

LAS TÉCNICAS CREATIVAS EN LA PSICOTERAPIA GRUPAL INFANTIL

Roxanne Castellanos Cabrera
Facultad de Psicología, Universidad de La Habana

Resumen

El artículo aborda el tema de las técnicas creativas como recursos instrumentales de la psicoterapia dirigida a niños con trastornos de las emociones. Se hace referencia al arte terapia como principal fuente teórica, se conceptualizan y describen las técnicas creativas, las ventajas de su uso y se propone a partir de ellas una metodología de intervención con énfasis en el trabajo grupal. Se exponen algunos resultados de investigación.

Palabras Claves: técnicas creativas, psicoterapia infantil, grupo, trastornos emocionales.

Abstract

The article approaches the topic of the creative technologies as instrument of the psychotherapy, which is directed to children with malfunctions of the emotions. Hint is made described to the art therapy like theoretical main-source, that technologies become, that advantages of his/its application and he/she intend an intervention-methodology with emphasis in the group's job of this, to begin resembling. Some results of examination are exposed.

Key Words: creative technologies, childhood psychotherapy, group, malfunctions of the emotions.

Introducción

La psicología clínica infantil sigue exigiendo nuevos retos cada día. Sin embargo, de modo contradictorio, es palpable la insuficiencia de bibliografía actualizada para la preparación científica de estos especialistas. En un análisis temático de los artículos científicos que se publicaron en un período de treinta años (1969-1998) por la *Revista Latinoamericana de Psicología*, publicación internacional periódica y sistemática, se pudo conocer que de un total de 671 artículos, solo cinco estuvieron referidos a la psicoterapia infantil y de la adolescencia, lo cual equivale a un escaso 0.74 % de representación en la investigación, de esta importante esfera de actuación de la psicología como profesión. (Herrera, L. F. y García N., 2003). En una revisión que hemos realizado recientemente de dicha revista, abarcando los últimos trece años, o sea, de 1999 hasta el 2011, encontramos que de 338 artículos solo nueve (2.6 %) estuvieron relacionados con la clínica infantil y ninguno con la psicoterapia propiamente. Se torna imprescindible investigar y escribir textos científicos sobre nuestras prácticas psicoterapéuticas.

Por las características propias de la clínica infantil el trabajo con medios artísticos es singu-

larmente beneficioso. Constituye una forma de expresión alternativa al lenguaje verbal y abstracto, poco desarrollado aún en los niños pequeños, y puede adaptarse con facilidad a un contexto lúdico, elemento imprescindible en la forma de concebir la psicoterapia infantil. Esta actividad puede ser desplegada tanto de forma individual (terapeuta-paciente) como en grupos.

Las ideas que presentamos en este artículo se derivan de nuestro trabajo de Tesis de Maestría en Psicología Clínica (Castellanos, R. 2008), hoy en proceso de sistematización que constituye nuestro proyecto de investigación para doctorado (Castellanos, R. 2013). Dicha investigación se propuso realizar reflexiones teóricas y metodológicas a partir de la implementación de un programa de psicoterapia grupal basado en el empleo de las técnicas creativas con carácter lúdico y dirigido a escolares menores con trastornos emocionales. Así mismo se han tomado en cuenta las contribuciones de varias Tesis de Diploma que bajo nuestra tutoría se han desarrollado en los últimos tres años en la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. El énfasis estará colocado en la fundamentación teórica y

la exposición de resultados concretos derivados del empleo de las técnicas creativas.

Desarrollo

Arteterapia y técnicas creativas

Las técnicas creativas se derivan conceptualmente de la llamada Arteterapia, término que fuera acuñado en 1940 en Gran Bretaña para referirse a actividades que podían considerarse como enseñanza artística no directiva por un lado y psicoterapia a través del arte por el otro. “La terapia artística es la utilización del arte y otros medios visuales en un entorno terapéutico o de tratamiento [...]” (Dalley, T., 1987, p. 14). Ella facilita un medio de comunicación –no verbal– que posibilita que el sujeto se exprese tanto consciente como inconscientemente y en este sentido puede emplearse como herramienta terapéutica.

