PREGUNTALE A VIOLET
Verano/Otono del 2012

Pregunta: ¿Cómo acopla usted su sistema Gestaltico al plan de cuidado de salud actual que se lleva acabo en Estados Unidos— teniendo en cuenta el número limitado de sesiones?

Respuesta: Con un limite de sesiones, seguiría el modelo de terapia breve. Esto es útil no sólo para clientes de cuidado controlado, pero también para requisitos termino corto.

Algunas Sugerencias:

Vea la situación como "intervención de crisis," Digale al niño que sólo tenemos unas sesiones para mejorar las cosas.

Observa el número de sesiones y el plan de tratamiento para lo que harás (sin la expectativa que lo que esta planeado sucederá). Por ejemplo, la primera sesión sería utilizada para establecer la relación consiguiendo conocer el niño, entrando en actividades de no representen alguna amenaza y proporcionar la seguridad para el niño. Cuando el terapeuta es respetuoso, verdadero, congruente y lleno de contacto, la relación y la seguridad serán establecidas.

Liste los asuntos implicados y establezca las prioridades y objetivos. Corte al centro de los asuntos y sentimientos a los cuales dio prioridad. Dependiendo de la edad del niño, el terapeuta puede sugerir algunos de los artículos con el niño,dandole al niño el poder de elegir y decidir lo que él o ella quiera trabajar. Sea honesto y claro con el niño acerca de la razón pro caul él o ella tienen las sesiones con usted. Aún un niño muy chico puede distinguir si el uso de lenguaje del terapeuta es apropiado para su desarrollo.

Incluya a los padres en algunas de las sesiones si es posible. Explique a ellos el proceso de su trabajo. Evalue el nivel de comunicación. Por ejemplo, un niño con quien trabajé cuyo padre perdió su trabajo puede haber sentido el deber de alegrar a sus padres, alientandose, y mirando el "lado brillante" de las cosas, con lo cual terminan cortando totalmente sus temores y ansiedades. Los síntomas, como el caer de calificasiones e incapacidad de concentrar, incitaron a los padres a buscar terapia para el niño. En la sesión familiar él chico admitió estar aterrorizado acerca de lo que le podria suceder a la familia. Ambos padres admitieron que ocultaban sus propios sentimientos pensando que el temor perjudicaria al niño. Al comenzar a hablar uno al otro, hubo gran alivio, los sentimientos de cercanía y los síntomas del chico se aliviaron gradualmente.

Recuerda que la terapia es intermitente con niños y que cada nivel de desarrollo trae nuevos asuntos a tratar. Los padres deben comprender esto.

Pienso que es difícil que la terapia sea efectiva en sólo unas sesiones con niños que han vivido un trauma, pero hacemos cuanto podemos con en el tiempo otorgado.

Ejemplo #1:

Ellen, una chica de nueve años de edad, fue traída a la terapia conmigo porque se negaba a Habra. Cuando los niños paran a sí mismo de hablar, ellos restringen e inhiben muchos aspectos del ser. Ellen había sido acosada por un vecino y se el pregunto repetidas veces por los trabajadores de policía y trabajadores sociales. Se negó finalmente hablar con ellos y este se generalizó para en la escuela y algo en la casa. Sin embargo murmuraba, "Pasa la sal".) Esto me Fue dicho por su madre que vino con ella a nuestra primera sesión. Aunque la niña fuera muda, is note que miraba continuamente las bandejas de arena y miniaturas en el rincon. En nuestro tiempo juntas, yo el pedí que hiciera una escena en el arena y asegurandole que ella no tenía que hablar conmigo a menos que ella quisiera. Hizo un zoologico muy abarrotado con muchos animales bordeados por senderos y muchas personas que andaban alrededor mirando los animales. Puso un puente en un fin y en el puente un pato. Cuando termino le pedí que cabeceara de despues de cada articulacion lo que vi: "Esto es un zoologico ocupado y abarrotado," cabeceó. Por último yo dije, "Veo este puente aquí y veo este pato muy solo en el puente. Me pregunto si quiere disfruta este espacio ya que todo lo demas esta abarrotado". Ellen asintió con la cabeza vigorosamente y dijo, muy claro, "Deseo que tener mi propio cuarto". Restringí mi deseo de celebrar y en su lugar hablamos casualmente de su cuarto que compartia con dos otras hermanas. Esto fue la primera sesión de cinco sesiones que to en su totalidad con ella.

Hicimos una lista, en la próxima sesión, de cosas que le molestaban. Le recordé que quizás no podriamos tratar todas. Alternamos elecciones (escogí uno, ella escogió uno, etcétera). Mi elección fue la ira. Saqué la arcilla y el pedí que golpeara la arcilla como pensando en las cosas que la hacian enojar. No me dijo las cosas que fueron pero aplasto la arcilla con un mazo de hule con gran vigor. Con una gran sonrisa me preguntó si tendriamos tiempo de jugar el juego Conecta Cuatro que habia vista hace un estante.

