa responsabilidad.

Dana, estaba mucho más tranquila, sabía escuchar, esperar turnos. Silvia, tenía más paciencia para tratar a sus hijos e intentaba no perder el control en momentos críticos de mucho desorden. Fernando, su esposo, ayudaba más en el cuidado de los niños y con las labores del hogar, e intentaba controlar su enojo.

Andrés, se porta mejor en clase, aún le cuesta dominar su enojo, pero reflexiona más antes de actuar y se lleva mejor con sus hermanos. Graciela, su mamá, se ha vuelto muy reflexiva, piensa antes de regañar a Andrés y así ha evitado discusiones innecesarias, ha intentado delegar responsabilidades a Andrés y lo ayuda a que se responsabilice de sus sentimientos. Raúl, padre de Andrés, dialoga con su hijo, intenta reflexionar con él sobre algunos temas, para que el niño pueda desarrollar esta capacidad. Se dio cuenta de que la música y dejarlo solo es una buena estrategia para que baje el nivel de enojo.

De manera general, las familias reportaron más armonía y acercamiento entre ellos. Nosotras les dijimos que el cierre era una oportunidad para seguir haciendo cosas distintas en casa.

Después, hicimos entrega de una carpeta en la cual incluimos sus trabajos realizados en el grupo. También entregamos un certificado a cada familia para felicitarlos por los logros obtenidos en este tiempo:



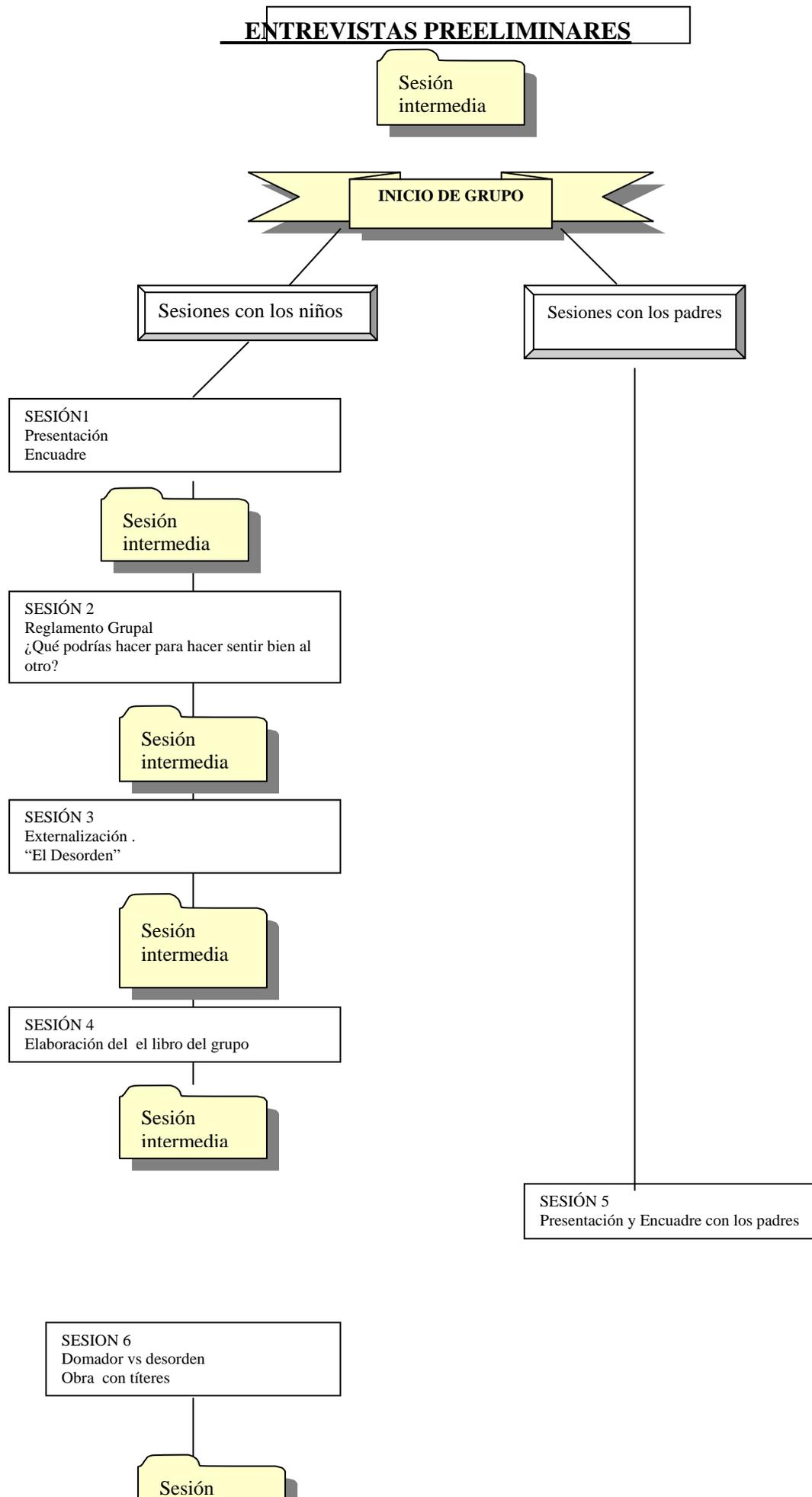
Figura 41. Certificado entregado a cada familia

Sesión Intermedia:

En la última estrategia que consistió en que cada familia preparara un bocadillo para la despedida. Los papás y niños mostraron mejor interacción entre ellos. Los padres hacían peticiones claras y amablemente y los niños respondían favorablemente ayudando a cortar la comida, pelar la fruta, etc. Recordamos brevemente el proceso y hablamos de los avances. También les recomendamos que fueran consistentes con lo diferente que estaba haciendo cada quien.

Modelo de trabajo

A continuación muestro de manera esquemática la estructura de nuestro trabajo con el grupo.



Sesiones
Alternas

Sesión
intermedia

SESION 8
Juegos de mesa y plática sobre
vacaciones

Sesiones
Alternas

SESION CON LOS PADRES
Papel del SNC en la conducta de los
niños

TRABAJANDO UNIDOS ES MEJOR

Sesión
intermedia

SESIÓN 9
INICIO DE GRUPO CON FAMILIAS
PRESENTACIÓN DE DESÓRDENES REALIZADOS POR LOS NIÑOS
PRESENTACIÓN DE FAMILIAS UTILIZANDO LOS TÍTERES

