



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"El papel de la Psicoterapeuta. Parte esencial en la Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño"

ENSAYO MONOGRÁFICO

QUE PARA OBTENER MENCIÓN HONORÍFICA Y TÍTULO DE

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A

Eden Rosalinda Jiménez Arana

Directora: Dra. **Gabriela Delgado Sandoval**

Dictaminadores: Mtra. **Nina Adriana Chavolla Calderón**

Mtra. **Guadalupe Leticia Maldonado Durán**



Facultad de Estudios Superiores
IZTACALA



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.

ÍNDICE

Introducción.....	4
Filosofía del Enfoque Centrado en la Persona.....	7
Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño.....	12
El mundo infantil.....	14
El encuentro psicoterapéutico: La relación con el niño.....	18
El ser de la terapeuta.....	27
Sabiduría Organísmica o Intelectual.....	30
Apoyo en la Psicoterapia de Juego.....	34
Mi experiencia como psicoterapeuta.....	35
Lo que los niños aprenden en psicoterapia.....	40
Conclusiones.....	41
Bibliografía.....	45

NOTA INICIAL

Uno de los desafíos para la redacción del presente escrito, se vincula con el lenguaje de género que se utilizará para evitar discriminar o estereotipar a un sexo, género social o identidad de género. Por lo que he decidido que para hablar de la o el psicoterapeuta se empleará el término en femenino atendiendo a mi propio género, mientras que para referirme a la niña o niño, lo haré utilizando el término en masculino considerando que mi experiencia como psicoterapeuta se ha efectuado exclusivamente con niños, pues hasta el momento no he tenido la oportunidad de relacionarme en un espacio psicoterapéutico con las niñas.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad queda visible ante nuestros ojos la vertiginosidad con la que corre nuestra vida día con día, formamos parte de un mundo cambiante, de un acelerado y desenfrenado ritmo de vida, fruto de una sociedad que impone la idea de un “deber ser”. Las relaciones humanas entre sí son cada vez más abstractas, lo que nos lleva a alejarnos del corazón de las cosas incluso de nosotros mismos, nos hemos olvidado de “ser”.

La perspectiva sobre la vida es versátil, hasta hace algunos meses las personas habían dejado de mirar lo vital de aquello que lo rodea, estaban perdiendo el diálogo con los demás y justo en medio de una pandemia, el hombre se reencontró consigo mismo inmerso en aquel mundo desconocido buscando nuevamente un sentido a la vida, estableciendo nuevamente la relación con el otro, relación que estaba en decadencia. Sin embargo, la dificultad de volver a conectar con lo inmediato es innegable, pues la costumbre de lo cotidiano lo había llevado a alejarse de sí.

El impacto que ha tenido esta situación, se ha generalizado a los diversos grupos de personas que conforman nuestra sociedad, en especial a la niñez. Los niños forman parte de este mundo cambiante, y tal vez encuentren ciertas dificultades para adaptarse. Si lo ha sido para los adultos, para los niños resulta aún más complejo.

La infancia como etapa primordial del desarrollo humano requiere ser analizada de manera más profunda, tal parece que a los niños se les mira como adultos pequeños, quienes tienen que obedecer y doblegarse a las expectativas de los adultos. A veces nos olvidamos que los niños son personas, y como tal tienen sentimientos y reaccionan de forma independiente. Tienen la gran capacidad de crear, están llenos de creatividad e imaginación, crean su propio mundo infantil, al que pocos adultos tenemos acceso. Y no sería así si comprendiéramos que los niños no son un apéndice de los adultos, son personas autónomas, que luchan consigo mismas con tal de conseguir satisfacción a sus necesidades.

Es por ello que **ser niño** en una sociedad como la que vivimos se vuelve complicado, este mundo es un lugar inmenso para ellos, lo perciben de manera diferente de modo que su realidad es distinta a la de cada quien. Según Rogers (2007), el niño percibe su experiencia como su realidad, la cual se constituye a partir de la representación que el niño hace en interacción con su

medio. En ese sentido, la experiencia del niño se vuelve fundamental para cimentar las bases de su auto concepto, de modo que su conducta está encaminada hacia la satisfacción de necesidades orgánicas.

La sociedad tiene la posibilidad de reconocer a los niños como personas independientes, merecedoras de respeto y amor, y no como adultos pequeños que hay que moldear a un patrón específico de comportamiento, ni como fuentes de frustración que hay que tolerar hasta que maduran, sino como personas reales que poseen un potencial ilimitado para crecer y desarrollarse (Landreth, 2018).

Hoy en día, los niños siguen luchando por adaptarse a este mundo hostil. De acuerdo con West (2000), se esfuerzan a menudo para lograr ser vistos, incluso ante sus propios ojos. Se alejan de sí mismos por su propia impotencia, se frustran, se estresan, tal parece que se encuentran inmersos en un estero de confusiones, no saben cómo resolver estos conflictos. Existe una cantidad considerable de niños que están necesitados de ayuda, que se encuentran inadaptados. Y los adultos se ven envueltos en situaciones que muy difícilmente pueden manejar. Así que probablemente la solicitud de un apoyo terapéutico para el niño se vuelva una opción para quien cuida del menor.

Las opciones de psicoterapia para niños son muy diversas y las hay desde diversos enfoques, la finalidad que tienen es atender las necesidades psicológicas que surgen hoy en día. Entre las cuales destaca la psicoterapia de juego centrada en el niño, pues aporta al niño la posibilidad de expresar su mundo interno. Por lo que resulta ser un apoyo que trasciende para intervenir de forma óptima en el desarrollo del niño.

La psicoterapia infantil tiene sus antecedentes en los esfuerzos realizados por aplicar la terapia psicoanalítica en niños. Es así como Melanie Klein introduce el juego como una técnica de análisis para infantes. Y posteriormente, Virginia Axline, precursora de la Terapia de Juego No-Directiva (ahora llamada Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño), bajo las bases y principios filosóficos de la teoría de Carls Rogers, aplicó esta filosofía a la Psicoterapia de Juego con niños. Como tal, tiene la creencia en los esfuerzos naturales del individuo por crecer, desarrollarse y autodirigirse (Landreth, 2018).

La psicoterapia de Juego Centrada en el niño ha sido reconocida como una intervención terapéutica que ayuda al niño a mantener un equilibrio entre él y su medio, haciendo uso del juego como medio natural de expresión de los niños. Utilizar el juego en la psicoterapia tiene el principal fundamento de proveer a los niños crecimiento emocional, social y cognitivo, a su vez ofrece la posibilidad de expresar de manera plena las experiencias concretas y simbólicas que forman parte de su vida (Bratton, Edwards, Landreth y Ray, 2009).

En la Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño, la terapeuta no dirige el juego del niño, ni su comportamiento y tampoco sus sentimientos. Sin embargo, se considera muchas veces que el éxito o el fracaso de la terapia dependen de la capacidad de la psicoterapeuta para establecer una relación armoniosa con el niño.

Entonces ¿Qué debería hacer la psicoterapeuta? ¿Cómo debería responder ante el desequilibrio y la inadaptación del niño/a? Tal parece que su rol es crucial en la Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño. Algunos autores señalan que la psicoterapeuta es considerada como persona facilitadora (Dorfman, 1997). Pero ¿Cómo puede facilitar a un niño el proceso terapéutico?

La finalidad del presente escrito es analizar la importancia que tiene la terapeuta en la Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño, así como los recursos, habilidades, capacidades y herramientas necesarias con las que debe contar para sostener un proceso terapéutico infantil. Según Lafarga y Gómez del Campo (1990), hay pocos estudios respecto a las características de la psicoterapeuta que se oponen o determinan la falta de resultados terapéuticos positivos en el tratamiento. A partir de este análisis me surge una cuestión más ¿Puede cualquier persona ser psicoterapeuta de juego?

Para tratar sobre este tema es primordial dar a conocer los antecedentes generales sobre los que se sustenta el surgimiento de este modelo psicoterapéutico, así como los elementos teóricos que lo fundamentan.

Filosofía del Enfoque Centrado en la Persona

Si nos preguntamos cómo ha sido nuestra vida en este mundo, desde el momento de nuestra llegada, seguramente recordaremos que nacimos, crecimos y nos desarrollamos dentro de un núcleo familiar/social. Por ende, se pensaría que desde que el ser humano llega a este mundo no está solo, crece en sociedad y por lo tanto evoluciona como un ser social. Paradójicamente, se considera que el ser humano es único e irreplicable, no hay dos en el mundo que se asemejen entre sí. Incluso desde una visión existencialista, el hombre es arrojado al mundo “*Dasein*” y por ello busca una razón de ser, de encontrar sentido a todo lo que existe e incluso a su propia existencia (González, 2003).

Es ahí donde surge un gran interés por tratar de comprender al ser humano en su totalidad, ya que al mismo tiempo que es un ser social, también es un ser-en-el-mundo. De acuerdo con la filosofía de Heidegger, el ser humano desde su propia subjetividad y su singularidad, intenta comprender su propia existencia, a partir de lo que percibe de su realidad. La curiosidad lo empuja a buscar una realidad que sea comprensible para sí (Olivares, 2005).

Y desde el intento por comprender al ser humano en su totalidad, el Enfoque Centrado en la Persona emerge por la necesidad de vislumbrar lo profundo que es el ser, y la complejidad del mismo.

Las raíces filosóficas del Enfoque Centrado en la Persona se derivan de la fenomenología (estudio de las reglas para que las cosas permanezcan reales, para llegar a la esencia misma), y el existencialismo (que reviste significados y orientaciones del ser, analiza la experiencia concreta y vivida).

Denominada por Abraham Maslow como la *tercera fuerza*, la Psicología Humanista se posiciona como la tercera opción a las corrientes principales de la psicología: conductismo y psicoanálisis. Es considerada como un movimiento filosófico y cultural ya que surge ante una época de crisis social, cultural e ideológica. Figuras como Erich Fromm, Carl Gustav Jung, Alfred Adler, entre otros tuvieron gran influencia significativa sobre la psicología Humanista. Pero no es sino Carl Rogers quien edificó y consolidó una teoría sobre la que se funda el modelo psicoterapéutico humanista, por esta razón es considerado como el representante principal de esta corriente (Carpintero, Mayor, Zalbidea, 1990).

Esta rama de la Psicología le otorga validez a la experiencia humana, a los valores y a los significados de la vida. Se contempla a la persona en su totalidad lo que permite aportar nuevas formas de percibir y pensar al ser humano. Como seres humanos en interacción con otras personas, vivimos experiencias diversas las cuales son percibidas de manera distinta y particular. Estas experiencias son las que nos van formando como personas únicas, ya que la forma de percibir la realidad depende en gran medida de cómo significamos aquello que estamos viviendo.

El enfoque centrado en la persona tiene la convicción de que el ser humano será capaz de desarrollarse, crecer y actualizarse a sí mismo; le permite hacerse responsable de sí, de su propia existencia. Enfoca su mirada al camino de la libertad y de la liberación de las fuerzas psicológicas del ser humano como motor de la actualización de sus potencialidades. En la medida que el ser humano sienta esta libertad podrá aceptarse en plenitud, respetar su individualidad propia y mantenerse abierto para desarrollarse en todas las experiencias significativas de la vida.

