

# PSICOTERAPIA SIMBÓLICA EN NIÑOS

**Dra. Irma San Juan**

Médica (UBA). Psiquiatra (UBA)

Psiquiatra de niños y adolescentes. Hospital Durand, Servicio de Psicopatología. (1976 a 1981)

---

**RESUMEN** En este trabajo se presenta la técnica de Psicoterapia Simbólica tal como se aplica en niños, se ejemplifica con trabajos realizados por los pacientes en el curso de su tratamiento.

---

En este trabajo voy a presentar la técnica de Psicoterapia Simbólica tal como se aplica en niños y ejemplificaré con trabajos realizados por los pacientes en el curso de su tratamiento.

El trabajo terapéutico en niños no tiene idénticas características que el realizado por adultos, si bien el fundamento es el mismo.

Se llama Psicoterapia Simbólica porque se basa en la interpretación de símbolos obtenidos a partir de los sueños o trabajos imaginativos, de las actividades plásticas, gráficas, lúdicas y dramatizaciones, mediante las cuales el niño se desplaza en el mundo imaginativo creado por él mismo, permitiéndole mediante esta actividad liberar el inconsciente. Todas estas técnicas se utilizan porque al niño le cuesta expresarse verbalmente, y al usarlas él tiene dominio sobre objetos y juguetes, volcando en ellos: recuerdos, miedos, fobias, temores, angustias, manejándolos a nivel consciente. Al exteriorizarlo, hace consciente el trauma que vivió o padeció y que pudo ser la causa de su problema o enfermedad para elaborarlo con la ayuda del terapeuta.

## TÉCNICA

Pasamos ahora a explicar la técnica propiamente dicha.

El paciente debe estar en un ambiente tranquilo, sin estímulos exteriores. Para hacer los trabajos imaginativos se le da la libertad a los niños para cerrar o no los ojos, ya que todo en ellos es mundo imaginativo. En general lo hacen con los ojos abiertos, porque en muchas situaciones se angustian por el hecho de no ver.

También se dejan a disposición del niño hojas por si quieren graficar lo que están relatando. Muchas veces lo hacen durante el transcurso del relato o cuando lo terminan.

Se le indica, dándole un símbolo inicial, que relate imaginando, todo lo que él ve, siente, oye, piensa. Que use todos sus sentidos, no, sus recuerdos sino lo novedoso que está protagonizando y que sobre todo viva en lo posible el sueño", es decir en un aquí, en un ahora.

El terapeuta va a ir anotando todo lo que dice el niño para después trabajar juntos sobre lo dicho interpretándolo.

Si el paciente encuentra obstáculos o tiene miedo, se le estimula a enfrentarlos, investigarlos y superarlos. Si se resiste, se le sugieren distintos medios para hacerlo, o se lo acompaña hasta que pueda superarlos.

Si se encuentra a una situación en la que alguien lo ataca o agrede se le indica que se defienda y si es necesario que lo mate y entierre. Al matar a ese alguien" se estaría enfrentando y venciendo los sentimientos malos de esa persona y se destruiría el daño que le ocasiona u ocasionó al niño. El hecho de enterrarlo es superar ese daño.

Muchas veces estos elementos agresivos están enmascarados. Entonces, le pedimos al niño que los desenmascare o les quite el disfraz para ver quién es. Por lo general encontramos personas o elementos que le hicieron daño. Se los hace enfrentar y siempre hay que destruir el disfraz y enterrarlo.

Muchas veces en el mismo trabajo imaginativo el niño ya interpreta el significado. Por ejemplo, dice: "el lobo es mi papá". En una ocasión un niño de cuatro años al encontrarse con un lobo, en el trabajo del Bosque, manifestó: Tiene los ojos de mi papá y los zapatos de mi papá, es mi papá". Se le instó a que le hablase, y continuó: le hablo y no me escucha, tiene orejas pero no escucha, tiene ojos y no ve". Se le pidió entonces, que le sacase el disfraz y lo quemara enterrando las cenizas. Evidentemente la conflictiva de este niño radicaba en una figura paterna rígida, dura y poco comprensiva, que siempre lo comparaba con sus hermanos mayores y lo tenía de lado porque frente a cualquier dificultad lloraba. En otro trabajo de este mismo niño, dijo: En el sótano hay un auto grande y uno chiquito. El auto grande aplasta al chiquito". Le indiqué sacarlo: decile que no lo aplaste". No, no puedo, lo sigue aplastando". Interpretó luego que el auto grande es mi papá, el chiquito soy yo". Después de estos trabajos y a raíz de lo elaborado en las interpretaciones y previo a hablar con los padres del niño, comenzó a poder relacionarse mejor con su padre, bajando notoriamente el monto de angustia que presentaba.