Sesión
intermedia

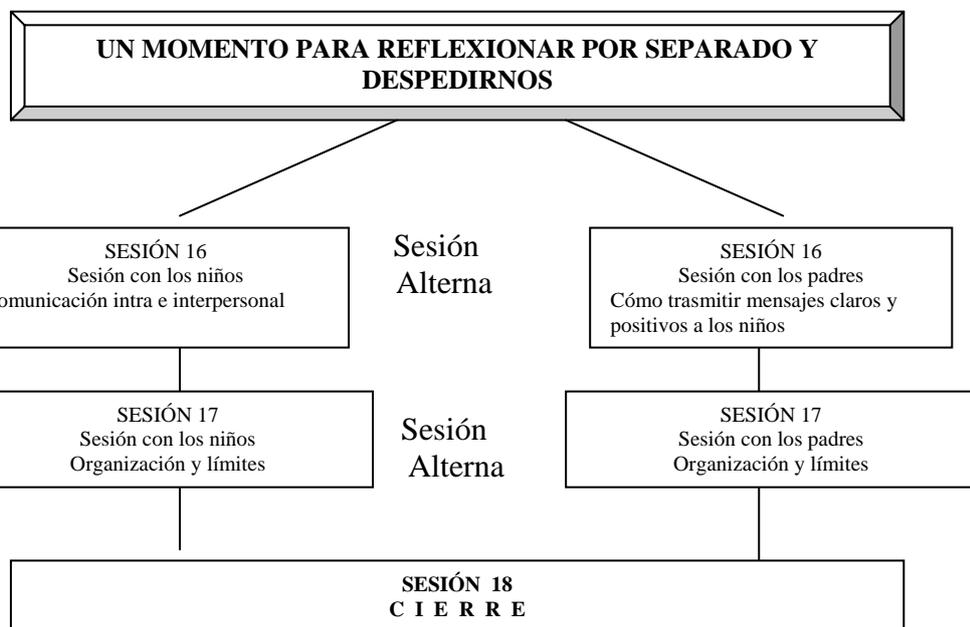
SESIÓN 10
EXTERNALIZACIÓN POR FAMILIA Y
CREACIÓN DE ANTÍDOTOS

Sesión
intermedia

SESIÓN 11
INVITADOS PARA DAR ESPERANZA

Sesión
intermedia

SESIÓN 12
EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS EN LAS FAMILIAS



El trabajo inicio con entrevistas con los padres de familia, con el objetivo de investigar el motivo de consulta y las características del problema y determinar si los niños eran candidatos a un tratamiento en grupo. Cuando empezamos las entrevistas descartamos: abuso sexual y violencia familiar, ya que estos casos requieren otro tipo de intervención. Una vez concluidas las entrevistas citamos a los niños a la primer sesión, en donde les

preguntamos si deseaban ser parte del grupo, así quedó constituido el grupo e inició el trabajo.

Nuestra propuesta para trabajar con grupo tiene los siguientes elementos:

- Sesiones quincenales, con una duración de 1 hora 30 minutos aproximadamente.
- Sesiones intermedias: Reuniones con mi coterapeuta para reflexionar sobre las intervenciones realizadas en la sesión anterior y sobre los avances de los niños. En este espacio también planeábamos las estrategias a seguir en las sesiones subsecuentes.
- Sesiones de trabajo con los niños: Estas sesiones se dieron al inicio y al final del proceso. En la fase II (trabajo con grupos alternos de niños y padres) se trabajó el encuadre, reglamento grupal, motivo de consulta, externalización y generación de historias alternativas (domadores) con respecto a la interacción en el grupo. En la fase IV (un momento para reflexionar por separado y despedirnos), se trabajaron los temas de comunicación, organización y límites.
- Sesiones de trabajo con los padres: en la primer fase del proceso se trabajó el encuadre; se reflexionó sobre la visión que otras personas (hijos, pareja) tienen acerca de los padres; y se revisó el papel del SNC en las conductas de los niños. En la fase IV se trataron los temas de: estilos de comunicación, organización y límites.
- Sesiones familiares: este trabajo se dio en la fase III (trabajando unidos es mejor), el cual consistió en sesiones semiestructuradas, en donde la principal estrategia era el juego. En estas sesiones se trabajó la externalización de los problemas que se daban en casa, la generación de historias alternativas (antídotos), manejo del enojo, expresión de emociones, historias alternativas futuras, inteligencias múltiples y evaluación del proceso.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La psicoterapia infantil, desde un punto de vista posmoderno; es una actividad que implica un intercambio sutil y una negociación de significados entre el terapeuta, el niño, su familia y personas cercanas; siendo el objetivo articular, elaborar y revisar aquellas construcciones que utilizan las personas para organizar su experiencia y sus actos.

El niño y su familia son narradores de su experiencia, por tanto, no hay ideas irracionales sino que todas tienen una naturaleza funcional, sin embargo, cuando acuden a terapia están sujetos a una “narrativa dominante” que los incapacita y limita.

Dentro de esta perspectiva hay algunas formas desde las cuales se puede ayudar a las personas, una de ellas es: La Terapia Narrativa; esta modalidad psicoterapéutica, trata de poner énfasis en los fragmentos de la realidad ignorada por los miembros de una familia o de una persona, y que si se descubren pueden ser importantes para la resolución de los conflictos o pueden ser evidencia de que no todo está perdido.

La terapia Narrativa propone diversas formas para comunicarse con el niño como: las cartas, los rincones de juego, el arte, la dramatización, los rituales; los certificados, diplomas, los coterapeutas sin título, genogramas, manuales del consultor, etc.

Otra modalidad terapéutica es El Equipo Reflexivo, propuesto por Andersen (1994), siendo sus principales características: la colaboración y la conversación; se utiliza cuando los terapeutas cuentan con un equipo, o bien entre los miembros de la familia y el terapeuta.

Las intervenciones que expuse en el presente reporte, estuvieron basadas en estas perspectivas teóricas. A continuación muestro los comentarios finales acerca de mi trabajo; mis aportaciones y sugerencias para futuras intervenciones. Concluyo este apartado con un resumen de las habilidades adquiridas en la Maestría en Psicología Profesional con Residencia en Psicoterapia Infantil.

Comentarios finales del trabajo con Quico y su familia

En el trabajo con Quico llevamos a cabo diversas estrategias basadas en el modelo Narrativo y en el juego.

Cómo estrategias de evaluación, utilicé la entrevista y la historia clínica. La entrevista me sirvió para conocer las características del problema, cómo surgió y su evolución. La historia clínica tuvo el objetivo de conocer la historia familiar y de desarrollo de Quico, y para descartar problemas como maltrato, abuso u otras dificultades.

Para realizar el encuadre en la cámara de Gesell, mantuvimos cerradas las persianas que cubren el espejo hasta que explicamos la función de los terapeutas que estarían observando e interviniendo desde el otro lado. Una vez que Quico y su familia sabían que había terapeutas detrás, los presentamos con ellos. Esta fue una estrategia importante durante el proceso, ya que la relación de empatía, no solo fue entre la familia y las terapeutas, sino también con el equipo, esto dio como resultado que la familia

escuchara con confianza y atención los mensajes que en algunas ocasiones les dio el equipo.

Aquí quisiera mencionar un dato importante; es frecuente escuchar la anécdota de que los “observadores” se encuentran a los pacientes fuera del espacio terapéutico y sienten el deseo de saludarlos o incluso lo hacen, pero como el usuario no los conoce se provocan confusiones. Además pienso que es una falta de ética profesional el que las personas sean observadas “en secreto”, creo que ellos se sienten más cómodos y en confianza cuando saben quien los está mirando.

