

Linda E. Homeyer
Marshall N. Lyles

Prólogo de José Luis Gonzalo

**TERAPIA
AVANZADA
DE LA
caja de arena**

PROFUNDIZAR EN LA PRÁCTICA CLÍNICA



Desclée De Brouwer

Linda E. Homeyer y Marshall N. Lyles

Terapia avanzada de la caja de arena

Profundizar en la práctica clínica



Desclée De Brouwer

Título de la edición original:

ADVANCED SANDTRAY THERAPY

© Linda E. Homeyer y Marshall N. Lyles, 2022

Todos los derechos reservados. Traducción autorizada de la edición original
en lengua inglesa publicada por Routledge. New York, USA
(Taylor & Francis Group LLC)

Traducción: Fernando Montesinos Pons

© 2022, EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A.

Henaio, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclee.com

info@edesclee.com

Facebook: EditorialDesclee

Twitter: @EdDesclee

Impreso en España – Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3197-6

Depósito Legal: BI-01142-2022

Impresión: Grafo S.A. - Basauri

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Figuras y tablas	15
Agradecimientos	17
Sobre los autores	19
Prólogo	21
Prólogo a la edición española	23
Profundizar	35

Parte I

Profundizar en los fundamentos de la terapia *sandtray*

1. Un momento histórico: Pasado y presente	39
¡La Caja de las Maravillas!	40
Caminos hacia el futuro	54
En conclusión	57
2. Validar el mundo	59
Terapia <i>sandtray</i> con refugiados e inmigrantes	61
Terapia <i>sandtray</i> para el trauma derivado del combate militar	66
Terapia <i>sandtray</i> con niños desatendidos y víctimas de abusos	68

Trauma inducido estructuralmente con trauma intergeneracional o histórico	70
Terapia <i>sandtray</i> para personas con alteraciones neurológicas. . .	71
Terapia <i>sandtray</i> para el trastorno del espectro autista (TEA)	75
3. Una exploración más profunda de los materiales de la caja	79
La caja.	80
Tamaños y formas	80
Colocación de la caja	84
Con o sin repisa.	85
La arena	87
Los beneficios neurobiológicos de la arena	88
Tipos de arena.	89
Sustitutos de la arena	91
Colores de la arena	92
Trabajar sin arena	94
El agua	94
El desorden del trabajo con agua	94
Las figuras en miniatura y las imágenes	95
Impacto de la teoría clínica rectora	97
Cuestiones clínicas	99
Figuras típicas para diferentes edades	99
Símbolos y metáforas	100
Organización y presentación	106
Complementos de la caja	109
Telones de fondo	109
Ganchos.	110
4. Importancia de la teoría clínica y de la integración de las teorías del desarrollo.	113
Importancia de la teoría clínica.	114
Teorías del desarrollo y otras teorías que fundamentan el tratamiento de la terapia de arena	120
Desarrollar planes de tratamiento específicos de la teoría clínica.	127

Estudios de caso	128
Estudio de caso 1: adolescente con ansiedad	128
Estudio de caso 2: adulto con trauma infantil	135
Estudio de caso 3: preadolescente adoptado	141
En conclusión	148
5. La persona del terapeuta y el uso del protocolo . . .	149
Origen del concepto de la persona del terapeuta	150
Información de Lowenfeld y Kalff	156
La persona del terapeuta <i>sandtray</i>	158
El viaje de Marshall	162
Humildad cultural en el trabajo con la arena	168
Protocolo de la sesión de la terapia <i>sandtray</i>	170
Paso 1. Preparación de la sala	171
Paso 2. Introducción al cliente. La indicación	171
Paso 3. Creación en la caja de arena	172
Paso 4. Poscreación	173
Paso 5. Limpieza de la caja	175
Paso 6. Documentación de la sesión	175
En conclusión	176

Parte II

Profundizar en la aplicación clínica

6. Neurodiversidad en la caja	183
La terapia <i>sandtray</i> y las etapas psicosociales de Erikson	185
Niños muy pequeños	186
Niños de preescolar	186
Estudiantes de primaria	187
Estudiantes de secundaria	188
Adolescentes	188
Adultos jóvenes	188
Adultos de edad media	188
Adultos de edad tardía	189
Etapa adicional: etapa 9	189

Grupos neurotípicos y neurodiversos	190
Niños y adolescentes con altas capacidades	190
Trastorno de espectro autista (TEA)	192
Demencia	194
Trabajar con individuos neurotípicos en entornos no clínicos	199
En educación: enseñanza universitaria	200
En educación: enseñanza primaria y secundaria	202
En los negocios	208
En la investigación en ciencias sociales	209
Trabajar por la comprensión	210
En conclusión	211
7. El apego en la caja	213
Conceptos de la teoría del apego	214
La terapia <i>sandtray</i> y la teoría del apego	230
Base segura	233
Refugio seguro	236
Coherencia narrativa	239
Mentalización/funcionamiento reflexivo	241
En conclusión	242
8. El trauma en la caja	245
Breve historia de la teoría del trauma	245
Trauma y neurociencia	250
La terapia <i>sandtray</i> y el tratamiento del trauma	256
Protocolo de la sesión de la terapia <i>sandtray</i>	262
Paso 1: Preparación de la sala	262
Paso 2: Introducción al cliente, la indicación	263
Paso 3: Creación en la caja de arena	264
Paso 4: Poscreación	265
Paso 5: Limpieza de la caja	267
Paso 6: Documentar la sesión	269
Planificación del tratamiento del trauma con la caja de arena y métodos avanzados	270

