
TERAPIA FAMILIAR CON NIÑOS

Roxana Zevallos

Resumen:

En el desarrollo del campo de la terapia familiar, ha habido un especial interés en el que el reconocimiento de que las experiencias de los niños, especialmente, sus trastornos, estaban relacionados con su situación familiar. A diferencia del trabajo de terapia individual, que se lleva a cabo bajo otros enfoques, el modelo sistémico focaliza en la interacción entre los padres y pone el acento en su capacidad para lograr acuerdos que beneficien el mejor desarrollo emocional y psicológico de sus niños, esto implica que generalmente el terapeuta familiar realizará sesiones donde se encuentren en el mismo espacio, padres e hijos.

Abstract

The analysis of the family therapy field has shown a particular interest in acknowledging that the children's experiences, specially their disorders, are related to their family situation: Unlike individual therapy, which is approached differently, the systemic pattern focuses on the interaction between parents and emphasizes their ability to reach contracts which benefit the best emotional and psychological development of their children. This means that the family therapist may arrange for sessions so that parents and children meet in the same place. Thus, family therapists must be prepared to work with children.

PALABRAS CLAVES: Terapia familiar, niños.

KEYWORD: Family therapy, children.

Reseña de la Autora:

ROXANA ZEVALLOS. Psicóloga Clínica, PUCP. Terapeuta Familiar formada en el Hospital Italiano (Buenos Aires- Argentina). Miembro de la Directiva de IFTA (International Family Therapy Association). Directora Académica de IFASIL (Instituto Familiar Sistémico de Lima). Docente UNIFÉ.

En los últimos años, para los padres es cada vez más difícil saber cómo tratar a sus hijos de modo eficaz y sin dañarlos. Con frecuencia, se habla de que la familia está en crisis, para referirse a este momento en que no parece claro, que esperan los miembros, unos de otros.

Por otro lado, los profesionales, y los medios de comunicación, estamos todo el tiempo refiriéndonos a los cambios en la familia, a la crisis del modelo familiar tradicional y en muchos casos sembramos más dudas que alternativas. Nos encontramos entonces, con padres que casi no apelan a su sentido común y con niños que desde muy pequeños desarrollan diversos problemas psicológicos y son derivados a psicoterapia.

En el desarrollo del campo de la terapia familiar, ha habido un especial interés en el reconocimiento de que las experiencias de los niños, especialmente, sus trastornos, estaban relacionados con su situación familiar. A diferencia del trabajo de terapia individual, que se lleva a cabo bajo otros enfoques, el modelo sistémico focaliza en la interacción entre los padres y pone el acento en su capacidad para lograr acuerdos que beneficien el mejor desarrollo emocional y psicológico de sus niños, esto implica que generalmente el terapeuta familiar realizara sesiones donde se encuentren en el mismo espacio, padres e hijos.

Esto necesariamente implica que los terapeutas de familia se preparen para trabajar con niños. Por un lado, deben ser capaces de tolerar el caos y la incertidumbre y por el otro, reconocer que los niños pueden ser muy estimulantes y aportar valiosa información.

De allí que en la terapia familiar con niños es importante tener en cuenta lo siguiente:

- El terapeuta debe escuchar a los niños e incluirlos en la terapia de manera significativa.
- Redefinir su conducta para que sus padres puedan escucharlos desde una descripción no patológica.
- El uso de técnicas de terapia de juego, son efectivas en un contexto de terapia familiar.
- A los niños, les resulta más fácil, escuchar o crear historias que reflejen su propia vida, para hablar de situaciones familiares difíciles.

- Los niños tienen una necesidad cognitiva de “experimentar” más que sólo “hablar”.
- La técnica de juego a usar se decide en el transcurso de la sesión, de acuerdo con la edad del niño y el problema por el que vienen a terapia, así como el estilo familiar, de comunicación.

Los niños no se comunican “hablando” por mucho tiempo, como si sucede con los adultos, más bien, lo hacen a través del juego. De allí que cuando trabajamos con familias con niños, es importante poder integrar técnicas de terapia de juego que posibiliten la inclusión de todo el sistema familiar. El juego es una herramienta que facilita la conexión del mundo de los adultos, rico en abstracciones y muchas palabras, con el mundo de los niños que está plagado de expresiones no verbales e imágenes concretas.

En el contexto de la terapia familiar estas técnicas son efectivas pues nos permiten incluir las necesidades de los niños. La técnica de juego adecuada, debe ser elegida en base a situaciones relevantes que surgen durante la sesión terapéutica.

De esta manera, a través de las diversas formas de terapia de juego, ayudamos a los niños a expresarse y a trabajar a partir de los problemas, manteniendo los objetivos terapéuticos:

- Realizar una terapia efectiva, que incluye a los niños.
- Ayudar a los padres o cuidadores a comprometerse con la terapia.
- Clarificar los roles en la familia.
- Transformar a los padres o cuidadores, en coterapeutas, que por otro lado, son quiénes estarán a cargo en la casa.

El terapeuta debe crear un espacio terapéutico en el que los niños se sientan seguros. Para ello, desde el diseño de la sala de terapia debe estar pensada para recibirlos. Sin muebles caros ni cosas que se rompan o puedan malograrse. Debe haber juguetes, colores, papel y cosas como esas.

