

Good bye Draculina and Madame Mim

Nicole Estefanía Lilliegren Pástor^a, Silvia María Álvarez Cuevas^b,
Ana Cecilia Cetina Sosa^c

^{abc}Universidad Autónoma de Yucatán. Facultad de Psicología,

Historia editorial

Recibido: 16-11-2017

Primera revisión: 28-12-2017

Aceptado: 12-03-2018

Palabras clave

Terapia Narrativa, conversación externalizadora, lenguaje lúdico, recursos personales y familiares

Resumen

Este trabajo tiene el objetivo de identificar las principales estrategias narrativas utilizadas en un estudio de caso clínico único con la finalidad de reflexionar sobre su relevancia y alcance. A lo largo de 25 sesiones en 18 meses, Elena y su madre Laura elaboran un plan para vencer a “Draculina” y “Madame Mim” para mejorar su relación, al tiempo que aumentan sus estrategias individuales y como bina madre-hija, para hacer frente a los cambios derivados de la disolución del hogar familiar. Utilizando distintas estrategias narrativas como la conversación externalizadora, los testigos externos, los documentos terapéuticos, las preguntas de desenlaces inesperados, lenguaje lúdico, ceremonias entre otras, y apoyados de materiales como dibujos, cuentos y títeres, Elena y Laura van aumentando sus recursos personales y como equipo para alcanzar sus metas. Las distintas estrategias narrativas utilizadas ayudaron al cliente en la construcción de una historia al margen del problema y el trabajo que realizaron madre e hija moderó los efectos que tuvo sobre la menor distintas situaciones que pudieron comprometer su desarrollo.

Abstract

The purpose of this work is to identify the main narrative strategies used in a unique clinical case study in order to consider their relevancy and significance. Throughout 25 sessions in 18 months, Elena and her mother Laura make a plan to defeat “Draculina” and “Madame Mim” in order to improve their relationship while they enhance their strategies, both as individuals and as a mother-and-child duo, to face the changes originated by the family home dissolution. Using different narrative strategies like: externalizing conversations, outside witnesses, therapeutic documents, unique outcome questions, playful language, definitional ceremonies, beside others, and using different materials such as drawings, stories, and puppets, Elena and Laura increase their personal and team resources in order to reach their goal. All of the different narrative strategies used in this case helped the clients to move away from their internalized understanding of the problem, and the work that the mother and child made together reduce the effects of all the situations that would had compromised the girl’s development.

Keywords

Narrative Therapy, externalizing conversation, playful language, personal and family strengths

El desarrollo integral infantil es un proceso que involucra crecimiento físico, maduración neurológica, desarrollo cognitivo, social y afectivo de tal forma que el infante pueda ser capaz de resolver las dificultades que se le presentan en su medio y satisfacer sus necesidades (Marcondes, 1991). Del buen desarrollo integral infantil y particularmente de la calidad del vínculo depende la capacidad y posibilidades de convertirse en una persona autónoma, capaz de enfrentarse con adversidades y con un mayor poder de resolución de conflictos (Repetur & Quezada, 2005; Campbell, 2018).

Distintas situaciones pueden comprometer el desarrollo infantil. Los riesgos biológicos que abarcan eventos pre, peri y posnatales y los riesgos ambientales donde se ubican las situaciones adversas ligadas a la familia, medio ambiente y sociedad son hechos innegables (Figueiras, Neves, Ríos & Benguigui, 2007; Haeussler, 2000); sin embargo, la familia también puede ser una influencia positiva en donde el niño aprenda valores, normas, roles y habilidades que le permitan el manejo y resolución de conflictos, las habilidades sociales y adaptativas, así como conductas prosociales y de regulación emocional. Investigaciones en el campo de la familia, han arrojado una amplia relación entre la inseguridad económica y el estrés de las figuras cuidadoras, con el grado en el cual éstos pueden ser emocionalmente nutritivos ante las necesidades socio-emocionales de los menores (Campbell, 2018); de igual forma, cuando en una familia existen lazos solidarios (Mora, 2007), éstos se convierten en recursos para lograr la reorganización.