De acuerdo con Lafarga (2013), Carls Rogers tuvo gran interés en observar, admirar y comprender el fenómeno del crecimiento en los seres vivos. Por lo que su conjetura sobre el crecimiento humano a través de las relaciones humanas, no derivan de otras teorías sino de la misma captación cuidadosa de las condiciones que favorecen el crecimiento humano.

Desde su experiencia en la psicoterapia, considera que la naturaleza del hombre radica en la bondad, en el ser positivo, que tiende a ir hacia delante, es constructivo y digno de confianza. Apunta que dentro de una relación interhumana, donde el individuo se sienta libre y seguro es muy probable que afloren toda clase de sentimientos e impulsos amargos, anormales y al mismo tiempo, tiene la certeza de que el individuo posee la capacidad suficiente para manejar en forma constructiva todos los aspectos de su vida que potencialmente pueden ser reconocidos en la conciencia, pues sus impulsos tienden de forma natural a armonizarse en un patrón cambiante de autorregulación (Rogers, 1998).

Al aceptar estos impulsos, mirarlos y ver que no son tan destructivos y catastróficos, el ser humano tiene la libertad de tomar una decisión menos amenazante, la cual se vuelve constructiva, de esta forma utiliza su tendencia actualizante hacia la autorregulación. Por lo

tanto, se puede decir que el individuo existe, y en la medida que existe con su mundo, sus experiencias, su conciencia permanece en un proceso de transformación constante y cambiante.

-Estructura de la personalidad del niño

Desde que el individuo llega a este mundo, trae consigo determinadas características que forman parte de su ser, mientras que otras las va adquiriendo en su interacción con el medio que lo rodea. Así, sus experiencias, pensamientos, convicciones, y actitudes van cambiando a lo largo de su vida y a su vez se irán transformando en relación a esta interacción.

Para cada individuo la forma de percibir y concebir el mundo es particular, pues las experiencias que cada uno ha tenido durante su estancia en este mundo han sido significativas y los ha llevado a desarrollarse y crecer de manera independiente.

En el caso del niño, es a través de sus sentidos y de lo que percibe a un nivel orgánico, la forma en que conecta con el exterior. El niño percibe su experiencia como su realidad, ya que el marco de referencia es su cuerpo mismo, es decir, su visión perceptiva surge mediante su organismo y de las sensaciones que este le genera. La tendencia actualizante opera de tal manera que, su conducta se encuentra encaminada a satisfacer sus necesidades orgánicas. La realidad que afecta su conducta es la realidad vivida, única para el individuo.

Cada niño posee una visión perceptiva personal del *Yo* y del mundo que para él es su realidad, esta visión del *Yo* proporciona la base para el funcionamiento individual en las experiencias diarias de la vida del niño, sin importar cuáles sean. Este aspecto del *Yo* y las ilimitadas potencialidades existentes en cada niño conforman el sustento para la teoría de la estructura de la personalidad sobre la que se cimienta el Enfoque Centrado en el niño (Landreth, 2018).

Para Rogers (1951, citado en Landreth, 2018), la estructura de la personalidad está basada en tres constructos principales: (1) La Persona, (2) Campo Fenoménico, (3) El *Yo*.

La *persona* es todo lo que el niño es, desde sus comportamientos, sentimientos hasta su ser corporal. Todo niño existe en un mundo de experiencias que cambian constantemente, un mundo donde él es el centro y en el cual reacciona como un todo organizado, de tal forma que un cambio en alguna de sus partes tiene consecuencias en todas las demás. De ahí que, en su

esfuerzo por actualizar el Yo se establezca una interacción interpersonal dinámica continua. En el proceso de convertirse en persona, el niño buscará promover su desarrollo del Yo hacia la madurez y la independencia, por lo que su comportamiento estará guiado por la satisfacción de necesidades experimentadas.

Todo lo que el niño experimenta en su entorno, ya sea consciente o inconsciente, de manera interna y externa, se le denomina *Campo Fenoménico*. Este envuelve toda clase de percepciones, sentimientos, pensamientos y comportamientos. Pues sea lo que sea que el niño percibe que está sucediendo, esa es su realidad. A lo largo de la vida, el niño continuamente reorganiza de manera interna sus pensamientos, sentimientos y actitudes.

De acuerdo con Rogers (2007), en la interacción existente entre el niño y el ambiente, así como en la interacción personal, reconoce un *Yo* como parte de su mundo privado, simboliza esta experiencia creando un concepto de sí mismo, del entorno y de sí mismo en relación con el entorno. El concepto del *Yo* es la totalidad de todas esas percepciones que son admisibles a la conciencia.

Landreth (2018), señala que el comportamiento del niño resulta ser completamente coherente con el concepto del Yo que tiene el niño. Una vez que el niño va creciendo, el niño percibe determinadas reacciones o valoraciones por parte de las demás personas que son significativas en su vida, y es así como se percibe bueno o malo en función de estas evaluaciones. Por tal motivo, existe un ajuste psicológico cuando el auto concepto es congruente con las experiencias del niño y cuando no es así hay tensión o desajustes, y probablemente las perciba como amenaza.

Rogers estableció 9 proposiciones en relación a la personalidad del ser humano, cuya finalidad es comprender el desarrollo, comportamiento y la motivación humana, y que en el caso de la psicoterapia de juego, resulta de gran valor tomarlas en cuenta (Landreth, 2018).

1. Se ve al niño como el factor decisivo de una realidad.
2. El niño se comporta como un todo organizado.
3. Se esfuerza por alcanzar la independencia, la madurez y por mejorar el Yo.
4. Se orienta hacia una meta en su esfuerzo por satisfacer sus necesidades.
5. Tiene sentimientos que afecta la racionalidad y que influyen en su conducta.

6. Se comporta de maneras que son coherentes con el auto concepto.
7. No reconoce como propios comportamientos que son incoherentes con su autoconcepto.
8. Responde a esta amenaza con un comportamiento rígido.
9. Admite en la conciencia experiencias que son incoherentes con el Yo, pero sólo si el Yo se siente libre de amenazas.

Cabe destacar que el niño posee una poderosa fuerza que lucha constante por llegar a la autorrealización. Axline (1988), considera que existe un impulso natural en el individuo, el cual dirige la conducta hacia la satisfacción de una necesidad emocional-organísmica, produciendo así un equilibrio interior. Sin embargo, el impulso a la autorrealización pudiera desatar cierto desajuste psicológico, ya que en la búsqueda de satisfacer alguna necesidad puede encontrar determinados obstáculos que le impidan llegar a la meta por lo que tratará de encontrar la forma, sea como sea, de satisfacer esa necesidad. Si no puede lograrlo por medios legítimos la hará empleando acciones más arbitrarias como lo son: berrinches, hostilidad, crear una realidad ficticia, entre otras.

Una persona que está adaptada, es alguien que no encuentra demasiados obstáculos en su camino, y es a quien se le ha dado la oportunidad de ser libre e independiente. Mientras que, una persona inadaptada es alguien a quien se le niega el derecho de tener esa libertad por derecho propio sin luchar por ello, hace poco o nada por canalizar el impulso; su conducta es incoherente con su concepto del Yo (Axline, 1988).

Se dice que existe una incongruencia cuando el concepto del Yo no es coherente con lo que se experimenta realmente. De este modo, cuando se percibe una incongruencia, ésta es distorsionada o negada y por lo tanto, se deriva una incongruencia en el comportamiento.

Es a partir de esta complejidad humana, que procede un gran interés por comprender la percepción de la realidad que el niño posee para entenderlo a él y su comportamiento, siendo este uno de los principios significativos de la psicoterapia.

Psicoterapia de Juego Centrada en el Niño

Tenemos como precedente las bases filosóficas y conceptuales sobre las que se rige la Psicoterapia de juego centrada en el niño. Que principalmente adopta los principios fundamentales del Enfoque Centrado en la Persona. Sin embargo, cada una posee ciertas particularidades que las definen en su esencia, en especial, la Psicoterapia Centrada en el niño.

De forma general, los constructos teóricos que enmarcan la Psicoterapia Humanista se centran en las dinámicas internas del proceso de la relación y descubrimiento de ese *Yo* en el cual es capaz de convertirse el niño (Landreth, 2018).

La Psicoterapia de Juego Centrada en el niño tiene como intención, comprender la tendencia innata del individuo que se dirige hacia la madurez atravesando las etapas evolutivas del crecimiento. De manera natural, el niño nace con una motivación intrínseca hacia el crecimiento, es curioso, arriesgado, intenso y constantemente está en busca de descubrir y explorar lo desconocido.

Para cada persona, la posibilidad de poder mirarse a sí misma, comprenderse desde lo más profundo de su alma y más aún descubrir sus más íntimas pasiones, e incluso desde la oscuridad de su corazón, es una posibilidad que se encuentra opacada por la superficialidad en la que vive. Se va alejando poco a poco de sí, y en la necesidad de recibir una valoración positiva de otros, encamina su comportamiento hacia lo que los demás piensan que debería hacer. Sin embargo, hay algo en su interior que lo alienta a perseguir su verdadera razón de ser y de estar.

En muchas ocasiones, la persona busca ayuda cuando percibe o se da cuenta de su desdicha de ser, de su infelicidad, de su desequilibrio emocional, hay tensión, malestar, inestabilidad. La paz y la tranquilidad están más alejados de lo que cree, muy probablemente se encuentra perdida sin rumbo fijo. Ahora sabe que necesita ayuda, el impulso hacia el crecimiento se ha despertado. Es ahí donde comienza el proceso que llamamos Psicoterapia.

Eso ocurre generalmente en personas adultas, pero ¿Qué sucede con los niños? ¿Quién determina que el niño requiere apoyo psicoterapéutico? Es casi imposible que el niño por sí mismo solicite el apoyo. Quien recurre a la búsqueda de ayuda es el cuidador principal del niño. El adulto rechaza conductas que no aprueba, pero sobretodo que no acepta, habitualmente el niño

es etiquetado como desobediente, grosero, o en su defecto, no habla, es tímido o retraído. Estos juicios de valor que el adulto hace sobre el niño se sustentan del “deber ser”.

Cabe decir que una vez que el niño ha llegado para recibir un espacio psicoterapéutico, inexorablemente habrá un encuentro entre dos personas, por una parte, está la psicoterapeuta y por otra el niño, cada una con su particularidad que le permite ser. Se encuentran ahí libres los dos, en el umbral de una relación humana, de una relación interpersonal.

Entonces ¿Qué ocurrirá con ese encuentro? Antes de responder a esta pregunta, partiremos del hecho de que, aparentemente, el niño tiene la capacidad de manejarse a sí mismo, así como a sus relaciones, pues la motivación intrínseca que posee hacia el crecimiento resulta ser la fuente de autodirección del niño.