Terminado el ensueño, se realiza la interpretación del mismo.

Se le pide al niño que simbolice la consigna inicial y los demás elementos del trabajo, es decir que diga qué representan, a qué se parecen, con qué los asocia. Luego se realiza una lectura del trabajo con los símbolos para poder analizarlo juntos, y que el paciente pueda así reconocer los problemas ya sea pasados o presentes.

El terapeuta no debe interpretar. Es el mismo paciente, el que a través de proceso imaginativo-simbólico llega a interpretar los hechos conflictivos que lo llevaron a la situación de enfermedad que padece.

A raíz de lo planteado en el trabajo, el terapeuta orienta, dirige y clarifica para que el niño pueda visualizar mejor aquello que le molesta, lo perjudica, lo inhibe, lo paraliza y pueda elaborarlo

#### TRABAJOS UTILIZADOS:

Utilizamos distintos temas que paso a enumerar: Escalera, Bosque, Castillo, Fondo de Mar, Selva, Sótano con espejos, Espada, Copa, Camino, Brujo-Bruja y Monstruo en el fondo del mar y en el Bosque, Subir una Montaña y Volar, Primera Imagen, Vivencia Símbolo, Mina, Volcán, Llave, Primer recuerdo, Pirámide, Pantano y Grieta.

Se explicarán los símbolos iniciales recientemente utilizados.

#### SOTANO CON TRES PAREDES DE ESPEJOS

Es una variante del Sótano con espejos". La consigna que se da es: Vas a un sótano donde hay tres paredes de espejos. Mirate en cada uno de ellos comenzando por el que está enfrente tuyo". Luego se le indica que son puertas espejos, que investigue qué hay detrás de cada uno. Si aparecen situaciones conflictivas las resolverá como en los demás trabajos.

Con este trabajo se investiga cómo el paciente se ve en el presente, representado en el espejo de enfrente, el pasado, en el de la izquierda y el futuro, en el de la derecha.

No siempre el paciente lo interpreta como su pasado, presente y futuro, pero sí siempre se evidencian situaciones traumáticas, estado actual del paciente, sus miedos o conflictos.

#### MANTEL

Este trabajo es una variante del Bosque".

Consigna: Estás en un Bosque con un mantel, lo extendés en un claro y tirás allí tus problemas y conflictos".

El fin de este trabajo es concientizar los problemas que padece el niño, enfrentarlos. Al quemar y enterrar lo que se tiró sobre el mantel le permite al niño vivenciar como posible la solución de sus problemas.

#### AGUJERO EN EL ÁRBOL.

Consigna: Se le pide al niño que dibuje un árbol. Si lo dibuja con un agujero se le pide que entre en él y lo investigue. Si espontáneamente no lo hace se le dice que vaya a un bosque y busque un árbol con

agujero, que entre en el agujero y que cuente lo que ve, lo que siente. Debe enfrentar y solucionar los problemas con que se encuentre como el resto de los trabajos. Hay niños que además de investigar la parte inferior del árbol espontáneamente suben por dentro del árbol a la copa.

En este trabajo se busca llegar a conflictos tempranos, por lo general no conscientes en el niño y que fueron la causa o el origen de un trauma actual.

En este tipo de trabajos generalmente se encuentran con una situación traumática real y se puede detectar la época en la cual se produjo el conflicto o trauma.

### ARBOL QUE CRECE

Consigna: Yo soy un árbol y estoy creciendo".

Por lo general el niño parte de una semilla que interpreta como su nacimiento. Se deja al niño que relate como es el crecimiento. Pueden encontrarse con dificultades para crecer, se hacen enfrentar las mismas. También pueden aparecer vivencias de deterioro, pérdida, destrucción, daño y muerte. En el curso del trabajo se los ayuda a recuperar en forma imaginaria todas las vicisitudes del crecimiento.

### IMAGEN QUE SE REPITE

Se parte de una imagen que se repite a través de los trabajos como conflictiva y que llama la atención por lo reiterativa.