Es importante que se le explique al niño claramente cuál es el propósito de la terapia y que se espera de él o ella. Por lo tanto, al empezar la sesión se le debe dar

una simple y concreta explicación de que es la terapia y quién es el terapeuta. En estos casos siempre es mejor que los padres expliquen y el terapeuta intervenga si fuera necesario ayudarlos a encontrar la mejor manera de hacerlo.

Desde el comienzo es importante redefinir el problema, separando al niño del mismo. Es decir, buscando los lados positivos de la familia. Sin caer en culpabilizaciones que suelen generar parálisis en los padres. Los padres, en la mayoría de los casos, ya vienen a la terapia sintiéndose bastante mal, culpables e impotentes, de modo que el terapeuta no debe hacerlos sentir más incapaces, sino que se unirá a ellos en la terapia para ayudarlos a desarrollar sus potencialidades y capacidades.

Una técnica terapéutica propuesta por Michael White (1993) que resulta de gran utilidad en estos casos, es la Externalización del problema, que es un abordaje terapéutico que insta a las personas a cosificar, y a veces, a personificar, los problemas que las oprimen. En este proceso el problema se convierte en una entidad separada, externa- por tanto- a la persona o a la relación a la que se atribuía. Los problemas considerados inherentes y las cualidades relativamente fijas que se atribuyen a personas o relaciones se hacen así menos constantes y restrictivos. A través del uso de cuentos o metáforas diseñadas por el terapeuta para poner el problema afuera, todos logran unirse contra el problema y no contra el niño. Así este puede expresar sus preocupaciones.

Los terapeutas que quieren contribuir a proporcionar un lugar seguro para los niños en la terapia, deben establecer una buena relación con sus padres. De esta forma, también, el terapeuta ayuda a los padres a comprometerse con la terapia, vale decir, con la búsqueda de soluciones al problema por el que acuden. Es importante asignar la mayor responsabilidad a los padres para conocer el funcionamiento familiar. De esta manera se hace posible intervenir en la modificación de la estructura familiar, lo que contribuye a la producción de cambios en la conducta y los procesos psíquicos internos de los miembros de ese sistema. Como propone Minuchin (1974), el terapeuta se asocia con la familia para cambiar la organización familiar de modo tal que la experiencia de sus miembros también se modifique. Para lograrlo, hay que reorganizar los roles de modo tal que las jerarquías sean claras, donde ambos padres tienen la autoridad sobre sus hijos, no se descalifican uno al otro y le transmiten al niño esa sensación de cuidado y protección, tan necesaria para crecer en un clima de confianza. Las fronteras, vale decir, la

permeabilidad y accesibilidad entre los subsistemas (padres / hijos) están claramente definidas. Los padres / esposos, preservan un espacio para la pareja conyugal y los hijos tienen un espacio diferenciado unos de otros en el subsistema fraterno.

Hay que conocer las etapas del desarrollo y ubicar al niño en la que le corresponde para poder entenderlo. Así como también contextualizar el problema tomando en cuenta en que etapa del ciclo vital se encuentra la familia como un todo. Considerando que las vivencias no son iguales para los padres que para las madres. Las diferentes circunstancias que vive la pareja y sus expectativas hacia la maternidad y la paternidad influyen en el hijo y le dejan huellas de una u otra manera. Ya que si los padres tienen una relación de pareja conflictiva, el niño no podrá recibir lo que necesita para un adecuado desarrollo psicológico y emocional.

El terapeuta es el responsable de conducir la sesión, debe tener claras las reglas para hacerlo y conducir la terapia a un buen final.

Debe usar un lenguaje sencillo y claro, con pocas palabras y oraciones cortas. Puede usar objetos, imágenes o conductas que lo ayuden a comunicarse con el niño.

Algunas veces es indispensable que el terapeuta llame a las cosas por su nombre, aun cuando sean embarazosas, tristes o dolorosas. Así le transmite a la familia que no tiene miedo de hablar de esos temas y los invita a hacerlo.

El terapeuta debe evitar los rótulos patologizantes y más bien enfatizar en los recursos y potencialidades de los miembros de la familia.

Los padres deben ser incluidos en la terapia como co-terapeutas. Es importante valorar su saber, y reconocer que son ellos quiénes están a cargo en la casa, y tienen un conocimiento de sus hijos que es muy valioso para el terapeuta y la terapia. La coordinación y el co-diseño son indispensables, para que los padres recuperen su seguridad, tan valiosa en la etapa de crianza de hijos y para que la coparticipación entre la familia y el terapeuta de cómo resultado que se recupere la confianza en las propias capacidades. En otras palabras, descubrir juntos los "tesoros escondidos" (Genijovich, 1997)

BIBLIOGRAFÍA:

- Genijovich, E. *Los tesoros escondidos de la familia*. Seminario – Taller – IFASIL, Lima – Perú.
- Minuchin, S.(1974) *Familias y Terapia Familiar*. Editorial Gedisa, España.
- Patterson, E y otros.(1998) *Essential Skills in Family Therapy*. Guilford Press. N.Y.
- White, M.(1993) *Medios Narrativos para fines terapéuticos*. Editorial Paidós, Buenos Aires.
- White, M. (1994) *Guías para una terapia familiar sistémica*. Editorial Gedisa. España.