

# PSICOTERAPIA DE JUEGO

Desde los enfoques cognitivo-conductual,  
psicoanalítico, humanista y Gestalt

Ana Livier Govea



# ÍNDICE

<b>CAPÍTULO 1. El juego</b>	11
Psicoanálisis y terapia de juego	15
Primera tópica	15
Segunda tópica	17
Principales aportes para la investigación en la clínica	20
Primer momento	20
Segundo momento	22
Tercer momento	22
Algunos aspectos centrales	23
Hipótesis topográfica	23
Hipótesis económica	23
Hipótesis genética	23
Hipótesis dinámica	24
Hipótesis estructural	24
Antecedentes del psicoanálisis infantil	26
Anna Freud	26
Melanie Klein	27
Psicoanálisis infantil contemporáneo	31
<b>CAPÍTULO 2. Técnica del psicoanálisis infantil y terapia de juego</b>	37
Etapas del juego en el niño	37
El juego en el trabajo analítico	39
Sobre la técnica	41
Consultorio y materiales	46
La caja de juguetes	46
Sesiones iniciales	48
Sobre el análisis personal	51
Sobre la formación teórica	52
Sobre la supervisión o control de casos	52
Sobre el analista	52

<b>CAPÍTULO 3. Gestalt y terapia de juego</b>	55
Fritz Perls y la psicoterapia Gestalt	56
Influencia del psicoanálisis en la terapia Gestalt	59
La influencia del pensamiento oriental	66
Clínica y Gestalt	68
Bloqueos y ciclo de la experiencia	70
Técnicas gestálticas	73
Gestalt y terapia de juego	75
El <i>self</i> (sí mismo)	76
Sí mismo corporal	76
Sí mismo emocional	77
Sí mismo mental	77
Sí mismo social	77
Terapia de juego con enfoque Gestalt	78
Sobre el proceso terapéutico	80
Entrevista con los padres	81
Momentos del proceso terapéutico	84
Materiales y juguetes	86
Técnicas terapéuticas	88
El consultorio	93
El terapeuta Gestalt	94
Fin del tratamiento	95
Limitaciones y problemas fundamentales de la terapia Gestalt	96
<b>CAPÍTULO 4. Terapia de juego centrada en el niño</b>	99
Humanismo	99
Existencialismo y fenomenología	100
La psicología humanista	102
Rogers y la psicoterapia centrada en el cliente	103
Sobre la terapia de juego	108
Terapia de juego centrada en el niño	109
Terapia grupal con enfoque centrado en el niño	113
Sobre la técnica	115
Sobre los juguetes y materiales	117
Sobre el cuarto de juego	118
Aspectos importantes	119
Etapas del proceso terapéutico	120
Etapa 1	120
Etapa 2	121

Etapa 3	121
Etapa 4	122
Límites del tratamiento	122
Sobre el terapeuta	124
Principios básicos	126
Técnicas de intervención	129
<b>CAPÍTULO 5. Juego y psicoterapia en grupos</b>	131
Grupo	132
Características de los grupos	133
Tipos de grupos	133
Psicoterapia de grupo	135
Psicoanálisis y terapia de grupo	139
Wilfred Bion	140
Bion y el trabajo grupal	140
Sigmund Foulkes	144
Samuel Slavson	147
<b>CAPÍTULO 6. Psicoterapia analítica de grupo con niños</b>	151
Antecedentes de la terapia grupal con niños	151
El juego	154
Mediadores	155
Materiales y juguetes	156
Indicaciones y contraindicaciones	156
Encuadre	158
El terapeuta	161
El grupo en marcha	164
<b>CAPÍTULO 7. Terapia cognitivo-conductual</b>	
para el tratamiento del estrés postraumático en niños	169
Terapia cognitivo-conductual	169
Principios de la terapia cognitiva o tesis centrales	170
Historia del modelo	174
Tesis centrales	176
Principales detractores de la teoría	178
Nuevas aportaciones	178
Trastorno de estrés postraumático	178
Epidemiología y curso clínico del TEPT	181
Terapia cognitivo-conductual para el tratamiento	
del trauma infantil	183
Protocolo de evaluación	183