De acuerdo con Axline (1988), la completa aceptación del niño será un elemento vital que permita que el impulso de la autorrealización aflore en el niño. Pero ¿Cómo puedo comprender al niño que busca una salida a la autorrealización? ¿Por qué la Psicoterapia de Juego Centrada en el niño resulta una opción para lograrlo?

Para Landreth (2018), la psicoterapia de juego es una relación interpersonal y dinámica, entre un niño y una psicoterapeuta formada en los procedimientos de la misma, quien facilita el desarrollo de una relación segura para que el niño pueda expresarse y explorarse a sí mismo (sentimientos, pensamientos, experiencias y comportamientos), todo esto a través del juego que es el medio de comunicación natural del niño.

En la relación con el niño no se busca indagar su pasado, tampoco se pretende cambiarlo y mucho menos enfocar la mirada en el problema. Es necesario enfocarse en el niño, el centro es él. Importa el niño por lo que es en este preciso momento, no en lo que fue ayer (Landreth, 2018).

Por consiguiente, la Psicoterapia de Juego Centrada en el niño, hace uso del juego como recurso primordial para el proceso psicoterapéutico. De ahí que la importancia que tiene el juego en la vida del niño resulta imprescindible. Es valioso para la terapeuta reconocer que a través del juego, los niños logran un óptimo crecimiento y desarrollo.

El mundo infantil

La infancia como etapa fundamental del desarrollo humano, representa la maravilla y la esencia de la humanidad en su más genuina existencia.

Todo ser humano ha atravesado por esta etapa y seguramente tendrá recuerdos significativos y representativos que se conforman en su historia de vida, tal vez algún recuerdo o experiencia se relacione con sus juegos infantiles. Incluso en la adultez algunos juegos siguen formando parte de la rutina.

El niño por naturaleza, juega la mayor parte del tiempo, es la actividad más importante en su vida, y si nos detenemos a observar el juego del niño pudiéramos comprender que cuando el niño juega disfruta, imagina, fantasea, crea, pues para él jugar resulta demasiado placentero.

El juego influye en el desarrollo del niño, porque provee de herramientas necesarias para que los niños desarrollen una gran variedad de habilidades y destrezas cognitivas y motrices, mediante el juego los niños aprenden y desarrollan gran creatividad, imaginación, incluso su lenguaje y comunicación se ven permeados por el impacto de esta actividad lúdica.

Son grandes los atributos que se le dan al juego del niño y la implicación en su desarrollo, mediante éste el niño logra integrar su mundo afectivo, social, cognitivo; es capaz de representar su realidad mediante la actividad simbólica, el juego de roles, y al mismo tiempo fantasea al darle vida a objetos inanimados.

En la interacción con el entorno, el niño es capaz de pensar acerca de un objeto real, luego aprende a pensar acerca del objeto y actuar con él y en consecuencia, su pensamiento pasa al plano de la representación (pensamiento visual). Es así, como se presenta el juego simbólico en el niño, por ejemplo: cuando tienen una caja de cartón y simbolizan ese objeto “*como si*” fuera un carro.

De acuerdo con West (2000), el juego es el puente entre la experiencia concreta y el pensamiento abstracto, porque el niño inicialmente tiene contacto con un objeto concreto, este contacto es meramente sensorial el cual, posteriormente logra simbolizar de otras cosas que el niño ha experimentado directa o indirectamente, por tanto le asignará un nombre específico según su experiencia.

Para Esquivel (2010), mediante el juego el niño expresa vivencias, emociones y sentimientos, pero lo más importante es que mediante el juego practica formas de enfrentarse y conducirse en la vida adulta, ya que explora e imita experiencias que observan en su círculo social, logra adquirir conocimiento sobre la familia, rutinas cotidianas, el medio social y cultural, así como también reglas y normas que rigen el comportamiento y convivencia en sociedad. Con el juego efectúa sus destrezas sociales. En otras palabras el juego lo prepara para la vida.

Por ende, se considera el juego como una parte esencial en la infancia porque el niño aprende, conoce y comprende el mundo que le rodea y, conjuntamente influye en la formación de fenómenos psíquicos voluntarios como lo son: memoria, percepción y atención.

Jugar es una forma en la que aprenden lo que no se les puede enseñar, el niño aprende a vivir nuestro mundo de significados y valores, al tiempo que explora, experimenta, y aprende a su manera. Puede representar situaciones que le resultan conflictivas, perturbadoras o confusas. El juego espontáneo o libre se ve como una práctica continua de la producción de la realidad y al mismo tiempo se considera que con la ayuda de éste consigue expresar lo que desea hacer.

Por todo aquello que proporciona el juego, y por el impacto que tiene éste en el desarrollo del niño, se ha recurrido a él como una herramienta importante en la Psicoterapia. Se considera que cuando el juego se utiliza para interpretar un significado, proporciona información de lo que el niño aprende de sí mismo, de las personas, de los objetos y experiencias, así como la relación que estos tienen con su mundo. Y no sólo eso, sino a partir de la recreación de experiencias abstractas, mediante el juego, estas experiencias se logran convertir en acontecimientos concretos en el **aquí y ahora**. Resulta que los juguetes adecuados facilitan un amplio rango de expresiones afectivas ahí que el psicoterapeuta pueda experimentar y participar de la vida emocional de los niños (Landreth, 2018).

Para ser psicoterapeuta de juego, es indispensable entender a los niños desde una perspectiva evolutiva, ya que a lo largo de nuestra vida nos vamos creando, construyendo y transformando. Saber que los niños viven un mundo distinto al de los adultos, un mundo de concreciones y ¿Cómo conocer ese mundo real para el niño?

Sin duda, resulta ineludible la valía de poder penetrar en un mundo que difícilmente se conoce, ese mundo del que en algún momento de la vida se forma parte, y que ahora se lleva

consigo un *cachito* de él. Desde la experiencia propia, considero que es un mundo ávido donde habita la ilusión, la alegría, el asombro, en donde aflora la inocencia y lo más puro del ser. Sin embargo, como ya se ha mencionado cada niño habrá de vivirlo a su manera, deberá encontrar aquello que lo haga sentir en plenitud.

El mundo infantil es un mundo maravilloso y mucho nos queda por descubrir, ya que poco sabemos de éste y para lograr comprender aquello que es significativo para la niñez tenemos mucho que aprender de ellos y como dice Landreth (2018):

“Lo más importante de los niños sólo se puede aprender de los niños” (p. 73)

En ese sentido, para comprender la vida del niño, la psicoterapeuta debe ofrecerle confianza para que sienta la seguridad de compartir su mundo, y la manera más cómoda en que podrá hacerlo será a través del juego. Dentro del espacio psicoterapéutico, por medio del juego el niño comunica sus experiencias, vivencias, emociones y sentimientos, por lo que el juego resulta ser el lenguaje de los niños (Landreth, 2018).

Es por ello que, en este intento de entendimiento hacia el niño como persona, la psicoterapeuta requiere desplazarse al nivel infantil y tratar de comprender aquello que el niño intenta decir con los juguetes que utiliza y la manera en cómo lo hace.

Pues resulta imposible descubrir este mundo a través de meras descripciones, si partimos del hecho de que la vida debe ser apreciada y experimentada, una descripción de la misma queda corta, por lo que respetando el desarrollo infantil, el niño no tendría la capacidad cognitiva de expresar sus vivencias a través de la palabra, como generalmente ocurre con los adultos.

Siendo así, el juego facilita la expresión y control de sus emociones, el niño podrá expresar sentimientos y pensamientos, explorar sus relaciones, dar sentido a sus experiencias, desvelar sus más profundos deseos, experimentar soluciones alternativas, separar y valorar experiencias dolorosas y placenteras. Cuando el niño juega todo su ser está presente, el juego implica mantener su yo físico, mental y emocional; pueden expresar su individualidad de sus distintas personalidades y extraer recursos internos para incorporarlos a su personalidad. Cuando juega es él mismo, se da cuenta de su dinamismo, carácter, deseos y necesidades, al mismo

tiempo puede comprender y atender deseos, creencias y sentimientos de los demás (Esquivel, 2010).

Según Axline (1988), cuando juega libre, el niño libera sentimientos y actitudes que estaban empujando por salir a la luz, aquellos que difícilmente puede expresar directamente porque resultan amenazantes, o pueden ser proyectados en los juguetes que elige. En virtud de ello, representar sus experiencias y sentimientos, se convierte en un proceso sanador y autocurativo. Cuando los sentimientos se expresan, se identifican y se aceptan el niño podrá aceptarlos sintiéndose libre para tratar con ellos.

Mediante el juego el niño puede realizar una representación simbólica de una experiencia que en la realidad difícilmente tiene el control y de forma expedita, se transforma a una experiencia donde el niño adquiere ese control.

Por tal motivo, la psicoterapia de juego es una vía para que los niños liberen tensiones, aprendan, crezcan, desarrollen capacidades, y lo más importante que generan recursos para afrontar sus problemas. Para el niño la psicoterapia de juego se convierte en una experiencia de alivio, liberadora de conflictos y que brinda la oportunidad de realizar prácticas para la vida diaria en un espacio seguro (Esquivel, 2010).

Así es como el juego ofrece y aporta al psicoterapeuta, la vía necesaria para el abordaje de las cuestiones infantiles y la comprensión profunda de la esencia que caracteriza a cada niño, de esta manera podemos introducirnos a este mundo infantil. Para tratar de comprender el comportamiento de los niños mientras juegan, los juguetes y materiales que elige tienen significado, pues forman parte de su esfuerzo por comunicarse, eso proporciona a la psicoterapeuta las pistas necesarias para introducirse de lleno en la vida emocional del niño.

Ahora que sabemos cómo comunicarnos con los niños, cabe destacar que para poder comunicar algo con alguien es necesario establecer una relación previamente: la relación psicoterapéutica.

El encuentro psicoterapéutico: La relación con el niño.

Desde el momento que la psicoterapeuta se encuentra con el niño, está a punto de establecer una relación interpersonal con él. La experiencia que tendrá la psicoterapeuta con el niño es única, y seguramente también lo será para él, es una experiencia completamente perceptible.

Ese es el inicio de una relación psicoterapéutica, es una de las condiciones para que acontezca un contacto psicológico. De acuerdo con Lafarga y Gómez (1999), como parte de las condiciones que conllevan para que ocurra un cambio constructivo en la personalidad, la relación entre dos personas es primordial: cliente y terapeuta.

Desde su perspectiva en las relaciones interpersonales, Rogers (2002), refiere que existe una armonía implícita en las relaciones humanas, que en gran medida puede determinar el progreso, el desarrollo y la apertura de quienes la conforman, o en ausencia de esta se puede impedir el crecimiento psicológico, el surgimiento de actitudes defensivas y el bloqueo de ambos.

Lo anterior nos da la base para sustentar aquellas condiciones que son necesarias para iniciar y mantener un proceso psicoterapéutico. Respecto a ello, la actitud de la psicoterapeuta es crucial para promover el crecimiento y desarrollo en la otra persona: el niño.