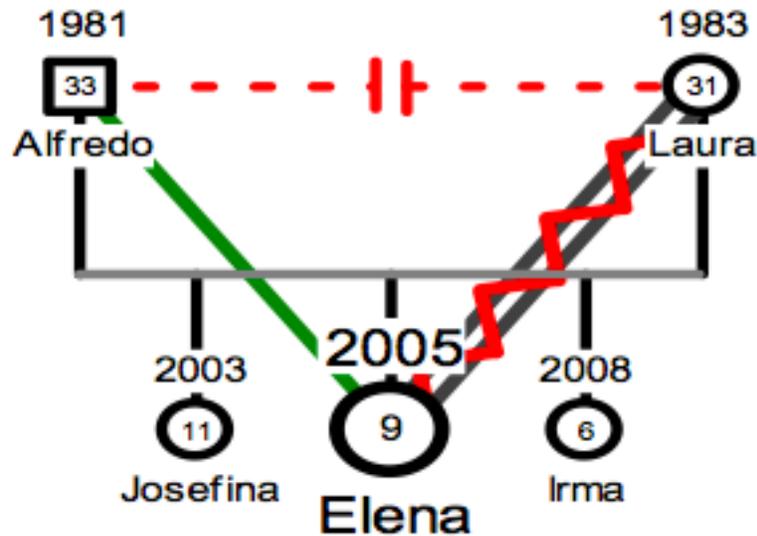
La *Terapia Narrativa*, postestructuralista, considera que las historias narradas por las personas acerca de sus vidas son las que determinan y definen los significados que le darán a sus experiencias y que es labor del terapeuta rescatar las historias alternativas al problema que surgen en los relatos (Agudelo, 2013). La Terapia Narrativa trabajada con niños, se convierte en una oportunidad para reflexionar sobre las posibilidades que ellos tienen para intervenir en aquellas situaciones de su vida que no les gustan y que quedan dentro de su ámbito de control. Las distintas estrategias narrativas entre las que se encuentran: el lenguaje externalizador, las preguntas de influencia relativa, los documentos terapéuticos, las descripciones al margen del problema entre otros, favorecen que los consultantes puedan hablar con mayor apertura sobre lo que les afecta, animándolos a cambiar y a modificar su contexto (Freeman, Epston & Lobovits, 2001; Payne, 2002; White & Epston, 1993; White, 2001, 2002; Esquivel-Ancona, 2010). El lenguaje lúdico y las metáforas, son estrategias transversas en el proceso terapéutico que coadyuvan a los consultantes a identificar sus logros y explorar sus recursos. Los testigos externos, personas significativas que presencian sus cambios, enriquecen la voz de los niños y mediante distintas herramientas como cuentos, dibujos, plastilina entre otros, se fortalecen los discursos alternativos que construyen una nueva identidad (Freeman, Epston & Lobovits, 2001; White, 2001, 2002; White & Epston, 1993; Payne, 2002; Bertrando & Toffanetti, 2004).

Considerando la relevancia que tienen las estrategias que se utilizan en los procesos psicoterapéuticos, este trabajo tiene el objetivo de identificar las principales estrategias narrativas utilizadas en un estudio de caso clínico único, con la finalidad de reflexionar sobre su pertinencia y alcance.

2. DESARROLLO

En este estudio de caso clínico único se identifican las principales estrategias narrativas utilizadas en el proceso conversacional-narrativo llevado a cabo con Elena y su madre para mejorar su relación a lo largo de 25 sesiones en 18 meses. El motivo que detona el inicio del proceso terapéutico fue los múltiples cambios ocurridos a partir de la separación del hogar familiar, ocho meses atrás del inicio de las conversaciones terapéuticas.

Gráfico 1. Familiograma



A continuación, se presentará una descripción del proceso terapéutico destacando las estrategias de la Terapia Narrativa que estuvieron presentes y coadyuvaron al cambio. Para mayor coherencia en la narración, se seguirá el orden cronológico de las sesiones y se evidenciará la participación de la terapeuta, Nicole, quien llevó a cabo la intervención bajo una cercana supervisión. Cabe destacar que tanto para la conducción del caso como para la escritura de este trabajo se cuidó el mantenimiento de los elementos éticos pertinentes y el anonimato de los participantes.

SESIÓN 1

Elena llega al servicio psicológico del DIF acompañada por sus padres. Se muestra colaboradora, positiva y curiosa de la terapia. Es una niña pequeña de estatura para su edad, delgada, de tez morena y cabello oscuro. Se presenta limpia, peinada y con ropa en buen estado. Su lenguaje es fluido de acuerdo a su edad. Laura, la madre, es una mujer joven, de tez blanca, complexión delgada y de 1.50 centímetros de estatura aproximadamente. Llega con vestimenta casual y bien arreglada. Le noto en el rostro cierta palidez y ojeras muy acentuadas. Alfredo, el padre, es un hombre joven, de tez blanca, complexión grande y de alta estatura. Lo noto desaliñado y con ojeras muy marcadas, trabaja como chofer de autobús.

La primera actividad que realizamos como parte de la consulta es la presentación de lo que engloba el proceso terapéutico en el DIF, leyendo y explicando el contrato terapéutico respectivo. Posteriormente le pregunto a Elena por qué creía que la trajeron a la consulta. Al contestar Elena que no lo sabe, pedí que los padres contestaran, pero ellos comenzaron a narrar sus problemas de pareja. Ante esta situación le explico a Elena que en esta sesión conversaré con sus padres y en la siguiente con ella. A solas con ellos, me narran la historia de conflictos separaciones y reconciliaciones que han tenido de cinco años a la fecha. Su situación actual es de separación desde ocho meses atrás por una infidelidad de la madre. Dado que el motivo por el que solicitan la cita está enfocado en Elena exploro de qué forma los padres socializaron esta información con sus hijas ante lo que mencionan que Alfredo lo hizo primero presentando a Laura como “la mala del cuento porque él les contó que yo era la que me quería separar y me las iba a llevar de la casa, luego ellas vinieron conmigo a cuestionarme” (Laura).

Dediqué la sesión a que ellos reflexionaran sobre sus propias actuaciones y las estrategias que utilizaban para comunicar cosas importantes a sus hijas. Alfredo reconoce que no fue la mejor opción contarles a las hijas sobre la separación sin que estuviera Laura presente. Mientras ellos ha-

130 blaban pude reconocer un recurso familiar ya que en medio de los conflictos que tenían como pareja fueron capaces de solicitar juntos la cita para su hija por lo que los felicito y los exhorto al respecto: “Quiero pedirles en esta primera sesión un compromiso... ¡esfuércense para poder trabajar en equipo!, recuerden siempre... el ejemplo que ustedes les dan es el que ellas seguirán mañana”.