Entrevista clínica	184
Administración de instrumentos de medición	184
Principales componentes del tratamiento	185
Bloque 1: introducción y psicoeducación	185
Bloque 2: entrenamiento en relajación	187
Bloque 3: introducción a la terapia cognitiva	188
Bloque 4: narrativa del trauma	190
Bloque 5: exposición sistemática en vivo	195
Bloque 6: consolidación y prevención de recaídas	196
Presentación del caso	196
Propuesta de tratamiento	197
Resumen del tratamiento	198
<b>ANEXO 1.</b> Propuesta de guion para explicar el TEPT a los familiares y al niño	203
<b>ANEXO 2.</b> Jerarquía de estímulos evitados	205
<b>ANEXO 3a.</b> Propuesta de guion para explicar la terapia de exposición	207
<b>ANEXO 3b.</b> Explicación del modelo de la terapia de exposición para el TEPT	209
BIBLIOGRAFÍA	213
ACERCA DE LA AUTORA	221

## CAPÍTULO 3

# GESTALT Y TERAPIA DE JUEGO

La palabra *Gestalt* proviene del alemán y su definición se aproxima a configuración, forma, o totalidad. La Gestalt es una escuela psicológica que tiene como finalidad estudiar e interpretar los fenómenos como una unidad estructurada y no como meros segmentos sensoriales.

La psicología Gestalt es un movimiento que se opone al estructuralismo<sup>1</sup> y al “behaviorismo” o conductismo, el cual surge en Alemania un poco antes de la Primera Guerra Mundial. La psicología Gestalt, en ocasiones conocida como *Teoría de la forma*, centraba sus estudios en los mecanismos fisiológicos y psicológicos que atañen al campo de la percepción y a las relaciones que establece el organismo con su medio. Más tarde se extendieron los trabajos de investigación al campo de la memoria, la inteligencia y la personalidad.

La idea fundamental de la psicología Gestalt consiste en que resulta estéril tratar de comprender los fenómenos por medio del análisis de los elementos que la constituyen. Esta formulación gestáltica se ha introducido virtualmente en todos los aspectos de la psicología moderna (Castanedo, 2008, p. 42).

Entre los autores más representativos de la psicología Gestalt encontramos a Köhler (1887), quien contribuyó a establecer el concepto de *aprendizaje* por *insight*;<sup>2</sup> Koffka (1886), un psicólogo alemán, cofundador de la Escuela de Psicología de la Gestalt, y Wertheimer, al que se le debe el descubrimiento del *fenómeno phi*,<sup>3</sup> uno de los hechos más beneficiosos para la nueva psicología.

<sup>1</sup> Corriente que entiende la estructura mental mediante el estudio de las experiencias conscientes.

<sup>2</sup> Discernimiento repentino y automático sobre una serie de estímulos.

<sup>3</sup> Movimiento aparente o *fenómeno estroboscópico*.

Para los psicólogos gestaltistas todo campo perceptual se constituye de un *fondo* y de una *figura*, los cuales están interrelacionados. En Gestalt se reconoce que el aspecto del objeto depende del sujeto; la percepción depende de factores tanto objetivos como subjetivos.

En otras palabras, el medio ambiente circundante, el contexto o la experiencia se conforman de una figura y un fondo. Pensemos, por ejemplo, en una línea dibujada sobre una hoja blanca, donde dicha hoja (fondo) sirve de sostén y de marco para esa línea (figura).

Sin embargo, no son elementos aislados o separados en sí mismos, puesto que para que exista una figura es necesario que exista un fondo que lo resalte y viceversa; ambos elementos conforman un todo organizado.

Por otra parte, cuando una figura se encuentra incompleta o “abierta”, la percepción humana tiende a “cerrar” esa figura o a completarla.

Este mismo fenómeno opera en el pensamiento y en el aprendizaje. Un problema no resuelto o una tarea específica no aprendida es una Gestalt incompleta que origina tensión. Al resolver el problema se efectúa el *cierre* y se descarga la tensión (Castanedo, 2008, p. 46).

Por consiguiente, podemos afirmar que una Gestalt será un conjunto significativo para el propio sujeto, ya que todo fenómeno observado no es en sí mismo una realidad objetiva, sino el resultado de una interrelación entre el fenómeno y su medio, incluyendo el sujeto que lo observa.