Es muy posible que el niño que llega a psicoterapia, se encuentre perturbado, confundido, desorientado, con miedos y con gran incertidumbre a lo desconocido. Tal vez, se preguntará ¿Qué hago aquí? No sabe con exactitud, ni certeza a lo que está próximo a enfrentarse. Sin embargo, la psicoterapeuta debe saber que su única finalidad en ese momento es establecer una relación con el niño. Y ¿Cómo lo hará?

Su interés debe centrarse exclusivamente en el niño, su actitud es de gran aceptación, como señala West (2000), la psicoterapeuta se preocupa del niño en su *totalidad*, lo acepta como la persona que es y por lo que es en ese momento. El niño comunica gran parte de la forma en que está viviendo ese encuentro, esa experiencia nueva y la psicoterapeuta deberá comunicarle escucha y comprensión, tiene el gran reto de demostrar el profundo respeto que siente por él y que desea en verdad hacerlo sentir seguro y aceptado, y sobre todo debe transmitirle confianza y ganarse el permiso de conocer su mundo interior desde una comprensión sensible y empática.

Si el niño se siente seguro y percibe la actitud de la psicoterapeuta, el niño descubrirá en su interior que es capaz de utilizar esa relación para crecer y cambiar, entonces tendrá lugar el desarrollo personal (Rogers, 2011).

Si la psicoterapeuta, a través de su paciencia y su disposición de confiar tanto en el proceso como en el niño, logra mantener esta aceptación cariñosa desde el primer contacto, es probable que el niño alcance a creer, confiar y convertirse en aquella persona que es realmente.

De acuerdo con Quitman (1989), la relación interhumana se convierte en un elemento soporte de la psicoterapia, ya que funge como un puente para lograr la capacidad de perfección y la capacidad de decisión del individuo.

Por eso es importante conocer la forma en cómo un adulto puede acercarse a un niño, pues relacionarse con los niños implica comprender aquello de lo que pueden ser capaces, su dinamismo, e incluso sus formas de comunicar y expresarse. Landreth (2018), ha constatado que para aprender a relacionarse con los niños es indispensable saber que:

- Los niños no son adultos miniatura.
- Los niños son personas capaces de sentir dolor y alegría de gran profundidad emocional.
- Los niños son únicos y son dignos de respeto. Valora la singularidad de cada niño y respeta a la persona que este niño es.
- Los niños son resilientes. Tienen la capacidad para superar obstáculos y circunstancias en su vida.
- Los niños tienen una tendencia inherente hacia el crecimiento y la madurez. Poseen una sabiduría intuitiva interior.
- Los niños son capaces de dirigirse a sí mismos de forma positiva, y tratar con su medio de formas creativas.
- El lenguaje natural de los niños es el juego.

De esta manera, se valora que las experiencias de los niños constituyen la base de su forma de ver al mundo y que como adulto y psicoterapeuta es importante ser sensible a esta percepción, además para establecer un contacto con el niño es requisito responder con afecto, cariño y gentileza. Por tanto, la principal función de la psicoterapeuta es desarrollar y mantener

la relación terapéutica, en esa relación se brinda un espacio para que el niño pueda expresarse como desee.

Para abordar esta relación dentro de la psicoterapia de juego Virginia M. Axline (1988), como precursora de este modelo, enfatiza la importancia de 8 principios básicos como un aspecto fundamental que el psicoterapeuta debe considerar en el trabajo con niños.

1) La psicoterapeuta debe desarrollar una relación interna y amigable con el niño, mediante la cual se establece una armonía lo antes posible.

Es el primer contacto que tendrá la psicoterapeuta con el niño, sin importar cuales sean sus sentimientos en ese contacto inicial, ya sea, que el niño se muestre tímido, agresivo, indiferente, entre otros, la psicoterapeuta deberá aceptarlo como es, eso le ayudará a establecer una relación cálida y armoniosa con el niño, pues es el momento de introducirlo a este medio de expresión personal. Según Landreth (2018), en el desarrollo de esta relación psicoterapéutica dependerá el éxito o el fracaso de la misma, por lo que resulta primordial no sólo establecerla sino mantenerla.

2) La psicoterapeuta acepta al niño como es.

Acepta al niño tal cual es, y no pretende cambiarlo ni manipularlo mediante reproches, críticas, juicios o halagos. Si el niño se muestra agresivo la psicoterapeuta acepta ese sentimiento, no obstante, eso no implica que apruebe lo que el niño hace. De la misma manera, si el niño desea no hacer nada y permanecer en silencio, la psicoterapeuta lo acepta y puede comunicar su aceptación a través de reflejar (responder empáticamente) al niño cualquier sentimiento que exprese de forma no verbal.

3) La psicoterapeuta crea un sentimiento de actitud permisiva en la relación, de tal forma que el niño se siente libre para expresar sus sentimientos por completo.

El niño utiliza el tiempo de la sesión como él desee, es decir, elige qué hacer o no hacer dentro del cuarto de juegos, cuáles materiales usar y cuáles no, decide cómo confeccionará su juego, el dirigirá su experiencia a dónde necesita ir. La permisividad puede resultarle algo extraño, ya que por lo general, no tiene gran experiencia con ella. De ello se deriva que, algunos niños muestren cierto escepticismo ante esta situación de permisividad y, ponen a prueba a la psicoterapeuta para

comprobar que tan real es sentirse con el permiso de decidir, por lo que es importante expresar su actitud permisiva en todo momento con gestos, tono de voz y acciones.

- 4) La psicoterapeuta está alerta a reconocer los sentimientos que el niño está expresando y los refleja de nuevo hacia él de tal forma que logra profundizar más en su comportamiento.**

Durante el contacto inicial, las respuestas de la psicoterapeuta parecen ser torpes y más apegadas a su libre albedrío que a los sentimientos del niño. Según Axline (1988), se aconseja contestar a preguntas objetivas con respuestas directas, ya que al inicio la forma de actuar de los niños se vuelve un intento por relacionarse con la terapeuta. Por su parte, Landreth (2018), refiere que conviene poner el foco sobre lo que el niño está intentando decir, más que lo que el niño está preguntando.

Considero que el trabajo de la psicoterapeuta, consiste en permanecer alerta en todo comportamiento verbal y no verbal del niño para lograr captar la intención del mismo, y así dar cuenta si sus preguntas tienen otra intención más que conocer la respuesta o si realmente su pregunta tiene la finalidad de conocer la respuesta. Es importante estar alerta para expresar los sentimientos que el niño expresa, puede ser a través del juego o del diálogo, así como evitar hacer interpretaciones, si el niño utiliza algún símbolo la psicoterapeuta deberá responder incluyendo el símbolo que el niño ha utilizado. Cuando la psicoterapeuta capta el sentimiento y lo reconoce, el niño toma punto de partida para explorar y hacer consciente su experiencia.

- 5) La psicoterapeuta observa un gran respeto por la habilidad del niño para solucionar sus problemas, si a éste se le ha brindado la oportunidad para hacerlo. Es responsabilidad del niño decidir y realizar cambios.**

El niño adquiere la habilidad de poder solucionar sus problemas por sí mismo, sólo si se le da la oportunidad de hacerlo, por tanto, la psicoterapeuta permite que el niño sea responsable de sí mismo, de decidir y poder cambiar. El niño va adquiriendo confianza en sí mismo y auto respeto, desde que él decide qué materiales utilizar, él dirige la sesión y la psicoterapeuta lo respeta, se le anima a que acepte la responsabilidad por sí mismo y así logre descubrir sus fortalezas.

La psicoterapeuta le facilita al niño la toma de decisiones y le devuelve la responsabilidad. Confía en él plenamente y en la medida que el niño perciba esta confianza, podrá sentirse confiado en sí mismo, muchas veces los niños están acostumbrados a recibir una respuesta de qué y cómo hacer las cosas por parte de los adultos pero en el cuarto de juegos la responsabilidad la asume el niño: “Me abres esto” Respuesta: “Me parece que puedes hacerlo tú solo”.

6) La psicoterapeuta no intenta dirigir las acciones o conversación del niño en forma alguna. El niño guía el camino; la terapeuta lo sigue.

La psicoterapeuta omite sus opiniones, sentimientos y deseos de guiar al niño en la hora de terapia, tampoco realiza elogios o alabanzas, no critica sus acciones, ni realiza sugerencias, tampoco realiza preguntas inquisitorias, eso podría fracturar la relación. El niño guía el ritmo y el camino de la sesión, la psicoterapeuta sólo lo sigue.

7) La psicoterapeuta no pretende apresurar el curso de la terapia. Este es un proceso gradual y, como tal, reconocido por la psicoterapeuta.

Cuando un niño esté en disposición para expresar sus sentimientos en presencia de la psicoterapeuta, así lo hará. Si se intenta forzar al niño esto causa un retraimiento en él. La psicoterapia es un periodo que requiere de paciencia y comprensión por parte de la psicoterapeuta. Generalmente los niños son apresurados todo el tiempo por los adultos y por condición natural ellos son lentos lo que genera en ellos, probablemente, sentimientos de frustración y el hecho de seguir apresurándolos en psicoterapia no sería de gran ayuda. Si la psicoterapeuta pretende aliviar tensiones y presiones, así como brindarle al niño un sentimiento de aptitud, le será de gran ayuda guardar paciencia y confiar.

8) La psicoterapeuta establece sólo aquellas limitaciones que son necesarias para conservar la psicoterapia en el mundo de la realidad y hacerle patente al niño de su responsabilidad en la relación.

Las limitaciones surgen como medidas para proteger la integridad física y psicológica, tanto del niño como la de la psicoterapeuta. Al ser una experiencia de crecimiento y adaptación, el niño se descubre a sí mismo como persona, en relación a sí mismo y a las relaciones humanas. Por lo que, esta experiencia debe sujetarse a una realidad, el valor de las limitaciones proveen al niño

seguridad y protección. Estas limitaciones no deben alejarse de lo que el niño vive fuera del cuarto de juegos, se establecen pocas pero la psicoterapeuta siempre debe asegurarse de acatarlas con firmeza. Por ejemplo, se requiere limitar el tiempo de la sesión; los materiales, estos no deben dañarse así nada más, en su defecto, si el niño lo requiere hay materiales para canalizar la agresividad; dañarse a sí mismo o a la psicoterapeuta, esto no está permitido dentro del cuarto de juegos.

Un establecimiento terapéutico de límites permite darle la oportunidad al niño de elegir, cuando los niños logran cumplir los límites, entonces se respetan a sí mismos y aceptan sus sentimientos y conductas. Cuando no es así, la psicoterapeuta debe centrarse en la necesidad no expresada del niño demostrando comprensión en todo momento. En la psicoterapia de juego los límites son mínimos pero realizables (Landreth, 2018).

Estos principios ayudan a sostener el proceso psicoterapéutico, en la medida que también guían la psicoterapia de juego. Es importante mencionar que, no son principios que deben seguirse en serie sino que se interrelacionan entre sí, ya que uno no puede ser sin el otro, la aceptación total del niño tal como es, otorga la libertad y el permiso de utilizar del tiempo como él lo considere apropiado, el niño indica el camino, por lo que asume la responsabilidad de tomar decisiones y entonces, elige la trayectoria a seguir.