9. Resiliencia en la caja	277
Definir la resiliencia.	278
Investigaciones sobre la resiliencia	281
Neurociencia y resiliencia.	283
Usar la caja para detectar la resiliencia	287
Investigación en China.	287
Investigación en Sudáfrica.	289
Investigación en los Estados Unidos.	290
Usar la caja para aumentar las capacidades	291
La persona del terapeuta <i>sandtray</i> y la resiliencia.	298
En conclusión	299
Nuestro viaje concluye... de momento.	300
 Momentos finales	 301
1 Cajas y arena.	302
John Burr	
2 Seleccionar la arena para las cajas: características que hay que tener en cuenta.	305
Jerry Bergosh	
3 Uso de la caja con niños con TEA	307
Robert Jason Grant	
4 Cómo la caja aporta seguridad para la curación del trauma ..	310
Eliana Gil	
5 Adaptaciones de la caja para ancianos.	313
Sandi Peters	
6 Apego en la caja	316
Bonnie Badenoch	
 Apéndices	 319
Apéndice A:	
Recursos para las cajas, la arena y las figuras en miniatura. . .	320
Apéndice B:	
Pistas y claves para la documentación	323

Apéndice C:	
Ejercicios para el testigo de la caja de arena	329
Apéndice D:	
Indicaciones para trabajar con la persona del terapeuta	
<i>sandtray</i>	331
Apéndice E:	
Bibliografía anotada	334
Índice terminológico y onomástico	343

Figuras y tablas

Figuras

1.1	Primera sala de terapia de juego de Lowenfeld.	44
1.2	Sala de <i>sandplay</i> de Dora Kalff	49
1.3	La VSA y la caja original de Lowenfeld en la exposición Play Well	53
3.1	Cajas en la pared de The Workshop	84
3.2	Caja con repisa y gancho	86
3.3	Vista microscópica de tres arenas.	91
3.4	Guerrera protectora	105
3.5	Telón de fondo	110
3.6	Sand Landscape	110
3.7	Gancho con el tiempo	111
4.1	Modelo de la Terapia <i>Sandtray</i> de Kosanke	114
4.2	Caja de arena adleriana de Aspen	130
4.3	Caja de arena centrada en soluciones de Aspen	132
4.4	Caja de arena del método Satir de Aspen.	134
4.5	Caja de arena adleriana de Terry	137
4.6	Caja de arena centrada en soluciones de Terry	139
4.7	Caja de arena del método Satir de Terry.	141
4.8	Caja de arena adleriana de Ángel	143
4.9	Caja de arena centrada en soluciones de Ángel.	145

4.10	Caja de arena del método Satir de Ángel	147
5.1	Cree un mundo en el que sea fácil saber qué es seguro	162
5.2	Cree un mundo en el que esté bien ser visto.	163
5.3	Cree un mundo de pertenencia	164
5.4	Cree un mundo sobre un juicio interior	165
5.5	Cree un mundo en el que la fuerza y la debilidad trabajen juntas	166
5.6	Cree un mundo poniendo una acción al miedo	167
5.7	Cree un mundo sobre su historia inacabada	167
7.1	Muñecas rusas como metáfora	238
8.1	Modelo de la Terapia <i>Sandtray</i> de Kosanke	258
9.1	Genogram Blocks™	295
9.2	Palos de la Grandeza.	296
9.3	Cartas de la Grandeza en una caja.	296

Tablas

4.1	El modelo neurosecuencial y la Terapia <i>Sandplay</i>	122
4.2	Implicaciones de la caja según los niveles del desarrollo cognitivo de Piaget.	124
4.3	Plan de tratamiento adleriano de Aspen	129
4.4	Plan de tratamiento centrado en soluciones de Aspen	131
4.5	Plan de tratamiento del método Satir de Aspen	134
4.6	Plan de tratamiento adleriano de Terry	136
4.7	Plan de tratamiento centrado en soluciones de Terry	138
4.8	Plan de tratamiento del método Satir de Terry	140
4.9	Plan de tratamiento adleriano de Ángel.	142
4.10	Plan de tratamiento centrado en soluciones de Ángel	144
4.11	Plan de tratamiento del método Satir de Ángel	147

Sobre los autores

Linda E. Homeyer, PhD, LPC-S, RPT-S

Tras más de treinta años como terapeuta de juego, como terapeuta *sandtray* y como profesora universitaria, Linda está semijubilada. Continúa escribiendo, ofreciendo consultas profesionales y jugando con arcilla en Canyon Lake, Texas. Dirigió recientemente el Door of Hope Counseling Center en New Braunfels, Texas, donde también se ocupó de la formación y supervisión en terapia de juego y en terapia *sandtray*.

Además de presentar ponencias y conferencias en los Estados Unidos, Linda ha disfrutado viajando por el mundo y ha enseñado terapia de juego, terapia *sandtray* y ha ofrecido supervisión clínica en Turquía, Líbano, Jordania, Sudáfrica, Australia, México, Canadá, Gran Bretaña, Irlanda, Taiwán, Dinamarca, ¡e incluso en un crucero! Entre sus publicaciones se incluyen *Sandtray Therapy: A Practical Manual* (3ª ed.), *The Handbook of Group Play Therapy*, *Play Therapy in Malaysia* y numerosos capítulos de libros y artículos de revistas. Su obra se ha traducido al turco, chino, ruso, coreano y español.