Fritz Perls retoma algunos aspectos importantes de la psicología Gestalt, desarrollando su técnica de intervención terapéutica, la cual se ha ido popularizando y fortaleciendo con el transcurso del tiempo.

### **FRITZ PERLS Y LA PSICOTERAPIA GESTALT**

Perls (1893–1970) realizó estudios de psiquiatría y vivió los catastróficos sucesos de la Primera Guerra Mundial. Pasó por cuatro psicoanálisis sucesivos para posteriormente instalarse y ejercer como psicoanalista en África de 1934 a 1946. Posteriormente viajó a Nueva York para ejercer la práctica analítica hasta 1950.

Fritz tuvo un desencantado y decepcionante encuentro con Freud en el Congreso Psicoanalítico de Praga, pues la presentación de su investigación sobre “Resistencias orales” no fue bien recibida por los psicoanalistas.

Lo anterior, junto con otros factores, favorecieron que Perls desistiera de la idea de ser analista, alejándose completamente del pensamiento freudiano.

A los 58 años publicó su obra *Terapia Gestalt* y un año después creó el primer Instituto de Gestalt en Nueva York. Más tarde, tras algunas enfermedades y depresiones, Perls impartió algunos seminarios en California, realizó viajes alrededor del mundo (incluyendo la visita a un monasterio zen) y se convirtió en una figura reconocida: en sus últimos años de vida fundó una comunidad en Vancouver, Canadá.

La psicoterapia Gestalt tuvo gran difusión alrededor de la década de 1960 en California. Dicho enfoque se ha nutrido, de manera directa o indirecta, de varias corrientes filosóficas y terapéuticas (cuadro 1) tanto europeas como americanas y orientales.

Según Serge y Ann Ginger (1993), dentro de estas corrientes figuran la psicología de la Gestalt (Wertheimer, Koffka, Köhler, Goldstein y Lewin); la fenomenología y el existencialismo (Brentano, Husserl, Heidegger, Jaspers, Merleau Ponty, Binswagner); el psicoanálisis (Freud, Ferenczi, Rank, Adler, Jung, Reich, Horney y Groddeck); filosofías orientales; la psiquiatría y la corriente humanista.

La terapia Gestalt utiliza los cambios de perspectiva en la observación, tanto en la *figura* central como en el *fondo* de la experiencia misma a partir de dichas percepciones. Por consiguiente, sus objetivos son ampliar el campo de posibilidades y experiencias en el ser humano, contribuir a una mejor adaptación al entorno, así como apelar a su sentido de responsabilidad y de libertad existencial.

**CUADRO 1.** AUTORES QUE INFLUYERON EN EL DESARROLLO DE LA PSICOTERAPIA GESTALT

<b>Autor</b>	<b>Temas influyentes en la Gestalt</b>
Sören Kierkegaard	Precursor del existencialismo.
Franz Brentano	Precursor de la fenomenología: el “cómo” precede al “por qué”.
Edmund Husserl	Describir y no explicar los fenómenos. Existe una interdependencia entre objeto y sujeto.
Ludwig Binswanger	Psicoanalista creador del análisis existencial. Sostiene que el hombre es responsable de su propia existencia. Da importancia a las vivencias corporales del paciente.



Autor	Temas influyentes en la Gestalt
Karl Jaspers	Ser consciente de la existencia en relación con el mundo.
Martin Heidegger	Propone un análisis existencial, “estar aquí”; la importancia de la angustia y la duda existencial; el ser es un ser para la muerte (finitud del hombre).
Maurice Merleau-Ponty	Importancia en la experiencia corporal y el sentimiento inmediato.

Fuente: Ginger y Ginger (1993).

El modelo terapéutico Gestalt se nutre de estas corrientes de pensamiento e incorpora en su marco teórico nociones fundamentales como la importancia de la vivencia inmediata, tal cual es percibida y sentida por el sujeto, misma vivencia que se experimenta en el aquí y ahora. Si hemos reconocido que la psicoterapia Gestalt se vio influida por el pensamiento fenoménico, quiere decir que este modelo terapéutico considera que toda experiencia vivida por el sujeto constituye datos psicológicos válidos. Es decir, en la terapia Gestalt, la fenomenología del sujeto —sensaciones, percepciones, pensamientos, visualizaciones— es sumamente importante, pues será esto lo que permita al sujeto “darse cuenta” y ser “consciente de sí mismo”.