A modo de resumen podrían citarse dentro de las características fundamentales del enfoque tradicional del arteterapia, las siguientes:

- El psicoterapeuta debe tener una sólida formación artística.
- Tienen en general un sustento teórico de corte psicoanalítico y/o gestáltico.
- Sus objetivos se conceptualicen como la búsqueda de la expresión de contenidos inconscientes reprimidos y/o el “darse cuenta” de los elementos de la situación vital que están afectando emocionalmente al sujeto.
- Han sido mayormente empleadas con adultos y en menor medida con niños.
- Se ha empleado más de forma individual que colectiva.

De modo general los beneficios que pueden obtenerse del trabajo psicoterapéutico con medios artísticos son múltiples: aumento de la creatividad y espontaneidad, fomento de la confianza, reconocimiento del propio valor, realización del propio potencial, aumento de la autonomía y de la motivación personal, libertad para tomar decisiones, expresión de sentimientos, emociones y conflictos, trabajar con la fantasía y con el inconsciente, *insight*, autoconciencia, reflexión, distensión, entrenamiento de habilidades, dar, recibir y solicitar, liderar y saber seguir, hacer contacto, entrenamiento de la tolerancia y la comunicación.

Ahora bien, aún cuando el arteterapia es el referente teórico fundamental de las técnicas creativas, para nosotros ambos términos no deben ser entendidos como sinónimos o equivalentes.

En nuestra concepción el terapeuta no requiere de una especial formación en arte, puesto que el resultado de la actividad con medios artísticos no se valora desde el punto de vista estético. No se busca un valor artístico en el elemento creado sino que se pretende que en este proceso se facilite la expresión y canalización de emociones, sentimientos y conflictos sobre un plano grupal, al que sí le otorgamos un valor terapéutico significativo. En todo caso el entrenamiento del especialista debe ir encaminado a lograr explotar al máximo las cualidades del elemento artístico en la actividad psicoterapéutica. Nos interesa el empleo de estas técnicas como sustento del trabajo grupal y bajo la perspectiva histórico-cultural como enfoque integrativo (Zaldívar 1988).

Las Técnicas Creativas

Para evitar confusiones y esclarecer nuestra visión acerca del trabajo con medios artísticos, hemos preferido alejarnos del término arteterapia y utilizar en su lugar el concepto de técnicas creativas, las cuales entenderemos como: “aquellas que posibilitan mediante la utilización del arte y sus diferentes manifestaciones, la expresión y/o comunicación de emociones, sentimientos y representaciones de fantasías, conflictos e ideas, posibilitando así un espacio para la liberación de angustias, necesidades y estados psicológicos en general, que no han tenido un espacio o nombre explícito en su equivalente verbal.” (García, A. 2004, p.1) A esta definición le agregaremos la acotación de que al colocarse fuera e identificarse un sentimiento o estado mental, se facilita el proceso de poder trabajar con este contenido y modificarlo; por supuesto esto es al nivel en que puede realizarlo un niño.

La importancia del uso de las técnicas creativas estriba en el hecho de poder proporcionarles a los pequeños pacientes modos alternativos de expresión y comunicación teniendo en cuenta las peculiaridades psicológicas de sus “voces”. Al mismo tiempo ellas pueden ser adaptadas con facilidad a un

contexto lúdico, elemento esencial en la psicoterapia infantil, así como a una modalidad grupal de trabajo terapéutico. A continuación abordaremos teóricamente las técnicas creativas que hemos empleado en nuestras investigaciones y los resultados específicos que se han derivado de su empleo en el programa de intervención que proponemos.

Técnicas Pictóricas

Englobadas bajo esta denominación vamos a entender por técnicas pictóricas aquellas que utilizan como medio fundamental de realización un elemento material que deja huellas en el papel, entiéndase lápices de colorear, crayolas, tempera, acuarela u otros similares. Las más comunes de estas técnicas son el dibujo (con crayolas, lápices, tempera y/o acuarela) y la pintura digital.

• Dibujo

El dibujo constituye un medio especial de expresión del niño pequeño. Desde el punto de vista psicoterapéutico existen referencias de su utilización desde fines del siglo XIX. Partiendo de la definición de expresión gráfica infantil entendida como “la capacidad de representar por medio de un dibujo, un concepto, idea o sentimiento de acuerdo con la experiencia de ese individuo y su percepción y reflejo del entorno” (García, A., 2007 p. 51), no será difícil comprender el valor terapéutico del dibujo, visto ya como técnica creativa.