Otra técnica que utilizamos fue el juego libre, en donde Quico elegía los materiales, la historia a representar, y nosotras (terapeutas) lo seguíamos, esta técnica no fue muy constante, ya que Quico algunas veces prefería platicar o dibujar. Sin embargo, cuando jugaba nos daba información importante relacionada con la expresión de emociones sobre todo del miedo y el enojo.

Un recurso importante en este proceso terapéutico fue el dibujo, como refiere Oaklander (2001), esta técnica provee una vía de representación de sentimientos. Quico eligió este método para externalizar sus problemas; al miedo le dio forma de demonio, y al enojo de diversos monstruos que se defendían de las agresiones de los humanos. La externalización del miedo sirvió para “hacer controlable, lo incontrolable”, una vez que el problema tuvo forma, era más fácil hablar de él, y de lo que ocasionaba en su vida. Se eliminó la culpa y la familia evitaba decir “Quico es miedoso”, un recurso importante de esta familia, es que desde las primeras sesiones jugaron con nosotros, y empezaron a comentar cosas como “cuando el demonio invade a Quico él...”. Esto coincide con lo citado por Freeman, Epston y Lobivits (2001) la externalización sirve para conocer a las personas al margen del problema y bajar los sentimientos de culpa, estos autores, también mencionan que la externalización sirve para que la familia se una, no en contra del niño, sino en contra del problema. Esto también sucedió con Quico, cada integrante de su familia empezó a hacer cosas para domar al demonio y al enojo.

El Genograma con juguetes, técnica propuesta por Gil y Sobol (2000), me ayudó para investigar la influencia del demonio en la vida de la familia, y la influencia de la familia en la vida del demonio. Agregué algunos elementos a esta técnica; al terminar el genograma, pedí a la Sra. Rocío y a Quico que representaran el tipo de relación que llevaban entre los miembros de su familia (incluidos a ellos) por medio de líneas y, finalmente les pedí que dibujaran al demonio y al enojo entre las personas que se entremetían. De esta forma obtuvimos un esquema más claro para la familia de en dónde y cómo el demonio y el enojo estaban causando problemas en sus vidas. Otra información importante que nos dio el genograma fue que las relaciones entre ellos eran positivas; incluso titularon su trabajo “La Unión de la Familia” frase que sería el lema por el resto del proceso terapéutico.

Las preguntas de escala nos sirvieron para detectar la intensidad del problema en la vida de Quico, para ejemplificarlo él realizó un dibujo de una regla de 30cm, en donde indicó que el demonio medía 20. Este dibujo nos ayudó a percatarnos de las áreas libres del problema, ya que habían 10cm, que no eran dominados por el demonio.

Dentro del proceso llevamos a cabo un ritual basado en el trabajo de White (1994) llamado “Domadores de Monstruos y Seres Despreciables”, en este ritual White

propone una serie de reglas que rigen a los Monstruos (metáforas de los miedos), y cómo parte del entrenamiento en domador, el niño tiene que buscar a los monstruos en casa en compañía de su familia, una vez capturados debe guardarlos en una caja y amarrarla con un listón para que el monstruo no escape, el ritual debe hacerse durante la noche, al llegar el día el niño debe abrir la caja para dejar escapar al monstruo ya que en el día es inofensivo. Esto debe hacerse regularmente, y los padres deben tomar fotografías del niño siendo valiente, para elaborar un álbum.

Con Quico trabajamos algo semejante, pero agregué dos elementos; el primero de ellos tenía que ver con una de las reglas acerca del miedo, White menciona que “el buen humor” es una herramienta efectiva para domarlo, en este punto utilicé una escena de la película de “Harry Potter y el Prisionero de Azcaban” de Warner Bros Pictures (2004), en la cual un profesor enseña el hechizo “*riddikulo*”, el cual hace desaparecer una cosa o animal temido, por medio de la risa. El objetivo de incorporar esta metáfora al trabajo fue comparar las fortalezas de Quico con las del personaje de Harry, y lograr que Quico se interesara más en unirse a la “liga de Domadores de Monstruos y Seres Despreciables”.

El segundo elemento que agregué al ritual, fue la incorporación de un coterapeuta sin título, llamado “Gorilón”, una lámpara en forma de gorila. Le dijimos a Quico que Gorilón ayudaba a los niños en la búsqueda de sus monstruos (miedos) y que les daba valor e iluminaba sus acciones (ya que es una lámpara), le preguntamos si él necesitaba la ayuda de Gorilón, a lo que entusiasmado contestó que sí. Nuestro coterapeuta se fue a casa de Quico y fue de gran ayuda. En su manual aparece apoyando a Quico en la búsqueda del demonio, y junto a él dormido, acompañándolo en su gran hazaña de estar solo en su cuarto en la noche.

Él realizó un manual que tituló “Técnica de cómo vencer el miedo”, en dicho manual, incluyó fotos en donde buscaba al demonio en las escaleras; su padre y su hermanita fueron sus ayudantes, mientras que su mamá fue la fotógrafa oficial de la búsqueda. También incluyeron fotos en las cuales se ve cómo amarra la caja con varios listones para que no escape el demonio; los padres obtuvieron una evidencia del éxito de Quico, tomaron una foto cuando dormía profundamente solo, en su cama durante la noche. De esta manera se invitó a la familia a escribir una historia alternativa y a disminuir el miedo de una forma divertida.

Otro elemento importante del manual fue la elaboración de una grafica de evaluación, en donde indicaba la medida de su miedo, enojo y alegría antes y después del tratamiento. Pienso que esta puede ser una opción para “medir” la eficacia de los tratamientos, desde la percepción de la persona que recibe ayuda. Ya que en la mayoría de las intervenciones, el terapeuta aplica instrumentos psicométricos antes y después, para ver si hay variación en la conducta problema. La grafica que realizó Quico es una medida confiable, ya que lo hizo desde su sentir, nos informó de una manera esquemática cómo él sentía que iba mejorando. Esto fue muy significativo para mí, ya que fue una evidencia de que el tratamiento iba por buen camino y que se estaban cumpliendo los objetivos propuestos en un inicio.

Las anteriores estrategias fueron de gran ayuda, para que Quico domara su miedo, ya que la familia colaboró y jugó con él. Para que este tipo de rituales tengan efecto, es necesario que los padres se atrevan a jugar y a imaginar. En familias muy rígidas y con dificultad para divertirse, yo (Miriam) propongo que primero se realice un trabajo de sensibilización y de adecuación a los juegos, ya que sin la ayuda de los padres y personas que vivan cerca del niño es casi imposible que un ritual funcione. Otro punto importante acerca de los rituales, es, que debe evitarse copiar al pie de la letra los realizados por otros terapeutas, es importante adaptar las actividades y juegos al estilo y tipo de familia con la que se trabaja.

Por otra parte, los libros también fueron un recurso importante; entregamos a Quico un libro titulado “El libro de los miedos” (Michelena y Esté, 2004), el cual le dio información acerca de los tipos de miedos, su funcionalidad, su evolución y anécdotas chistosas. Considero que este libro fue de gran importancia, ya que era necesario que la familia recibiera información sobre la función de los miedos, y sus características, ya que en algún momento del tratamiento hablaron de eliminarlo completamente de su vida.