Linda es una distinguida profesora emérita de *Counseling* Profesional en la Universidad Estatal de Texas. La Association for Play Therapy nombró a Linda directora emérita y la galardonó con su Premio a la Trayectoria.

Marshall N. Lyles, LMFT-S, LPC-S, RPT-S, consultor autorizado de la EMDRIA

Marshall Lyles lleva más de veinte años practicando la terapia familiar y de juego. Es propietario de The Workshop, un centro de formación en Austin, Texas.

Aprovechando las lecciones aprendidas al trabajar con el trauma del apego en una variedad de entornos de salud mental, Marshall enseña regularmente sobre el trauma, las terapias expresivas y el trabajo familiar fundamentado en el apego a lo largo y ancho del mundo. Además de mantener un pequeño consultorio clínico, Marshall también realiza sesiones de supervisión y consulta con profesionales del *counseling* que buscan la titulación EMDR y RPT, a menudo con un enfoque particular en el uso de la terapia *sandtray*. Marshall ha publicado en revistas profesionales y ha participado en los libros *Counseling Families: Play-Based Treatment* y *EMDR with Children in the Play Therapy Room: An Integrated Approach*.

Prólogo

Estábamos en Estambul. Marshall y yo acabábamos de poner fin a un día de enseñanza en nuestro seminario sobre la *Terapia avanzada de la caja de arena*, de una semana de duración. Como de costumbre, estábamos disfrutando de nuestro momento de descanso y meditando sobre nuestro día. «Esto sería un gran libro», comentó Marshall. ¡Y aquí estamos! Este ha sido un viaje maravilloso en el que hemos recopilado una muestra de nuestras experiencias clínicas, de enseñanza y de aprendizaje. Estamos encantados de compartirlo con usted.

Hemos elegido un estilo de escritura que es una mezcla de esas experiencias. Se trata de un estilo más desenfadado, apoyado, esperamos, en unos fundamentos académicos lo suficientemente sólidos como para satisfacer las necesidades de nuestros lectores, que, como nosotros, quieren disponer de fuentes y de un cuidadoso examen bibliográfico. Sin embargo, también queremos que resulte sencillo de leer. Esperamos que se sienta como si estuviera en Estambul (o en cualquier otro lugar) con nosotros, disfrutando del momento, disfrutando de la energía desarrollada con muchos terapeutas curiosos, interactivos y joviales en la sala.

Este es un libro avanzado. Estamos «profundizando» en el uso de la terapia *sandtray*. Se supone que el lector ya tendrá cierta experiencia en el uso de la caja y otros materiales con los clientes; que tendrá un conocimiento práctico de los fundamentos. Consideramos que este libro retoma el trabajo de Linda y Daniel Sweeney, *Sandtray Therapy: A Practical Manual*, o bien el de alguna otra obra de formación inicial y otras experiencias supervisadas de terapia *sandtray* o de terapia *sandplay*. El hecho de contar con cierta formación en

artes expresivas y en la terapia de juego resulta inmensamente útil. Ciertamente, hay muchas áreas que se solapan desde un punto de vista conceptual y práctico. Los años de experiencia en la prestación de cualquier tipo de terapia de salud mental ofrecen una amplia comprensión del cliente. Sin embargo, hacemos la siguiente advertencia: trabajar con la caja requiere un conjunto de habilidades propio. Le rogamos que reciba formación sobre su uso y que acuda a sesiones de supervisión y consulta.

Las terapias con arena incluyen maravillosamente muchas teorías y enfoques clínicos. Tanto Marshall como yo fomentamos la comprensión profunda y funcional de un enfoque clínicamente sólido para facilitar la terapia en la arena. Los terapeutas *sandplay* se adhieren al enfoque kalfiano. Los respetamos profundamente y son un modelo para todos los demás –comprender un enfoque en profundidad y de forma meticulosa–. Sin embargo, esperamos que este libro proporcione información para el conjunto general de los terapeutas *sandtray*. A pesar de que cada uno de nosotros es distinto, reconocemos que tenemos mucho en común como terapeutas de arena: la caja, la arena, el agua, los símbolos/figuras en miniatura, la profunda apreciación de cómo los clientes emplean su experiencia en la caja de arena –y con nosotros– para lograr un progreso terapéutico.

Esperamos que disfrute, que tenga momentos de curiosidad en su viaje por el libro y que profundice en el camino.

Para Marshall y para mí supone un honor ofrecerle este libro y compartir los viajes que nos han llevado a este punto, aquí, con usted.