Existen al menos dos tipos de dibujo: el dibujo espontáneo, en el que el niño dibuja libremente lo que se le ocurra en el momento de la actividad y el dibujo temático, en el que se ofrece al pequeño una consigna sobre la cual deberá realizar el dibujo, por ejemplo “dibuja a tu familia haciendo algo”. Ambos tipos de dibujo, el espontáneo y el temático ofrecen una gran riqueza de interpretación. Las creaciones gráficas ofrecen una panorámica de las vivencias del niño y en este sentido reflejan la situación social del desarrollo en el que se encuentra inmerso.

En nuestro contexto, en el que existe un trabajo científicamente validado como es el caso de “La Definición de Indicadores para el estudio del Dibujo Infantil” de la doctora Aurora

García, el dibujo se erige como una poderosa herramienta que al haber sido creada con fines diagnósticos, nos permite valorar la evolución individual de los casos a largo del programa psicoterapéutico. Es por ello una técnica doblemente significativa.

En nuestro trabajo se emplearon las técnicas de dibujo libre y temático en variantes individuales y colectivas. El dibujo libre aplicado en la primera y última sesión del programa, posibilita la evaluación de la evolución de cada niño que integra el grupo terapéutico. Igualmente el papelógrafo (dibujo mural) se emplea para la valoración de la evolución grupal. En este sentido un aporte significativo de la investigación fue la elaboración de Indicadores de evolución del grupo a partir del papelógrafo (Castellanos, R. 2008).

El *papelógrafo* o dibujo mural es una técnica muy apropiada para desarrollar el sentimiento de grupo en los niños ya que lo que resulta de la actividad es una producción colectiva a partir de las contribuciones individuales. Sirve como forma de entrenamiento de la tolerancia ya que al tratarse de la creación de una obra colectiva los niños deben aceptar las contribuciones y comentarios individuales. También la propia disposición física alrededor del pliego de papel y la tarea conjunta (se pasan los lápices, se cambian de un lugar a otro, etc.) propicia el acercamiento y contacto físico entre los miembros del grupo. El trabajo con el papelógrafo puede originar conflictos interpersonales relacionados con los límites del espacio simbólico de cada niño, aspecto que deben tener en cuenta los coordinadores de grupos infantiles. Esta desventaja se va atenuando en la medida en que se avanza en las sesiones del programa.

El papelógrafo temático- “Lo bello, lo bueno, lo que amo”, “Lo feo, lo malo, lo que odio” es una técnica de dibujo beneficiosa para canalizar angustias, temores, ansiedades así como para propiciar estados de ánimos positivos y emociones placenteras. Los niños se identifican unos con otros a partir del hecho de que comparten gustos y aversiones, cuestión que repercute favorablemente en el sentimiento de grupo, “esto nos une, nos identifica”. Eso influye también en la minimización

del problema en aquellos que presentan miedos de menor o mayor grado. Los colores utilizados dan idea de la carga emocional de las representaciones; así el papelógrafo de “Lo feo...” suele contener mucho marrón, negro, morado y verde, evidenciando la presencia de angustias, temores y ansiedades, mientras que el de “Lo bello...” tiende a una mayor policromía, o sea a un uso proporcionado de toda la gama de colores que se les ofrece, denotando con ello la existencia de estados de ánimo positivos.

El *dibujo de los miedos* es otra técnica que facilita la exteriorización de vivencias y sentimientos negativos. Aunque se trabaja de forma individual, tiene un segundo momento de trabajo colectivo donde se socializan los miedos de todos los niños. Los pequeños constatan que tener miedo es una situación que todos han vivido de algún modo lo cual contribuye a restarle atención al tema. El grupo funciona como espacio de interinfluencia recíproca para minimizar y desmontar los miedos.

• Pintura digital

Según Lisselotte Pekny, la *pintura digital*, “representa pintar en forma libre y desinhibida utilizando los dedos y colores especiales para este fin”. (Pekny, L., en Biermann 1973, p. 521) Los niños deben poder utilizar los dedos o las manos como prefieran, y la elección del tema debe ser espontánea. El medio requerido es la tempera y/o acuarela. La autora explica que cuando los pequeños utilizan la pintura digital, las manos y los dedos se introducen en forma lúdica directamente en la tempera y, siguiendo inspiraciones propias, se ocupan de mover, unir y mezclar los diferentes colores, en contacto directo con el material. Pueden surgir formas ornamentales o figurativas, pero incluso una actividad amorfa tiene su valor en el sentido de liberación y desinhibición. La combinación con los colores también es importante ya que produce sentimientos anímicos. Es especialmente ideal para niños que poseen un exceso de motilidad cuando por alguna razón no es posible recurrir a los movimientos corporales.