Para la psicoterapia Gestalt tanto la percepción del mundo como su experiencia se comprenden en el plano subjetivo, es decir, que es esta percepción del mundo y de sus aconteceres una experiencia individual, única y diferente que varía de acuerdo con cada sujeto. “En otras palabras, la terapia Gestalt busca poder tornar ‘visible’ el mundo fenoménico del sujeto” (Fagan y Shepherd, 2003, p. 48).

Por lo tanto, es de primordial importancia que el sujeto conozca y reconozca sus sucesos internos, para así experimentar el mundo de la experiencia consciente.

Fritz introduce como la base de sus propias teorías la idea de “Gestalt”, misma que sugiere dos cosas específicas. Se refiere a Gestalt como “la unidad definitiva de experiencias”. La “experiencia” de nosotros mismos es en gran parte física y en consecuencia depende de la percepción de nuestro cuerpo. Por esto son fundamentales los conceptos de *necesidades corporales* y de *situaciones inconclusas*.

En consecuencia, el sistema que sigue la psicoterapia Gestalt lo que trata es de restaurar aquellas partes perdidas de lo que denominamos sí mismo

# TERAPIA DE JUEGO CENTRADA EN EL NIÑO

## **HUMANISMO**

Usamos el término *humanismo* para referirnos a cualquier doctrina o escuela filosófica cuyo objetivo sea exaltar y aclarar la significación del hombre en el mundo, con sus valores y atributos. Es decir, el humanismo se centra en la comprensión de la condición y las relaciones humanas, poniendo énfasis en las acciones de las personas y en el efecto que tienen a nivel tanto individual como colectivo.

El significado del concepto *humanismo* es diverso; hay el humanismo científico, el humanismo religioso, el humanismo existencialista, por mencionar solo algunos; además, varios movimientos intelectuales se han identificado con este término a lo largo de la historia.

De manera muy breve, el humanismo puede definirse como un movimiento cultural e ideológico cuyo origen proviene de intelectuales renacentistas, quienes renovaron el estudio de las lenguas y la literatura antiguas. La importancia de este periodo histórico radica en que el hombre renacentista insiste en la dignidad y en el valor de la educación, el cultivo del ser humano mediante las letras y un retorno a la cultura grecolatina como medio de restaurar los valores humanos.

El humanismo acentúa el carácter activo del ser humano y lo reconoce como un sujeto capaz de transformar sus condiciones de existencia; es quien puede alcanzar aquellos ideales que le permitan tener una vida digna. Considera al humano como un ser capaz de fomentar sus virtudes y sus fuerzas tanto creativas como creadoras, preocupándose por que se desarrolle de forma armónica, para así poder crear condiciones de vida favorables. Este modelo de pensamiento sostiene que el humano es un ser bondadoso y puro por naturaleza, autónomo y libre en su acción, con tendencia hacia el desarrollo y al progreso, los cuales alcanzará al usar sus potencialidades inherentes.

## EXISTENCIALISMO Y FENOMENOLOGÍA

La relación entre existencialismo y fenomenología para generar un humanismo es producto del pensamiento de Jean Paul Sartre, filósofo que retoma el pensamiento fenomenológico de Husserl<sup>1</sup> considerando como fenómeno principal y central a la existencia misma.

La fenomenología comienza con su máximo representante, Edmund Husserl (1859-1938). Sus principales obras marcan el inicio de un siglo que se caracteriza por poseer una gran tendencia sobre esta línea del pensamiento. Heidegger (1889-1976), Hartmann (1882-1950), Sartre (1905-1980) y Merleau-Ponty (1908-1961) se incluyen en la lista de autores que se vieron influidos por esta orientación filosófica. La principal aportación de Husserl a la filosofía es su método fenomenológico, el cual se define como la descripción pura de las vivencias.

La fenomenología se encarga del estudio de los “fenómenos” o de los hechos mismos que se manifiestan en la realidad tal y como son. El método fenoménico establece que para poder llegar al conocimiento de un fenómeno es necesario eliminar los elementos ajenos que proceden del exterior o del interior del propio sujeto (como los prejuicios).

