

BAILANDO CON OSOS. UNA EXPERIENCIA DE GRUPO TERAPÉUTICO A MEDIACIÓN PARA NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS.

Iñaki Marion i Moron¹.

RESUMEN

El objetivo del documento es describir brevemente el trabajo que llevamos a cabo en el tratamiento de problemáticas que tienen en el cuerpo su principal escenario sintomático. La integración, la elaboración y contención de la conflictualidad depresiva, así como las angustias más primitivas, están comprometidas en numerosos pacientes que tratamos en nuestra consulta de la Guidance Infantile. Los síntomas manifestados en primer plano, son por un lado del orden de la agitación psicomotriz, desorganización conductual e hiperactividad. En otros casos son la inhibición y la hipoactividad. La integración social y la capacidad de identificación están comprometidas en estos niños, que encuentran con frecuencia graves obstáculos en su socialización. El trabajo efectuado precozmente con niños en edad preescolar nos permite también anticipar problemas de integración escolar. La estructura del grupo terapéutico integra mediaciones corporales (danza y relajación), con aspectos verbales (dibujo comentado, discusión). Dos terapeutas de formación analítica conducen el grupo. La teoría psicoanalítica permite la comprensión del material fantasmático y afectivo que los niños aportan al grupo. Este trabajo grupal, tiene una potencialidad psicoterapéutica. Puede también ser útil para introducir un trabajo individual. En paralelo, se efectúa, con frecuencia, el tratamiento a través de consultas terapéuticas con los padres.

PALABRAS CLAVE : Psicoterapia, grupo, mediación corporal, niño, relajación.

ABSTRACT

The aim of the paper is to briefly describe the work that we do in the treatment of problems that have on the body its main symptomatic stage. Integration, development and containment of depressive conflicts and the most primitive anxieties, are engaged in many patients we treat in our practice. The main symptoms manifested are on one side in the order of psychomotor agitation, behavioral disorganization. In other cases are rather in the sense of inhibition. Self-identification, social integration are in trouble for these children, who find often serious obstacles in their social abilities. The work done early with preschoolers also allows us to anticipate certain problems of school integration. The structure of the therapeutic group integrates body mediations (dance and relaxation), with verbal aspects (drawing commented, discussion). Two therapists leading the group have analytic training. Psychoanalytic theory allows understanding of the fantasies and emotional material that children bring to the group. This group work has in it a psychotherapeutic potential. It may also be useful to introduce an individual therapy in a second time. At the same time, offers the possibility to work in therapeutic consultations with parents.

KEY WORDS: Psychotherapy, group, body mediation, child, relaxation.

¹Correspondencia: Iñaki Marion i Moron. C/ Guidance Infantile. Ch. Des Crêts de.Champel, 41. CH-1206 Genève, Suiza.. Email: inaki.marionmoron@hcuge.ch

BAILANDO CON OSOS. UNA EXPERIENCIA DE GRUPO TERAPÉUTICO A MEDIACIÓN PARA NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS

1. OBJETIVOS

El objetivo de este artículo es describir el trabajo que llevamos a cabo a través de nuestro grupo terapéutico a mediación corporal. Recalcamos entonces que hay un aspecto grupal, con su dinámica y sentido, y un aspecto a mediación, también con sus particularidades.

Este grupo psicoterapéutico tiene como objetivo el tratamiento de problemáticas que tienen en el cuerpo su principal escenario sintomático. Los síntomas manifestados en primer plano son, por un lado, del orden de la agitación psicomotriz, la desorganización conductual, la hiperactividad en el sentido estricto de la palabra. En otros casos son la inhibición, la inactividad y, con frecuencia, expresiones semiológicas del mismo malestar profundo.

La integración social, la capacidad de identificación, están comprometidas en estos niños, que encuentran con frecuencia graves obstáculos en su socialización, en guarderías o parvularios. El trabajo efectuado precozmente con niños en edad preescolar nos permite también anticipar ciertos problemas de integración escolar.

Los niños que participan en el grupo vienen en su mayor parte orientados por terapeutas de la Unidad de Guidance Infantil. Una entrevista con los padres y el terapeuta del niño se lleva a cabo en primer lugar para fijar la indicación al tratamiento. En paralelo y durante la duración del tratamiento, se efectúan consultas terapéuticas con los padres, en formato de consulta conjunta.