La pintura digital como técnica creativa ofrece una combinación especial de juego y experiencia creativa. Como actividad lúdica pro-

porciona intenso placer y diversión. Es liberadora, apaciguadora y relajante. Al mismo tiempo en tanto experiencia creativa facilita la objetivación de ansiedades, tensiones y conflictos inconscientes en el producto resultante.

En nuestro programa la pintura digital se aplica en dos variantes: una individual (en hojas sencillas) y una grupal con papelógrafo. Para los niños resulta en extremo placentera y divertida. El hecho de que no solo es permitido ensuciarse, sino que esa es la única forma de poder realizar la actividad indicada, les produce una verdadera fascinación. Cuando se desinhiben, se implican por completo en la actividad y al final se resisten a terminar. En la variante grupal puede tornarse difícil mantener la contención del grupo, aspecto que debe tomarse en consideración en la planificación de las sesiones, pudiéndose llegar a descartarla en dependencia de las características del grupo en cuestión.

Los niños con rasgos obsesivos, para quienes es especialmente beneficiosa esta actividad, pueden ofrecer cierta resistencia al inicio y quizás solo logren dibujar con los dedos, evitando ensuciarse las manos por completo. Estos niños hacen representaciones al estilo de los dibujos con lápices de colores, utilizando los dedos como pinceles, por ejemplo paisajes campestres o urbanos. Los demás se dejan llevar más por las sensaciones táctiles y se interesan menos por el contenido; por eso se dedican a mezclar colores en formas abstractas y a dejar las huellas de las palmas de las manos. En general es una técnica muy completa: desinhibe, estimula la autoestima, entrena la tolerancia, propicia el contacto físico, desarrolla la expresión corporal, posibilita la canalización de sentimientos y emociones negativas, proporciona diversión y estados de ánimo placenteros, todo en una actividad colectiva que incentiva el sentimiento de pertenencia al grupo.

Modelado con barro o arcilla

El barro y la arcilla son materiales muy empleados desde épocas remotas en la historia de la humanidad. Son bastante similares; la diferencia esencial radica en que la arcilla es más fina y delicada en su manejo y

tiene una coloración diferente a la del barro. En nuestro medio el barro es más común y accesible, por lo que se utiliza más que la arcilla. Es una especie de lodo que mediante un proceso de desecado se lleva a un estado en que se torna manipulable. En nuestro programa el modelado con barro resultó una actividad muy provechosa. Al igual que la pintura digital facilita el cumplimiento de múltiples objetivos terapéuticos.

Cada uno de los estadios del trabajo con el barro sirve a fines diversos. La fase inicial de amasado hasta alcanzar la consistencia requerida es apaciguadora y relajante a la vez que desarrolla la motricidad. Los niños llegan muy serenos y tranquilos al segundo momento: el del modelado propiamente.

El modelado del barro potencia la autoestima en gran medida. Al niño le resulta muy placentero descubrir que puede crear una figura tridimensional con sus propias manos, al principio se muestran sorprendidos y poco a poco denotan sentirse muy a gusto con la actividad. Las figuras elaboradas quedan como huella de la creación, se colocan en un lugar accesible para todos en el salón de trabajo. Los niños gustan de ir a ver y manipular las figuras, también traen a los padres al cierre o inicio de las sesiones para mostrárselas. Al igual que ocurre con la pintura digital, los pequeños con rasgos obsesivos pueden hacer resistencia al inicio de la actividad pues el contacto con este material les provoca aversión, pero poco a poco van venciendo este malestar.

Ha resultado también muy provechoso la incorporación al programa de la actividad de decoración de las figuras con temperas. En una sesión posterior a la del modelado del barro, luego que las figuras se han secado, los niños le dan color y matizan con temperas. El reencuentro con sus creaciones y su perfeccionamiento a través de la decoración, resulta muy gratificante para los pequeños (De la Vega, M. 2011).