—Linda

Prólogo a la edición española

Redacto entusiasmado el prólogo de este excelente libro titulado: *Terapia avanzada de la caja de arena*, cuyos autores son Linda Homeyer y Lyles Marshall. Una gran obra cuya lectura acabo de concluir y que me ha dejado una sensación y opinión muy favorables, porque realmente hace nuevas contribuciones y aportes significativos a la terapia con la caja de arena. En algunas ocasiones nos ocurre que, al terminar la lectura de un libro de psicología, no nos quedamos demasiado satisfechos, porque nos deja una impresión como de *déjà vu*. Sin embargo, en este caso, no ha sido así. Al contrario, los autores hacen honor al título y, en efecto, nos presentan los nuevos avances en esta terapia tan fascinante que es la de la caja de arena. Para los que se acerquen por primera vez al tema, este abordaje terapéutico consiste básicamente en proveer a un paciente de una caja de plástico o madera cubierta de arena hasta aproximadamente la mitad de su cabida (se ofrece tanto arena húmeda como seca) y de una estantería con miniaturas que «simbolizan los seres animados e inanimados que pueblan el mundo interno y externo de las personas» (Rae, 2013). Y sin más reglas que guardar silencio y no arrojar la arena fuera del recipiente, estas tienen total libertad de hacer lo que deseen, es un espacio «libre» y «protector» (Kalff, 1980). Como la misma Linda Homeyer ha afirmado: «la caja es más que un contenedor de la arena, es un contenedor de la psique» (Homeyer y Sweeney, 1998).

Un libro hace que miremos quién o quiénes son sus autores. Conocerlos y saber de ellos nos otorga confianza porque nos informamos sobre su carrera, trayectoria y pericia en la materia. En este caso, ellos son expertos en el ámbito que nos ocupa. A Linda E. Homeyer la conozco sobradamente por-

que su libro *Sandtray Therapy. A practical Manual* es una referencia clave en la literatura especializada y me sirvió como base para escribir *Construyendo puentes*. Ni más ni menos que treinta años de experiencia acumula Linda Homeyer como terapeuta de juego. Ella es terapeuta sandtray y profesora emérita en la Universidad de Texas y está semi retirada, pero, como vemos, aún escribe. Lyles Marshall es consultor certificado en terapia EMDR y tiene veinte años de experiencia como consultor. Ambos autores trabajan en el estado de Texas, en Estados Unidos.

Esta obra nos ofrece novedades en el uso de la caja de arena y, además, muy reveladoras porque los autores realmente hacen crecer este ámbito del trabajo terapéutico especializado que es la terapia con la bandeja de arena; y fomentan su desarrollo y aplicaciones porque profundizan en cuestiones y aspectos que hasta ahora no les habíamos prestado demasiada atención y que son relevantes. Un libro sobre psicología –concretamente sobre psicoterapia– merece la pena que forme parte de nuestra biblioteca cuando se constituye en un recurso muy útil, tanto porque fundamenta sus técnicas, es decir, se sustentan en un modelo, como porque ofrece un buen número de aplicaciones y propuestas de trabajo válidas y beneficiosas para el tratamiento de los pacientes. Cuando un libro lo tenemos *in mente* y recordamos en qué lugar lo hemos dejado –nos ofrece seguridad consultarlo porque encontramos respuestas–, entonces ese libro se nos hace necesario. Se convierte en la clásica obra de psicoterapia que comentas con tus colegas de profesión en los encuentros que tienes con ellos y se lo recomiendas vivamente. Pues bien, *Terapia avanzada de la caja de arena* es de este tipo de libros.

Cuando el director editorial de Desclée De Brouwer, Manuel Guerrero, me pidió opinión sobre traducir o no este libro al español, tras mirar con detenimiento el índice y hojear algunos capítulos no lo dudé. Tras terminar su lectura –la cual no pude parar hasta concluir– le escribí ratificándome en lo acertado que era que colegas de habla hispana pudiéramos disponer de este libro en nuestra lengua. Así pues, le damos la más calurosa bienvenida al mismo. En este prólogo desgranaré por qué considero que es necesario hacerse con él.

Primero, desde mi conocimiento ya experto de la caja de arena, he de decir que la propuesta que Homeyer y Marshall nos hacen es dentro del ámbito del *sandtray* y no del *sandplay*. Para el lector menos familiarizado con esta terapia, le recordamos que el *sandplay* es un acercamiento genuinamente analítico, el uso del cajón de arena tal y como lo desarrolló Dora Kalff, analista y discípula del psiquiatra suizo Carl Jung. El *sandtray*, en cambio, supone una visión más amplia y dentro de ella se incluyen un conjunto de metodologías diversas de trabajo con la caja de arena. Sin dejar de respetar y honrar el origen y mantenimiento de los principios básicos del *sandplay*, los autores amplían el foco y nos proponen un abanico enorme y rico de posibilidades de abordaje terapéutico con niños y adultos utilizando la caja de arena y las miniaturas, en base a muy diferentes métodos y dirigido a distintas poblaciones de pacientes. Además, su propuesta de *sandtray* la fundamentan en diferentes modelos teóricos como lo son el modelo neurosecuencial de Bruce Perry (2017); la teoría del apego (Bowlby, 1989); los modelos terapéuticos informados por el trauma y las aportaciones que el dominio de la resiliencia (Cyrulnik, 2003) nos brinda. Encuentro una gran coherencia entre el planteamiento teórico y metodológico de los autores y la manera que he aprendido de utilizar esta terapia y que he expuesto con detalle en los dos libros en español que los lectores interesados en este enfoque terapéutico conocen hasta la fecha: *Construyendo puentes. La técnica de la caja de arena y La armonía relacional. Aplicaciones de la caja de arena a la traumaterapia* (en coautoría con Rafael Benito), ambos publicados también por la editorial Desclée De Brouwer. En ellos se dice sin ambages que todo abordaje terapéutico debe de descansar sobre la base de un modelo teórico que lo sustente. En este sentido, Homeyer y Marshall son de la misma opinión y proponen los marcos teóricos que ya hemos mencionado y sobre los que fundamentan el uso del *sandtray*. No en vano hay un capítulo en el libro dedicado a esto y titulado: *La importancia de la teoría en la clínica e integración de las teorías sobre el desarrollo*. En este capítulo nos aportan, además, otros enfoques terapéuticos de uso de la caja de arena –y a mi juicio menos extendidos y conocidos– como la terapia adleriana, el método Sátir y el centrado en solución de problemas. Y un método de valoración, desde la psicología evolutiva, del estadio de desarrollo del niño en base a la caja de arena desde el clásico autor Piaget.