Durante esta primera sesión se evidencia cómo la historia saturada de problemas en la pareja invade la relación que los padres establecen con sus hijas. A partir de la conversación y la detección del acontecimiento extraordinario en el cual ambos pueden emprender acciones en conjunto priorizando su labor de padres y dejan de lado su posición como pareja, les indico que realicen más de estas acciones trabajando en equipo.

SESIÓN 2

Durante esta sesión procuré construir una alianza terapéutica con Elena utilizando el lenguaje lúdico. Ingresó sola al consultorio y al ver que miraba con curiosidad los juguetes le invito a jugar “Mi familia de títeres”, en la que tenía que escoger diferentes títeres para representar su familia. Escoge los animales detenidamente, los ubica en un orden y los presenta: “Este osito, es mi papá porque es muy cariñoso y divertido. Le gusta jugar con nosotras, nos lleva a pasear... le gusta jugar, contar chiste, reírse con nosotras (ella y sus hermanas). Es bueno. La que está aquí a lado es mi mamá (Piolín). Ella no juega con nosotras siempre nos regaña, nos grita y siempre está con su celular. No nos da muchas veces de comer por estar chateando con su teléfono”.

Después de un rato abandona los títeres y se decide por escribir en el pizarrón: “Voy a hacer dos cosas: a Piolín normal (mamá) y a Piolín bueno y tú haces preguntas y yo te contesto”. A partir de esta actividad Elena menciona que si ella tuviera hambre a su mamá no le importaría porque estaría chateando toda la noche: “No me gusta (que chatee) porque no nos escucha y muchas veces tenemos hambre y sigue con su celular”. Elena no ha hablado con su mamá sobre esto porque tiene miedo que se moleste y me dice que le gustaría hacerlo. También menciona que hay un Piolín bueno que es capaz de decir: “¡Espérenme un momento para que les haga el almuerzo niñas!”. Luego de la narración que expresó Elena sobre Piolín, le invita a continuar con el resto de los personajes de su familia. Al finalizar la actividad la niña se muestra muy alegre y acordamos vernos nuevamente la próxima semana para seguir conversando.

SESIÓN 3

Entró Elena a la consulta alegremente comentando que siente que Piolín ya no usa tanto su celular. Me extrañó su respuesta porque en ningún momento conversé con su madre sobre lo trabajado con la niña por lo que invito a su madre al consultorio mientras Elena me espera afuera realizando una actividad de dibujo.

Laura comenta que han ocurrido episodios de berrinches por parte de Elena, muy intensos y que a ella le cuesta controlarlos y ayudarla a calmarse. Me muestra un video captado con su celular en el que se ve a la niña enfurecida, llorando y tirando las cosas de su cuarto. Al escuchar su narración pude reconocer que no solo Elena se sentía frustrada e iracunda, también Laura se sentía así frente a las crisis de su hija: “quisiera explotar... muchas veces he explotado con ellas (sus hijas), en especial con Elena porque tiene mi mismo carácter, pero en aumento” (Laura). Detectar lo anterior me permitió intervenir para generar un puente que vincule la sensación de la madre con la hija ante lo que expresé: “Podríamos decir aquí que ¿lo que te choca, te checa? Es decir, que te das cuenta que las cosas que te molestan de otros ya sea amigos, familiares, parejas, son cosas que nosotros mismos tenemos, y sin darnos cuenta compartimos ese defecto o característica... nosotros como padres debemos aprender a leer el comportamiento de nuestros hijos, así como sus emociones y sentimientos. En ocasiones adelantarnos para que eso que ya sabemos que va a detonar el famoso berrinche no lo haga”.

Luego Laura continúa con su narración de la historia de su separación de Alfredo; algo muy relevante que mencionó fue un episodio de violencia que sufrió ella después de la separación. Dado

que Laura acudía de manera simultánea a un proceso psicoterapéutico individual enfocado en ella le recomendé que mencionara esta información con su terapeuta para poder concentrarnos durante las sesiones a fortalecer la relación entre ella y Elena.

SESIÓN 4

Elena ingresa a la consulta muy tranquila y comenta que tiene ganas de jugar por lo que le presento la actividad llamada “Sopa mágica” en la que ella sería la chef para su familia y prepararía una sopa cuyos ingredientes ayudarían a su familia a sentirse mejor. Cada ingrediente tendría que ser para uno de sus familiares y ella explicaría por qué lo escogió, así como qué efecto tendría éste en su familiar. Emocionada comienza la narración de su receta diciendo: “a mi mamá le voy a dar una C de cariño porque creo que le hace falta eso, no siempre le doy mucho cariño... creo que le va a gustar mucho y se pondría feliz”. Al preguntarle ¿cómo se sentirá ella al dársela? Menciona que “Muy bien porque no siempre le doy cariño, porque me molesto con ella, ella se molesta conmigo, luego me castiga y no nos da tiempo para darnos cariño”. A partir de la actividad conversamos sobre distintas formas de manifestar cariño y que el buen comportamiento es una forma de cariño. Al finalizar la sesión comentó que le gustó cocinar para su familia porque nunca lo había hecho y que le gustó poder ayudarlos con sus ingredientes.