Es así como el papel de la psicoterapeuta juega un papel fundamental dentro de la psicoterapia de juego, ya que en sus actitudes cabe la posibilidad de cambio en el niño, eso no significa que la psicoterapeuta deba guiar y dirigir, sino que a través de su ser genuina, auténtica, aceptante, permisiva y empática logra transmitir en el niño el valor de ser persona.

Por tal motivo, tiene una gran influencia en el niño a través de lo que comunica con palabras, con gestos, posturas físicas, tono de voz, con su persona en su total plenitud. Landreth (2018), refiere que hay cuatro mensajes que comunicarle al niño: 1) Estoy aquí, para percibir lo que tú percibes; 2) Sentir lo que sientes, te escucho con mis oídos y con mis ojos; 3) Comprendo lo que me comunicas, sientes, experimentas y juegas, y 4) Me importas y quiero que lo sepas.

Es tal la importancia de resaltar el impacto que poseen las actitudes de la psicoterapeuta, debido a que estas actitudes se fundamentan en las experiencias y el análisis que Rogers estableció con sus clientes en los procesos terapéuticos. Para Rogers (1990), existen 3 actitudes

básicas que no deben faltar en la relación psicoterapéutica, estas actitudes formarán parte de la personalidad de la psicoterapeuta:

- Congruencia

La psicoterapeuta es lo que es, muestra un interés genuino por el cliente, se presenta sin “fachadas”, muestra apertura de sus sentimientos y actitudes que en ese momento fluyen con él. Está consciente de lo que está viviendo, es capaz de vivir esos sentimientos, ser ellos, y de ser posible puede comunicarlos. Muy difícilmente se alcanza un nivel de congruencia total, pero entre más cercana esté la psicoterapeuta de vivirse auténtica, ser sus pensamientos, sus actitudes y sus sentimientos estará más cercana de la congruencia. La autenticidad es un modo de vivir la vida, un modo de ser más que hacer.

- Empatía

La psicoterapeuta debe experimentar una comprensión empática del mundo interno del cliente, es decir, percibir el mundo privado del niño como si fuera el propio. Tratar de comprender como él lo mira. Para lograr esta comprensión es necesario ser sensible y receptiva a toda aquella manera de comunicación que perciba en el otro, y para que el niño se sienta comprendido es relevante manifestar su entendimiento.

- Aceptación Positiva Incondicional

Aceptar al otro implica una actitud afectuosa positiva, la psicoterapeuta no pone condiciones a esta aceptación, lo acepta tal cual es, en la totalidad de la persona, acepta sus sentimientos, sin juzgar y criticar, tampoco ofrece elogios. Esta aceptación engloba el respeto por la persona. El cariño y la aceptación que transmite la psicoterapeuta, permite que el niño se acepte a sí mismo, no obstante, la aceptación no implica una aprobación de todo lo que hace *“Puedo aceptar que se sienta molesto y enojado, pero no apruebo que quiera expresar ese enojo golpeándome”*.

Para ser psicoterapeuta se requiere indiscutiblemente apropiarse de estas actitudes, eso no significa que las adopte un día y al siguiente ya no, ser psicoterapeuta de juego centrado en el niño significa incorporar estas actitudes a su personalidad, adoptar una forma de vida, una forma de ser dentro y fuera del cuarto de juegos.

Es tal que, la experiencia en el cuarto de juegos se vuelve invaluable, el interés y atención de la psicoterapeuta se dirige en tratar de comprender sus sentimientos y todo aquello de lo que el niño sea capaz de expresar.

En este clima de actitudes facilitadoras, el niño termina confiando en sus propios recursos para dar dirección a su propio comportamiento y para transformar su actitud básica y el concepto que tiene de sí mismo.

Existen ciertas pautas que permiten a la psicoterapeuta comunicar al niño la comprensión sensible y el interés genuino que tiene por él. Estas respuestas ayudarán al niño a facilitar su entendimiento de sí mismo, de ahí que, Rogers y Kinget (1971), establecieran una característica peculiar en las respuestas de la psicoterapeuta, tomando en cuenta que su actitud se basa en no juzgar, interrogar, explorar o interpretar. A esta respuesta se le nombra respuesta “reflejo” y consiste, en resumir, parafrasear o acentuar lo que el niño comunica de manera verbal y no verbal, manifiesta o implícita.

- *Reflejo de comportamiento no verbal* es aquello que, en palabras de Landreth (2018), escuchar con los ojos, aquello que se observa y percibe en el niño y se le hace saber “Has decidido pintar con ese”, “Te colocas el dedo en la barbilla, parece que estás pensando cuál elegir”. Son respuestas de seguimiento que reconocen la expresión lógica que le hacen saber al niño que la psicoterapeuta está interesada en él. Sin embargo, se recomienda evitar el seguimiento excesivo, este resultaría poco fructífero ya que es como si se narrara cada cosa que el niño hace y eso podría hacerlo sentir observado, incluso podría intimidarlo.
- *Reflejo de contenido (simple)* se realiza un resumen o un parafraseo de aquello que el niño ha expresado de manera verbal. Resumir o parafrasear las palabras del niño, le permite saberse escuchado y comprendido, valida su percepción acerca de la experiencia e incluso pueden aclarar la comprensión que tiene de sí mismo. “Soñaste que estabas con tu familia y de pronto caían corazones”.
- *Reflejo de sentimiento*. Es necesario que la psicoterapeuta logre captar el sentimiento que el niño expresa de manera implícita ya sea con sus gestos, sus expresiones faciales, su mirada, tono e inflexión de su voz. Si todos sus sentimientos son aceptados, podrá abrirse

a la posibilidad de expresarlos. *“Mientras me platicabas te tronabas los dedos, parece que sentiste miedo al recordarlo”*.

El tono de voz y el grado de afección de la psicoterapeuta deben corresponder con el nivel de afección e intensidad manifestado por el niño, es decir, se sugiere evitar demasiado entusiasmo o estar más emocionados que el niño si él no lo expresa así.

- Elucidación: Se trata de poner de manifiesto sentimientos y actitudes que no se derivan directamente de las palabras del niño sino que se deducen razonablemente de la comunicación o de su contexto. Siempre corroborando lo que digo *“Te comparas con tu hermano, lo que él sí puede hacer y lo que tú también puedes hacer, o lo que él no y tú tampoco, ¿es así Alex?”*.

Ahora que hemos dado cuenta de la capacidad que debe tener la psicoterapeuta para responder a las acciones y sentimientos del niño, podemos vislumbrar que el papel que juega en la psicoterapia implica un papel activo e interactivo, ya que supone la habilidad para mantenerse alerta mentalmente, emocionalmente, verbalmente e inclusive de forma no verbal, mantiene una actitud receptiva para captar, analizar y responder de forma más precisa a los sentimientos que el niño está expresando con su juego o su discurso, lo que requiere de un gran compromiso de su parte (Axline, 1988; Landreth, 2018).

En pocas palabras, requiere de toda su atención, sensibilidad y más aún de una sublime apreciación de lo que el niño está haciendo.

El ser de la terapeuta

Como se ha mencionado anteriormente, ser psicoterapeuta implica una manera de ser, de apropiarse de un estilo de vida. Ser psicoterapeuta de juego centrado en el niño, no es algo que pueda quitarse y ponerse, como un vestuario. Es algo que habita más allá de un atuendo, es aquello que me le permite ser quien es, una esencia humana que reside en la espiritualidad del ser y que forma parte vital de su personalidad.

De acuerdo con Axline (1988), una psicoterapeuta debe poseer firmeza en sus convicciones, desear con candor estar con el niño, debe convertirse en una persona digna de confianza que aporte algo más que su simple presencia. Es por ello que no dirige al niño apurándolo, eso implica desconfiar del niño.

Debe poseer una bondadosa paciencia que relaja al niño, lo calma y lo alienta a compartir con él su mundo interior, presenta madurez al reconocer la responsabilidad que se le ha confiado, por tanto no traiciona esta confianza. El reto de la psicoterapeuta es esperar a que el niño active su voluntad y actúe (Moustakas, 1955, cit. en Landreth, 2018).

Rogers y Kinget (1971), señalan que la práctica de la psicoterapia requiere dos clases de competencias: 1) una formación especial y 2) ciertos atributos personales. Y que sin embargo, la personalidad de la psicoterapeuta es más importante que su formación profesional.

Parece que esos atributos personales surgen a partir de tener un profundo deseo y compromiso de comprender la particularidad que caracteriza a cada persona, en especial, la de él. Si bien es cierto, que la psicoterapeuta no se relaciona con el niño, es necesario que conserve un gran equilibrio, sensibilidad, habilidad y destreza para sostener y conservar la psicoterapia en función.

El trabajo psicoterapéutico, requiere de un gran compromiso y responsabilidad personal de la psicoterapeuta, no se debe olvidar que antes de ser psicoterapeuta es persona, una persona que probablemente se enfrenta con sus propias necesidades, emociones y sentimientos, ciertamente se enfrentan con el dolor propio y también con el dolor ajeno, pues es capaz de escuchar la herida en el corazón y la profundidad del dolor del niño, pero también es primordial que escuche el propio (Gómez, 2010).

Es importante que la psicoterapeuta adquiera una maduración suficiente que le permita ser el espejo del otro, para que el otro pueda mirarse a través de ella. Esto implica un trabajo personal íntimo, requiere de un apoyo psicoterapéutico que le ayude a descubrirse a sí misma antes de ayudar al otro a hacerlo, e incluso mientras ayuda a otros.

La psicoterapeuta como persona es más importante que ningún conocimiento que pueda tener, sus actitudes, motivaciones, expectativas, necesidades y creencias son impalpables y es posible que tengan un impacto significativo sobre el desarrollo de la psicoterapia. Los niños poseen una gran sensibilidad para percibir a la persona con la que se relacionan, si el niño percibe cualquiera de las anteriores puede afectar la relación y probablemente consiga estructurar la conducta del niño para satisfacer necesidades propias. Por ejemplo, puede satisfacer la necesidad de no ser rechazado y caer bien, halagando al niño.

Por esta razón, es importante que comprenda la relevancia de lo que significa ser aceptado del todo por una persona, sólo así estará en la posibilidad de ser permisiva para que el niño se sienta libre de ser él mismo, sienta la seguridad de explorar y arriesgarse a ser quien es. La aceptación resulta ser una cualidad importante en la que debe trabajar la psicoterapeuta, debe aceptarse a sí misma lo suficiente para permitirle al niño ser diferente a ella.

Es inapreciable el valor que representa la psicoterapeuta como persona en el proceso psicoterapéutico del niño, pues la fuerza y esencia de quien es la psicoterapeuta, es lo que en menor o mayor grado estimula el cambio. Es persona y como tal, debe tener una profunda actitud humanista (Lore, 1997).