Cuatro niños de entre 3 y 5 años participan en el grupo, de tipo semi-abierto, que se lleva a cabo en una sesión semanal de 45' de duración. La frecuentación media es de un año, pero en casos particulares se puede prolongar o acortar, si hay ruptura.

Dos terapeutas de formación analítica conducen el grupo.

2. MARCO TEÓRICO

El marco teórico que encuadra nuestra práctica es la teoría psicoanalítica. Los niños que entran en el grupo presentan en su mayoría una sintomatología ligada a una expresión conductual de sus dificultades psíquicas. Son, pues, niños inquietos, desorganizados y fácilmente excitables o inhibidos e hipotónicos excesivamente en una actitud controlante.

Esta expresión física de una problemática psíquica puede explicarse de varias formas complementarias. Por una parte, el déficit a nivel de la capacidad del niño de representarse y simbolizar afectos, movimientos pulsionales, sensaciones puede conducirlo a privilegiar la descarga motriz. Por otra parte, el sentido simbólico de esta huida adelante puede prefigurar una lucha contra la pulsión de muerte y la pérdida (Bergès, 2001) o en el sentido más comúnmente aceptado de un movimiento maniaco defensivo. En otros casos, niños con un defecto precoz en la integración de los límites y el esquema corporal pueden implicar en exceso el movimiento, o ciertas partes del cuerpo, en perjuicio del conjunto (Guilé & Zammouri, 2011). Otros psicoterapeutas implicados en el tratamiento de traumatismos precoces observan el fracaso de los procesos de mentalización y simbolización y una consecuente expresión sintomática centrada sea en el cuerpo, sea en el movimiento (Chagnon, 2006).

En la inhibición encontraríamos, tal y como Freud la definió, una limitación que el yo se impone para protegerse de los ataques de la pulsión y de los conflictos internos y externos (Freud, 1926).

Así pues, en la sintomatología aparente, marcadamente en el plano psicomotriz, de estos niños subyace una gran angustia ligada a un desbordamiento pulsional (libidinal y agresivo) y a una incapacidad en la integración, la elaboración y contención de la conflictualidad depresiva, así como de las angustias más primitivas (Croas, 2008).

3. ESTRUCTURA DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

La sesión del grupo terapéutico está estructurada en cinco tiempos: un primer momento de acogida y libre palabra; segundo momento, danza; tercer momento, de dibujo libre y discusión; cuarto momento, relajación guiada; y un quinto momento de libre palabra y despedida. Usamos una grabación musical para acompañar y conducir los momentos de gimnasia-danza y relajación. Un oso de peluche da nombre al grupo y su presencia simboliza el espacio psíquico grupal (Kaës, 2014).

El grupo integra algunos aspectos fundamentales:

- Ritualización y repetición.
- Estructuración tiempo-espacial.
- Integración de la función protectora de los límites, para garantizar el espacio de cada uno.

Así como el sentido de las transgresiones, principio de placer y principio de realidad.

- Integración de la multiplicidad y la diferencia, asociado a las necesidades de cada uno.

3.1. Inicio: tiempo de inclusión

Al llegar, los niños se descalzan, esperan juntos la hora de entrar en la sala de grupo e integran su espacio, sentándose cada uno dentro de un aro. Ese aro concretiza el espacio individual que se debe respetar. Tomando el oso en sus brazos, toman la palabra, cada miembro del grupo saluda al oso y al grupo, respetando un turno. Ese momento de acogida, permite el reencuentro del grupo, fijar un límite en el tiempo y el espacio, reconducir la excitación posible y verbalizarla. La inclusión metafórica, el hecho de ser un grupo, pero con un lugar para cada uno, dónde los niños pueden expresar sus humores y preocupaciones. A medida que el grupo avanza observamos como ese momento sirve para crear un puente entre las sesiones pasadas y presentes, dando una idea de integración de la temporalidad.

3.2. En movimiento: La Gimnasia del oso (la gymnastique de l'ours).

Usamos una canción infantil ad hoc, con una letra describiendo la gimnasia matutina de un oso que se despierta. Es una coreografía que los niños y los terapeutas ejecutan. Esta forma de mediación permite solicitar el cuerpo y los sentidos, pero de modo integrado, rítmico y repetitivo, privilegiando la atención (como se hace más adelante en la relajación) a la respiración, a las distintas partes del cuerpo y, requiriendo una coordinación de conjunto. La imitación de los adultos y los otros niños solicita la atención de cada uno. La danza da la oportunidad de federar el grupo alrededor de la coreografía, pero permite también el que uno pueda excluirse, rehusar a participar, destacándose del grupo. La integración de lo sensorial, las percepciones y la coordinación, son los precursores del pensamiento. Es sobre una base sensorial que se anclará el simbolismo.