Otro aspecto significativo durante el proceso, fueron las sesiones de Equipo Reflexivo. La primera vez que mis compañeras (el equipo) entraron al espacio de entrevista para hacer un Equipo Reflexivo, sentimos nervios, cuando se sentaron para hacer sus comentarios, mi profesora Verónica Ruiz, transmitió seguridad y confianza ya que ella fue la que inició las reflexiones.

Algo que sucedió en estas sesiones fue que, cuando el equipo entraba al espacio de entrevista, mis compañeras sentían el impulso de saludar a la familia, pero no lo hacían, ya que no quedaba claro en la teoría si se podía o no. Según Vega (2005) algunos terapeutas familiares lo hacen; saludan a la familia, se miran, se sonríen, y posteriormente realizan sus comentarios. Para intervenciones futuras que utilicen esta modalidad, sugiero que al entrar el espacio de entrevista se salude a la familia, para generar más confianza, ya que muchas veces es una situación nueva para las personas.

Otra situación que se dio tiene que ver con uno de los principios básicos del trabajo: “no hablar sobre lo que no sucedió en la sesión” Andersen (1994); cuando mis compañeras dijeron sus reflexiones, hablaron sobre lo sucedido en otros momentos. Aunque teóricamente no es algo conveniente, pienso que a la familia le sirvió, ya que el Sr. Gilberto (padre de Quico) no había asistido a las sesiones anteriores y necesitaba saber lo que habíamos trabajado. Estos comentarios también sirvieron para hacer énfasis en los eventos extraordinarios observados en días pasados.

Otra de las premisas para realizar un Equipo Reflexivo es preguntar a la familia si desea escuchar las voces de los terapeutas que se encuentran detrás del espejo, por lo tanto, pueden negarse. También las personas que integran el equipo pueden negarse, es decir, no necesariamente todo el equipo tiene que entrar al espacio de entrevista. Pienso que eso me falló, no recuerdo haberles preguntado ¿tienen ideas para transmitir a la familia? ¿Desean entrar al espacio de entrevista?, creo que ese día propuse “hoy vamos a hacer un equipo reflexivo y tienen que decir algo que hayan observado” Para trabajos posteriores, sugiero preguntar a los miembros del equipo, si tienen alguna idea que transmitir, o si desean entrar al espacio donde se encuentra la familia, sobre todo en los casos donde las perspectivas teóricas de los integrantes del equipo son plurales.

Las reflexiones del equipo sirvieron para que Quico y su familia escucharan diversas ideas acerca de su problemática; una de las reflexiones con las cuales se identificaron, fue la metáfora de “las torres”, ellos estuvieron de acuerdo en que eran torres unidas y entre las cuales había confianza y ganas de salir adelante.

En la segunda sesión de equipo reflexivo, mis compañeras hablaron de los miedos y su función, después de que Quico escuchó las diversas voces y perspectivas acerca de las emociones, le pedimos que pensara en ellas durante los días subsecuentes. Así, durante la semana platicó con su mamá y demás familiares acerca de la función del miedo; y cuando hablamos con él, dijo que el demonio no existía y que el miedo era parte de él, y lo más importante fue cuando mencionó “todos tenemos miedos”. Estas frases fueron las señales mas claras de que el final del proceso se acercaba.

Estos comentarios me indicaban también que el juego había terminado, el dijo “el demonio no existe” de modo que se había apropiado de su miedo y se había percatado de su función. Pienso que aceptó a vivir con el.

Con respecto a esto Andersen (1994) menciona que las conversaciones llevadas a cabo en un Equipo Reflexivo generan multiuniversos, esto quiere decir que un problema, puede describirse y comprenderse de diferentes maneras. La tarea del Equipo Reflexivo es entablar diálogos para comprender de qué manera las distintas personas crean sus descripciones y explicaciones acerca de los fenómenos. A partir de esto, se invita a las personas a discutir si podría haber otras descripciones que todavía no han visto u otras explicaciones en las que tal vez no hayan pensado.

Algo semejante pasó con la familia de Quico, al escuchar las distintas voces del equipo, se daban cuenta que había formas diferentes de percibir lo que estaban pasando y al incorporar estas nuevas versiones, reescribían su historia.

Por otro lado, es importante mencionar que en las últimas sesiones pasamos por un obstáculo, los cambios dejaron de darse: Quico se seguía levantando por las noches, aunque solo una vez. Yo intenté generar más estrategias para que lograra quedarse dormido toda la noche sin recurrir a sus padres, sin embargo, lo que logré fue crear la sensación de fracaso en él; de modo que decidimos darle “vacaciones”, le dijimos que todo domador necesitaba un descanso, ya que hasta ese momento él había trabajado muy duro para lograr su objetivo, y necesitaba más tiempo. Esto nos sirvió para dejar de enfocarnos en el problema, y facilitar nuevamente los cambios.

Al regresar del descanso (15 días) la familia reportó sentirse muy bien, y nos comentaron que era tiempo de decir adiós; sin embargo, el quipo pensaba que era muy pronto para el cierre.

Una de las propuestas que hace el Modelo Narrativo, es confiar en las personas, y dejar que ellos decidan sobre el proceso al igual que el terapeuta. En este caso fue un poco difícil congeniar las ideas del equipo y de la familia. Por un lado estaba la propuesta posmoderna, “las personas son expertas en el problema”, es decir son ellos los que conviven día a día con el problema y también son ellos quienes lo resuelven, el terapeuta es “experto en guiar las conversaciones y en preguntar sobre la vida y relaciones de las familias” Las personas deciden cuando pedir ayuda y cuando hay que

decir adiós. Por otro lado, estaba la idea de que el terapeuta es “el experto” y él decide cuando se termina el proceso terapéutico. Ivonne y yo decidimos ser congruentes con el modelo y dimos por terminado el proceso.

Al final, ideamos una fiesta de graduación a la que asistieron Quico, su mamá, su hermana, sus abuelos y el equipo. El festejo estuvo dividido en dos fases: en la primera platicamos con Quico y su mamá acerca de sus avances y expectativas acerca del futuro; en la segunda fase invitamos a sus abuelos y al equipo; adornamos el espacio con globos y serpentinas y llevamos pizza para comer, también pusimos música.

Finalmente, como proponen White y Epston (1993) cuando una persona es galardonada adquiere un nuevo status en la comunidad, que conlleva nuevas responsabilidades y privilegios. Entregamos un certificado de “Consultor”, es decir, Quico había adquirido las destrezas y experiencia necesaria para ayudar a otros niños que tuvieran miedo.