Segundo, Linda Homeyer y Lyles Marshall nos recuerdan que la caja de arena es un abordaje terapéutico basado en la evidencia. Estos años he asistido con no poca frustración a equivocadas afirmaciones de colegas acerca del estatus científico de la terapia con la caja de arena, catalogándola como *pseudoterapia* porque no está basada en la evidencia. Esta *etiqueta* que persigue a la psicoterapia no deja de ser un corsé muy férreo que constriñe el campo de lo que es o no es científico. Sin ánimo de entrar en discusiones epistemológicas, quiero recordar que la terapia con la caja de arena tiene un *Journal* y que existe amplia investigación al respecto, donde se pone en evidencia la eficacia de esta. Los autores de este libro se encargan de recordarnos y exponernos muchos estudios donde se ha demostrado la utilidad de la bandeja de arena como abordaje terapéutico. Pienso que esto es fundamental para que tanto los colegas como el público en general sepan que estamos ante una terapia que lleva más de cien años de aplicación. La caja de arena no es, pues, un invento de unos cuantos aficionados o diletantes, sino una terapia bien fundamentada y con un cuerpo de investigación a sus espaldas que la avala. En este sentido, los autores aciertan al presentarnos también las aportaciones de la moderna ciencia del cerebro al *sandtray* y para ello incluyen diferentes estudios en los que se demuestran aspectos tan interesantes como que el color azul con el que está pintada la caja de arena favorece la relajación de los pacientes; al igual que evidencias de que, efectivamente, el cerebro se transforma positivamente y se favorece la *neuroplasticidad* cuando trabajamos con la caja de arena. Esto no era tan nuevo para nosotros, porque en el libro de *La armonía relacional. Aplicaciones de la caja de arena a la traumaterapia*, el co-autor Rafael Benito Moraga ya nos regaló un precioso e interesantísimo capítulo donde nos exponía con detalle qué ocurre en el cerebro cuando hacemos una caja de arena. En esta ocasión, Homeyer y Marshall se encargan de presentarnos los más recientes estudios sobre neurobiología de la caja de arena; lo cual considero importantísimo porque le otorga a este abordaje una gran evidencia empírica, ratificando que estamos ante un terapia con un poder sanador y transformador del paciente como ninguna otra, pues ofrecemos a este una vía de acceso a su cerebro/mente basada en la integración de la imagen, los pensamientos, las emociones y las sensaciones corporales; a la par que paciente y terapeuta se man-

tienen estrechamente conectados en el *aquí* y *ahora* seguros de la relación terapéutica y el espacio de la sala de la terapia.

Tercero, el planteamiento de uso de la caja de arena de Homeyer y Marshall es relacional, dándole una relevancia fundamental a la relación terapéutica y a que paciente y terapeuta se mantengan durante todo el proceso, como decimos, estrechamente conectados. Si en el libro *La armonía relacional* ya decíamos que este aspecto era lo más importante, y por ello lo pusimos como título, los autores de *Terapia avanzada de la caja de arena* refuerzan nuestra visión y señalan a esta experiencia de acompañamiento y conexión emocional –que puede ser reparada si sufre disrupciones– como lo más relevante de todo el proceso en *sandtray*. Accedemos de este modo a la memoria implícita y a ese *conocimiento relacional implícito* (Lyons-Ruth, 2008) que reside atemporalmente en aquella desde la conexión con el mundo en la caja; pero también y, sobre todo, desde la conexión paciente-terapeuta, que evoca el apego temprano y que puede ser sanado –si fue alterado– desde la validación emocional, el reflejo del terapeuta, las preguntas abiertas y respetuosas, el empoderamiento al paciente como experto en su caja y la seguridad de la relación terapéutica. El énfasis está puesto en esto más que en la interpretación de las escenas de las cajas (tarea que el paciente solo hace, acompañado del terapeuta, usando todos los componentes de la experiencia, después de que aquel sepa qué se experimenta haciendo una caja. Es algo que hay que vivir) y siempre tratando de co-construir una narrativa que dé sentido a sus experiencias presentes y pasadas, utilizando preguntas abiertas y no concluyentes. Es una co-interpretación, como ya hemos dicho en otro libro (Gonzalo, Cáseda y Benito, 2021).

Esta obra tiene muchas más novedades, por eso se convierte en un imprescindible. A continuación, me centraré en presentar estas y lo haré siguiendo el índice del libro, ya que me parece la forma más lógica y fácil de seguir para el lector.

