

TERAPIA FAMILIAR NARRATIVA CON NIÑOS

POR

**MANUELA RAMIREZ DIEZ
ESPERANZA DE JESUS SALDARRIAGA AGUILAR
LAURA MILENA PÈREZ VALLEJO**

ASESOR: Mg EDISON VIVEROS CHAVARRIAGA

**ESPECIALIZACIÓN EN TERAPIA FAMILIAR
UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGÓ
2017**

Título

El trabajo desde la terapia familiar narrativa en familias con niños

Resumen

Este artículo tuvo como objetivo analizar las publicaciones científicas referidas a procesos de intervención en la terapia familiar sistémica narrativa en familias con niños. El enfoque metodológico utilizado fue el cualitativo. La información se rastreó desde las siguientes categorías: aproximación a la terapia familiar narrativa, técnicas utilizadas en la terapia familiar narrativa y el trabajo desde esta terapia con niños. Los resultados se refieren al trabajo desde la terapia familiar narrativa que inicia en el abordaje con niños y la necesidad de externalizar el problema para generar una re-significación de éste por medio de narrar y re-narrar historias. Dicha terapia busca el trabajo sustentado en la lúdica a partir de la metáfora y de diversas estrategias que posibilitan externalizar el problema.

Palabras claves: Terapia familiar narrativa, Niños, Técnicas.

Title: Narrative familiar therapy work in families with children.

Resume:

This paper had as goal to analyze scientifically publications related to systemic narrative familiar therapy in families with children. We used a qualitative methodological approach for this research. The information for this research was given by the following categories: approach to narrative familiar therapy, techniques used in narrative familiar therapy and the use of this in therapy with children. The results of this research are given by the narrative familiar therapy and the approach with children with the necessity to externalize the problem and generate the meaning of this by telling a story. The work of this type of therapy is based on playful metaphors and multiple strategies that make it easier to externalize the problem

Key words: Narrative familiar therapy, children, techniques

Introducción

Este artículo de revisión tiene como objetivo hacer un análisis y comparación entre las publicaciones científicas referidas a procesos de intervención en la terapia familiar narrativa en familias con niños, pues desde este modelo se concibe al problema como externo al niño o niña, siendo este aspecto desconocido por las familias quienes responsabilizan a sus hijos del malestar familiar, y es precisamente allí donde cobra especial importancia la terapia narrativa, ya que desde ésta se busca un acercamiento respetuoso y no culposo donde se ve el

problema separado de la persona, y a ésta con la capacidad para re-narrar su historia de vida.

Se considera importante el análisis de las publicaciones referidas a Terapia Familiar Narrativa con niños debido a que con éstos se trabaja por medio de una metodología sustentada en la lúdica a partir de la metáfora y de diversas estrategias que posibilitan externalizar el problema, así como desde la imaginación y creatividad potencializar sus habilidades en la resolución de problemas desde la no culpabilización.

Para desarrollo de dicho trabajo se realizó la revisión de 37 libros y artículos, donde 17 de estos fueron útiles en el proceso de análisis desde la Terapia Familiar Sistémica en familias con niños y donde se encontró que los otros hablaban del trabajo con niños desde otros enfoques como la psicología y el psicoanálisis, pero no permitían conocer el trabajo que se realiza desde la narrativa.

Teniendo en cuenta lo anterior, el modelo de la Narrativa ha desarrollado valiosos aportes al trabajo con niños, demostrando cómo dicho modelo es pertinente para el trabajo con éstos y formulando diferentes estrategias como el juego, la lúdica, los títeres, entre otros. En este modelo los niños son incluidos en la terapia familiar, ya que en otros modelos no son visibilizados por su importancia de transformar la dinámica familiar a partir de la externalización del problema desempeñando allí un papel fundamental.

Se pretende entonces hacer un aporte más actualizado y que sirva de apoyo para alimentar a las personas interesadas en conocer cómo se interviene desde el enfoque narrativo y además desarrollar habilidades creativas que permitan otras visiones.

Método

Este trabajo se desarrolló bajo el enfoque cualitativo, pues recogió información de diferentes fuentes como investigaciones, teorías y escritos existentes sobre la terapia narrativa en familias con niños, por tanto, posibilitó analizar e interpretar el ¿Qué?, ¿Cómo? Y ¿Por qué? de la importancia de dicha terapia.