Consigna: El terapeuta da como punto de partida la imagen conflictiva. Por ejemplo, un niño de nueve años encontraba en muchos de sus trabajos un tren manejado y lleno de cadáveres. Se los hacía bajar, investigar, ver quiénes eran y enterrarlos. En trabajos subsiguientes volvía a aparecer el tren con los cadáveres, procediendo el terapeuta de la misma manera. La imagen se volvía a repetir porque el niño no podía resolver su conflicto. Se partió entonces de la imagen conflictiva. Se le dijo que se dejara llevar por el conductor del tren que era un cadáver. Este lo llevó hasta La Plata, a la casa donde su padre se había suicidado. Al enfrentarse y hablar con su padre pudo resolver la situación traumática, cuando sale de la casa está el tren sin ningún cadáver, luego de lo cual no volvió a aparecer esta imagen conflictiva.

A partir de este trabajo desapareció la tos nerviosa que lo afectaba desde la muerte de su padre.

### PRIMERA IMAGEN A PARTIR DE UN DIBUJO LIBRE

Consigna: Se le pide al niño que dibuje lo que quiera. A partir de ese dibujo se trabaja el mismo como si fuera la primera imagen del adulto. (Psicoterapia Simbólica. Fundamentación y Metodología". Ennis, Ma. Ana. Cap.II, pág. 50).

En este trabajo suelen surgir situaciones actuales pudiendo ser o no conflictivas.

### CIUDAD DESCONOCIDA

Consigna: Vas a una ciudad que no conoces y la vas a recorrer, contás lo que ves, sentís o encontrás".

Se investiga con este trabajo las relaciones sociales, como vive lo desconocido, su estar en el mundo y como se siente.

### FIESTA DE DISFRACES

Consigna: Vas a una fiesta de disfraces y va toda tu familia con vos. Elegí un disfraz para cada uno de acuerdo a su forma de ser. Si querés podés dibujarlo primero".

Se le pregunta como es la fiesta, con quienes se encuentra, por qué elige cada uno de los disfraces. Luego se le pide que se acerque a cada uno y le pregunte por qué se disfrazó de esa manera. Se le pide el símbolo de cada uno de los disfraces, con su interpretación.

Con este trabajo se logra evidenciar las características personales de cada uno, y la interacción familiar. Con la interpretación de los símbolos el niño puede elaborar las relaciones conflictivas, pudiendo asumirlas y si es posible modificarlas.

## PUENTE, ES TU TRATAMIENTO

Es una variante del Puente y se realiza antes de finalizar el tratamiento.

Consigna: Vas a cruzar un puente, ese puente es tu tratamiento. Me vas a decir todos los problemas por los cuales viniste, que pasó durante el tratamiento simbolizado por el puente y que logros alcanzaste.

Con este trabajo se ayuda a vivenciar lo que el paciente modificó, si quedan elementos o situaciones por modificar y la satisfacción de los logros alcanzados.

## PUENTE

Consigna: Vas a cruzar un puente, decí donde estás antes de cruzarlo, que ves a medida que vas avanzando y a donde llegas".

Se le pide que investigue cómo es el puente, de qué está hecho y cómo es la construcción.

Este trabajo investiga su situación actual, los objetivos a los que puede llegar, y las dificultades que se plantean.

## MONSTRUO Y YO

El desencadenante de este trabajo es gráfico. Le pido al niño que se dibuje con un monstruo, que hable con el monstruo y que lo toque. Que descubra si tiene un disfraz y por qué se disfrazó, que se lo saque y que lo queme. Si lo agrede debe defenderse.

Con este trabajo se investigan fantasías persecutorias, realidades que no maneja, miedos, temores. Conflictos con la madre o el padre u otros miembros de la familia.

## BRUJA Y YO

Se trabaja exactamente igual que monstruo y yo" y se investiga la misma problemática.

## CASA ABANDONADA

Consigna: Vas a una casa, está abandonada, la recorrés y buscás la historia de la casa.

Se investigan los miedos y temores, lo desconocido, pérdidas afectivas, conflictos familiares.

Voy a presentar trabajos efectuados por un niño durante el curso de su psicoterapia (José Francisco, 10 años). Haré una muy breve historia clínica con el motivo de consulta, los trabajos realizados por el paciente y las conclusiones sacadas entre el terapeuta y el niño.

Motivo de consulta: Problemas de integración con los compañeros, no logra hacer amigos, en ocasiones se burlan de él.