SESIONES 5 Y 6

En estas sesiones trabajé con Elena haciendo dibujos sobre “Mi familia actual” y “Mi familia del futuro”. Con el dibujo “Mi familia actual” exploramos el estado actual de las relaciones con los miembros de su familia, sus preocupaciones y sus problemas. Con el dibujo “Mi familia del futuro” revisamos los cambios que a ella le gustaría que hiciera cada uno de sus familiares, así como los cambios que ella tendría que realizar para poder mejorar las relaciones con ellos. La niña escribió que le gustaría que en el futuro su madre jugara con ella y sus hermanas, que salieran a pasear más seguido y que desaparezca su celular. Sobre su padre escribió que le gustaría que en el futuro no las amenazara con su cinturón, que no las regañe tanto y que no les grite. También dijo que ella quisiera poder obedecer más a sus padres y compartir sus cosas con sus hermanas. Al finalizar la actividad le explico que sus dibujos pueden ser las metas de nuestras sesiones de terapia y le expliqué que sería importante compartir esta información con sus papás.

SESIÓN 7

Ingresa a la sesión Elena junto a sus padres. Elena narra un problema reciente que tuvo en casa, en el que su mamá se molestó con ella y su hermana mayor. Al escuchar la historia saturada de problemas logro identificar una característica similar entre madre e hija, por lo que realizo un comentario para generar en ambas una identidad al margen del problema: “Ven como ustedes dos son tan parecidas, se molestan por las mismas cosas y al molestarse parece que se transforman como si se disfrazaran para Halloween, porque acá a la terapia vienen muy sonrientes y tranquilas pero sus historias son de terror cuando se molestan ¿o me equivoco?”. Elena y Laura se miran, sonríen y asienten. Comento divertida, utilizando un lenguaje lúdico y externalizador, que el disfraz de Halloween es solo para una noche, no para usarlo a “diestra y siniestra” y les pido entonces que realicen la actividad “Dibuja a tu...” en la que tendrían que dibujar y posteriormente, hablar, sobre su problema. Elena dibuja un disfraz de Vampirita y Laura de bruja. Ambas comentan que cuando se sienten molestas es como si se pusieran los disfraces de Halloween y que les gustaría aprender a guardarlos para poder manejar su enojo. Mientras Elena y Laura participaban en el diálogo, Alfredo era un testigo de éste.

Posteriormente Elena presentó a sus papás los ejercicios “Mi familia actual” y “Mi familia del futuro” que realizó en las dos sesiones previas y conversamos sobre los cambios que como familia tendrían que realizarse enfatizándose en estos las acciones que tendrían que realizar Laura y Elena para fortalecer su relación. De esta forma la conversación derivó a circunscribir el proceso terapéuti-

132 co como un espacio de fortalecimiento de la relación madre e hija de una forma positiva razón por la cual acordamos Alfredo acudir a partir de hoy sólo cuando se le solicite su presencia lo cual le resultó favorable ya que por razones laborales a él se le dificultaba asistir a las sesiones.

SESIONES 8 A 12

De la sesión ocho a la doce acudieron Elena y su mamá. A lo largo de dichas sesiones utilizamos el lenguaje externalizador para separar la identidad de las participantes de los problemas que experimentan. De igual forma hicimos uso del lenguaje lúdico y metafórico así como de las preguntas de logros aislados, de panorama de conciencia y acción para la ampliación de la historia alternativa.

Utilizando los dibujos de la sesión 7, Elena comentó que cuando se enojaba ella se convertía en una Vampirita llamada “Draculina” y Laura en una bruja “parecida a Madame Mim, la bruja de Merlín y la espada mágica”. Les expliqué que cuando se transforman es como si alguien más viniera y no las dejara ser ellas mismas (felices, sonrientes, amables, cariñosas) por lo que al conocer a esta Draculina y a Madame Mim podremos entender que es lo que buscan, que les gusta hacer y lograr encontrar la receta para que se vayan y no molesten más porque tanto Draculina como Madame Mim no son ni Elena ni Laura. Ambas se sintieron contentas con estas ideas.

Para seguir engrosando la historia alternativa y separar el problema de la identidad en otra sesión utilizamos plastilinas de diferentes colores para realizar las esculturas de Draculina y Madame Mim mismas que después las metimos en bolsas de plástico sellables. Utilizando un lenguaje metafórico les expliqué que ellas se llevarán a “sus problemas” encerrados pero que deben tener cuidado ya que Draculina y Madame Mim son sumamente hábiles para salirse y molestarlas. Ambas comprenden y comentan posibles estrategias que pueden utilizar Draculina y Madame Mim para molestarlas y anticipamos lo que ellas pudieran hacer juntas como equipo y desde lo individual para que Draculina y Madame Mim no se salgan de sus bolsas.

