

METODOLOGÍA DE TRABAJO PSICOTERAPÉUTICO GRUPAL PARA LA ATENCIÓN DE PROBLEMÁTICAS PSICOLÓGICAS INFANTO-JUVENILES

Roxanne Castellanos Cabrera

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

Resumen

El programa “*AcompañArte*” es una estrategia psicoterapéutica para el abordaje de trastornos emocionales en niños entre seis y ocho años. Esta propuesta logra dar respuesta en sus especificidades, a una problemática y edad. Al mismo tiempo contiene una metodología de utilidad para el trabajo psicoterapéutico en general con niños y adolescentes. Esto será explicado a través de un ejemplo concreto de una adaptación del programa “*AcompañArte*” a una intervención psicoterapéutica dirigida a adolescentes transgresores de la ley.

Palabras Claves: Intervención psicoterapéutica, psicoterapia infantil.

Abstract

The “AcompañArte” program is a psychotherapeutic strategy for dealing with emotional disorders in children between six and eight years of age. This proposal manages to respond in its specificities, to a problem and age. At the same time it contains a useful methodology for psychotherapeutic work in general with children and adolescents. This will be explained through a concrete example of an adaptation of the “AcompañArte” program to a psychotherapeutic intervention aimed at teenagers who transgress the law.

Keywords: *Psychotherapeutic intervention, child psychotherapy.*

La intervención psicoterapéutica es una actividad profesional de suma importancia en el abordaje de diferentes problemáticas psicológicas de la población infanto-juvenil. Durante una década hemos estado trabajando en una metodología que ha sido validada en la tesis doctoral de nuestra autoría. Uno de los mayores beneficios de esta metodología es su capacidad de ajuste a diferentes edades y necesidades terapéuticas.

El programa psicoterapéutico “AcompañArte”

Casi cualquier problema psicológico de un niño viene acompañado de algún nivel de afectación emocional. Las alteraciones emocionales en la infancia, aparecen lo mismo como trastorno primario, que de manera secundaria o concomitante a otros trastornos psicológicos. Por diversas razones la edad escolar menor es potencialmente proclive a la aparición de afectaciones de índole emocional (Castellanos, 2017).

“*AcompañArte*” es un programa psicoterapéutico grupal concebido para la atención de las alteraciones emocionales en escolares menores. Surgió por la necesidad de dar respuesta a

la alta presencia de esta problemática en el servicio de atención a niños y adolescentes del Centro de Orientación y Atención Psicológica (COAP) de la Facultad de Psicología.

Durante una década de aplicaciones de esta estrategia psicoterapéutica, fue sometida a indagación científica y optimización a través de la investigación-acción. Este es el primero de los hallazgos significativos de este trabajo. Pudo constatarse que aunque hasta el momento la investigación-acción no ha sido una metodología habitual para la investigación de las intervenciones clínicas, son muchos los beneficios que se alcanzan con su empleo. El modo de investigar, las ventajas que esto supone y también los retos que se deben afrontar, están recogidos en la tesis doctoral de nuestra autoría (Castellanos, 2017).

El programa “AcompañArte” transcurre en dos grupos (uno de niños) y otro de (madres y padres) que funcionan en paralelo durante diez semanas con una frecuencia de trabajo de una hora y media de duración, aproximadamente. El valor psicoterapéutico del programa es sistémico; ambos grupos tributan por igual al logro de los efectos previstos. Se han denominado: EGI (experiencia grupal infantil) y EGA (experiencia grupal de acompañamiento) acentuando el carácter vivencial de la intervención.

“AcompañArte” cuenta con cuatro elementos distintivos que se complementan entre sí y de los que emana su poder terapéutico. Ellos son el ambiente humanista, las técnicas creativas, el trabajo grupal y el acompañamiento psicológico.

El ambiente psicoterapéutico de “AcompañArte” es esencialmente humanista. Eso supone la creación de una atmósfera de permisividad, libertad de expresión, aceptación incondicional y respeto, con la intención de facilitar un contexto distinto a aquellos otros que han influido de modo determinante en la problemática que el niño presenta. Todo ello debe lograrse sin renunciar a la directividad, que sin embargo debe ser cualitativamente distinta a la que es habitual que reciban los menores en todos sus entornos de desarrollo. El ambiente se caracteriza también por el carácter lúdico de las actividades que se realizan. Es indispensable generar en todo momento un sentimiento de diversión y juego, aun cuando existan normas que regulan el modo de divertirse y jugar. Es un ambiente que además busca intencionalmente y de modo permanente, crear un espíritu de colectividad, dado que el trabajo grupal es la herramienta terapéutica fundamental de esta intervención.

Las técnicas creativas son el recurso instrumental del trabajo grupal. Estas técnicas se basan en el empleo de los medios artísticos, los cuales poseen una cualidad natural para propiciar que las personas entren en contacto con sus estados interiores (emociones, sentimientos, estados de ánimo, conflictos, entre otros) y que logren “sacarlos afuera”. De este modo se convierten en material de trabajo para el propio sujeto y para el grupo en general.