Actuación teatral: psicodrama, psicotíteres y otras variantes

La actuación teatral es otra variante artística que puede emplearse en la psicoterapia a modo de técnica creativa. Las dos moda-

lidades basadas en el teatro que han sido más estudiadas y utilizadas son el psicodrama y el psicotíteres.

El psicodrama, creado por Jacob L. Moreno (1890-1974) tiene como objetivo fundamental construir una situación terapéutica utilizando la vida como modelo. (Vega V. R., 2004). Las escenas del psicodrama pueden ser escogidas por el terapeuta en función de las problemáticas de los pequeños o pueden ser propuestas por alguno de ellos. Cuando comienza la acción, la labor del especialista es mantener el contacto con los niños. Solo se introducen cambios en los guiones, de ser necesario, para propiciar el “darse cuenta” de alguna situación significativa. En esos casos, se le solicita al pequeño que está ejecutando la acción que se extienda en el diálogo, que repita algo que ha dicho –según la técnica que se está empleando– y se le busca el mayor beneficio posible en términos de aprendizaje a la representación (Amescua, G. 1997).

En lo personal consideramos que a pesar de los múltiples beneficios que ofrece, en la psicoterapia infantil el uso del psicodrama se ve limitado por dos razones fundamentales. Por una parte, el hecho de ser una técnica compleja, que requiere un dominio teórico y práctico por parte del especialista que la lleve a cabo. Por otro lado aparece la desventaja de la edad, ya que por sus características solo debe ser empleado en niños mayores de diez años.

El psicotíteres, también llamado psicodrama con títeres, ofrece la posibilidad de superar estas debilidades. Es una forma de terapia en la que se busca la participación de los niños-pacientes; un espectáculo en el que se elimina la estructura tradicional actor-espectador sin que se pierdan de vista las dos funciones primordiales del arte y en especial del teatro: la función cognoscitiva por una parte y el mero disfrute o gozo por el hecho artístico. El psicotíteres requiere de dos o más personas entrenadas que la lleven a cabo (pueden o no ser parte de la coordinación del grupo) y un soporte material, como mínimo un retablo de madera y los títeres en cuestión. Estos aspectos pueden conspirar en contra de que el psicotítere no constituya la opción más

privilegiada en los servicios psicoterapéuticos destinados a la población infantil.

En nuestra investigación se crearon dos variantes relacionadas con el teatro: *el teatro de niños con títeres planos y el teatro de padres*. La primera consistía en la elaboración, por parte de los niños, de una dramatización sencilla con los títeres planos (previamente elaborados en la casa) como personajes de esta. Lo que sucedió fue que los niños no lograron cumplir por sí solos con la orientación recibida. La actividad requirió una re-estructuración en la propia sesión; la coordinadora tuvo que asumir la dirección, aportando ideas y pidiendo niño a niño sus contribuciones a la historia actuada. Aunque finalmente se lograron los objetivos, el carácter verbal y abstracto de la técnica impuso limitaciones a su desarrollo. En posteriores investigaciones se ha constatado la poca efectividad de esta. (Abadié, L. 2010) En la segunda de las variantes, los padres de los niños, los cuales asisten en nuestro esquema de trabajo, a un grupo de acompañamiento psicológico en paralelo al grupo infantil, reciben la orientación de preparar una pequeña obra de teatro para sus hijos con el objetivo de estimular la autoestima. Los pequeños no deben conocer de esta actividad, de manera que en la mitad de una sesión determinada reciben la sorpresa de la llegada de los padres a su grupo y conocen entonces que ellos van a deleitarlos con una obra de teatro. Los papás logran elaborar guiones adecuados a la edad de los niños, con mensajes claros y directos. Sin embargo no solo es el contenido lo que impacta a los niños. La gran novedad radica en el hecho de disfrutar de una dramatización diseñada y actuada por sus propios padres. Esta singular experiencia nunca antes vivida tiene efectos muy favorables sobre la autoestima y en general en los estados anímicos de los menores. Se recomienda para sesiones intermedias del programa y para el cierre de este.