Entonces, la fenomenología es la filosofía de las esencias puras.<sup>2</sup> Por ende, la conciencia humana juega un rol activo y de suma importancia puesto que será esta la que “construya” al mundo; en otras palabras, los objetos no existen si no hay un sujeto que los contemple. No hay objeto sin sujeto que lo perciba. Y como solo podemos confiar en la existencia de lo que percibe nuestra conciencia, esta filosofía pone al sujeto humano en una posición central y creadora del universo.

Un ejemplo común es: si un árbol cae en un bosque y no hay testigos, es como si este hecho no hubiera sucedido.

En el texto *El existencialismo es un humanismo* Jean Paul Sartre afirma lo siguiente:

El hombre es el único que no solo es tal como él se concibe, sino tal como él se quiere, y como se concibe después de la existencia, como se quiere después de este impulso hacia la existencia; el hombre no es otra cosa que lo que él se hace. Este es el primer principio del existencialismo (Sartre, 2009, p. 28).

<sup>1</sup> Edmund Husserl, filósofo, fundador de la fenomenología trascendental y del movimiento fenomenológico, considerado como uno de los movimientos filosóficos más influyentes del siglo xx.

<sup>2</sup> Condición formal y pura de ser (existir).

Si entendemos que el fenómeno es algo que “aparece”, entonces es algo que es ajeno a uno mismo. Sobre este punto Sartre difiere y afirma que la existencia misma es un fenómeno en el cual el hombre está inmerso y es absolutamente un tema que le concierne.

La existencia no puede definirse con conceptualizaciones, dice Sartre, sino que debe vivirse y experimentarse, puesto que el hombre no puede apartarse de su propia existencia.

Respecto a este punto, el hombre experimentará angustia (existencial) y buscará la libertad constante, misma libertad que le otorga la responsabilidad de su propia existencia.

El existencialismo suele declarar que el hombre es angustia. Esto significa que el hombre que se compromete y que se da cuenta de que es no solo el que elige ser, sino también un legislador, que elige al mismo tiempo que a sí mismo a la humanidad entera, no puede escapar al sentimiento de su total y profunda responsabilidad (Sartre, 2009, p. 31).

Para el existencialismo el tema de la muerte es un factor sumamente importante, ya que es dicha conciencia de la muerte la que le permite al sujeto buscar la libertad y hacerlo responsable de su propia existencia, tanto individual como la de otros.

El existencialismo estudia los fenómenos de la existencia, de la vida, de la responsabilidad y la libertad del hombre; a su vez, el humanismo, la gran corriente filosófica renacentista, sitúa al hombre como el centro de la producción de conocimiento, y el eje central de la libertad y de la responsabilidad.

Al respecto, Sartre concluye:

El hombre es ante todo un proyecto que se vive subjetivamente, en lugar de ser un musgo, una podredumbre o una coliflor; nada existe previamente a este proyecto; nada hay en el cielo inteligible, y el hombre será, ante todo, lo que habrá proyectado ser (Sartre, 2009, p. 29).

El existencialismo no busca valores absolutos, ni normas establecidas o roles asignados; el existencialismo busca al hombre “real” y el sentido de este en el mundo, puesto que el hombre solo puede ser “aprehendido” desde el interior, como un ser autónomo, temporal y finito. Así, hay una relación directa entre fenomenología, existencialismo y humanismo. De esta influencia surge la psicología humanista, y más tarde, la psicoterapia humanista.

Esta última sostiene que el ser humano es un ser que está provisto de un potencial interior, el cual debe ser desarrollado; se afirma que el ser humano es bueno por naturaleza, pero que requiere un ambiente adecuado que favorezca y facilite su crecimiento y realización.

## LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

La psicología humanista, más que una escuela, es una nueva orientación psicológica y un modo de pensar al ser humano. Fue un movimiento que surgió en la década de 1960 en Estados Unidos, en un ambiente de notable informalidad social y una necesaria reivindicación de los valores humanos.