Estas técnicas tienen los beneficios adicionales de servir como medio de comunicación alternativo al lenguaje verbal y de adaptarse a una metodología lúdica y grupal.

El trabajo grupal es el instrumento fundamental del programa psicoterapéutico “AcompañArte” sobre la base de las técnicas creativas y en el marco de un ambiente humanista. El coordinador es vital en la EGI, de él dependerá mantener el trabajo sobre el problema, el cual no debe abordarse explícitamente con los niños. El contrato de la EGA debe aclarar con precisión la singularidad de la experiencia, el tipo de metodología, clarificar los roles, los objetivos del grupo y las expectativas de los padres. Es indispensable lograr el empoderamiento y el protagonismo de ellos para potenciar los efectos derivados del trabajo grupal.

El *Acompañamiento Psicológico* es la noción que define cómo se lleva a cabo el trabajo con la familia. Supone un cuasi-paralelismo estructural de las sesiones de los padres en relación con las de los niños, para facilitar el acercamiento a las vivencias de sus hijos a partir de una combinación que implica por una parte, lograr representarse las cogniciones y afectos que se generan en sus hijos en el transcurso de estas actividades y al mismo tiempo ponerse en contacto con sus propias experiencias infantiles. De este modo los padres pueden arribar a una “comprensión” del niño, que le permita *acompañarlo* a lo largo de la intervención y replantearse la propia crianza –en general– de modo más edificante y constructivo, como un *acompañamiento* desarrollador.

La implementación del programa “AcompañArte” transita por cuatro fases:

- 1) Detección de la demanda y evaluación de necesidades.
- 2) Diseño de las sesiones.
- 3) Ejecución de la intervención
- 4) Monitorización y seguimiento.

A cada una de estas fases le corresponden objetivos que deben cumplirse rigurosamente para garantizar el éxito de la intervención en general. Se cuenta con instrumentos que permitirán que cada fase alcance los criterios de valor definidos por la OMS en relación con la evaluación de los programas de salud (pertinencia, suficiencia, progreso, eficiencia, eficacia y efectividad). Todas son importantes y requieren el mismo nivel de atención por parte del profesional que las está ejecutando. (Castellanos, 2017a)

Los instrumentos que se emplean a lo largo del programa se clasifican por su uso en: *Instrumentos de la evaluación clínica, de contenido del programa y de evaluación de la efectividad*.

La capacidad de ajuste de la metodología de “AcompañArte”.

La metodología empleada en el programa posee una capacidad de ajuste a otras edades y problemáticas que constituye un valor agregado de esta propuesta de intervención.

Algunas de los aspectos que pueden servir de referente para proyectar otras intervenciones son:

- La organización secuencial de las fases y el esclarecimiento detallado de objetivos, procedimientos e instrumentos en cada una de ellas.
- La coherencia entre el referente teórico declarado (humanismo y enfoque histórico-cultural) y todos los requerimientos metodológicos que de allí se derivan.
- La elaboración de instrumentos para monitorear el proceso grupal.
- El empoderamiento de los sujetos de la intervención.
- El modo de trabajar con la familia.

Como ejemplo concreto de los planteamientos anteriores haremos referencia a la intervención psicológica realizada en los primeros meses del año en curso, en la Escuela de Formación Integral “José Martí” la cual ha sido recogida en una tesis de licenciatura de la Facultad de Psicología (Pérez & Pérez, 2017).

La población a la que estuvo dirigido este programa, fueron adolescentes comisores de hechos tipificados como delitos. Se trata de una población que en su mayoría se ha

desarrollado desde la más temprana infancia en ambientes desajustados y proclives a la actividad delictiva. Al mismo tiempo han crecido con carencias afectivas, materiales y en muchos casos han sido víctimas de negligencia por parte de sus progenitores y/o de abuso en sus diversas manifestaciones. De ahí que se caracterizaban por un pobre desarrollo de todas las aristas de la personalidad.

Las necesidades terapéuticas detectadas fueron el fortalecimiento de los procesos autovalorativos, desarrollo de la conciencia moral, desarrollo de la expresión emocional y entrenamiento del autocontrol.

Dadas las características de estos adolescentes, no son bien recibidas ni suelen generar significativos cambios positivos las charlas educativas encaminadas a propiciar el ajuste social de la conducta. En este sentido, el equipo de coordinación consideró como estrategia, promover el crecimiento psicológico y desde allí incidir sobre la esfera moral del desarrollo personal. Para ello, los referentes teóricos humanistas e históricos culturalistas del programa y sus derivaciones metodológicas, resultaban afines y así se reflejó en los resultados alcanzados.

Esta intervención se acogió a la misma estructura de organización de la intervención de "AcompañArte", realizando los ajustes necesarios según esta edad y problemática psicológica. Por ejemplo en la Fase de evaluación de necesidades, se agregó la técnica Completamiento de Frases (Rotter) de adultos.