Expresión corporal

Según María Febles “La expresión corporal constituye y representa la forma en que el sujeto en desarrollo actúa, percibe, siente,

recrea y elabora la realidad que vivencia, y en donde se ven movilizados tanto sus afectos como sus cogniciones” (Febles, M., 2003 p. 273) La autora considera que el trabajo corporal es la vía más común y natural de exteriorización del desarrollo actual alcanzado; de esta manera los gestos, movimientos, posturas, acciones y palabras interjuegan sobre la integridad dialéctica que es el comportamiento. El cuerpo exterioriza y revela la subjetividad.

El trabajo con la expresión corporal debe ocupar un lugar destacado en un programa terapéutico dedicado a niños, en especial si estos presentan trastornos de la esfera emocional. Los niños afectados emocionalmente pierden la capacidad de jugar y expresarse corporalmente. Además es muy necesario en el tratamiento de insuficiencias o retraso en el desarrollo psicomotor.

Según nuestra investigación sugerimos abordar la expresión corporal desde las técnicas “Dibuja la emoción” y “Dar y recibir.” La primera es una técnica pictórica conveniente para desarrollar la identificación y expresión de emociones en niños que tienen disminuida esta capacidad. El elemento lúdico motivacional lo aporta el hecho de que no pueden hablar nada, solo representar con el rostro la emoción y repetirla tantas veces como sea necesario para que el compañero pueda dibujarla, lo cual hace que los niños se diviertan con la actividad. El coordinador debe estar muy atento en el proceso de verificación de los dibujos para lograr determinar cuándo los errores provienen de una emisión errónea de la emoción o cuándo es la inadecuación de la percepción lo que provoca el fallo. En este sentido deben establecerse las correcciones necesarias. En la segunda técnica los niños trabajan en grupo en el entrenamiento de la capacidad de expresar e identificar necesidades propias y ajenas. Todo se sustenta en la mímica y la gestualidad, por eso la expresión corporal se estimula al mismo tiempo que es la forma de realizar la actividad. Los niños sienten que están llevando a cabo un juego. Se entusiasman tratando de identificar la necesidad; a su vez el niño que está en el papel de representar va incorporando elementos a su ejecución tratando de ser cada vez más claro en ella; es ahí donde se va dando el entrenamiento.

La expresión corporal en nuestro programa también fue asociada con la música, en una suerte de juegos musicales-corporales. La música será abordada a continuación con más detalles.

Música

La ciencia ha comprobado que la música ejerce una notable influencia psicofisiológica sobre los seres humanos; el organismo revela aceleración del metabolismo, aumento o disminución de la energía muscular, aceleración o reducción de la respiración, estimulación de las secreciones internas, entre otros indicadores. Por esta razón la música, bajo la denominación de musicoterapia, ha llegado a constituirse en una técnica de amplio uso en la psicoterapia. Sin embargo en nuestros programas de intervención no hacemos musico-terapia propiamente, sino que empleamos los beneficios de la música de otra manera.

En el trabajo terapéutico con niños, la música suele emplearse ligada a la expresión corporal. Dentro de las técnicas que se apoyan en la música se encuentra la ejecución de canciones infantiles con letras que se refieren a acciones y situaciones cotidianas así como los juegos musicales que utilizan la música como facilitadora de la actividad. Por ejemplo buscar ritmo a palabras sin sentido, hacer figuras con el cuerpo al ritmo de la música y luego quedarse quietos, hacer música con instrumentos reales o artificiales, entre otros (Vega, R. 2004).

En el programa se emplearon las rondas y juegos musicales en los caldeamientos y cierres de las sesiones. Las rondas tienen una música suave, apaciguadora, que sirve a los fines de relajar a los niños y crear un ambiente favorable para las actividades de desarrollo; asimismo son buenas para las despedidas de sesiones. En los juegos musicales las letras de las canciones contienen una descripción de acciones que los niños deben realizar al ritmo de la música. Ofrece excelentes resultados para desinhibir, incitar al contacto físico y emocional y canalizar ansiedades. Brinda resultados muy buenos también para el desarrollo de la expresión y dominio corporal. Los niños que están bloqueados para

expresarse corporalmente e inhibidos, logran vencer sus dificultades con estas técnicas.