Inteligencia: Superior al término medio.

Antecedentes: Muerte del abuelo dos años antes de la consulta y el accidente de un amigo.

## Trabajos Imaginativos:

### ARBOL QUE CRECE

De un árbol más grande se cayó una semilla y con la lluvia se fue enterrando, después de un tiempo brotó una ramita. Un tiempo más y le siguieron apareciendo ramitas y hojas. También cuando el dueño de la casa vio que estaba creciendo lo regó y siguió creciendo. Después de cinco meses ya tenía un metro y 10 cm. y las ramas más grandes. Al año había crecido un montonazo con las ramas bien gruesas, y el tronco también tenía raíces enormes y muchas hojas, y después los chicos de la casa se armaron una hamaca.

-Investigá el agujero.

-Entro y empiezo a subir, veo un nidito y después salió un pájaro por arriba mío y se fue volando. Sigo subiendo y veo que el árbol

tenía venas por las que pasaba la savia. Después me cuelgo y sigo subiendo y veo un hueco arriba con todas las ramas y hojas y salgo por atrás.

-Bajá

-Me meto de nuevo y voy investigando por abajo. Era muy difícil porque había ramitas y me podía caer, piso una y me caigo. Llego abajo y veo un tubo, empiezo a bajar por él y aparezco en la tierra. Empiezo a cavar y encuentro las raíces, me agarro de una para guiarme y empecé a cavar para arriba y salí.

#### Simbolización.

Arbol más grande: Mis padres

Aparecen ramitas: Está creciendo

El dueño lo regó: Mis padres que me ayudan a crecer

Ramas más grandes: Ya estaba grande

Armaron una hamaca: Alegría

Nidito: Casa, donde uno se desarrolla

Pájaro: Alegría

El agujero: No tiene vida. La muerte de mi abuelo.

El niño partió de una imagen gráfica. Dibujó varios árboles como siguiendo una secuencia de crecimiento. En todos ellos había un agujero en el tronco que se iba agrandando.

Este fue el trabajo que originó la investigación del símbolo: "Agujero en el Arbol".

Conclusión: A través de este trabajo observamos como vivencia su propio desarrollo, la ayuda que recibe de sus padres, el calor familiar. Se evidencia también la falta de elaboración de la muerte del abuelo.

#### CAMINO

Voy por el camino. Veo un lago, lo tenía que cruzar para seguir el camino. Entonces me metía al agua y me empecé a hundir. Me quería sacar las botas para ser más liviano pero se me atrancó el pie. Después vi una rama de un árbol enorme y lo agarré y me empecé a tirar. Pude salir. Después sigo el camino y veo un bosque, el camino lo atravesaba, entonces lo seguí y me encontré con un gato montés. Pensé que era amigable, entonces lo agarré pero me dió un mordisco.

- Defendete.

-Entonces lo agarro y lo tiro contra un árbol. Quedó medio atontado y seguí.

- Matalo.

- Después se me cruza de nuevo porque me quería vengar. Agarro un palo y le quería pegar, pero era muy rápido. Cuando pasó por atrás mío le metí la pata y se cayó. Agarré el palo y le pegué y después se murió.

- Revisalo

- Lo agarro y le doy vuelta. Vi que tenía un bolsillo y adentro una billetera y veo su foto. Era un facineroso enano de Buenos Aires. Lo entierro.

- Seguí

- Sigo el camino y veo una casa. Entro y veo más personas, me preguntaron que hacía, les pregunté dónde estaba y me dijeron que había llegado a Texas. Me despiden. Sigo el camino y llegué al Aeroparque, entonces miro cual era el vuelo a Buenos Aires, y me dijeron que era el que estaba por salir. Agarro unos dólares del bolsillo, saqué el boleto y volví a casa.

### Simbolización.

Lago: Mortal, peligroso. La muerte de mi abuelo; el accidente de mi amigo.

Me empecé a hundir: miedo (Refiero: Pasan cosas que te asustan y vos te hundís).

Se me atrancó el pie: Susto (Refiero: Para las pruebas te da susto todo lo que tenés que estudiar).

Gato Montés: Engañador. Pensé que era un amigo. Los chicos que no me quieren, que me burlan, que me dejan de lado, me dicen: te voy a invitar pero después no me invitan.

Volver a casa: Alivio, me quedo tranquilo porque me quedo con todos. Como que necesitaba ayuda.

