

Loretta Cornejo

El espacio común

Nuevas aportaciones a la Terapia Gestáltica
aplicada a la infancia y la adolescencia

2ª edición



Desclée De Brouwer

loretta zaira cornejo parolini

El espacio común

nuevas aportaciones a la terapia gestáltica
aplicada a la infancia y la adolescencia

2ª edición



Desclée De Brouwer

Índice

Introducción	11
1. El espacio común	15
2. El espacio de cada persona	19
3. El espacio de cada niño	23
4. El espacio de los padres	39
5. El espacio de los jóvenes	51
6. El espacio de los abuelos	69
7. El espacio de los hermanos	77
8. El espacio del mundo	81
9. Técnicas gestálticas aplicadas a los niños y a los adolescentes	89
Mi primer año de terapia	92
Así represento mi mundo	95
Algunas dinámicas en la cocina	106
Trabajo con el grupo de las «Lunas Nuevas»	111
Conversaciones entre una mamá y su niño de modo pictórico y sin palabras	114
La técnica de hacer varias cosas al mismo tiempo	121

10. Técnicas gestálticas para los terapeutas y los profesionales de ayuda	123
11. El espacio del terapeuta.....	139
Técnica de apertura de un grupo.....	143
Un espacio compartido	147
Baile Emocional	149
Descubriendo qué es	155
Juego de Rol.....	156
Dinámica: música y emociones.....	159
La herencia emocional	162
Las dinámicas de Sandra.....	163
Dinámica para un niño ‘contaminado’	165
Adivina qué haremos	169
La doma de mi animal salvaje	171
Cómo me veo y cómo me ven	172
Ejercicio de normas en sesión de padres.....	174
Dando nombre a las sensaciones y a las emociones ...	176
Ilumínate en la música	178
Bodegón de mandarinas: construcción y representación de la realidad.....	180
El lenguaje inventado	182
Explorando los sonidos, de la individualidad al grupo..	183
Ideas al aire.....	185
Agradecimientos	199

Introducción

Es muy difícil a veces empezar con el niño una sesión terapéutica, al menos en mi caso, así, sin que transmita lo que puede estar pensando o sintiendo en el momento en que lo conozco y cuando veo que sus pies permanecen aun colgando en la silla, sin poder sostenerse en el suelo, ya que por su tamaño aún no puede llegar a tierra firme. Esto me produce ternura, y por dentro me preocupo más de cuidarlo, de sentir que es como una plantita, con todos sus brotes muy tiernos y que aunque nuestro mundo intente madurarlos muy pronto, hacerlos adultos antes de tiempo, siempre los seguiré viendo lo que son, niños que balancean sus pies porque no llegan al suelo, niños que si sus pies llegan al suelo se mecen en la silla, niños que juegan con lo que tienen en sus manos o se inventan cosas. En fin, niños a pesar de todo, de sus buenas y amargas experiencias, niños con mucho mundo interior y mucho corazón.

Generalmente cuando los recibo siempre me pregunto: «¿Qué sentirá al venir aquí?». «¿Le habrán comentado sus padres por qué viene a un psicólogo?». «¿Cómo puedo hacer todo lo posible para que guarde un buen recuerdo de esta primera vez?». En *UmayQuipa* tratamos en lo posible de que este sea un lugar cercano, donde el niño y sus padres encuentren que algo es posible. La lectura que queremos dar con los colores de las paredes, los libros escogidos para todas las edades en las salas de espera, los muñecos de peluche que nos han ido donando niños y jóvenes cuando han sentido que ya los tenían que dejar y han venido y nos los han entregado en custodia, los juguetes que tienen que ver más con un simbolismo mágico, con posibilidades de juego entre adultos y niños, es algo pensado y sentido desde el principio.

El espacio común loretta zaira cornejo parolini

El psicólogo, el terapeuta es alguien del alma, del corazón y de la mente, y tenemos que unificarlos, integrarlos, hilvanarlos y tejerlos en una red que sostenga a nuestros niños y a sus familias.

Es por esto por lo que nada es poco importante para que no implique un esfuerzo placentero, un involucramos hasta con los colores de los vasos para el agua o las galletas de la sala de espera, para que al menos por un momento podamos ser capaces de brindar un alto en el camino, en las angustias, en las confusiones, que han traído al niño hasta aquí junto con sus padres, en esa petición de ayuda y con sus ganas de seguir aprendiendo a volar y recorrer sus propios mundos y los heredados.



[Ilustración II]

* La editorial colgará en su página WEB todas las fotografías con sus colores originales.



[Ilustración III. Arzak, 18 años, mi año de terapia, una escalera que conduce a una puerta que aún está cerrada, pero que no tiene llave. Falta descubrir qué hay al otro lado.]

1

El espacio común

¿Por qué se usa esta palabra? Porque es lo que se va a crear en toda relación terapéutica.

Un espacio entre el niño y nosotros entre sus padres y nosotros, un espacio que será creado poco a poco y cada día de sesión, e incluso cuando no se está en sesión ya que la relación continua más allá de los cuarenta y cinco minutos.