Durante la Segunda Guerra Mundial, muchos europeos migraron a Estados Unidos; entre ellos se encontraban varios psicólogos con un enfoque fenoménico existencialista, los cuales aportaron muchas ideas para el desarrollo de esta “tercera fuerza” de la psicología.<sup>3</sup>

Entre los autores más representativos de esta corriente, encontramos a Abraham Maslow, Carl Rogers y Fritz Perls.

Junto al psicoanálisis y al conductismo (o a las teorías conductistas del aprendizaje), la “psicología humanista” se suele definir como “tercera corriente” o “tercera fuerza” en la psicología. Mientras que las terapias de psicología profunda y de la conducta se elaboraron, por lo menos al comienzo, desde un edificio teórico relativamente homogéneo, el concepto “terapias humanistas” define un haz más laxo de variadísimos abordajes, reunidos no tanto por una teoría común cuanto por una imagen del hombre bastante homogénea, y concordancias básicas en los principios del trabajo terapéutico (Jürgen, 2001, p. 219).

La psicología humanista se opone al pensamiento del conductismo, que parecería reducir al ser humano a variables cuantificables (estímulo-respuesta) y al psicoanálisis,<sup>4</sup> que aparentemente se centra solo en los aspectos patológicos del ser humano.

Además, la psicología humanista considera a la persona como un ser global e integral, con especial interés en los aspectos existenciales, como la libertad, la responsabilidad, el crecimiento, etcétera.

<sup>3</sup> El psicoanálisis y el conductismo forman los otros dos pilares de la psicología contemporánea.

<sup>4</sup> Sin embargo, cabe señalar que el psicoanálisis, a pesar de las teorías freudianas que se han catalogado como deterministas, es una corriente que también se fundamenta en la filosofía humanista, puesto que ha pretendido que la persona sea responsable de sí misma y de sus decisiones; por lo tanto, esta última ha aportado mucho al desarrollo de la psicología humanista.

# PSICOTERAPIA ANALÍTICA DE GRUPO CON NIÑOS

La psicoterapia de grupo se ha centrado en mayor medida en el trabajo con adultos. Sin embargo, es importante revisar el trabajo grupal infantil, ya que los niños y los adolescentes configuran una población que puede beneficiarse ampliamente de este tipo de intervención. En este apartado intentaré esclarecer algunos aspectos destacados de la terapia grupal con niños, aunque la extensa diversidad de técnicas y modelos psicoterapéuticos hace difícil realizar un estudio global de dichas intervenciones terapéuticas. Por lo tanto, únicamente haré referencia al trabajo psicoanalítico infantil en grupos.

El trabajo grupal con niños es particularmente movilizador para los menores a quienes la terapia individual les resulta complicada o incluso inaccesible.

Nos dimos cuenta de que el grupo, les facilitaba, según todas las evidencias, cierto trabajo psíquico; los niños evolucionaban hacia una mejor socialización y con frecuencia constatábamos una mejor investidura de los aprendizajes escolares (Privat y Quélin-Souligoux, 2000, p. 19).

## **ANTECEDENTES DE LA TERAPIA GRUPAL CON NIÑOS**

A partir de la década de 1940, Slavson inició el abordaje terapéutico con niños y adolescentes trastornados, dentro de un encuadre psicoanalítico en terapia grupal. Este autor pensaba que el grupo es un conjunto de individuos que forman una entidad o un todo y consideró la relevancia de promover un ambiente permisivo que brinde apoyo y fomento principalmente la interacción entre los miembros del grupo.

A partir de la década de 1950, el psicoanalista francés Didier Anzieu (1923-1999) intentó unir el psicodrama con el psicoanálisis para el trabajo en grupo

con niños y adolescentes. Sostuvo que la transferencia y la asociación libre se desplegarían en un espacio donde la palabra tiene un valor privilegiado. Anzieu afirmó que el grupo se configuraría a medida que avanzaran las sesiones y se conformaran las redes de identificaciones, las cuales constituirían poco a poco la identificación grupal. Además, introdujo el encuadre psicoanalítico grupal, estableciendo las pautas del funcionamiento grupal (tiempo, duración, espacio terapéutico, secreto de confidencialidad, entre otras).