### Conclusión:

En este trabajo volvió a surgir la falta de elaboración de la muerte de su abuelo y de la muerte de su amigo.

También pudo hablar de las situaciones que lo confunden y asustan, y el miedo ante las situaciones de evaluación y las burlas de sus amigos.

Al poder simbolizar y hablar de sus conflictos siente tranquilidad y alivio.

### PUENTE

Me voy de viaje a las montañas de explorador y llegó a un puente muy extenso, de casi cuatrocientos metros de largo. Parecía un puente resistente y tenía que cruzarlo. Me coloqué bien la mochila y la ajusté para que no se caiga y me dispuse a cruzarlo. Debajo de mí había un gran precipicio donde cualquier caída era fatal. Comencé a caminar y sentía que el puente se tambaleaba, eso me traía mareos y nervios. Pero me tranquilicé y seguí caminando sin miedo.

Era peligroso pero ya estaba decidido y ante los problemas no hay que arrugar, hay que enfrentarlos con confianza y ganas.

Ya había caminado más o menos cincuenta km. cuando sentí que las sogas se estaban deshilachando. Me agarré fuertemente de ellas para prevenir cualquier caída y comencé a caminar cada vez más rápido pero con cuidado y fe.

Logré llegar a la mitad del puente cuando de repente la soga se rompió, el puente quedó tambaleando y yo quedé como colgando, pero me sostuve fuerte de la soga y seguí caminando cuidadosamente. Faltaban cien metros cuando de repente se rompió la madera y comencé a caer aunque con un gran esfuerzo logré sostenerme de las maderas anteriores. Subí realizando un gran esfuerzo ya que me quedaban pocas fuerzas y seguí caminando pero la otra soga se rompió y el puente comenzó a caer. Por suerte estaba bien sujeto a las maderas y logré sostenerme y soportar el impacto.

Con mi equipo de alpinismo logré sostenerme bien de las maderas, mientras preparaba las botas. Comencé a subir sujetándome de las maderas restantes. Con confianza y fe finalmente llegué arriba y terminé de cruzar el puente y pude descansar y agradecer a Dios.

### Simbolización.

Puente muy extenso: Desafío

Parecía resistente: Fácil de resolver

Mochila: Confianza

Precipicio: Susto

El puente se tambalea: Miedo

Soga deshilachándose: Un problema

La soga se rompió: Miedo, susto, problemas

Se rompió la madera: Otro problema, miedo

Lograr sostenerse: Confianza, ayuda, resolución de un problema

Sujeto a las maderas: Fuerza, coraje

Sostenerse de las maderas: Enfrentar el problema

Equipo de alpinismo: Ayuda y confianza. Empiezo a resolver el problema

Terminar de cruzarlo: Resolución del problema.

### Conclusiones.

Observamos aquí como el niño utiliza sus propios recursos para solucionar sus problemas. Enfrentando las dificultades que se le presentan y tomando también conciencia de la ayuda que recibe de sus padres y de su terapeuta.

### UN PUENTE, ES TU TRATAMIENTO

Este trabajo se realizó tres sesiones antes de terminar su terapia.

Antes de subirme al puente venía de estar mal por la muerte de mi abuelo y porque no me sentía ni libre ni cómodo con mis amigos. No era yo mismo, pero ahora que logré subir al puente las cosas van mejorando gracias a la ayuda de Irma y por supuesto mis ganas de recuperarme y de ser libre ya que antes no tenía confianza en mí.

A medida que camino por el puente mis miedos se van aclarando y me voy sintiendo más feliz con mis amigos y con mi familia. Como siempre hay tropezones, pero me levanto y sigo. Ahora estoy llegando al final y me siento tranquilo y capaz de resolver los problemas que aparezcan a lo largo de la vida.

Logro libertad y confianza en mí y con esto sé que voy a resolver los problemas y que voy a ser feliz, me voy a esforzar para resolverlos y voy a lograr ser yo mismo como estoy en este momento.

### Conclusiones.

Este trabajo expresa claramente el objetivo de toda terapia y es una síntesis de su proceso. Logró adquirir libertad, confianza en él mismo, pudiendo de esta manera enfrentarse a los problemas y dificultades que pudieran presentarse a lo largo de su vida. Ser él mismo, desarrollando sus propias potencialidades.

Así como a lo largo de su terapia fue tomando conciencia de enfermedad y enfrentando las dificultades concluye la terapia con una profunda conciencia de salud.