Posteriormente, el equipo, Ivonne y yo, platicamos acerca de nuestros sentimientos durante el festejo de despedida, algunas de mis compañeras mencionaron que quizá fue “excesivo”, que eran muchos los adornos y que éramos muchas personas compartiendo ese momento. Vega (2005) menciona que algunas familias han expresado que ven al equipo como gente extraña y que a veces no sienten mucha confianza; por lo que esta autora propone que el equipo y la familia desarrollen una relación de confianza y empatía. Pienso que durante todo el proceso transmitimos calidez y confianza a la familia, creo que para él fue muy importante el festejo, ya que lo compartió con personas significativas, como sus abuelos, su mamá y su hermana. Lo único que cambiaría sería preguntar al equipo ¿quieren entrar al cierre?, ¿se sienten cómodas con lo que vamos hacer?, porque creo que ese día volví a cometer el error de decirles “vamos a hacer una graduación y deseo que ustedes cooperen” Aún así, tuve el apoyo y respeto de todas mis compañeras, lo cual agradezco.

Finalmente, queda mencionar mi experiencia al ser “supervisada”. En las discusiones con el equipo, al terminar las sesiones de trabajo intentamos poner en práctica los preceptos del Equipo Reflexivo, en donde todas las voces son válidas y entre los miembros del equipo hay una relación basada en la confianza; por lo que los terapeutas que son “observados”, pueden desarrollar sus habilidades sin sentir miedo y con la libertad de ser y sentir respeto ante sí mismo y ante los demás Anderson (1999, citado en Robles, 2004).

Los terapeutas que observan detrás del espejo reflexionan acerca de las intervenciones del terapeuta que se encuentra con la familia, no se le cuestiona, sino que se le escucha, y a partir de sus experiencias se conversa. Otro punto importante de esta propuesta es que el equipo respeta el marco teórico del terapeuta y lo sigue bajo esta línea.

Al principio fue difícil para mis compañeras, adaptarse al modelo de trabajo, ya que estaban acostumbradas a otras formas de intervención. Las primeras sesiones en las que intentábamos reflexionar, eran algo caóticas ya que cada quien decía cosas desde su marco teórico. Sin embargo, esto equivalía a escuchar diversas posturas y versiones acerca del problema de la familia.

Poco a poco empezamos a adaptarnos al trabajo y sus visiones acerca de lo que pasaba en la sesión, me servían para reflexionar sobre mi trabajo. Algunas voces eran más

constantes y las escuchaba cada sesión de discusión, otras voces eran menos frecuentes, pero cuando se hacían presentes me ayudaban mucho, era como si recolectaran información durante varias sesiones, la organizaran y después daban su propuesta y visión. Cabe mencionar, que mi experiencia de ser “observada” fue muy gratificante, me sentí apoyada, escuchada y con mucha confianza de ser yo, y actuar sin miedo frente a la familia de Quico.

Uno de los objetivos de este reporte de experiencia profesional, es tomar en cuenta todas las “voces” y visiones que me ayudaron en mi trabajo, por ello en el capítulo en el que describo el trabajo con Quico hay unos recuadros en los que menciono las reflexiones que fueron significativas para mí. Por ello a continuación menciono las vivencias de mis compañeras en este proceso y con ello finalizo este apartado.

Ivonne mi coterapeuta en este proceso refiere lo siguiente:

Como coterapeuta la angustia al ser observada se aminoró no me sentía juzgada por los comentarios del equipo, al contrario considero que las observaciones que me hacían estaban encaminadas al trabajo, por lo que las tomaba en cuenta para posteriores sesiones.

En cuanto a mi coterapeuta considero que hubo la suficiente confianza para hablar del proceso terapéutico así como de lo que sentíamos al trabajar juntas, y si bien al principio se me dificultó acoplarme a la visión desde donde se estaba trabajando, creo que el aprendizaje fue muy vasto y los resultados muy favorables.

Aquí presento algunos comentarios de los integrantes del equipo:

Karla:

Todas las partes de este proceso tuvieron realmente una función y el mayor reto fue la integración de todas ellas con sus distintos enfoques, roles y experiencias en la realización de un trabajo nuevo y diferente.

Me sentí cómoda, con mucha confianza, curiosidad y emoción por trabajar con esta nueva forma de hacer las cosas, en la que el papel propositivo de las terapeutas, la flexibilidad y apertura de Verónica (responsable de la cámara) y el apoyo del equipo fortalecieron mi creencia en la importancia de la relación humana en la terapia y en el contacto entre terapeutas como iguales, con más o menos experiencia, incluyendo a la maestra.

Mis aportaciones se centraron entonces en lo que me era conocido, y que era lo que podía dar. Me siento satisfecha con los logros, con lo que observé, con la relación con mis compañeras, y sobre todo, con la oportunidad de participar de ambos lados de la cámara, que de un primer instante de nervios pasó a ser una experiencia en la que me sentí realmente tomada en cuenta, existente, y que agradezco mucho.

Gaby:

Yo por mi parte podría decir que llegue a la cámara con “mi miedo”. Lo que ocurrió fue que veía – miraba- el miedo de un niño Quico, y yo al mismo tiempo estaba sintiendo

miedo a lo desconocido: la terapia narrativa, la forma en la que íbamos a trabajar, cómo era eso de un equipo reflexivo. Eso implicaba cambiar mi forma de pensar, buscando las maneras adecuadas de colaborar.

Conforme pasaron las sesiones el miedo fue disminuyendo de intensidad en Quico y en mí del otro lado del espejo. Recuerdo que en una de las sesiones yo estaba muy ansiosa porque haríamos un equipo reflexivo, ¿qué se hace? ¿cómo saldrá?. Y entonces, mi miedo subió como le ocurrió a Quico en algún momento.

Finalmente y en pocas sesiones el miedo cede para solo llegar por momentos y con baja intensidad, lo que nos hace graduarnos en el dominio del miedo.

Me queda de esta experiencia el saber que se puede trabajar en equipo y que así se logran las metas propuestas. Me sentí parte de un proceso, de un trabajo y con el que disfruté los logros y me preocupé por la integración de mis experiencias con las de mis compañeras, para que fueran de utilidad al buen aprendizaje.

Paty:

En un principio creí entender como se trabajaría, pues fue claro que las reuniones que tuvimos ayudaron a organizar y entender el para qué estar en equipo. Lo primero que me sorprendió gratamente fue reflexionar y cuestionar el término supervisión, lo que de ahí resulto hizo que nos llamáramos desde entonces equipo reflexivo y sí que lo fuimos. Después fue acercarme a la postura posmoderna y a lecturas que fueron punto de partida para discutir en torno a este y a la práctica narrativa.

Comentarios finales acerca del trabajo en grupo

El trabajo en grupo y en co-terapia fue una experiencia muy significativa en mi formación como psicoterapeuta. Por una parte, me enfrenté a un grupo de niños que por momentos parecían incontrolables; lo que probó mi capacidad de tolerancia a la frustración y paciencia. Por otra parte, trabajar con Liliana Castillejos, fue importante ya que ella tenía un poco más de experiencia en manejo de grupo, y tenía mucha paciencia; además de que alguna vez me dijo “los niños que se portan mal, me caen bien” por lo que siempre se portó muy cariñosa con los niños a pesar de que los invadía el “desorden”

La primer sesión, fue la prueba mas difícil, al ver el desorden, sentía ganas de gritar, pero me contuve, ya que pensé que el gritar muchas veces es la primer estrategia que llevan a cabo algunos adultos, y no sirve; de modo que fui paciente, y poco a poco los niños se calmaron. Por momentos pensé que no serviría para este trabajo, había veces que dudaba de mis capacidades, pero creo que era parte de la adaptación.