Se consideran algunas características esenciales de la psicoterapeuta (Landreth, 2018):

- *Seguridad en sí misma:* Confía en sí misma para sostener el proceso terapéutico, no obstante, reconoce y acepta sus limitaciones personales sin sentirse inadecuada, identifica el momento oportuno en buscar ayuda a otro profesional.
- *Comprenderse a sí misma:* Tiene una amplia comprensión de sí misma, debe comprender sus fortalezas, necesidades, motivaciones, conflictos personales y emocionales.
- *Conocimiento del Yo:* Para indagar más su autoconcepto, con ayuda de psicoterapia personal, podrá identificar sus necesidades que en ocasiones irrumpen en la relación con el niño/cliente. Si la psicoterapeuta se siente culpable por imponer límites o identifica la

necesidad de reconocimiento, resulta esencial que explore estas situaciones dentro del proceso psicoterapéutico personal, ya que es posible que estropeen parte del proceso del niño.

Debido a que, la psicoterapeuta desea y confía que el niño avance en su crecimiento, tiene consciencia que el niño es suficiente aquí y ahora, por lo tanto, es precavida en sus intervenciones, reconoce que la actitud de la psicoterapeuta impregna rápidamente en la experiencia del niño, por lo tanto, debe reconocer y aceptar sus necesidades, para evitar proyectarlas sobre el niño.

La psicoterapeuta es consciente de lo que hace y porqué, debe tener muy en cuenta que el tiempo que pasa con el niño se centra en él, interactúa con él por medio de la observación, de una escucha activa y de la manifestación de reconocimiento.

El ser de la psicoterapeuta en su totalidad se enfoca en el niño, pues esta relación es más importante que lo que conoce del niño, por ello no indaga o cuestiona, el niño decide en qué momento se siente listo para expresar lo que desee expresar.

Sabiduría Organísmica o Intelectual

Entonces ya sabemos que para ser psicoterapeuta se requiere de grandes habilidades, destrezas y una personalidad *ad hoc* que le permita facilitar un proceso psicoterapéutico centrado en el niño. Según Wickes, (1977, citado en West, 2000 p. 157):

“Debemos llevarnos con nosotros dos cosas si hemos de entrar al mundo de la infancia: amor y comprensión que incluya tanto percepción intuitiva, como conocimiento técnico profundo de aquellas fuerzas que gobiernan nuestro consciente y nuestra vida inconsciente”.

Por lo que, para ejercer un rol determinado dentro de la psicoterapia de juego se deben poseer ambas cosas; tanto un conocimiento técnico como la capacidad intuitiva para estar con el niño, eso permite desempeñarse de manera eficaz. Sin embargo, un aspecto primordial que se considera dentro de las cualidades del psicoterapeuta, es la observación intuitiva. Es una cualidad innata que conforma parte de la personalidad de la psicoterapeuta.

Para la formación de una psicoterapeuta de juego, es sustancial la preparación dentro de las tres actitudes básicas que establece Rogers (1990), de las que ya se ha hablado anteriormente: Aceptación Positiva Incondicional, Congruencia / Autenticidad (que incluye la capacidad para responder a la niña interior) y Comprensión Empática, además de la calidez, la integridad, la capacidad de centrarse en el niño, y la capacidad para relacionarse y comunicarse con los niños. Sin olvidar los ocho principios básicos establecidos por Axline (1988).

West (2000), enfatiza que existen cuatro tipos de personas adultas que conciben al niño de distintas formas y dependiendo de esas percepciones la persona podrá convertirse en psicoterapeuta fácilmente según el caso, pues quienes están más acostumbrados a socializar disciplinar y enseñar a los niños encuentran más complicada esta transición.

- 1) Aquellas que piensan que trabajar con niños es fácil y cualquiera puede hacerlo.
- 2) Los que descubren que los niños son criaturas atemorizantes que deben evitarse a como dé lugar.
- 3) Las que saben o piensan que los niños requieren ser controlados y corregidos.
- 4) Y las que se relacionan de manera natural y disfrutan estar con los niños.

Es por tal motivo que se enfatiza en la capacidad de poder relacionarse con el niño, como refiere el último punto, así como las actitudes, comportamientos, y sentimientos que le ayudarán a ser psicoterapeuta de juego, además de que todo aquello implica tener una amplia conciencia de su ser, tanto como persona como psicoterapeuta, requiere tener una profunda sabiduría orgánica y estar en contacto consigo misma. Para su formación, son vitales el entrenamiento y la supervisión, además de las cualidades innatas, ya que en conjunto posibilita a la psicoterapeuta la eficacia dentro de la psicoterapia de juego.

La supervisión es primordial ya que ayuda a la psicoterapeuta a enfrentar los retos personales, técnicos y profesionales dentro de la psicoterapia de juego centrada en el niño, si bien, de acuerdo con West (2000), la psicoterapia no puede enseñarse pero en definitiva, puede aprenderse. La supervisión se enfoca en la interacción entre, la psicoterapeuta de juego y el niño, en el proceso y contenido de las sesiones, a través de esta puede descubrir puntos ciegos, permite actuar si el trabajo de la psicoterapeuta no es satisfactorio. Se destaca que, uno de los motivos por los cuales la psicoterapia puede fracasar es porque cuenta con una psicoterapeuta ineficaz.

Pues bien, su efectividad puede ponerse en riesgo a causa de conocimientos deficientes y habilidades escasas. Como menciona Lafarga y Gómez (1990), la principal variable que puede afectar la psicoterapia, es la misma psicoterapeuta, en tanto es la persona que tiene la esperanza y la fe en el niño, cree en la valentía y la creatividad del individuo para afrontar la inmensidad de lo que desconoce.

En consecuencia, su intelecto también resulta elemental para ejercer esta profesión, en ese sentido, debe estar plenamente familiarizada con las etapas de desarrollo en el niño, las etapas normales del juego, tipos de juego, la importancia del juego, problemas comunes por los que los niños son traídos a psicoterapia, pero sobre todo conocimientos afines y práctica de la psicoterapia de juego centrada en el niño.

Según West (2000), las guías y explicaciones de conocimientos teóricos muestran el camino y apoyan en la evaluación. Empero, como psicoterapeuta es importante considerar que la realidad externa es importante, pero la respuesta interna del niño a esa realidad o hacia lo que el niño percibe o ha percibido como realidad es lo que constituye nuestra área de trabajo.

De tal modo, es vital que la psicoterapeuta se mantenga neutra como si fuese un telón de fondo donde el niño pueda proyectar imágenes, temores, fantasías, conviene evitar dar información inoportuna e innecesaria, además de permitir al niño verse a través de la persona que es la psicoterapeuta, como un espejo que le posibilita reflejar su propio yo y descubrirse a sí mismo.

El individuo descubre su propio camino, asume responsabilidades, experimenta satisfacción en su crecimiento personal, eso hace el niño dentro del cuarto de juegos. Según Rogers (1997), la psicoterapia es una experiencia donde el individuo se capacita para hacer una diferenciación más adecuada del sí mismo fenoménico y de sus relaciones con la realidad externa, por lo que la participación de la psicoterapeuta crea una atmósfera adecuada para el que el individuo pueda sentir y vivir esta experiencia.

En este sentido, recae una evidente responsabilidad en la psicoterapeuta pues en la medida que logre crear esta atmósfera *ad hoc* será posible el crecimiento personal del niño dentro del espacio psicoterapéutico. Por lo que, para lograr crear este ambiente dentro del cuarto de juegos, la psicoterapeuta seguramente ha de recorrer un camino de desarrollo intelectual y transformación personal. Pues la preparación intelectual es indispensable para conocer cuáles son las condiciones bajo las cuales los seres humanos pueden crecer y descubrirse a sí mismos, comprender la filosofía del enfoque centrado en la persona ayuda en gran medida a ampliar esta sabiduría intelectual.

No obstante, la sabiduría intelectual se entrelaza con la sabiduría orgánica. Durante la preparación intelectual la persona descubre que existe una forma de vivirse diferente, descubre qué necesita para poder abrirse, conocerse y reconocerse. Se va dando un desarrollo simultáneo, pues para poder aprender sobre las actitudes básicas con las que debe contar una psicoterapeuta, es indispensable poder vivirlas y experienciarlas propiamente. Por esta razón, el proceso terapéutico de la psicoterapeuta es fundamental, ya que en él no sólo trabaja su parte interna sino que vive la experiencia como cliente, una experiencia única de la cual tiene mucho que aprender para su ser psicoterapeuta. Justo ahí se va llevando a cabo su transformación personal. Además de que en un espacio de aprendizaje y práctica la psicoterapeuta pone en marcha su sabiduría orgánica que contempla su personalidad, calidez, empatía, comprensión, lenguaje no verbal y gran habilidad de respuesta en la relación psicoterapéutica con el niño.

En conclusión, la sabiduría intelectual funge un papel importante en la preparación de la psicoterapeuta y es la base sobre la cual se sustenta el trabajo que se realiza dentro de la psicoterapia. Sin embargo, la sabiduría organísmica logra un nivel más avanzado de conciencia de la psicoterapeuta y esa sabiduría le permite ser y estar de una forma congruente y abierta con el niño, le permite darse cuenta de la posibilidad que ofrece como persona para que el niño sea quien es. Sin esta sabiduría no se podría ser psicoterapeuta.

Apoyo en la Psicoterapia de Juego

Como se ha mencionado, el niño no llega solo a psicoterapia, detrás de él está alguien que lo acompaña, está ese adulto que busca la ayuda para el niño, probablemente sea su cuidador principal. Generalmente, quienes llevan a los niños son las madres y/o padres de familia, algunas ocasiones llegan abuelas (os) que están a cargo del infante. Sin importar cuál sea la razón por la que el adulto pide ayuda para el niño, es quien tiene el deseo de que el niño cambie y se adecue a sus expectativas.

No obstante, el niño es el resultado de las interacciones que ha tenido con los adultos y con todo aquello que lo rodea, por lo que en la psicoterapia de juego resulta importante la participación y orientación a los padres de familia como apoyo a la psicoterapia de juego. En ese sentido, si se otorga a los padres las herramientas para que aprendan a relacionarse con el niño, se pueden obtener grandes logros.

Si bien, se ha mencionado la trascendencia que tiene la psicoterapeuta en el proceso de psicoterapia del niño, se ha constatado que el papel que juegan los padres de familia también es esencial en la medida que pueden facilitar y acelerar el progreso en el niño. Si el ambiente familiar crea un ambiente similar a la atmósfera psicoterapéutica, el niño podrá sentirse con la fortaleza de impulsar su crecimiento a la adaptabilidad y sus relaciones familiares serán cada vez más estables (Jardón, 1998).

Sin embargo, para Axline (1988), no es necesario que los padres sean atendidos para efectos de asegurar el resultado exitoso en la psicoterapia, pero bien podría coadyuvar a agilizar el proceso. En la medida que el niño se sienta más responsable y maduro, entonces el padre o madre siente menos irritación y menos necesidad de regañar al niño.

Mi experiencia como psicoterapeuta

El trabajo con niños ha sido siempre una parte esencial en mi vida, los niños son como imanes que atraen mi atención, son personas a las que admiro por su valentía, estimo su ser puro y auténtico, pero sobre todo su capacidad de asombro ante lo más simple hace que sean invaluableles a mi percepción.