En resumen todas las técnicas expuestas ofrecen buenos resultados, más discretos solo los relacionados con la actuación teatral infantil por el protagonismo que debe jugar el lenguaje. El modelado del barro y la pintura digital son las que permiten abarcar un mayor número de objetivos de la psicoterapia. Los juegos musicales y rondas son apropiados para los caldeamientos y cierres de sesión. La variante de teatro con padres fue especialmente beneficiosa para el estado anímico y autoestima de los pequeños. En general se confirma la validez y utilidad de estas técnicas para la psicoterapia grupal infantil.

Las técnicas creativas en el trabajo grupal con niños

La acción del niño ha creado una obra. Esta experiencia es excitante e impresionante, constituye un acontecimiento gozoso. A partir de ella nace en el niño una nueva sensación de autoestima, que se transfiere también a los compañeros del grupo. Los niños salen de su aislamiento y se forma un grupo de trabajo.

HANS DIETRICH

Como se ha explicado anteriormente, las técnicas creativas constituyen el instrumento del trabajo grupal que se llevó a cabo en esta investigación en forma de programa. Dicho programa ha sido aplicado con efectividad en varios grupos psicoterapéuticos infantiles. Se estructura en diez sesiones consecutivas con una frecuencia semanal de una hora y media de duración aproximadamente. Cada una de las sesiones del programa cuenta con tres partes fundamentales: caldeamiento, desarrollo y cierre. En cada una de ellas se emplean las diversas modalidades de técnicas creativas en relación directa con el cumplimiento de los objetivos previstos.

La selección de las técnicas para cada una de las sesiones debe ajustarse a las necesidades terapéuticas de los niños que componen el público del programa, las cuales se detectan y

esclarecen en el proceso de evaluación inicial de los casos.

El abordaje grupal de la psicoterapia es un rasgo distintivo del programa, en estrecha consonancia con el marco teórico de la investigación: el enfoque histórico-cultural. “Trabajar en grupos no es solo una técnica, es un modo de pensar, es por qué no, una filosofía y una epistemología. Es un convencimiento de que solos se puede, pero juntos es mucho mejor”. (Calviño, M. 1998, p. 2) De esta manera el grupo es en nuestra concepción el espacio psicológico en el que tratamos de potenciar *las situaciones sociales del desarrollo* de los niños a partir de constituirse en un medio de expresión de necesidades, de resignificaciones de vivencias y de obtención de gratificación y bienestar psicológico. Es al mismo tiempo el espacio y el instrumento del desarrollo; las actividades diseñadas a partir del empleo de las técnicas creativas constituyen la base sobre la cual se sustenta el trabajo grupal.

Discusión

La utilización de las técnicas creativas con carácter lúdico en un abordaje grupal es una buena alternativa para el trabajo psicoterapéutico con niños, según nuestra experiencia concreta.

A favor de las técnicas creativas hay que decir que en efecto constituyen una poderosa forma de expresión para los niños, tanto en lo concerniente a problemáticas no concientizadas como a la característica inherente a la edad de que el lenguaje no ha alcanzado su máximo desarrollo. En estas edades las consideramos ideales en detrimento de la psicoterapia verbal. Estas técnicas además garantizan el proceso de evaluación a lo largo del proceso terapéutico teniendo en cuenta que ellas dejan un registro de la actividad sobre el cual se pueden analizar las evoluciones grupales e individuales. En nuestro contexto, al contar con estudios sólidos acerca del desarrollo psicográfico infantil, las técnicas pictóricas son especialmente idóneas para llevar a cabo el control de la evolución, todo lo cual pudo constatar en la investigación.

Resultó de mucha satisfacción comprobar la efectividad de las técnicas creativas para incidir sobre la autoestima, la cual se ve

estimulada porque es una característica inherente al trabajo con medios creativos; el niño tiene la posibilidad de “hacer”, se sorprende con lo que ha logrado “hacer” y esto tiene un efecto terapéutico sobre su capacidad de autoapreciación. La coordinadora debe estar al tanto de este proceso y realizar las mediaciones necesarias para que transcurra de forma positiva ya que todos los niños no se desenvuelven cómodamente con todos los medios artísticos; por una parte hay que saber identificar las destrezas para realizar el reforzamiento en el momento oportuno, y por otro lado hay que actuar de manera conveniente cuando no es exitosa la actividad de creación para que el niño no se sienta desalentado. Por ejemplo, un pequeño puede desenvolverse bien pintando a crayola o a lápiz pero no modelando figuras, o a la inversa. Ahora bien, conviene destacar que el barro es el medio que más facilita esta actividad de desarrollo de la autoestima, los niños quedan fascinados ante sus creaciones. Como ya hemos dicho, el modelado del barro es una de las técnicas más efectivas.