En nuestros primeros encuentros, nos dimos cuenta de una fortaleza en los niños: se calmaban con la actividad; mientras hacían algo, se relajaban, trabajaban, escuchaban mejor e interactuaban más positivamente. Por lo que incorporamos las actividades de arte como dibujar, colorear, crear y recortar, en la mayoría de las sesiones.

También nos percatamos de que era necesario intercalar actividades de movimiento, ya que los niños se aburrían y eran invadidos más fácilmente por el desorden. De modo

que los momentos durante las sesiones de trabajo oscilaban entre juegos de movimiento y actividades de arte.

En cuanto a los juegos, es importante mencionar que en la primer sesión, realizamos un juego que se llama el “circo” en el cual tienen que hacer una especie de malabarismo en grupo, es una actividad divertida, pero ellos aprovecharon la oportunidad para golpearse y molestarse, pienso que quizá no fue la actividad idónea para la primer sesión, tal vez hubiera funcionado una actividad de movimiento en la cual no fuera necesaria tanta interacción.

La estructura en un grupo con niños es un elemento importante, Liliana y yo ideamos poner reglas en términos positivos, ya que los niños con problemas de conducta están acostumbrados a los “NO” y les es difícil controlarse ante esta palabra; creo que a veces funciona como un reto. Nuestro reglamento consistió en verbos que implicaban todo lo que podían hacer como: respetar, escuchar, decirnos cosas bonitas, cuidarnos, etc. Esta estrategia fue efectiva, ya que rápidamente los niños lo incorporaron a su vocabulario y se recordaban entre ellos el reglamento.

Después, teníamos que encontrar una forma creativa para fomentar la cohesión grupal y establecer el orden, un orden que nos permitiera comunicarnos y trabajar sin conflictos. Para ello, decidimos hacer una “Externalización Grupal” y fue como surgió el “desorden” Este estrategia sirvió para que los niños se unieran para combatirlo y burlarse de él; de modo que la hostilidad y agresividad se trasladó a ese ser que nos provocaba problemas; cuando surgían conflictos y peleas entre ellos, los retábamos a derrotarlo.

Por otra parte, necesitábamos dejar alguna evidencia de su historia, de modo que les propusimos crear “El libro del grupo”; los niños aceptaron gusto y destinamos una sesión a decorarlo. Al final de cada sesión, los niños y sus familias tenían la oportunidad de escribir una frase representativa, generalmente estas frases estaban relacionadas con sus sentimientos ese día.

Otra estrategia que nos ayudó a construir historias alternativas fue la creación de “Los Domadores”, los cuales tenían poderes para combatir al “desorden” no solo dentro del grupo sino en casa o en la escuela. Al crear a los domadores, nos dimos cuenta que los niños habían cambiado, ya no peleaban tanto, se comunicaban mejor entre ellos, si había alguna disputa, se daban un tiempo para reflexionar y posteriormente ofrecían disculpas y volvían a ser amigos.

Por otra parte, los padres también trabajan en su espacio; en una ocasión hablamos sobre las ideas con respecto a sus funciones como padres. Para esto, utilicé la imaginación y el juego de roles, les pedí que se transformaran en su hijo y hablaran de sus papás. Esta técnica la base en el trabajo propuesto por Pick, Givaudan y Martínez (1998), estas autoras desarrollaron un manual para el trabajo con padres.

Al principio fue difícil para los padres, ya que hablaban en términos negativos. Al percatarme de esto, les pedí que hablaran de las áreas libres del problema, se les dificultó un poco, pero encontraron que había momentos en los cuales la relación con sus hijos era buena y placentera. Esta sesión ayudó a los padres a desenfocarse del problema y empezar a percatarse de los eventos extraordinarios.

Otro tema importante que se trabajó con los padres fue la implicación del Sistema Nervioso en las conductas de los niños, Liliana les explicó cómo funciona el SN, y cómo organiza la información sensorial que recibe el niño, y cómo se generan respuestas. Les explicó que existen diversos estilos de responder, y que por lo tanto muchas veces los niños no lo hacen para molestar o para hacer su voluntad, sino que es la forma en la que organizan la información y su conducta es “involuntaria”. En esta sesión los padres identificaron el estilo sensorial de sus hijos y quizá esto los hizo ser más tolerantes ante las conductas de sus niños.

Durante el proceso, hicimos una modificación que generaría mayores cambios en los niños y sus padres. Pensamos que unir a las familias era importante, ya que al trabajar todos juntos los cambios podrían generalizarse a la casa; y sobre todo que la responsabilidad del proceso sería de cada familia, no tanto de nosotras. Así, fue como decidimos unir ambos grupos, al principio fue un poco difícil, sobre todo por la percepción de los niños, ellos pensaban que sería aburrido.

Ya unidos, seguimos el mismo procedimiento, que hasta el momento nos había funcionado, realizamos la externalización, pero esta vez fue “Externalización familiar”, cada familia identificó los seres que provocaban problemas en casa y hacían que se enojaran y se alejaran. Posteriormente cada familia creó sus “antídotos” con los cuales podían combatir a sus “monstruos”.

En esta fase del proceso, decidimos tomar como base el modelo propuesto por Stern (2002), ella trabaja con grupos de familia, con niños con dificultades de aprendizaje. Stern, propone una serie de sesiones estructuradas, para cumplir con los objetivos de informar, unir a la familia, crear historias alternativas y trabajar en colaboración. Nuestros objetivos eran muy semejantes, de modo que seguimos su línea de trabajo, que también tiene como fundamento la Terapia Narrativa, entre otras.

En esta fase del trabajo infundimos esperanza, mediante la invitación de profesionistas exitosos que en su niñez tuvieron problemas. Esta sesión impactó en los padres, al escuchar cómo fueron los padres de los invitados, pienso que en esta sesión tuvieron la oportunidad de escuchar otras alternativas y estilos para ser padres. En cuanto a los niños, se identificaron con los invitados cuando eran niños, se dieron cuenta que no eran los únicos en tener dificultades, y lo importante es que lo escucharon de personas adultas, por lo que implicaba esperanza para el futuro. Esta técnica la utilizamos para crear historias alternativas futuras.

Otra estrategia que utilizamos fue la dramatización, que nos sirvió para el manejo del enojo, la cual tuvo un impacto positivo en las familias, ya que nos burlamos de él y aprendieron a domarlo. En esta sesión las familias tuvieron la oportunidad de representar “sin peligro” lo que pasaba en sus casas cuando aparecía el enojo, y sirvió para que ellos se observarán y se percatarán de sus pensamientos en ese momento y de sus respuestas para con sus hijos. Esta estrategia permite la observación en vivo y en el presente de la estructura del material a ser investigado, sirve para estudiar los dinámicos psico- sociales, para transformar el material anecdótico en material presente y vivencial, que comprometa afectivamente a los participantes (Carvalho, 2004).