Desde mi perspectiva, como adultos definitivamente tenemos mucho que aprender de los niños, tienen capacidades sorprendentes, la esencia que poseen es única; los niños son vida, son luz, aman incondicionalmente sólo hace falta contemplarlos, cuidarlos, amarlos y procurar lo que les permite florecer: amor, cariño y afecto. Sin duda, su mundo es distinto al nuestro, si pudiéramos estar con ellos y dejar que nos muestran ese mundo, no haría falta pensar que no pueden, que no saben, o que no entienden. Como adultos hace falta empatizar con la infancia, con los niños, con nuestros niños.

Es todo aquello lo que me ha llevado a decidir relacionarme con ellos, nutren y aportan en gran medida a mi persona. Sin embargo, el trabajo psicoterapéutico ha sido un reto, ya que la formación de la psicoterapeuta implica no sólo adquirir conocimientos sino requiere de un arduo trabajo personal. Esto me permite conocerme, desarrollarme y crecer como la persona que soy.

Esto tiene relación con lo que refiere West (2000), quien considera que es importante que la terapeuta trabaje en sus experiencias y sentimientos respecto a una vida adulta y temprana de modo que, con suficiente madurez de autoconocimiento personal es posible que se reconcilie con su propia infancia y su familia, con su propio sí mismo infantil y con sus circunstancias vitales.

Trabajar con mi niña interior ha sido una de las experiencias más formidables en mi vida, he logrado sanar algunas de las heridas que dejaron huellas importantes, también he comprendido las circunstancias que en su momento permitieron sentirme abandonada o incomprendida. Igualmente, regresar a la infancia me llena de nostalgia, revivir tanto los momentos tristes y dolorosos, como los momentos alegres y divertidos es algo que forma parte de mí, y que me ha ayudado a construirme como persona. Incluso, el juego fue una vía sanadora que me permitió asimilar y afrontar aquellos momentos y situaciones que no fueron tan agradables en mi infancia.

Este conocimiento y trabajo psicoterapéutico es vital ya que así puedo conseguir una reconciliación con aquellas experiencias vividas, pues dentro de la psicoterapia personal me permito buscar un equilibrio entre la percepción que posiblemente tenía de los niños y la que tengo ahora, asimismo me puede ayudar a identificar los sentimientos y proyecciones que emergen en las sesiones de psicoterapia de juego.

A continuación se relata una de las primeras experiencias que viví dentro del cuarto de juegos respecto a darme cuenta de las necesidades que surgieron en la relación psicoterapéutica y que tienen que ver con la necesidad de “proteger al niño”.

Alex: Si me duele todo el cuerpo cuando estoy haciendo cosas.

Terapeuta: Te cansas cuando haces cosas.

Alex: Si.

Terapeuta: Pero decides estar de pie.

Alex: Si

Terapeuta: ¿Te gustaría sentarte?

Alexis: Am no, a mí casi no me gusta sentarme.

Si analizamos esta situación, como psicoterapeuta mi intervención sólo se debió limitar a reconocer los sentimientos del niño. Sin embargo, inconscientemente, deseo protegerlo ya que cuando él expresa su cansancio y a pesar de que manifiesta que aunque está cansado decide quedarse de pie, realice una pregunta poco eficaz, esa pregunta está encaminada a quererle mitigar su cansancio invitándolo a sentarse. Fue algo que el niño no solicitó e incluso sostiene con firmeza su decisión de mantenerse de pie.

Gracias a la supervisión pude darme cuenta de esta situación, y conjuntamente en la psicoterapia personal, me di cuenta que por la experiencia como madre, la necesidad de proteger está muy arraigada en mí, así como la necesidad de hacer sentir a salvo, por lo que me concierne darme cuenta que los niños no siempre requieren que alguien los proteja sino simplemente que alguien los entienda y tampoco en la psicoterapia de juego no hago que se sientan a salvo, ellos deben encontrar la seguridad dentro de la relación misma.

A veces es difícil ser psicoterapeuta de Juego, para aquella que tiene hijos, debido a que aprende de una manera diferente a interactuar con los niños, de valorarlos y validarlos dentro de la psicoterapia de juego (West, 2000).

La psicoterapeuta debe tener la valentía para admitir sus errores, admitir imprecisiones en lo que percibe de forma personal, mostrarse vulnerable de vez en cuando, asumir riesgos y dejarse llevar por la intuición en respuesta a las expresiones creativas del niño. Del mismo modo, debe tener coraje para compartir sentimientos y no adoptar actitudes defensivas, confiar en sí misma en todo momento (Landreth, 2018).

Es por ello la importancia de ser precavida en el momento que intento reflejar algún sentimiento o conducta del niño, pues debo profundamente evitar responder preguntas que no se han formulado o bien realizar preguntas indagatorias que intenten averiguar sobre lo que el niño dice o hace. Eso le resta libertad al niño, no obstante, tiene el derecho de expresarse en cualquier momento que sienta la seguridad para hacerlo y sienta que está preparado, mientras tanto no debo apresurar al niño.

Sin embargo, en mi experiencia esto no resulta ser tan sencillo, pues he caído en el error de dirigir mis acciones con alguna intencionalidad e incluso las del niño, con tal de querer “acelerar el proceso”.

A continuación voy a presentar una experiencia que guarda relación con lo anterior. En una de las sesiones con el niño, la mamá llegó abrumada y angustiada por una conducta agresiva que el niño tuvo en casa, desesperadamente describe la situación, y aunque atiendo su preocupación y angustia por el niño, el hecho de saberlo generó en mí una profunda preocupación y sin darme cuenta desconfié del trabajo que había realizado como psicoterapeuta, eso me orilló a sentir la necesidad de querer ofrecer una solución inmediata, de atender a la necesidad de la madre y eso me desequilibró totalmente dentro de la sesión de juego.

Derivado de ello, en la sesión siguiente, realice al niño preguntas indagatorias, con la intención de conocer lo que había sucedido, dejé de atender las conductas no verbales y desde ese momento perdí de vista al niño centrándome en el problema y en concordancia con Landreth (2018), ese no resulta ser el objetivo de la psicoterapia de juego, ya que esta no resuelve

problemas por el niño, tampoco explica el comportamiento, no intenta salvar al niño ni cuestiona sus intenciones.

Reflexionando, no es fácil conseguir estabilidad personal para trabajar al lado de niños que en muchas ocasiones no son felices, sufren, y puede ser que a veces como psicoterapeuta sienta confusión, me sienta menguada o ineficiente al reflejar las experiencias del niño. Es por ello, que la forma de expresarme verbalmente podría dar pauta a facilitar o entorpecer el proceso, considerablemente el niño posee gran sensibilidad, es perceptivo, lo que le permite captar fácilmente lo que el adulto en esencia quiere comunicar (West, 2000).

Estamos tan acostumbrados a tratar de ciertas formas a los niños, que me ha resultado difícil el trabajo dentro de la psicoterapia. Estamos acostumbrados a imponer, dar soluciones, incluso solucionar por el niño, no obstante, en la psicoterapia de juego considero importante permitir al niño que explore y encuentre soluciones propias, permitir que él tome decisiones, puede elegir con qué juguete jugar, cómo jugar con él, qué color utilizar, eso fomenta la responsabilidad en el niño ya que como adultos estamos acostumbrados a enseñar y dirigir a los niños. Sin embargo, dentro del cuarto de juego como psicoterapeuta no doy soluciones, ni decido por él, sólo intento comprender la percepción de su realidad desde el punto de referencia del niño, vislumbrar el significado que el juego tiene para él.

Estar con el niño supone un proceso mental y verbal altamente interactivo por parte de la psicoterapeuta, requiere de alto nivel de interacción con el niño. Incluso si él me invita a ser partícipe de juego debo tener cuidado en no perderme en el propio juego, mi centro de atención es el niño, no soy una compañera de juego ya que mi manera de interactuar con el niño es a través de la observación, la escucha activa y el reconocimiento de aquello que intenta expresarme con su lenguaje verbal y/o no verbal.

Como psicoterapeuta debo ser coherente en mi comportamiento, eso le dará seguridad al niño, si en repetidas ocasiones me pide hacer algo por él como: *“me lo pasas”, “lo buscas”* en todo momento mi respuesta estará dirigida a devolverle la responsabilidad *“Eso es algo que puedes hacer tú”*.

Respondo desde mi propia humanidad a la persona del niño. Mi relación con el niño es singular, única y diferente, probablemente afuera, para el niño resulta difícil encontrar una relación con un adulto así, cálida y sincera, en donde tenga la oportunidad ser él mismo.

Para valorar, reflexionar, captar o darme cuenta de aquello que pudiera estar influyendo en el niño como persona, es indispensable tener una supervisión y un proceso psicoterapéutico en donde pueda verme a mí misma en mi relación con el niño.

Lo que los niños aprenden en psicoterapia

La psicoterapia de juego trasciende en la vida del niño, la experiencia vivida dentro del cuarto de juego, es una experiencia que revitaliza y aviva la esencia auténtica y la capacidad del niño por ser él mismo.

De acuerdo con Delgado, Porras y Rodríguez (2008), en la psicoterapia de juego el niño/a tiene la oportunidad de reflexionar acerca de sí mismo/a con el apoyo de la psicoterapeuta; puede comenzar a descubrirse con un significado de ser y estar; explora en lugares que antes no había explorado, mediante el juego encuentra algunas respuestas a diversas interrogantes; examina actitudes, acciones o sentimientos que se han verbalizado o están por hacerlo.

De igual forma, en etapas avanzadas emerge en el niño/a la confianza en la propia experiencia que ha vivido de forma responsable, segura y congruente con su desarrollo; enfrenta de manera más segura situaciones no resueltas.

En relación a lo anterior Landreth (2018), señala que la psicoterapia de Juego permite que el niño aprenda de sí mismo y del mundo; se conozca mejor y se acepte a sí mismo; y sobre todo le da seguridad para arriesgarse a ser él/ella mismo/a y a expresar su ser emocional más profundo.

Cuando el proceso psicoterapéutico ha resultado efectivo, el Yo del niño/a ya no se siente amenazado, todos sus sentimientos son aceptados y los expresa de forma responsable, aprende a controlarse y a responsabilizarse tanto de su libertad de expresión como de sí mismo.

En la medida que la psicoterapeuta le comunicó el profundo respeto por él, ahora el niño es capaz de guardar respeto por sí mismo, de tomar decisiones y responsabilizarse de las mismas, ha resurgido en él su ser creativo e ingenioso a la hora de enfrentarse a sus problemas.

Cuando los niños pueden ser ellos mismos y sentirse queridos dentro del ambiente terapéutico, tienen la oportunidad para quererse y valorarse a sí mismos (Rogers, 1951, cit. en West, 2000). De tal forma, tienen grandes probabilidades de que su conducta sea más madura, se convierten en seres autosuficientes, y mantienen una autoestima alta.

CONCLUSIONES

“Si tan solo pudiéramos aprender a responder de manera efectiva a los niños, en el momento de crisis en sus vidas que los lleva a nosotros, y en momentos críticos subsecuentes que son parte del crecimiento, salvaríamos a muchos de ellos de convertirse en clientes en un sentido u otro durante el resto de su vida” (Winnicott, 1984 Citado por West, 2000 p. 1).