3.3. Dibujo

El tercer momento es de dibujo. Sentados alrededor de una mesa, los niños comparten una hoja DinA2 común, que separamos con líneas en cuatro espacios, uno para cada niño, con independencia de su presencia o no en el grupo. De nuevo, estos espacios concretos (aro, papel) permiten representar y hacer existir los continentes corporales. Cada niño, por turnos, dibuja,

explica su dibujo, debiendo mantenerse en su espacio, caso contrario, pasa su turno al siguiente. El niño asocia libremente y los otros miembros del grupo pueden, a su vez, asociar sobre las asociaciones bajo la dirección de los terapeutas. Cada dibujo podrá enriquecerse de los aportes de los otros dibujos o la discusión, en una forma de co-construcción. Proponemos, una vez que todo el mundo ha dibujado, que los niños inviten en su espacio a un miembro del grupo a dibujar algo de su elección.

La mediación del dibujo con las asociaciones verbales permite hacer emerger gran cantidad de material, proyectado sobre el papel y los otros miembros del grupo, permitiendo el acceso a fantasías que, debido a su contenido angustioso, probablemente no podrían emerger tan rápidamente en un contexto de terapia individual. La emergencia fantasmática es facilitada por el grupo, puesto que en su seno el niño se siente protegido. También por ello, la búsqueda de límites es una constante, sea en el marco físico del papel, como en el asociativo. Progresivamente se crea un lenguaje común, con temáticas que se repiten, modulándose y elaborándose. De los garabatos iniciales, se va creando un universo gráfico más complejo, más preciso y menos angustioso, con la posibilidad de mejorar las representaciones.

3.4. Relajación: la estrella de mar

El cuarto momento de la sesión es la relajación de la estrella de mar. Los niños se acuestan sobre una colchoneta, que ellos mismos han elegido e instalado, en decúbito supino. Una canción tranquila, evocando los movimientos de una estrella de mar estirada en la playa, da instrucciones a los niños sobre los movimientos a seguir. Los terapeutas, acompañan a los niños guiándolos en la coreografía de la estrella de mar como instrumento de relajación. En ese momento, se contiene a través del retorno al cuerpo y a la vivencia corporal concreta, los aspectos pulsionales que han podido emerger en los tiempos previos de la sesión. El ritmo es pausado y de nuevo por medio de la canción se movilizan, por orden y coordinadamente, los miembros y los órganos de los sentidos. La imagen de la estrella de mar es muy explícita para los niños. Hay un retorno a lo sensorial como precursor de lo representable. Relajarse es una acción difícil para los niños que frecuentan nuestro grupo, puesto que el cesar de agitarse y concentrarse en sí, los pone en contacto con su déficit de contención interna, su sentimiento de vacío y la ausencia de buenos objetos interiorizados a los que hacer recurso. Para algunos es un momento especial de regresión que pueden (por fin) permitirse. Al final de la relajación, al terminar la música, los niños devuelven la colchoneta a su lugar. La salida de la relajación es un momento complejo: algunos niños, que han hecho un esfuerzo importante en contenerse, se desorganizan. Otros, con objetos internos más sólidos, pueden alargar ese instante y rehusar levantarse.

3.5. Despedida

El quinto tiempo consiste en la despedida, que es un momento simétrico al del inicio. Los niños toman asiento en sus aros, los mismos que al inicio de la sesión. Tomando el oso en sus brazos, toman la palabra y pueden simplemente despedirse o expresar otras ideas y sentimientos. Con frecuencia, se resumen en ese momento las preocupaciones aparecidas a lo largo de la sesión: los afectos de enfado, tristeza, angustia emergen proyectados en el oso. Es el momento en que los terapeutas anuncian a los niños si habrá cambios, ausencias o informaciones significativas, que vinculan la sesión terminada con aquella que vendrá.