Gracias a la dramatización, nos dimos cuenta que no sólo los niños tenían que regular sus emociones; también los padres tenían que aprender hacerlo, ya que expresaban cosas como “yo no le pego tan duro a mi hijo”, por lo que reflexionamos sobre la percepción de la intensidad de los golpes hacia los niños; y las implicaciones que pueden estas conductas en la relación con sus hijos. También les pedimos que escenificaran un momento en el cual los “antídotos” aparecían y, mostraran cómo les ayudaban para llegar a acuerdos y bajar el nivel de enojo. Aquí, las familias escenificaron eventos extraordinarios, que sucedían en sus casas, los padres actuaron cómo lograban controlar su enojo y desesperación.

Por otro lado, hubo un evento que es importante mencionar; en la sesión cuyo objetivo era trabajar con las diferencias y resaltar que no todos los niños rinden de la misma manera, hablamos de las “inteligencias múltiples”, planeamos un juego para ejemplificar cada tipo de inteligencia, sin embargo, al llevarlo a cabo, el objetivo no quedó claro para las familias, ya que el “desorden” apareció nuevamente y nos invadió a todos. Los padres dejaron de responsabilizarse de las conductas de los niños y eran ellos quienes jugaban sin integrar a sus hijos. Pienso que la idea era buena, pero en un futuro la planearía de otra forma, quizá no hablando de inteligencias múltiples, sino de simplemente diferencia individuales.

El caos observado en la esta sesión, nos sirvió para hacer un alto en el camino y evaluar el proceso, y recordar nuestro reglamento grupal. Preguntamos a las familias ¿cómo estaban?, ¿qué avances habían? y ¿qué es era lo que esperaban al finalizar la intervención? Me di cuenta de la importancia de preguntar a las personas cómo va el proceso y que sean ellas quienes decidan si es hora de terminar o cambiar el rumbo.

Las familias decidieron cambiar de rumbo, los niños propusieron vernos dos sesiones en grupos separados; un proceso semejante que al inicio. Liliana y yo aceptamos y propusimos unirnos para el cierre. En esta sesión, también aprovechamos, para platicar de los avances y de las habilidades de negociación que los padres y los niños estaban desarrollando; ya que durante los días anteriores habían logrado solucionar conflictos, que anteriormente hubieran terminado en caos familiar.

Con estos cambios, inició la última fase del trabajo (Un momento para reflexionar por separado y despedirnos), fue significativo, ya que ambos grupos (niños y padres) volvieron a separarse para trabajar en su espacio. Estas sesiones trabajamos los temas de comunicación, organización y límites. La diferencia de esta fase con la segunda (Trabajo con grupos alternos de niños y padres), fue que al finalizar la sesión ambos grupos nos reuníamos para comentar sobre el trabajo realizado en cada espacio.

Para la despedida, ideamos un festejo, en el cual cada familia debía preparar bocadillos para los demás, lo cual sirvió para que observáramos la interacción de las familias realizando una actividad cotidiana, y nos percatamos de que tanto padres e hijos se comunicaban mejor, y se organizaban para realizar la tarea. Cabe mencionar que durante este tiempo no apareció el desorden ni el enojo.

Mientras comíamos los bocadillos, hablamos de los avances de cada familia, y entregamos un certificado a cada una por haber logrado sus objetivos. También los motivamos a seguir trabajando, hubo algunas lágrimas. Yo estaba contenta, ya que un

cierre en psicoterapia implica que los problemas se solucionaron, o al menos se aminoraron.

Finalmente, cabe mencionar que un elemento importante para este trabajo, fueron las sesiones intermedias con mi coterapeuta, en estos momentos reflexionábamos sobre el efecto de las estrategias que llevábamos a cabo en cada una de las sesiones. También platicábamos de los sentimientos que surgían al convivir con los niños y sus familias; y planeábamos el trabajo a seguir en las sesiones subsecuentes.

Habilidades adquiridas en la Maestría en Psicología Profesional con Residencia en Psicoterapia Infantil

Durante mi estancia en la Maestría desarrollé diversas habilidades que me ayudaron en mi trabajo clínico. El primer año en la residencia se dividió en dos áreas, por una parte tomé materias en las cuales desarrollé un proyecto de investigación sobre “fobia escolar y realicé un instrumento de medición sobre el mismo tema.

Por otra parte, en las materias relacionadas con la psicoterapia infantil desarrollé habilidades de entrevista con niños, padres de familia y profesores. También aprendí a realizar entrevistas familiares.

Apliqué e interpreté diversas pruebas psicométricas y proyectivas como: WISC-R, Bender, DTVP-2, Raven, Dibujo de la Familia, Dibujo de la Figura Humana y CAT. Redacté informes diagnósticos, dirigidos a profesores y padres de familia. Asimismo, comuniqué los resultados obtenidos en las evaluaciones a los distintos participantes del proceso psicoterapéutico.

Expuse diversos temas como: Desarrollo Infantil, Intervención Cognitivo Conductual, Emociones en los Niños, Equipo Reflexivo y Terapia Narrativa. También, expuse los resultados obtenidos en las evaluaciones que realizaba a los niños en el Centro Comunitario “Dr. Julián Mc Gregor y Sánchez Navarro”

Después de realizar el trabajo de evaluación, seleccioné las técnicas y encuadre de psicoterapia de juego para tratar diversos problemas emocionales. Implementé estrategias de juego como: dibujo, juego libre, juego familiar, co-terapeutas sin título, externalización, cartas, manuales, etc. También desarrollé habilidades de Terapia de juego Familiar, con enfoque Narrativo.

Durante el primer año de la residencia, observé dos procesos terapéuticos en cámara de Gesell. Esto sirvió para irme preparando para mis futuras intervenciones en este espacio.

Impartí el taller “Psicoterapia de Juego” en el IV Encuentro: “La Facultad de Psicología en la Comunidad”. 2da Kermés académica. Tuve la oportunidad de exponer un caso clínico en el 30 Congreso Interamericano de Psicología.

Un elemento importante durante este primer año, fue el taller “Cultura Jurídica” impartido por la Subprocuraduría de Atención a Víctimas del Delito, ya que cuando se trabaja con menores de edad es necesario saber los procedimientos a seguir en caso de detectar algún abuso.

En el segundo año de la Residencia las materias de tronco común disminuyeron y la mayoría estaba dirigida al trabajo con niños. Durante el tercer y cuarto semestre desarrollé habilidades de supervisión; atendí un caso en cámara de Gesell y aprendí a trabajar en coterapia.

También continué formando parte del equipo detrás del espejo, observé dos intervenciones en cámara de Gesell. En el Centro Comunitario “Dr. Julián Mc Gregor y Sánchez Navarro” realicé una intervención con un grupo de cinco niños y sus familias.

En esta fase de mi formación, adquirí habilidades para llevar a cabo el cierre terapéutico de los casos atendidos. También supervisé y expuse los casos que atendía en las sesiones de supervisión con mi profesora Verónica Ruiz en el Centro Comunitario.