Así mismo en la fase de diseño del programa, no fueron las técnicas creativas las que mayormente sustentaron las actividades, sino las psicodramáticas, cine-debate y vivenciales-participativas en general. Los juegos musicales no tuvieron tanto protagonismo; sin embargo se aprovechó en mayor medida la capacidad de incidir sobre los estados anímicos y las propiedades relajantes de la música, como acompañamiento de algunas actividades. El trabajo grupal continuó siendo la herramienta terapéutica fundamental. El proceso de transformación que se produjo en los integrantes del grupo superó las expectativas del equipo de coordinación.

Para la fase de ejecución de las sesiones, se previó de igual modo que en el programa de referencia, elaborar criterios para evaluar la evolución grupal. Quedaron elaborados los siguientes indicadores:

- Incremento de la interiorización de las normas grupales.
- Aumento de la motivación en la realización de las actividades.
- Aumento de la espontaneidad de los miembros del grupo.
- Aumento de la confianza para el intercambio de experiencias de vida.
- Mayor elaboración personal en las propias reflexiones.
- Aumento de sentimientos positivos.
- Apropiación de estrategias para el desarrollo personal.
- Incremento de la visualización de metas compartidas.

Se hizo uso del papelógrafo o dibujo mural, como técnica para evaluar la evolución del grupo, constatándose que también resultaba útil a estos fines. No obstante, las evidencias de la evolución en este grupo de adolescentes, no fueron exactamente iguales a lo que se aprecia al emplearse en los escolares menores con alteraciones emocionales, lo cual era un

resultado esperado y por eso se previó la revisión crítica de los existentes y la posible elaboración de nuevos indicadores para leer el papelógrafo en esta experiencia grupal.

Por último, al revisarse sobre la propia implementación los indicadores del papelógrafo propios del programa “AcompañArte” resultaron válidos cuatro de ellos, mientras que otros cuatro emergieron de las especificidades de este tipo de grupo. Los indicadores nuevos son:

- Tareas individuales vs. tareas compartidas.
- Aumento de la calidad de las producciones.
- Disminución de elementos no pertenecientes al grupo y surgimientos de nuevos elementos.
- Desaparición de elementos típicos de contextos marginales.

Respecto a la cuarta fase de la implementación “monitorización y seguimiento”, en primer lugar resultó válido el empleo de los dibujos espontáneos y temáticos de familia, algo que preocupaba al equipo de coordinación, dada la edad de los sujetos de la intervención. Los dibujos mostraron fehacientemente la evolución individual de los casos.

Según los resultados obtenidos, los ocho adolescentes que participaron en el programa evolucionaron de manera favorable y ninguno involucionó. De este total de casos, cinco mostraron una notable evolución, dos una moderada y uno, ligera mejoría. La efectividad del programa fue alta, teniendo en cuenta estas evoluciones.

El autoconocimiento y autoconcepto de cada uno de los adolescentes de este programa, resultaron notablemente enriquecidos, aumentó la autoestima, se reelaboró el concepto de familia con mayor sentido de realidad, comprensión de los aspectos de las situaciones vitales que los han ido conformando como personas, aceptación de realidades familiares y personales duras, capacidad de autoperdón y perdón hacia otros, entre otros avances significativos. Así mismo pudo constatar el desarrollo de la crítica y la autorreflexión en oposición a la tendencia de ellos a naturalizar los contenidos amorales y pro-delictivos que están presentes en sus entornos de vida. En general consideramos que el programa activó la capacidad de resiliencia de estos adolescentes, para lidiar con las adversidades de sus existencias cotidianas, sin renunciar al crecimiento personal y el protagonismo reflexivo y crítico en la conducción de sus comportamientos y la vida en general.

Conclusiones

De modo sintético se ha querido mostrar la utilidad de un programa psicoterapéutico que además de responder a una problemática específica de la clínica infantil, tiene en su base una metodología que puede trasladarse a otras necesidades de intervención terapéutica, como se ha demostrado en este artículo.

Contar con estrategias para dar respuesta a las demandas de atención psicológica de niños y adolescentes, es primordial para psicólogos y terapeutas infanto-juveniles. Al mismo tiempo debemos contar con la capacidad de ajustar encuadres y recursos a las problemáticas y edades que estemos abordando, así como a nuestros contextos idiosincráticos, culturales y profesionales. Imprescindible además es investigar sobre nuestras prácticas, revisar críticamente todo lo que hacemos con el compromiso ético que conlleva una ciencia, que se ocupa del bienestar humano.

Referencias bibliográficas

Castellanos, R. (2017). "AcompañArte": Programa Psicoterapéutico grupal para escolares menores con alteraciones emocionales. (Tesis de doctorado inédita). Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

_____. (2017a). "AcompañArte": *Programa Psicoterapéutico grupal para escolares menores con alteraciones emocionales*. Manual de Implementación (adjunto de Tesis de doctorado inédita). Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

Pérez, G & Pérez, D. (2017). Psicoterapia grupal con adolescentes transgresores de la ley: ¿Una opción viable? (Trabajo de diploma inédito). Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.