La siguiente sesión retomamos la conversamos sobre Draculina y Madame Mim y Laura mencionó que tal parecía que ambas eran “socias” porque cuando sale una sale la otra. Exploramos juntas la idea de la “sociedad” entre los personajes y esto también me hizo generar una conversación sobre si ellas también pudieran ser socias para vencerlas. A partir de esta idea madre e hija, reflexionaron sobre los detonantes de los problemas y surgió la idea de registrar en un calendario las veces en las que aparecen Draculina y Madame Mim a lo largo de la semana apuntando lo que hacen ellas para que después se vayan estas figuras malévolas. A la semana siguiente cuando Elena y Laura regresaron al consultorio retomamos el calendario y comentaron que en esta ocasión Draculina y Madame Mim casi no habían salido. Laura mencionó que Draculina no salió porque Elena se sentía feliz. De esta forma hablamos sobre cosas que las hacían sentirse bien y Elena mencionó que le gusta escuchar que su mamá hable bien de ella “porque siento que puede ver como trato de mejorar” y que eso le permite ver en ella misma que “puedo dejar a mi problema, que puedo ser mejor y más fuerte”. Esta sesión fue cercana a la celebración de la Navidad lo cual me hizo preguntarme en qué medida este evento pudiera estar generando esta sesión positiva entre madre e hija.

En la sesión posterior a la celebración de Navidad y el Año Nuevo Elena contó que tuvo que vivir ambas fiestas con la nueva amiga de su papá (Jodie) lo cual le generó mucha tristeza. Utilizamos esta experiencia para hablar sobre como Draculina y Madame Mim se aprovechan de como ella se siente para atacarla. Mediante preguntas de panorama de acción y de conciencia exploré situaciones excepcionales en las que Draculina aparecía y ella la lograba controlar. Y les presenté la dinámica “Siento-pienso-hago” con la finalidad de que reflexionen sobre la influencia que ellas tienen en la vida del problema.

SESIONES 13 Y 14

A estas dos sesiones acudió únicamente Elena ya que consideré que la niña necesitaba un espacio para poder reflexionar sobre sus emociones.

En la sesión 13 hablamos sobre lo que ella siente hacia sus tareas y hacia sus hermanas cuando su mamá les compra algo a ellas únicamente. En relación a las tareas revisamos algunas acciones que podemos hacer para vencer a la Flojera. Con respecto a las hermanas pudimos hablar sobre cómo los distintos integrantes de las familias necesitan cosas en momentos diferentes y que las familias se deben de apoyar.

Para la sesión 14 Elena mencionó que sentía que Draculina ya no era tan fuerte como antes, y que la había podido controlar en diferentes ocasiones. Utilizando una pregunta de escala Elena consideró que estaba en el escalón 6 porque ella consideraba que ha avanzado mucho tal y como se aprecia en el siguiente diálogo:

Nicole: “Cuéntame ¿cómo te has dado cuenta que Draculina se ha debilitado?”

Elena: Yo me di cuenta la semana pasada que estuve a punto de molestarme mucho, y estuve a punto de hacer una rabieta y me acordé de ella, que le gusta molestarme, enojarme y dije ¡No voy a dejar que me moleste! Y no me enojé, tampoco hice berrinche.

Nicole: Y ¿cómo te sentiste en ese momento?”

Elena: Me sentí fuerte (se ríe) me gustó no dejar que me molestara, porque no me metí en problemas”.

Explorar y ampliar el acontecimiento extraordinario aumentó la esperanza de la niña de un futuro sin Draculina y un aumento en su percepción de la influencia y el control que ella puede tener sobre su vida: “ya la he controlado esta semana y no fue tan difícil como pensé... Yo me veo grande, más grande que Draculina. Creo que sí puedo vencerla (sonríe orgullosa) y me siento feliz, muy feliz y fuerte porque sé que puedo vencerla”. Elena comentó que su mamá presenció su lucha y está modificando la visión que tiene de su hija: “mi mamá me ve más fuerte que antes y eso la pone feliz porque ya no me meto en problemas. Quizás diría que estoy mejorando mucho”.

Para continuar con el engrosamiento de su historia alternativa le cuento a Elena la historia “¡Fuera de aquí, horrible monstruo verde!”, la cual trata de cómo un niño va desmembrando a un monstruo hasta que finalmente lo hace desaparecer por completo. Elena comenta que le agradó mucho la historia y que algún día ella se despedirá así de sus problemas.

SESIÓN 15

Esta sesión quise que sirviera como retroalimentación por lo que ingresa Laura al consultorio y manifiesta en presencia de su hija “...ha estado más tranquila [Elena], no ha habido berrinches, creo que ha contralado mejor a Draculina... Me siento muy feliz porque veo que Elena está mejor, que no se mete en problemas y que Madame Mim tampoco ha aparecido”. Le pregunté a Elena cómo se siente con lo que acaba de escuchar y mencionó: “Me siento muy feliz porque mi mamá ya no se enoja y puede ver lo bien que estoy... pero aún no siento que he llegado a la cima del número 10, creo que estoy en el 7 ahora”.

Después retomamos el ejercicio “siento, pienso y hago” y cada una compartió lo que pudo registrar al estar en presencia y ausencia de Draculina y Madame Mim. Identificamos que cuando Elena se toma las cosas con mayor calma se siente mejor: “... con Draculina todo pasa demasiado rápido y no me da tiempo ni de pensar las cosas bien por eso pienso todo mal” (Elena). Al finalizar el relato Laura solicita tener un momento a solas conmigo y entonces me expresa que por motivos laborales Alfredo se mudó a otra ciudad y que esto ha generado problemas entre las hijas. Acordamos abordar esta situación con Elena durante las siguientes sesiones que se trabajar.