En la tercera sesión escogió las gente que la preguntaba tanto sobre el acoso. "Me hicieron sentir como si hice algo malo tanto que ya no quise hablar con ellos ". Fue entonces que dibujó una imagen áspera de su acosador. Y le ayude articular lo que queria decirle a él.

En la cuarta sesión escogí el asunto de culpa. Hice un teatro de títeres pequeño sobre un títere que fue atacada por un lobo y cuál al principio ella pensaba que ella había causado us ataque pero entonces el títere hada madrina la dijo que definitivamente no era su culpa. En el próximo encuentro con el lobo, el títere empezó a golpear al lobo que se escabulló sumisamente lejos.

En la ultima sesion, quiso hacer otra escena en la arena incluyendo su familia teniendo una merienda en el bosque entre muchos arboles

Para este tiempo Ellen ya hablaba libremente. Tuvo muchas preocupaciones que nosotros no tratamos, pero creo que el trabajo que hicimos fue muy útil para ella. Por cierto, un año despues su madre la trajo otra vez por unas pocas más sesiones y seguimos el mismo proceso, aunque esta vez ella hizo todas las elecciones: Más ira, sus hermanas, etc. Cada vez nos enfoquamos en el asunto uno por uno pro medio de las técnicas proyectivas que nosotros a menudo utilizamos.

Ejemplo #2:
Adam de diez años de edad perdió a su padre por suicidio. Sus padres habían sido divorciados desde que Adam tenia tres años. Adam fue muy cercano a su padre quien estubo muy involucrado en us vida. Los padres concordaron que sería beneficioso para Adam vivir con su padre un rato y sólo antes de mudarse, el padre se mató. Seis meses más tarde, la madre de Adam lo trajo a terapia cuando su conducta comenzó a empeorar en arrebatos de enojo y agresivos. Es bastante común que un padre traega a un niño a terapia unos meses después de una pérdida traumática como esta, cuando síntomas surgen y aceleran.

La sesión 1: La primera sesión sucedió con madre e hijo. La madre indicó que desde que el padre murio, Adam tenia dificultades. "Las cosas estan empeorando," dijo, "y no mejoran como pensé que lo harian con tiempo". La mamá indicó que tenia muy poco tiempo y poco dinero para cualquier terapia a largo plazo. En esta sesión Adam estubo bastante retirado y no participo hasta despues que le pedí a la madre que esperara en la sala de afuera. Yo entonces le pedí a Adam que dibujara una casa, un árbol, y una persona en una hoja de papel. Adam pareció aliviado que no tendria que hablar conmigo y trabajo diligentemente.

La sesión 2: En la segunda sesión le pedí a Adam que hiciera su familia de arcilla. Adam moldeo sus dos hermanas y a su madre. Cuando se le pidió incluir a su padre, él dijo, "El ya no está aquí". Hice rápidamente una figura áspera y el dije, "Este es tu padre. Estará por aquí". Coloqué la figura en el rincón distante de la tabla de arcilla.

El terapeuta: Me gustaria que le digas algo a cada persona.

Adam: (A la hermana mayor) A ti no et importo. Siempre estas lejos de mi y con tus amigos. (A la hermana más joven) Me gustaria que no me molestaras tanto. (A la madre) Me gustaria que no tuvieras que trabajar tanto y estar mas en casa.

El terapeuta: Ahora dile algo a tu padre.

Adam: Yo no quiero.

El terapeuta: Esta bien,no tienes que. Adam, a veces cuando un padre se suicida, sus hijos sienten la culpa y se avergüenzan de decries a cualquiera. Me pregunto si esto aplica a ti.

Adam: ¿Otros niños se sienten así?

El terapeuta: Sí, son sentimientos muy comunes.

El terapeuta: Ahora diga algo a su padre.

Adam: Yo no quiero a.

El terapeuta: Bien, Usted no tiene que a. Adam, a veces cuando un padre se suicida, bromea culpa sí mismos y se avergüenza de decir cualquiera. Me pregunto si eso es verdad para usted.

Adam: ¿Otros niños se sienten así?

El terapeuta: Sí, son sentimientos muy comunes.

Adam: Yo no sé lo que hice, pero yo me iba a mover en con él y entonces él fue y se mató. Pensé que estuva contento que venía. Yo no quiero que nadie sepa que fue por mí.

El terapeuta: Es difícil para ti el sentirse esas cosas. Lo sent mucho. Con razon te mantienes tus cosas para ti mismo.

Adam cabeceó, se cerro y rompió contacto. Esto se mostró en su postura inclinada, y en su energía disminuida. Sugerí que pararamos de hablar y el jugar Conecta Cuatro (los niños adoran este juego). Adam se illumino visiblemente y tomo el juego con energía renovada. Le dije que su madre nos acompanaria en la próxima sesión.