También tuve la oportunidad de impartir la conferencia “Enfoques en la Terapia de Juego” en la Universidad Tecnológica de México. Colaboré en la sesión clínica “Psicoterapia Infantil en el Centro Comunitario” impartida en el Centro Comunitario Dr. Julián McGregor y Sánchez Navarro.

Mi estancia en el Centro Comunitario “Dr. Julián Mc Gregor y Sánchez Navarro” fue muy provechosa y significativa, siempre hubo respeto al trabajo de cada uno de mis compañeros, incluyéndome. Las supervisiones en este espacio sirvieron como guía para trabajar mejor con mis pacientes. Una estrategia de supervisión que me sirvió para desarrollar mejor mis habilidades de entrevista e intervención fue filmar mis sesiones, y así tuve la oportunidad de escuchar distintas voces con respecto a mis casos.

También, las facilidades que me otorgaron en el Centro (cubículos, aula de usos múltiples, cámara de Gesell, cocina), me sirvieron para realizar mi trabajo de forma adecuada y con calidad.

Otro aspecto que ayudó a mi formación fue la libertad que me dieron mis profesoras para auto-formarme e implementar las estrategias acordes a mi forma de pensar y actuar. Creo que esta es una fortaleza de la Maestría “La libertad” gracias a esto pude desarrollar auto-confianza y responsabilidad en mi proceso de aprendizaje.

Mi tutora, fue un apoyo significativo en mi estancia en la Residencia, a pesar de que a veces no coincidíamos en nuestros puntos de vista, ella fue muy constante, responsable y sobre todo muy comprometida con mi desarrollo profesional. En las sesiones de tutoría no solo hablábamos del trabajo, también me daba la oportunidad de hablar de mis sentimientos, y situaciones externas a la maestría que repercutían en mi trabajo profesional.

Finalmente, mi paso por la residencia en Psicoterapia Infantil me ha capacitado para ser mejor terapeuta, pero también para ser mejor profesionista. Mi trabajo profesional lo combino tanto en la clínica como en la docencia, y en ambos trato de aplicar los conocimientos que obtuve en estos dos años. En la docencia, me ha permitido tener más herramientas para impartir las clases que se me asignan. En síntesis, diré que estos dos años me han cambiado, para bien, sobre todo, porque inicié un camino de formación constante, que seguiré toda mi vida profesional.

REFERENCIAS

- Aguilar, G. Y Espada del Valle, B (2002). Terapia de juego cognitivo- conductual. En Caballo, V. y Simón, M. Manual de Psicología clínica infantil y del adolescente (pp 447- 460). Madrid, España.: Pirámide.
- Allancé, M. (2001). Vaya rabieta. Barcelona, España.: Corimbo.
- Andersen, T. (1994). El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre los diálogos. España.: Gedisa.
- Anderson, H. (1999). Conversación, lenguaje y posibilidades. Un enfoque posmoderno de la terapia. Buenos Aires.: Amorrortu.
- Aparicio, M. (2005). Reporte de experiencia profesional para obtener el grado de Maestría en Psicología. México, D.F.: Facultad de Psicología, UNAM.
- Axline, V. (1975). Terapia de juego. México.: Diana.
- Barragar-Dunne, P. (1997). "Catch the little fish". En Smith, C y Nylund, O. Narrative therapies with children and adolescents (pp. 71- 109). New York.: The Guilford Press.
- Bateson, G. (1972). Steps to and ecology of mind. Nueva York.: Ballantine Books.
- Campero, M., Díaz, I., Fernández, E., Manassero, V. y Vega, K. (2004). En Licea, G., Paquetin, I. y Selicoff, H. (Comp). Voces y más voces II (pp 107- 122). México.: Alinde.
- Carvalho, E. (2004). Manual de psicodrama. USA.: Plaza del Encuentro.
- Cuarón, A. (Director). (2004). Harry Potter y el prisionero de azcaban [cinta cinematográfica]. EE. UU.: Warner Bros Pictures.
- Echeburúa, E. (1998). Trastornos de ansiedad en la infancia. Madrid.: Pirámide.
- Freeman, J., Epston, D. y Lobovits, D. (1997). Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego. Barcelona, España.: Paidós.
- Joosse, B. (2004). ¿Me quieres mamá? San Francisco.: Chronicle books.
- Limón, G. (2005). El giro interpretativo en psicoterapia. Terapia narrativa y construcción social. México.: Pax.
- Méndez, X. (2000). Miedos y temores en la infancia. Ayudar a los niños a superarlos. Madrid.: Pirámide.
- Michelena, C. y Esté, A. (2004). El libro de los miedos. Venezuela.: Cyls.

- Neimeyer, R. A. y Mahoney, M. J. (1998). *Constructivismo en psicoterapia*. Barcelona: Paidós
- Oaklander, V. (2001). *Ventanas a nuestros niños*. Santiago, Chile.: Cuatro Vientos.
- Pick, S., Givaudan, M. y Martínez, A. (1998). *Aprendiendo a ser papá y mamá*. México.: Idéame
- Reséndiz, G. (2004). *Reporte de experiencia profesional para obtener el grado de Maestría en Psicología*. México, D.F.: Facultad de Psicología, UNAM.
- Robles, F. (2004). *La supervisión basada en la confianza: Una experiencia generadora de ideas en el proceso terapéutico*. En Licea, G., Paquetin, I. y Selicoff, H. (Comp). *Voces y más voces II* (pp 107- 122). México.: Alinde.
- Rodríguez, C. (2004). *La escuela de Milán*. En Eguiluz, L. (Comp). *Terapia familiar, su uso hoy en día*. México.: Pax.
- Rosen, M. y Quentin, B. (2004). *El libro triste*. Londres.: Walter Books.
- Rowling, J. (2000). *Harry Potter y el prisionero de Azacaban*. Barcelona.: Salmandra.
- Schaefer, Ch. y O'Connor, K. (1983). *Manual de terapia de juego I*. México,: Manual Moderno.
- Shaffer, D. (2000). *Psicología del desarrollo. Infancia y Adolescencia*. México.: Thomson.
- Shannon, D. (1998). *¡No, David!*. New York.: Everest.
- Stern, M. (2002). *Chile- Friendly Therapy. Biopsycosocial innovations for children and families*. New York.: Norton Professional Book.
- Vega, K. (2005). *La relación terapéutica con el Equipo Reflexivo desde la perspectiva del cliente*. *Terapia y Familia*. 18 (2), 12-26.
- Verrept, P. (1998). *Te echo de menos*. España, Barcelona.: Juventud.
- West, J. (1996). *Terapia de juego centrada en el niño*. México.: Manual Moderno.
- White, M. (1994). *Guías para una terapia familiar sistémica*. España.: Gedisa.
- White, M. y Epston, D. (1993). *Medios Narrativos para fines terapéuticos*. Madrid, España.:Piados
- Wolman, B. (1979). *Psicología de los temores infantiles*. En N. Parés (Ed.), *El niño ante el temor, el miedo y el terror*. (pp. 13-15). México.: Lasser Press mexicana.