SESIONES 16 A 19

En las sesiones que van de la 16 a la 19 continuamos engrosando la historia alternativa en la que Elena podía vencer a Draculina y esto lo hicimos mediante distintas estrategias lúdicas. Una de ellas fue realizar un pequeño diario sobre las apariciones de Draculina. El nombre que Elena escogió para éste fue “El diario de Elena y mamá” porque la pequeña pensaba que ella junto a su madre han formado un equipo para vencer a sus problemas y otra fue un “Kit de emergencia” que incluía

Las conversaciones que surgían a partir de las estrategias lúdicas permitían que la pequeña reflexionara sobre sus sentimientos y los eventos que surgían de su vida cotidiana, encauzara sus emociones y pudiera ella misma emprender acciones y evaluara en qué medida ella iba sintiéndose mejor. Las conversaciones fueron incluyendo eventos significativos presentes en la vida de la niña entre los que figuraban la mudanza y lejanía de su papá, las limitaciones económicas, la convivencia con sus hermanas y mamá, así como los eventos y festividades del día a día.

Las sesiones descritas también implicaron algunos ajustes en cuanto a la relación madre e hija. Uno de éstos se suscitó cuando Elena manifestó que tenía muchos deseos de ser la reina de la primavera, pero sintió que su mamá no le dio importancia al evento, por lo que utilizamos esta situación para invitar a que Laura y Elena conversaran de manera empática sobre esto.

Para la sesión número 19 Elena manifestó sentir que había llegado a su 10, “siento que mi problema llegó más grande y fuerte pero hoy yo sé que soy más fuerte que Draculina, ahora ella es pequeña y no me puede molestar como antes”.

SESIONES 20 A 23

Las sesiones 20 a 23 se enfocaron en ir documentando los cambios que Elena. La niña se mostraba muy orgullosa y feliz por sus logros: “Me siento mucho más fuerte y feliz que antes. Creo que Draculina ahora está más pequeña... ya sé cómo controlarla para que no salga y si llega a hacer trampa para salir yo tengo mis poderes para controlarla”. Sobre sus poderes menciona: “...uno de mis poderes es que yo ahora soy más grande entonces si ella quiere salir la atrapo rápido y la vuelvo a guardar. Si ella sale por tramposa, yo trato de calmarme con mi cajita y con mi juego de los dedos que me enseñaste... yo creo que estoy lista para decirle, ¡Adiós y no vuelvas más!”.

Para seguir engrosando este nuevo relato le propongo que construyamos la historia sobre cómo Elena venció a su monstruo a través de la actividad “Mi Historia”. La pequeña trabajó en la misma durante varias sesiones, en las que conversamos sobre aspectos que fueron relevantes para ella, entre los que se encontraron la escuela y que el padre había regresado a vivir a su ciudad.

Finalmente, en la sesión 23 Elena lee su historia: “Había una vez una niña que se llamaba Elena. Cuando estaba haciendo su tarea vino un monstruo llamado Draculina. Cuando Elena estaba terminando su tarea, Draculina entró a su cuerpo y borró su tarea. Después salió Draculina, Elena tuvo que hacer la tarea otra vez y así pasaron meses. Después Elena la agarró y la amarró a un globo y le dijo: ¡Adiós y no vuelvas más! Fin”.

Después de la historia conversamos sobre sus cambios y Elena dijo: “antes hacía muchos berrinches, lloré mucho, tenía problemas con mi mamá, me frustraba... muchas cosas”. Mencionó que ya se sentía lista para dejar de acudir a terapia por lo que le comenté que la siguiente sesión la dedicaría a conversar con sus papás y que, para la última sesión, ella podría invitar a quien quisiera.

SESIÓN 24

Ingresaron ambos padres al consultorio. Laura comenta que están muy contentos con los cambios observados en su hija, y porque el padre ha regresado a vivir a la casa con ellas desde el fin de semana, pero temían que todo lo avanzado hasta este momento con Elena se derrumbara.

Mi posición ante esta información fue matizar el sentimiento de felicidad que pudiera estar imperando en casa porque la dinámica de pareja todavía no estaba sólida y podría modificarse nuevamente generando decepción y frustración en las niñas. Enfatizo la importancia de que Laura continúe con la terapia individual y que de considerarlo adecuado acudan a terapia de pareja.

Luego de abordar el tema de la reconciliación entre los padres y realizar ciertas observaciones para orientarlos hacia una mejor crianza, continuamos conversando sobre los cambios realizados por Elena y el apoyo que ella necesita para seguir mejorando. Y también enfatizo la importancia de que Laura continúe con su proceso terapéutico individual.

Para la despedida de Draculina, Elena invitó al consultorio a su mamá y sus hermanas. En un primer momento y de manera individual Elena realizó un último dibujo de Draculina al que amarró a un globo de helio y después soltó para perderse en el cielo. En un segundo momento ingresaron sus invitadas: sus hermanas y su mamá quienes fueron testigos del diploma que le entregué en donde certifico que Elena logró controlar su problema. Elena compartió la historia de Draculina, cómo la venció, relatamos sus recursos para no dejarse atrapar y anticipamos que tendría que hacer Elena si Draculina quisiera regresar. La despedida de la niña de Draculina fue muy emotiva para ella: “fue como si mi cuento se hiciera real”.