En una sociedad tan acelerada como la nuestra, los adultos corremos casi todo el tiempo y no nos damos un espacio para apreciar al niño y considerar lo valioso que es por el hecho de ser quien es. Para un niño resulta complicado establecer una relación íntima con adultos debido a la vida tan apresurada que llevamos, pues si sólo ese adulto pudiera proveer al niño de respeto, aceptación y comprensión pudiera encontrar más fácil la posibilidad de desarrollarse de forma auténtica.

Como adultos, la mayoría de las veces tratamos de explotar la personalidad del niño, de tal forma que les exigimos que actúen, sientan y piensen de determinadas maneras. Queremos que sea algo que no es, tenemos la creencia de que educar significa someter, castigar, pero no nos detenemos a pensar que puede reaccionar de maneras diversas ante aquello que vive y experimenta.

El niño muchas veces reacciona defendiendo su identidad, busca salida de aquello que no desea ser, algunas veces se aparta para deleitarse con aquellas cosas que le interesan y que son importantes para él, tiene curiosidad por explorar el mundo, la naturaleza y lo más simple, el juego es su gran herramienta.

Como se ha mencionado anteriormente, mediante el juego el niño se expresa naturalmente, expresa pensamientos, sentimientos y actitudes, en pocas palabras, se comunica a través de él, pues a diferencia de los adultos, para los niños el juego resulta ser su lenguaje.

Justamente, la filosofía de la psicoterapia de juego centrada en el niño se enfoca en la capacidad innata que tienen los niños para crecer y madurar, y que esta capacidad les permite dirigir su propia vida de manera constructiva, logran un equilibrio interior que les permite adaptarse a las nuevas experiencias externas. Todo a partir del juego, el niño interactúa con diversos materiales lúdicos con la finalidad de simbolizar o representar algo significativo en su

vida, a partir de esa representación el niño puede trabajar sus conflictos internos, decide tomar decisiones y arriesgarse a descubrirse, alcanza a crear nuevas formas de enfrentarse a los conflictos, en tanto va generando confianza, seguridad e independencia en sí mismo.

Para que el niño logre este equilibrio interior, requiere de una persona que le acompañe, le transmita esta seguridad y confianza que requiere. Dentro de una atmósfera cálida el niño pueda mostrarse tal cual es, donde no sienta la necesidad de complacer a nadie y que su única finalidad sea descubrirse a sí mismo. Esta persona es la psicoterapeuta, quien juega un papel importante en la psicoterapia de juego centrada en el niño, debido a que es quien le facilitará al niño la posibilidad de tomar consciencia de su propio Yo. Quien funja como un espejo, donde el niño pueda mirarse y verse reflejado.

Las cualidades de la psicoterapeuta implican trabajar tanto la parte intelectual como la parte personal interna, la psicoterapeuta se caracteriza por ser una persona sensible, cálida, auténtica, paciente, confiable, íntegro, flexible, quien en todo momento mantiene un interés genuino por el niño, un profundo respeto y una gran aceptación positiva incondicional, estas cualidades hacen de ella una persona capaz en la práctica psicoterapéutica.

Por ello, la psicoterapia no es una técnica sino una actitud que permite potenciar un proceso constructivo en el niño mediante su medio natural de expresión: el juego. La psicoterapeuta necesita involucrarse en el mundo del niño, lo cual no resulta sencillo si no ha trabajado su parte interna, su yo. No se trata sólo de escuchar y observar al niño, sino más bien de comprender su mundo interno que trata de comunicar a través de su juego, es crucial poder sumergirse en la experiencia del niño. Sin embargo, no es algo que se logra de manera inmediata, se requiere de una preparación consistente y dinámica que permita reforzar las cualidades humanas con las que cuenta la psicoterapeuta además de la preparación intelectual respecto a los principios y prácticas que fundamentan la psicoterapia de juego desde el enfoque centrado en el niño.

Lo más importante de la práctica psicoterapéutica centrada en la persona es el esfuerzo de la psicoterapeuta para responder no sólo al sentimiento sino también al “significado afectivo”, y no al significado semántico de las expresiones de la otra persona (Lafarga, 1954). Es decir, ir

más allá de lo que escucha, ir más allá de lo que ve, el progreso terapéutico es resultado de experiencias que para el cliente tiene más significado emocional que intelectual.

Desde mi experiencia, el proceso para convertirme en psicoterapeuta también me ha llevado a convertirme en persona, ha sido un proceso de aprendizaje, descubrimientos y grandes experiencias, aquí destaco la importancia del trabajo personal más que intelectual, el trabajo personal ha sido más complicado y me ha permitido una gran transformación. La experiencia de sentirme reconocida y comprendida, además de vivirme un ambiente cálido y seguro me ha dejado un gran aprendizaje, un aprendizaje que he de compartir con aquellos niños a los que ahora recibo en el cuarto de juegos. Y en donde he encontrado más posibilidades de seguirme conociendo y trabajar en aspectos personales que pueden influir en el proceso del niño, por tal destaco la gran relevancia que tiene la supervisión a la psicoterapeuta. Al mismo tiempo la experiencia como psicoterapeuta me ha permitido sentirme satisfecha al darme cuenta de lo que los niños han logrado dentro de este espacio, pues han aprendido a ser ellos mismos, han logrado relacionarse de manera más armoniosa en sus hogares y el entusiasmo con el que cada día llegan al cuarto de juegos me llena de gran alegría.

Como psicoterapeuta, sé que para el niño me convierto en un adulto peculiar, un adulto con el que pocas veces se encuentran en el mundo real, porque la mayoría del tiempo están ocupados satisfaciendo sus propias necesidades. Mantengo características propias que me permiten ser esa persona especial para el niño, porque lo acepto, respeto su singularidad, lo miro como un ser capaz y único con pensamientos, ideas, creencias, sentimientos, fantasías y opiniones particulares que son dignos de respeto. El mundo real es muy difícil para ellos, por lo tanto, requieren tiempo, comprensión y aceptación para asimilarlo.

Para ser psicoterapeuta se requiere de una gran valentía, en primer lugar, para arriesgarse a ser ella misma, y en segundo lugar para ofrecer al niño la oportunidad de ser el mismo. Lo cual no resulta sencillo, sin embargo, la preparación intelectual es de gran importancia para este desarrollo pero la habilidad de ser una persona genuina, aceptante, auténtica, empática es invaluable ya que forma parte de la personalidad de la psicoterapeuta. Conjuntamente, la capacidad de relacionarse con los niños natural y genuinamente resulta imprescindible en su quehacer profesional. Por lo que, considero que sólo la persona que integre todos aquellos aspectos puede ser psicoterapeuta de juego desde el enfoque centrado en el niño.

El valor del espíritu que poseen las personas es invaluable ante la forma más genuina de mirar al mundo, de mirar al niño. El niño vive en un mundo propio y pocos adultos lo comprendemos, si tan sólo hiciéramos una pausa para contemplar el mundo y valorarlo desde otro punto, desde el punto en que lo mira el niño, pudiéramos aspirar a una enorme grandeza como personas, como humanidad.

BIBLIOGRAFÍA

- Axline, V. (1988). *Terapia de juego*. Diana.
- Bratton, S., Edwards, N., Landreth, G., & Rey, D. (2009). Child-centered play therapy (CCPT): Theory, research and practice. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 8 (4), 266-281.
- Carpintero, H., Mayor, L. & Zalbidea, M. A. (1990). Condiciones del surgimiento y desarrollo de la Psicología Humanista. *Revista de Filosofía*, 3 (3), 71-82.
- Delgado, G., Porras, K. & Rodríguez, M. E. (2008). La terapia de juego centrada en la niña/o. *Prometeo*, (56), 2-10.
- Dorfman, E. (1997). Terapia Lúdica. En Rogers, C. R. *Psicoterapia centrada en el cliente*. Vol 28 (pp. 207-241). Paidós.
- Esquivel, F. (2010). El juego y la psicoterapia infantil. En Esquivel, F. *Psicoterapia Infantil con Juego de Casos Clínicos* (pp. 61-76). Manual Moderno.
- Gómez, J. (2010). ¿Quién ayuda a los que ayudan? *Prometeo*, (57) 4-9.
- González, A. (2003). Fenomenología y Hermenéutica: propuestas para la fundamentación metodológica del desarrollo humano *Prometeo*, (38) 15-19.
- Jardón, P. (1997). *El papel de los padres en la terapia de juego no-directiva* (tesina de licenciatura en psicología FES Iztacala, UNAM).
- Lafarga, J. & Gómez, J. (1990). La persona que es el terapeuta. En Lafarga, J. & Gómez del Campo, J. F. *Desarrollo del Potencial Humano, Vol. 1* (pp. 175-185). Trillas.
- Lafarga, J. (2013). *Desarrollo humano. El crecimiento personal*. Trillas.
- Landreth, G. (2018). *La terapia del juego. El arte de relacionarse jugando*. Obelisco.
- Lore, S. (1996). La personalidad del terapeuta en la Relación Psicoterapéutica. *Prometeo*. (13) 27-31.

- Rogers, C. R. (1997). El Proceso Terapéutico. En Rogers, C. R. *Psicoterapia centrada en el cliente* (pp. 123-175). Paidós.
- Rogers, C. R. (1981). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Paidós.
- Rogers, C. (1998). La Naturaleza del hombre. En Lafarga, J. & Gómez del Campo, J. F. (Eds.), *Desarrollo del Potencial Humano, Vol.1* (pp. 29-34). Trillas.
- Rogers, C. R & Kinget, G. M. (1971). *Psicoterapia y Relaciones Humanas. Teoría y práctica de la Terapia No directiva*. Alfaguara.
- Rogers, C. R. (1990). Condiciones necesarias y suficientes del cambio terapéutico de personalidad. En Lafarga, J. & Gómez del Campo, J. F. (Eds.), *Desarrollo del Potencial Humano, Vol. 1* (pp. 77-92) Trillas.
- Rogers, C. R. (2002). Formulación de una Ley General de las Relaciones Interpersonales. En Rogers, C. R. *El proceso de convertirse en Persona* (pp. 294-300). Paidós.
- Rogers, C. R. (2007). Teoría de la personalidad. En *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales* (pp. 63-69). Nuevo visión.
- Rogers, C. R. (1990). La Relación Interpersonal: Núcleo de la Orientación. En Lafarga, J. & Gómez del Campo, J. F. (Eds.), *Desarrollo del Potencial Humano Vol. 1*. (pp. 121-136) Trillas.
- Olivares, R. (2005). El Concepto del Ser Humano de los Filósofos Existencialistas. En *La construcción socio existencial de los varones hoy*. (pp. 51-89). (Tesis de Maestría). Universidad Iberoamericana.
- Quitman, H. (1989). Ayuda para la autoayuda. El concepto de la terapia conversacional de Carl Rogers. En Quitman, H. *Psicología Humanística* (pp. 129-177). Herder.
- West, J. (2000). *Terapia de juego centrada en el niño*. Manual Moderno.