En el primer capítulo, Homeyer y Marshall nos exponen el origen de este abordaje. Los autores recopilan el *estado del arte* en la materia, es decir, hacen una revisión exhaustiva de los principales protagonistas de la terapia con la caja de arena, rescatando la figura de su inventora, Margaret Lowenfeld, como la principal autora, pues con ella comenzó todo. Poner en valor a la creadora de

este enfoque y asistir en este capítulo al relato de cómo ella fue dándole forma y diseñando de la mano de los niños esta terapia, es una delicia. Pero la gran novedad estriba en que los autores nos dan a conocer las aportaciones no sólo de terapeutas más conocidas como Dora Kalff, sino de otras también relevantes y que han hecho excelentes contribuciones en el desarrollo y consolidación de este abordaje y que no suelen ser tan mencionadas: De Domenico, El método Erika, el *The Dramatic Productions Test*, las aportaciones de colegas australianos a través del *Emotional Release Counseling*; hasta la propuesta de una revolucionaria y moderna aplicación llamada *Virtual Sandtray App*, desarrollada por Ewin y Stone, lo cual nos sugiere que el *sandtray* entra de lleno en el siglo XXI y que no puede ser ajeno a la influencia de las nuevas tecnologías, a cómo llevar parte de esta terapia a este ámbito. En este sentido, creo que lo más importante es no perder la esencia de lo que su creadora nos transmitió: el paciente es el experto de su creación. Y que es una experiencia kinestésica y sensorial, lo cual las aplicaciones no pueden aún proporcionar; aunque no por ello pueden tener cierta utilidad en determinadas circunstancias y con personas concretas.

En el capítulo segundo, los autores centran sus esfuerzos en subrayar, como ya hemos dicho anteriormente, que se trata una terapia basada en la evidencia, dejando claro que la investigación comienza hace 100 años, cuando Margaret Lowenfeld desarrolla este abordaje. Un buen número de estudios y varios metaanálisis –uno muy reciente del año 2021– se incluyen en este capítulo para poner de relieve que los estudios sobre *sandtray* crecen día a día. La conclusión general de estos es que esta terapia es un método eficaz de tratamiento con niños y adultos y puede utilizarse para una muy diversa variedad de trastornos, abarcando tanto los internalizados como los externalizados, y para los síntomas del TDAH (Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad-Impulsividad). Así pues, espero que los diferentes colegios profesionales de la psicología tomen nota, así como las facultades de psicología, donde la caja de arena aún hoy en día es inexistente en los programas temáticos de la asignatura de psicoterapia.

En el tercer capítulo, Homeyer y Marshall profundizan en un aspecto en el que nos aportan suculentas novedades, que personalmente no había considerado con la suficiente relevancia hasta que ha aparecido este manual: los materiales, los cuales son explorados en profundidad en el libro. Los

autores analizan exhaustivamente los tipos de bandejas a tener (de plástico y madera, ambas pueden ser útiles) en la sala de terapia y el tamaño de estas –hasta ahora me posicionaba en una ortodoxia en cuanto a una determinada dimensión métrica de la bandeja–, que puede variar según la intención terapéutica que persigamos, y ello es argumentado cuidadosamente por los autores. Otros elementos que hasta la fecha no habíamos considerado, como son disponer de bordes externos en las cajas para contar con espacio adicional para colocar elementos que puedan habitar en esa zona, tienen su papel en el mundo en la arena; así como disponer de algún gancho que nos permita situar símbolos en el aire, tales como aviones, sol, nubes... que algunas veces han salido a colación en los talleres de la caja de arena, y para los que no había una respuesta tan clara como la hay ahora.

Siguiendo con los materiales, los autores se detienen en la arena y nos llaman la atención sobre la elección cuidadosa de esta, dándonos a conocer los tipos de arena existentes (en su composición y color) y los usos terapéuticos, además de detallar cuáles son los beneficios neurobiológicos de la arena. La intuición que Margaret Lowenfeld y otros autores tuvieron sobre que la manipulación de la arena con las manos dentro del cajón relajaba el *self* y preparaba al paciente para crear el mundo, se corrobora en recientes estudios de neuroimagen cerebral.

Asimismo, otro asunto al que no le he dado nunca excesiva relevancia –aunque sí habíamos hablado de él en los talleres de la caja de arena, pero no teníamos respuesta, porque al menos yo no conocía nada sobre el particular– es al orden de colocación de las miniaturas e ítems en las estanterías. Sí era consciente de que se puede producir un sesgo en función de lo que el paciente tenga como preferente en su campo visual y que puede tender a elegir unas miniaturas más que otras, simplemente porque las ve antes, ignorando el resto. Me limitaba a animar al paciente a que mirara la estantería completa, y eso es lo que transmitía a los alumnos en los talleres. Sin embargo, esto cambia a partir de este libro. Los autores sugieren no sólo tratar de controlar este factor, sino que además plantean un orden de colocación de las figuras en la estantería de acuerdo con cómo el cerebro realiza la lectura (de izquierda a derecha, de arriba a abajo), argumentando por qué unas miniaturas e ítems deben estar en las zonas superiores de la estantería y otras en las inferiores.