3. DISCUSIÓN

La terapia narrativa para niños constituye un acercamiento a los problemas y conflictos de los menores de una manera acorde a su propio desarrollo al enfatizar el lenguaje lúdico como elemento inserto al proceso terapéutico, ajustándose a la forma de expresión más propia de la infancia (Freeman et al. 2001). Utilizando distintas estrategias que fueron construidas para favorecer el surgimiento y solidificación de la historia alternativa en donde una buena relación madre-hija es posible, las principales protagonistas pudieron hablar sobre sus necesidades. Las distintas estrategias utilizadas tuvieron como elemento común los distintos conceptos derivados de la Terapia Narrativa.

En la exploración del motivo de consulta se identificaron los recursos del sistema familiar, así como las necesidades de las participantes y se estableció como prioridad, fortalecer la relación entre ambas, por lo que el foco central redundó en la construcción de estrategias que permitieran trabajar para este fin. Las estrategias construidas tuvieron el espíritu narrativo al dirigirse no sólo hacia la exploración de los problemas sino también la historia al margen de éste, rescatando los acontecimientos extraordinarios, los recursos y como diría Esquivel-Ancona (2010) hacia la generación de esperanza. Las preguntas de panorama de acción permitieron explorar los hechos y acciones realizadas por las participantes, mientras las preguntas del panorama de consciencia exploraron sus intenciones, esperanzas, valores y obligaciones. Las actividades en las que las preguntas de panorama de acción y consciencia se hicieron presente y que coadyuvaron hacia la exploración del motivo de consulta fueron: mi familia de títeres, la sopa mágica, mi familia actual y mi familia del futuro mismas que fueron de utilidad para conocer desde la visión de las participantes sus relaciones, fortalezas y áreas de oportunidad que posteriormente se convertirían en el foco de la intervención para engrosar un discurso alternativo en donde la buena relación madre-hija se convierten en algo posible.

Una vez establecidas las directrices de hacia dónde se perfilaría el trabajo terapéutico, las estrategias narrativas utilizadas coadyuvaron en la construcción de una identidad al margen del problema. El bautizo del problema realizado a través de los dibujos en donde apareció Draculina y Madame Mim permitió que las participantes pudieran ponerle un nombre específico al problema, externalizándolo, y aumentando así la sensación de que es la persona quien controla su problema (Payne, 2002). Freeman et al. (2001) consideran que cuando un niño exterioriza sus problemas, logra separarse de éste, con lo que se abren innumerables posibilidades de afrontamiento y resolución de los conflictos. El bautizo del problema como Draculina y Madame Mim, a partir de la actividad “Dibuja a tu...” se realizó desde la sesión no. 7 y el lenguaje externalizador, si bien se utilizó con mayor frecuencia a partir de este momento, tuvo sus primeros esbozos desde la actividad “Mi familia de títeres” en la que se diferenció el Piolín bueno, del Piolín malo. Bautizo y externalización necesitaron del lenguaje lúdico que estuvo presente en las sesiones y del cual hicieron uso tanto terapeuta como consultantes.

Las estrategias narrativas también fueron de utilidad al brindar mayores recursos a las participantes para enfrentar las dificultades propias de la vida, evidenciando de esta forma, que ellas podían generar una influencia en la vida del problema. Apuntando hacia lo anterior, el proceso terapéutico

136 derivó en la construcción de la estrategia denominada “Kit de emergencia” para la sesión 16. Esta estrategia brindó mayores herramientas a la menor para hacer frente a sus dificultades, haciendo uso de sus recursos habituales.

Las estrategias narrativas utilizadas durante la intervención también sirvieron para rescatar los acontecimientos extraordinarios que permitieron a las participantes identificar cómo su historia saturada de problemas se iba debilitando, al tiempo que su historia alternativa se fortalecía cada vez más. Para poder identificar los acontecimientos extraordinarios, fue necesario utilizar las preguntas de logros aislados con la finalidad de reconocer aquellas intenciones y acciones que contradecían las descripciones saturadas de problemas. Las historias en las que Draculina y Madame Mim perdían fuerza, permitieron ahondar sobre este aspecto, llegando al punto máximo cuando se realizó la “Celebración de despedida” en la que estuvieron presentes otros miembros de la familia quienes fungieron como testigos externos.

Los documentos terapéuticos colaboraron con el engrosamiento de la historia alternativa al ir evidenciando y describiendo las diferencias en el panorama de acción y conciencia. Ejemplo de lo anterior es cuando en la sesión 20, Elena comienza a escribir “Mi Historia” con el objetivo de narrar y re-narrar sus experiencias. Trabajada durante tres sesiones, esta estrategia coadyuvó a consolidar los cambios que contribuyeron con esta nueva identidad al margen del problema.

La Terapia Narrativa es un medio para tratar los problemas que aquejan a los niños de una manera más cercana a ellos, al utilizar sus formas de expresión, con un lenguaje que entienden, permitiéndoles tomar decisiones para cambiar y ser lo que sueñan (Esquivel-Ancona, 2010). El uso del lenguaje metafórico lleno de fantasía también fue importante a lo largo del proceso terapéutico ya que permitió personificar las características y problemas de las consultantes. La exteriorización de sus problemas y de su tratamiento por medio del juego y la fantasía, favoreció que se motivaran para trabajar sus dificultades. Evidencia de lo anterior fue cuando se presentó en la sesión 14 la historia “¡Fuera de aquí, horrible monstruo verde!”, o cuando en la sesión 11 Elena y su madre comentaron que Madame Mim y Draculina parecían “socias”. De esta forma el lenguaje lúdico y metafórico ayudó a evidenciar como situaciones aparentemente desconectadas, tienen relación en su construcción y en su solución.