En la década de 1960, Foulkes y Anthony ampliaron el pensamiento sobre la terapia grupal, tomando como referencia las aportaciones de Wilfred Bion respecto a la idea de la existencia de un proceso inconsciente colectivo al cual contribuye cada individuo y que une a los miembros. Estos autores consideraron al grupo como una totalidad en la que el terapeuta deberá utilizar la interpretación como herramienta principal.

No obstante, siguiendo las aportaciones de Winnicott, varios autores han remarcado la utilidad del juego como instrumento terapéutico.

Lo que parece bien evidente es que la terapia de grupo no es en los niños un sustituto de la terapia individual. La experiencia me ha demostrado que este tipo de terapia (la grupal) a veces es más eficaz que la terapia individual, y creo que en todo tratamiento psicoterapéutico de niños, púberes o adolescentes debería “idealmente” incluirse alguna experiencia grupal (Pavlovsky, 1981, p. 32).

La terapia grupal resulta ser de gran utilidad para niños y adolescentes, ya que les permite revelar sus sentimientos y conflictos con mayor facilidad en un contexto rodeado de pares. Asimismo, les brinda la posibilidad de desarrollar y practicar habilidades sociales, así como beneficiarse de la compañía y soporte mutuo.

De igual manera, posibilita que el terapeuta evalúe el comportamiento del niño dentro de un contexto social determinado. Todos los autores mencionados antes consideran que el grupo es una entidad psicológica, un “ente” con vida y energía propias, independiente de los individuos que lo conforman, dotado de un dinamismo que le ayuda a evolucionar por su cuenta. Por consiguiente, el grupo y el psicoanalista forman una diada analítica que activa el desarrollo de cada uno de los individuos que lo conforman.

Los integrantes del grupo tienen una función de espejo en la que se proyecta en otros, aspectos de uno mismo. Este juego de identificaciones lleva a cada a niño a interrogarse sobre sus propios conflictos y: “A través de ellos, en un segundo tiempo, sobre su funcionamiento psíquico. La

toma de conciencia de que los demás tienen el mismo tipo de dificultad que él, actúa como un agente terapéutico poderoso que disipa o disminuye la angustia y la culpabilidad” (Privat y Quélin-Souligoux, 2000, p. 27).

En consecuencia, el grupo se convierte en un lugar seguro del cual emerge la ayuda, un espacio común, que le brinda al niño un sentimiento de pertenencia que cimentará las bases de su descubrimiento. Dicho descubrimiento será acompañado y favorecido por las nuevas formas de relaciones con sus pares, pero también por el terapeuta, posibilitando así lograr cambios en la relación adulto/niño. Es decir, dentro del grupo el niño adquirirá o recobrará autonomía psíquica en un espacio común con sus iguales. Por lo tanto, el grupo terapéutico es un espacio que le ayuda al niño a adquirir independencia frente a los adultos y frente a sus pares.

La terapia grupal está indicada cuando se considera que el niño no puede acceder a un trabajo individual, ya sea por una fuerte inhibición o bien, por intensas, desbordantes e impulsivas muestras afectivas.

De hecho, la terapia grupal está indicada siempre que se suponga que puede brindarle al niño un espacio contenedor y regulador, ya sea para los defensivos o los invadidos por sus cargas afectivas.

En la medida en que el grupo propone ser un espacio mediador que promueve una mejor elaboración y regulación de los afectos y conflictos del niño, su función es limitadora, pero también permite el intercambio entre lo interno y lo externo, ofreciéndole al pequeño un espacio transicional en el que podrá realizarse una actividad de pensamiento de forma grupal.

El grupo se convierte en un lugar de consuelo, satisfacción y placer, que brinda representaciones, movilizaciones y desplazamientos de la libido del niño, permitiendo así un trabajo de simbolización, necesario para su desarrollo.

El grupo también va a suscitar y desarrollar una actividad creadora relacional, posible gracias a la percepción de la actividad contenedora del terapeuta y, sobre todo, del grupo, que va a contener la continuidad narcisista del niño (Privat y Quélin-Souligoux, 2000, p. 32).

El efecto terapéutico del grupo únicamente puede ponerse en marcha, cuando el niño ha experimentado al grupo como un espacio en el que no se corre peligro; por lo tanto, uno de los momentos más importantes en el inicio de la terapia grupal, será la organización del grupo mismo y el establecimiento de la alianza terapéutica.