Llegamos al capítulo quinto donde los expertos dedican este a lo que hemos comentado en párrafos anteriores: la importancia nuclear de contar con un modelo integrador. Considero que esto es crucial, y es algo en lo que, en mis libros anteriores, y coincidiendo con Homeyer y Marshall, he puesto mucho el acento, de tal modo que mi propuesta la fundamento en el Modelo de Traumatología de Barudy y Dantagnan (Barudy y Dantagnan, 2017), como sustento teórico, precisamente porque este está basado en los mismos dominios en los que se basan los autores de este libro: la teoría del apego, el trauma, la mentalización y la resiliencia, proponiendo seguir un orden neurosecuencial (Perry, 2017) en la aplicación de toda la terapia; porque el cerebro sigue este mismo orden en su desarrollo, y cuanto más se aproxime aquella a replicar el mismo, más cerca estaremos del éxito terapéutico con el paciente. Precisamente en este capítulo Homeyer y Marshall incluyen una excelente y útil tabla donde, en base al modelo neurosecuencial de Bruce Perry, podemos saber qué área del cerebro estamos trabajando; cuáles son los síntomas clínicos; el dominio funcional—cuál es la funcionalidad que perseguimos, por ejemplo, favorecer la regulación emocional— y una propuesta de ejemplos de temas y actividades a hacer con la caja que potenciarían todo esto. Es una herramienta verdaderamente muy útil y muy bien fundamentada, que nos permite saber qué estamos haciendo y además hacerlo con base neurobiológica. La propuesta de estos autores se alinea y está en total congruencia con la que expuse en *La armonía relacional*; y esto es de agradecer porque nos ratifica en que autores tan prestigiosos como Homeyer y Marshall están recurriendo a las mismas fuentes epistemológicas. Finalmente, terminan este capítulo poniendo el acento en la necesidad de trabajar con la persona del terapeuta y explican con gran detalle y de manera práctica cómo hacerlo. Justamente esta necesidad de que el terapeuta se forme y experimente y se trabaje su propia persona e historia de vida usando la caja de arena, ha quedado enfatizada en el último libro que he publicado—junto con otros colegas—titulado *Traumaterapeutas en la caja de arena*. Observo que ambas propuestas coinciden y esto nos ratifica en que nos movemos por territorios epistemológicos comunes.

Avanzamos hacia el capítulo sexto y aquí nos encontramos con importantes novedades que cambian nuestro modo de entender la caja de arena con determinadas personas. El capítulo trata sobre la neurodiversidad y el uso

de la caja de arena con personas pertenecientes a esta población. Hasta ahora, con personas que se incluyen en el ámbito de la neurodiversidad, como las que presentan trastorno del espectro autista, la recomendación era, en general, de no utilización de esta terapia debido a las dificultades que estas personas tienen habitualmente con la teoría de la mente, las ficciones de imaginación y la tendencia rígida a repetir obsesivamente determinadas temáticas. El hecho de que el mundo interno y el mundo externo no estén diferenciados en estos pacientes contraindicaba el uso de esta terapia. No obstante, Homeyer y Marshall tienen nuevas perspectivas y nos proponen que, con las debidas cautelas y previa valoración psicológica, el *sandtray* se pueda utilizar con ellas con determinados fines. Nos dan a conocer un protocolo reciente creado por el autor Grant de uso de la bandeja de arena con estas personas, dirigido a que desarrollen el concepto de *pretend play* (juego de *pretender ser*) y el desarrollo de habilidades comunicativas y sociales. Del mismo modo, los autores plantean el uso del *sandtray* con otra población de personas neurodiversas, como lo son las que sufren demencia, ámbito para el que nunca había pensado que la bandeja de arena pudiera usarse, mostrándonos un programa desarrollado por un autor llamado Peters.

Los capítulos que vienen a continuación, el séptimo, el octavo y el noveno, se adentran aún más en los dominios en los que se sustenta y sobre los que puede usarse la caja de arena para ayudar a los pacientes: en el capítulo séptimo, Homeyer y Marshall nos muestran cómo los materiales y los procesos de la caja conectan con los constructos de la teoría del apego. Tras exponer los conceptos principales de esta teoría, los autores de este libro nos llevan de la mano para que conozcamos junto con ellos cómo se trabaja con los pacientes con la caja de arena y la teoría del apego, viendo las sinergias que se pueden producir. Porque la terapia *sandtray*, como ya avanzamos en el libro de *La armonía relacional*, tiene el privilegio de que externalizamos las imágenes —a través de las miniaturas— que habitan en el hemisferio derecho del cerebro y estableciendo la distancia óptima con el paciente, podemos conectar con las partes internas de nuestra mente, mientras obtenemos soporte emocional del terapeuta para crear nuevos significados. El *sandtray* posee como ningún otro abordaje terapéutico la capacidad para acceder al modelo operativo interno de las personas (Bowlby, 1989) y mediante el uso de la función reflexiva,

recalificar estos modelos a la luz de los recursos que como adulto poseen los pacientes. Trabajar con la caja de arena invita a que emerja de manera amable el mundo implícito –la información de los recuerdos del apego temprano está codificada en la memoria implícita de un modo no verbal y sensorial– y que tome forma simbólica a través de las miniaturas y el relato que surgirá después. Realmente es un capítulo excelente, que desarrolla magníficamente cómo trabajar con estas memorias implícitas de las representaciones tempranas de apego, para las cuales parece haber sido creada la terapia *sandtray*.

El octavo capítulo se centra en el dominio trauma y, al igual que con el capítulo del apego, las primeras páginas se focalizan en darnos a conocer los desarrollos teóricos sobre este tema y los vínculos existentes con la neurociencia, pues el trauma es uno de los conceptos con más apoyatura neurobiológica. Homeyer y Marshall explican paso a paso y con detalle el protocolo de trabajo de sesión con un paciente que tiene una historia traumática, lo cual se agradece mucho porque es una guía que permite no perderse. La caja de arena puede trabajar las secuelas que el trauma complejo deja en el sistema nervioso de las personas, porque estas pueden visualizar sus patrones de respuesta autónomos a través de objetos y metáforas y mediante la historia que emerge; de este modo pueden entrar a conocer sus respuestas autonómicas. Otro capítulo brillante, riguroso, pero a la vez práctico, trufado de numerosos recursos para que los terapeutas trabajen los contenidos traumáticos de las diferentes partes del *self* fragmentado de estos pacientes.