El terapeuta: Adam, esto es realmente una prueba, pero yo no la utilizo así. La utilizo para conocerte mejor. Me dice algunas cosas acerca de ti y yo quiero confirmarlos contigo para ver si concuerda ya que a veces está equivocado el examen.

Adam: ¿Le qué dice?

El terapeuta: Bien, por una cosa, me dice que mantiene muchas cosas a usted mismo.

Adam: ¿Eso es verdad — cómo sabe usted eso?

El terapeuta: Su casa tiene ventanas muy pequeñas y a veces cuando alguien dibuja

ventanas así, podría significar que bloquea muchos sentimientos.

Adam: ¿(Mostrando interés) lo que más lo hace le dice?

El terapeuta: También quizás muestre que mantiene en mucha ira porque quizá usted no sabe cómo salirlo. ¿Queda eso para usted? La persona mira clase de enojado a mí.

Adam: ¡SI!

El terapeuta: ¿Ve cómo la casa se inclina? Quizá no te sientes muy seguro acerca de nada en este momento. Y el chico está en este rincón, muy lejos de la casa. Quizá no sabes donde perteneces.

Adam: (Voz muy baja) Es cierto.

Note lágrimas en los ojos de Adam y suavemente lo dije que trataríamos de trabajar estas cosas fuera juntos en las sesiones. La mama escribió sus conclusiones atras del papel y se los leyó a él. Adam escuchó atentamente. Nos sobro tiempo y decidimos terminar la sesión con un juego. La relación pareció estar tomando fuerza.

La sesión 3: En la tercera sesión con la madre presente les pedi a Adam y a su mamá dibujar algo que les diera coraje. Adam miraba a us mama dibujar y por último empezó el en su propia imagen. La madre dibujó un incidente que había pasado en el trabajo y hablo un poco de ello.

Adam: Yo no hice lo que usted me pidio. Solo dibuje mi familia.

El terapeuta: Bien. Veo que no dibujaste a tu padre. Dibuja sólo un círculo pequeño aquí en el rincón para representarlo a él. Ahora dile a cada persona algo que te hace enojar de ellos o algo que te molesta que hagan, como hiciste con la arcilla. No tienes que decir las mismas cosas si no quieres.

Adam obedeció pero otra vez se negó a hablar con el padre circulo.

El terapeuta: (A la madre) me pregunto si estarías dispuesta a decirle algo a tu ex marido. Es muy duro para Adam para hacerlo. ¿Hay algo que te gustaria decir?

La mamá de Adam comenzó inmediatamente a expresar la ira intensa en él por suicidarse, causando tanto dolor a sus niños, especialmente a Adam, y dejandole únicamente a ella responsable de los tres niños.

Adam comenzó a llorar y dijo estar enojado también, y estava seguro que la culpa fue suya que su padre se mató. La madre de Adam quedo asombrada asegurandole de con énfasis a Adam que esto no fue el caso. "Tu padre tuvo muchos problemas financieros y se deprimio por ello y no supo qué hacer. Fue todo demasiado para él. ¡Le queria tanto"!

Adam continuó llorar mientras que su madre lo abrazo fuertemente.

La sesión 4: Sugerí que Adam hiciera un dibujo de algo que él y su padre disfrutaban hacer juntos. Adam hizo un dibujo de una alberca y habló de cuánta diversión ellos tenían con la natación juntos. Entonces preguntó si podría hacer una escena en la bandeja de arena, y continuó para hacer una escena de un panteón y anuncia que una tumba perteneze a su padre.

El terapeuta: Adam, Quiero que hables con la tumba de tu padre y con tu padre ahora.

Adam: Papa, espero que estes feliz donde estes. Te extrano mucho. Lo siento que cosas fueron duras para ti.

El terapeuta: ¿Le podrías decir que lo quieres?

Adam: Te quiero, Papa. (Pausa larga). Adios.
¿(Al terapeuta) Tenemos tiempo de jugar un juego?

La sesión 5: Adam y yo tuvimos una sesión mas juntas. Su madre no pudo no asistir y envió una nota diciendo que él ahora se comportaba apropiadamente y se sentia aliviada.

Le Pregunté a Adam lo que quería hacer en esta última sesión, y él optó por la arcilla. Hizo una pizza con varias cosas en ella. Dijo que el cumpleaños de su padre se approximaba y sabia que su padre adoraba la pizza. "Esto es mejor que un pastel de cumpleaños," dijo.

Este trabajo tomó cinco sesiones. La responsabilidad por la muerte de su padre pareció disminuyo rápidamente. Llamé a la mamá de Adam a decirle que Adam había trabajado en la pérdida de su padre en su detalle al nivel de desarrollo pero que sentimientos más profundos quizás surjirian en un tiempo posterior, implicando asuntos que Adam no tuvo el ser-apoyo para tratar con ahora. La dije que cómo funcionaba en su vida ahora y en el futuro fue la mejor medida para sin tener en cuenta si necesitó el trabajo aún más terapéutico.