Este espacio es una representación de lo que es el vínculo del niño fuera, en su mundo; y en la relación terapéutica además de poder ver cómo hace este niño uso de este espacio de relación también iremos transmitiendo un modelo interrelacional. Ya que queramos o no el modo que tenemos de dirigirnos a ellos, el modo de funcionar con ellos, el modo en que los miramos o no, son señales para que el niño se posicione en un sitio hacia sí mismo y hacia los demás.

Muchas veces creemos que lo que le hablamos es lo que le llega, pero no es así, generalmente al niño le llega más lo que transmitimos con nuestra conducta, con nuestros gestos o incluso lo que sentimos por dentro ante determinada situación, o la técnica que utilicemos, que todas las palabras que acompañemos para convencerlo de algo.

Un ejemplo: puede ser que utilicemos alguna técnica que hayamos aprendido o que nos han enseñado, pero no estamos convencidos de ella, sea por la razón que sea. Y aunque la digamos exactamente como nos la han explicado o como la hemos leído, las dudas, la ambigüedad que sintamos por

dentro, sin querer, la vamos a transmitir. El niño tampoco será consciente de este mensaje, simplemente 'notará' posiblemente de modo inconsciente o a nivel energético que algo no va bien, que duda, que tampoco él se convence, pero no podrá ponerlo en palabras, sino hacer lo que hacen los niños, se despidan, se mueven más de la cuenta, se niegan a hacer lo que les pedimos, hacen los payasos, se aburren, y entonces empieza la impaciencia del adulto, la exigencia de que tiene que hacer lo que le hemos pedido. En terapia se 'analiza' la resistencia del niño como si fuera propia de él y no nos planteamos que tal vez lo único que está haciendo, porque todavía lo puede hacer, es responder o mostrarnos nuestras propias dudas o resistencias a la propia técnica que queremos aplicar.

Cuando doy las clases generalmente le digo a los alumnos que no hay técnicas mágicas, ni mejores ni peores, sino que tenemos que estar convencidos de lo que usamos, en primer lugar; y en segundo lugar, que hay que saber para qué las usamos, o lo que es lo mismo, tener claro, al menos, cuál es nuestro objetivo al introducirlas en nuestro espacio común con el niño. No estoy muy de acuerdo en técnicas que por ejemplo proponen que hagamos bailar al grupo o hagamos que griten. Y yo muchas veces pregunto: «¿y para qué?». «No importa», me contestaban, «ya veremos que sucede».

Estoy de acuerdo con la creatividad y la espontaneidad, pero tampoco creo que un terapeuta no deba preparar sus sesiones o al menos tener una idea de qué es lo que quiere mover o revisar en el otro, y mucho más en un niño. Considero que hacerlo así es un tipo de abuso, sobre todo porque los pacientes en general siempre son buenos y hagamos lo que hagamos siempre sacarán buenas cosas, pero no porque nosotros las hayamos hecho buenas, sino por su modo de abrirse y de prestarse a los cambios, a resolver cosas, a aventurarse, a crear en este espacio común sus nuevas posibilidades.

Entonces, no nos debemos aprovechar de que las cosas resulten bien para nosotros empezarnos mal, es decir, sin saber al menos el mínimo objetivo, el porqué decido trabajar, por ejemplo, en el niño su relación con su padre o hablar de su padre biológico cuando no viene al caso y el niño no lo ha mencionado. Simplemente por investigar. Simplemente porque se supone que si

va a terapia tiene que hablar de lo que le ha pasado aunque no quiera hacerlo. Simplemente porque el pasar el duelo significa hablar de él, o que el terapeuta toque temas tan dolorosos que el mismo niño por ahora no es capaz ni de verlos ni de saber qué es lo que realmente ha sucedido.

Nunca pongamos la teoría de lo psicológico por encima del paciente, ya sea del niño o de sus padres y su familia. En este espacio común del que hablo, él estará primero y nuestro sentido común y nuestra relación con ellos primará.

Porque no hay momento para hablar de pérdidas, ni tiempos para hablar de abusos y maltratos, ni horarios para hablar de países que se dejaron, padres que se han separado, ni enfermedades que han roto la magia de la infancia. ¿Quién es capaz de decir cuántas sesiones serán necesarias para que el niño hable de algunas de estas cosas que le han sucedido?

No creo que exista un tiempo externo sino un tiempo interno; y puede ser que en esta sesión de terapia el niño no hable de todo esto, pero tiene una vida muy larga y ya tendrá tiempo de hacerlo, cuando esté preparado, cuando esté en otro momento vital, cuando tenga más experiencias, cuando esté con otras personas.

Y también porque hay modos para trabajar lo mismo sin necesidad de que se hable del tema:

- Dando cobijo a esa almita que está sufriendo.
- Sonrisas en momentos de angustia.
- Miradas en momentos de desesperación.
- Brazos que acunen y sepan cargar con lo no dicho.
- Y con las lágrimas depositadas en el interior y que no pueden salir al exterior.

Ese espacio común será tejido y construido por muchos aspectos que brindarán tanto el niño y sus familias como nosotros, pero sobre todo por la capacidad de empatía que tengamos con su dolor, su situación, su edad, y su fuerza para sostenerse ante la adversidad.



[Ilustración IV. Horatio, Loretta y Segismundo, en UmayQuipa.]