El oso tiene en nuestro grupo un papel fundamental. Por una parte, permite a los niños del grupo asociarse en una forma de una identidad común. Por otra parte, el oso ejerce una función de tercero. La transferencia, ya de por sí desplazada y fraccionada entre los dos terapeutas en el seno



del grupo (Bergès-Bounes & Lauras-Petit, 2006), puede también, en el universo fantástico de los niños, dirigirse al oso. Pueden morderlo o darle un beso, estrujarlo y abrazarlo sin problemas, lo que no podrían permitirse tan libremente con los terapeutas. Los pacientes pueden proyectar los afectos más crudos: rabia, miedo, deseo, etc. Por ejemplo: pueden decir que el oso está enfadado, o tiene miedo, o quiere marcharse... el reconocimiento del afecto proyectado puede verbalizarse entonces, lo que es mucho menos peligroso para el niño que lo siente. La función protectora o represiva del superyó puede atribuirse al oso, antes que a los terapeutas que corren el riesgo, en la vivencia transferencial, de enfadarse. A su vez, el terapeuta puede aprovechar ese clivaje y tomar la función de auxiliar el yo infantil.

4. CONCLUSIONES

Como conclusión, quisiéramos relevar algunos puntos importantes, sin pretender ser exhaustivos. Globalmente, el objetivo de la actividad es desplazar la energía del movimiento desorganizado al fomento de la actividad de pensar (Guilé & Zammouri, 2011). El grupo actúa como una fuerza aceleradora del simbolismo, puesto que aprovecha todos los espacios para proponer una mayor inversión en pensamiento en lugar del actuar, mover. La mediación en grupo permite crear un espacio transicional, de transformación, intercambios y alteridad (Potel-Baranes, 2010), con la voluntad de tratar las problemáticas abordadas en la introducción.

La pulsión, a pesar de su aspecto amenazador para el yo del niño en tratamiento, tiene su lugar en el grupo. Un lugar encarnado y representable en las actividades. La pulsión se mediatiza y es verbalizada por los terapeutas, lo que progresivamente disminuye su potencial amenazador para el yo.

En el trabajo grupal, constantemente los niños están expuestos y confrontados a los dos sentidos del movimiento indiferenciación - individuación. Los terapeutas refuerzan este segundo.

En este tipo de clínica, encontramos con frecuencia que los vínculos madre (o padre) con el hijo tienen un cariz de fusión. La problemática conlleva intrínsecamente una cierta ambivalencia y rivalidad del progenitor con el terapeuta. El trabajo grupal con otros niños se revela menos amenazador para estos tipos de relación simbiótica, que el individual.

En lo que concierne los resultados, no hemos usado una escala estandarizada para valorar los efectos sintomáticos del trabajo. Se observa, clínicamente, a lo largo del año, una evolución positiva tanto en el interior de las sesiones de grupo, así como en la vida cotidiana y los lugares de socialización, según nos refieren los padres, educadores, etc... Un instrumento puede ser la calidad de las representaciones en el dibujo, al inicio y al fin del año, las interacciones entre los niños en el seno del grupo, etc. Para los padres, puede ser el lugar de experimentar que un trabajo psicoterapéutico no es una amenaza para la relación con sus hijos, sino un lugar dónde ésta se mima. Permite, según los casos, introducir una psicoterapia individual, allá donde el tratamiento grupal llega a sus límites.

Por último, aunque no menos importante, hay que precisar que para los niños (y los terapeutas) el grupo del oso, la terapia, es un momento también lúdico y placentero, extremadamente enriquecedor para el aprendizaje.

5. REFERENCIAS

- Bergès, J. (2001). *La lettre de l'enfance et l'adolescence*. Toulouse: ERES Ed.
- Bergès-Bounes, M., & Lauras-Petit, A. (2006). L'individu dans le groupe: la relaxation thérapeutique chez l'enfant et l'adolescent. *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, 2 (47), 179-190.
- Chagnon, J. Y. (2006). Playdoyer pour un abord psychopathologique de l'hyperactivité. *Revue Perspectives Psy*, 45, 331-338.
- Croas, J. (2008). Troubles dépressifs chez l'enfant, agitation ou inhibition, activité ou passivité? *Psychologie clinique et projective*, 1 (14), 73-108.
- Freud, S. (1926). *Inhibition, symptôme et angoisse*. Paris: PUF.1976
- Guilé, C., & Zammouri, I. (2011). L'abord du trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperkinésie par la psychomotricité. *Revue Perspectives Psy*, 50, 62-68.
- Kaës, R. (2014). Métapsychologie des espaces psychiques coordonnés. *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, 62, 7-23.
- Potel-Baranes, C. (2010). Quand le corps parle trop... ! Un groupe thérapeutique à médiation corporelle. *Revue de psychothérapie psychanalytique de groupe*, 54, 109-121.