Finalmente, los autores de esta obra, en el capítulo noveno, no podían obviar las contribuciones del modelo de la resiliencia, esa capacidad para rehacerse y crecer desde la adversidad que todas las personas tienen, si se encuentran con un entorno psicosocial de apoyo. Las cajas de arena, en la medida que muestran los recursos de los pacientes frente a estas adversidades, y si les envolvemos de una mirada autocompasiva, hacen que cuerpo y mente conecten y se produzca una *reintegración resiliente* (Puig y Rubio, 2011) de lo traumático vivido. El capítulo es completo porque explica qué es la resiliencia, la neurociencia y la resiliencia, el uso de la caja de arena para identificar la resiliencia –con resultados de investigación en diferentes lugares del mundo– y cómo desarrollar esta capacidad. Especialmente útil es el Test de Evaluación de la Resiliencia mediante la caja de arena, que

ofrece indicadores claros de la presencia de elementos resilientes en las producciones en la arena de los pacientes.

Otra de las grandes contribuciones de este libro es un amplio anexo con contenidos de trabajo prácticos que serán de gran utilidad al terapeuta *sandtray*. Aporta numerosas herramientas útiles que sin duda harán las delicias de los terapeutas *sandtray*, incluyendo las siempre necesarias direcciones para hacerse con miniaturas; cuestiones que a menudo suelen preguntar los profesionales que asisten a los talleres formativos de la caja de arena.

El libro cuenta muchas experiencias del trabajo clínico de los autores con la caja de arena –incluidas sus vivencias personales–, que denotan su gran pericia con la técnica. Está, además, explicado en un lenguaje claro y directo, con unos recuadros en los márgenes que permiten ir quedándose con lo fundamental de cada capítulo. La lectura resulta entretenida y ágil, y puede palparse la pasión de los autores por su trabajo, se percibe que ellos viven y sienten profundamente su labor terapéutica; y que saben de lo que hablan, no es un trabajo académico, sino que es puro reflejo del día a día con los pacientes.

Imitando la expresión de los autores al acabar el libro, nuestro viaje en relación con el prólogo concluye aquí, compartiendo con Homeyer y Marshall la pasión que nos une por este fascinante, poderoso y terapéutico abordaje, capaz de ayudar a los pacientes como ningún otro, de una manera delicada y profunda, al autoconocimiento y sanación de las heridas emocionales personales. Espero haberos contagiado esta pasión y que, amigos lectores, os decidáis a que, en vuestra biblioteca, física o virtual, no falte este imprescindible libro que marca un antes y un después y que reactualiza la terapia *sandtray* y la coloca, decididamente y por derecho propio, en el siglo XXI entre las neuroterapias. Si Margaret Lowenfeld viviera, estoy seguro de que sonreiría de gozo al comprobar que lo que comenzó como rudimentario *apparatus* –así denominó ella inicialmente a la primera bandeja de arena–, ha logrado un espectacular desarrollo y ha tenido una enorme trascendencia y beneficio en la salud de tantas y tantas personas.

Arnedillo, 8 de abril de 2022

José Luis Gonzalo Marrodán

Psicólogo Especialista en Psicología Clínica
Traumaterapeuta sistémico y Terapeuta *sandtray*

Referencias

Barudy, J. y Dantagnan, M. (2017). "Prólogo". En *La armonía relacional. Aplicaciones de la caja de arena a la traumaterapia* (pp. 13-22). Bilbao: Desclée De Brouwer.

Benito, N., Cáseda, T., Gonzalo, J.L. y profesionales de la red apega (2021). *Traumaterapeutas en la caja de arena. Una técnica para sanar las heridas emocionales de los profesionales que trabajan con niños*. Madrid: Sentir Editorial.

Bowlby, J. (1989). *Una base segura: aplicaciones clínicas de la teoría del apego*. Barcelona: Paidós Ibérica.

Cyrulnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas*. Barcelona: Gedisa.

Gonzalo, J.L. (2013). *Construyendo puentes. La técnica de la caja de arena*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Benito, R. y Gonzalo, J.L. (2017). *La armonía relacional. Aplicaciones de la caja de arena a la traumaterapia*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Homeyer y Sweeney (1998). *Sandtray Therapy. A practical Manual*. Second Edition. NY: Routledge.

Kalff, D.M. (1980). *Sandplay. A psychotherapeutic approach of the psyche*. Santa Monica, CA: Sigo. A revision with a new translation of (1971) *Sandplay: Mirror of a child's psyche*, San Francisco: Browser.

Lyons-Ruth, K. (2008). "Contributions of the mother-infant relationship to dissociative, borderline, and conduct symptoms in young adulthood". *Infant Mental Health Journal*, 29: 203-218.

Puig, G. y Rubio, J.L. (2011). *Manual de resiliencia aplicada*. Barcelona: Gedisa.

Rae, R. (2013). *Sandtray: Playing to heal, recover and grow*. Jason Aronson: Plymouth.