Las preguntas: de logros aislados, de panorama de acción y conciencia, de influencia relativa, fueron relevantes para engrosar la historia alternativa y las estrategias narrativas construidas al respecto coadyuvaron para tal fin. Lo anterior puede apreciarse cuando en la sesión 12 se realizaron preguntas de logros aislados sobre cómo lograban Elena y su madre mantener a Draculina y Madame Mim atrapadas en sus bolsas de plástico sellables. Estas respuestas iban engrosando cada vez más su historia alternativa, ya que evidenciaban que ellas podían controlar a sus monstruos. Las preguntas de influencia relativa coadyuvaron engrosando la historia de Elena como vencedora de su monstruo al identificar cómo las protagonistas pueden influenciar la vida del problema y debilitar a Draculina y Madame Mim. Particularmente en la sesión 14 se les pidió que recordasen aquellas ocasiones en las que ellas habían salido victoriosas en su lucha contra su problema resaltando de esta forma que ellas también tienen poderes que pueden utilizar. La reflexión en este sentido permitió rescatar experiencias olvidadas y que son relevantes para el cambio terapéutico como apuntaría Payne (2002).

Las preguntas también sirvieron para evidenciar los cambios en la historia de las consultantes. Al respecto, en las conversaciones de las sesiones 15 a la 19 se incluyeron preguntas de escala para reflexionar sobre las diferencias que las consultantes percibían a partir de su participación en las sesiones terapéuticas. En la sesión 15, Elena comentó que se sentía en el número 7 y para la sesión 19 mencionó encontrarse en el número máximo de sentirse bien. Estas preguntas de escala, junto a las preguntas de panorama de acción y conciencia, permitieron a las participantes reflexionarse como agentes de cambio de su historia.

A partir de los distintos elementos presentados se concluye que las estrategias narrativas empleadas, como parte de este estudio de caso clínico único, fueron de utilidad para asistir a las ne-

cesidades y preocupaciones que presentaban Elena y su madre, según los propios reportes de los participantes. Sin embargo, vale la pena también generar una reflexión sobre aquellas estrategias, que si bien, podrían desestimarse como centralmente narrativas, también estuvieron presentes y coadyuvaron a alcanzar la meta terapéutica. Al respecto destaca la dinámica utilizada en la sesión 12 denominada “Siento-pienso-hago” que pudiera considerarse propia de otro enfoque de intervención, y que, sin embargo, se utilizó desde una mirada “narrativa” al buscar aumentar la influencia que tienen las participantes en la historia del problema. Para lograr lo anterior dicha intervención no se limitó a describir pensamientos, acciones y emociones, sino que buscó construir un puente entre cómo estos elementos generan influencia sobre otras personas y sobre cómo éstos alimentan o limitan la influencia que tienen Draculina y Madame Mim sobre Elena y su madre. De esta forma se puede evidenciar que la Terapia Narrativa puede también ser un espacio amigable con técnicas de otros enfoques siempre y cuando conserve el espíritu central que brinda su conceptualización teórica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agudelo, M. (2013). Terapia narrativa y colaborativa: una mirada con el lente del construccionismo social. *Revista Facultad de Trabajo Social*, 29(29), 15-48.
- Bertrando, P., & Toffanetti, D. (2004). *Historia de la terapia familiar: los personajes y las ideas*. Barcelona: Paidós.
- Campbell, M. (2018). Toward a more comprehensive model of economic vulnerability, family stress, and children’s social-emotional competence. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 78(11-A(E)).
- Esquivel Ancona, F. (2010). *Clínicos, Psicoterapia infantil con juego casos*. México D.F: Manual Moderno.
- Figueiras, A. C., Neves de Souza, I. C., Ríos, V. G., y Benguigui, Y. (2011). *Manual para la vigilancia del desarrollo infantil en el contexto de AIEPI* (2ª ed). Washington, D. C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Freeman, J., Epston, D. y Lobovits, D. (2001). *Terapia Narrativa para niños: aproximación a los conflictos familiares a través del juego*. Buenos Aires: Paidós.
- Haeussler, I. (2000). Desarrollo emocional del niño. En J. Meneghello y A. Grau Martínez. *Psiquiatría y psicología de la infancia y adolescencia* (p. 55). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Marcondes, E. M. D. (1991). Crecimiento e desenvolvimiento. En E. Marcondes (Coord.), *Pediatría básica* (8 ed.) (pp.35-62). Sao Paulo: Sarvier .
- Mora, B. (2007). Solidaridad familiar y resiliencia. *Documentos de Trabajo Social*, 51, 99-120.
- Payne, M. (2002). *Terapia Narrativa: Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Repetur Safrany, K., y Quezada Len, A. (noviembre, 2005). Vínculo y su desarrollo psicológico: la importancia de las relaciones tempranas. *Revista Digital Universitaria*. 6(11). Recuperado de http://www.revista.unam.mx/vol.6/num11/art105/nov_art105.pdf
- White, M. (2001). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona: Gedisa.
- White, M. (2002). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Barcelona: Gedisa
- White, M; Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.