En recientes investigaciones hemos incorporado como eje temático de las sesiones, cuentos terapéuticos que se combinan con las técnicas creativas, obteniendo resultados muy satisfactorios. (De la Vega, M. 2011, Fernández, L. 2012)

Las técnicas creativas se adecuan y garantizan con facilidad el carácter lúdico de la propuesta. Ellas constituyen además el soporte de la actividad mediatizadora, es decir aquella sobre la cual se desarrolla el proceso grupal que permitirá la satisfacción de las necesidades terapéuticas de los sujetos del programa. Insistimos en que no estamos interesados en el valor estético de las creaciones sino en convertir estas técnicas, a la par que conectan al sujeto consigo mismo, en instrumentos del accionar en grupo; en nuestro criterio las técnicas creativas son altamente favorecedoras del trabajo psicoterapéutico grupal.

Conclusiones

- La investigación valida el empleo de las técnicas creativas en la psicoterapia infantil

otorgándole especial significación en abordajes grupales con carácter lúdico.

- Se analiza un grupo de técnicas creativas, aportando resultados concretos de su empleo.
- Al someter a valoración dichas técnicas creativas emerge el modelado del barro y la pintura digital como las que permiten el tratamiento de una mayor cantidad de

Bibliografía

Abadié, L. (2010). "Acercamiento al proceso de la coordinación en un grupo psicoterapéutico de escolares menores con trastornos emocionales". Trabajo de Diploma. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba.

Amescua, G. (1997). *La magia de los niños*. La Habana: Academia.

Calviño, M. (1998). *Trabajar en y con grupos. Experiencias y Reflexiones básicas*. La Habana: Academia.

Castellanos, R. (2008). "Una experiencia psicoterapéutica de trabajo grupal infantil. Reflexiones Teóricas y Metodológicas". Tesis de Maestría en Psicología Clínica. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba.

_____. (2013). "Diseño y Evaluación de un programa de psicoterapia grupal para escolares menores con trastornos emocionales". Proyecto de Investigación para Doctorado. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba.

Dalley, T. (1987). *El arte como terapia*. Barcelona: Herder.

Febles, M. (2003). El cuerpo como mediador de las funciones psíquicas superiores. Hacia una terapia corporal. *Revista cubana de Psicología*, vol. 20, no. 3.

Fernández, L. (2012). "Experiencia psicoterapéutica grupal, basada en la combinación del cuento terapéutico

objetivos simultáneamente. La dramatización con títeres por parte de los propios niños, fue la que menos beneficios ofreció. Los juegos musicales propuestos resultaron ser muy beneficiosos para las actividades de caldeoamiento y cierre. Se recomienda además el teatro de padres.

con las técnicas creativas, dirigida a escolares menores con trastornos emocionales y del comportamiento". Trabajo de Diploma, Facultad de Psicología, Universidad de la Habana

García Morey, A. (2004). Arteterapia. Técnicas creativas no verbales. En material del Diplomado semipresencial "Evaluación e intervención de problemas emocionales y del comportamiento en niños". Módulo VII. Centro Interdisciplinario de Estudios e investigaciones en Ciencias Sociales, Lima, Perú.

García, A. (2007) *Psicopatología Infantil. Su evaluación y diagnóstico*, 2da. ed., La Habana: Félix Varela.

Herrera, L. F. & García, N. (2003). La investigación en psicoterapia: en busca de senderos eficientes. *Revista cubana de Psicología*, vol. 20, no. 2.

Pekny, L. (1973). "Importancia de la pintura digital". En G. Biermann. *Tratado de Psicoterapia Infantil*. Barcelona: ESPAXS.

Vega, M. de la (2011) "El cuento terapéutico: Programa de psicoterapia dirigido a escolares menores con trastornos emocionales". Trabajo de Diploma. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba.

Vega, R. (2004). *El niño con alteraciones psicológicas y su tratamiento*. La Habana: Pueblo y Educación.

Zaldívar, D. (1998). *Alternativas en Psicoterapia*. La Habana: Academia.