Según Galeano (2004) “La perspectiva metodológica cualitativa hace de lo cotidiano un espacio de comprensión de la realidad. Desde lo cotidiano y a través de lo cotidiano busca la comprensión de relaciones, visiones, rutinas, temporalidades, sentidos, significados” (p 9).

La investigación cualitativa reúne varias disciplinas, entre ellas se encuentra la hermenéutica, la cual es responsable de interpretar, explicar y dar significado coherente a los textos, escritos, palabras, entre otros. Por medio de este enfoque se analizó las publicaciones científicas referidas a procesos de intervención en la terapia familiar narrativa con niños planteados desde los diversos autores.

Como estrategia de investigación se utilizó la documental, ya que durante la revisión de los textos, artículos y libros posibilitó un análisis de la información planteada por los diversos exponentes de la narrativa y como ha sido desarrollado el trabajo en familias con niños propuesto desde dicha terapia.

Tal como lo plantea Galeano (2004) “Todos estos textos pueden ser “entrevistados” mediante las preguntas que guían la investigación y se los puede “observar” con la misma intensidad con que se observa un evento o un hecho social. En este sentido, la lectura de documentos es una mezcla de entrevista y observación”. (p 114).

La estrategia que se implementó para desarrollar dicha investigación consistió en recoger, organizar y analizar la información obtenida en los documentos, textos, revistas y publicaciones relacionados con el tema, con el objetivo de realizar un inventario sobre los documentos revisados.

Este artículo se realizó con las técnicas de generación de información planteadas por Galeano (2004), y las cuales fueron abordadas en dos pasos: el primero fue la revisión documental de artículos, escritos y libros relacionados con el tema, en bibliotecas virtuales físicas y en bases de datos como EBSCO, Dialnet, Redalyc, Scielo, Google Académico, Scimago y Scopus; el segundo se realizó un inventario sobre los documentos revisados.

Dentro de las técnicas para registrar y organizar la información se realizó el registro de datos por medio de la clasificación de temas obtenidos durante la revisión documental, a través de un cuadro donde se plantearon los postulados más significativos, palabras claves e ideas principales de los documentos revisados. Luego de haberlos registrado se clasificaron por categorías en relación a lo planteado por cada uno.

Finalmente, el registro, organización y análisis de la información se desarrolló a través del análisis de contenido, la lectura de familiarización, sistematización e interpretación de dichos textos.

RESULTADOS

A continuación, se presentan los artículos, textos y libros revisados, a partir de esto se clasificaron en tres categorías: aproximación la terapia familia narrativa, técnicas utilizadas desde esta teoría y por último como se trabaja desde la Terapia familiar narrativa con los niños.

En esta tabla se relacionan la categoría, la bibliografía, las palabras claves, idea principal y el número de artículos revisados.

CATEGORIA	BIBLIOGRAFIA	PALABRAS CLAVES	IDEA PRINCIPAL	# ARTICULOS
Aproximación a la Terapia Familiar Narrativa	Díaz, R. (2007). El modelo narrativo en la psicoterapia constructivista y construccionista . Consultado en línea el, 18(2), p 1-12.	Construir herramienta, - Género literario, ordenar, eventos, significativos.	Los modelos narrativos pueden construir una herramienta para que las problemáticas clínicas, en vez de figurar como "otra enfermedad más que curar" logren representar una oportunidad de enriquecer la historia vital con información novedosa y útil.	9
	Morgan, A (2000). ¿Qué es la terapia narrativa? Recuperado de: https://www.dulwichcentre.com.au/que-es-la-terapia-narrativa.pdf .	Terapia narrativa, externalización, historias alternativas, relato dominante.	La terapia narrativa busca un acercamiento no culposo, centra a la persona como el conocedor de su vida, concibe el problema como algo separado de la persona.	
	Rioja, M; Pinto, B. (2008) Terapia narrativa aplicada a un niño con problemas de conducta "Andrés el travieso" Ajayu.Organo de difusión científica del departamento de Psicología Católica	Problema, -Familia, - Separar, Personas, Problema	Es en este sentido que la terapia narrativa hace un salto cualitativo posmoderno al separar el problema de la persona y con sus modalidades de intervención mantiene la identidad del niño y conserva su autoestima.	

<p>Boliviana "San Pablo", La Paz Bolivia, 6, (1), p 61-80.</p>			
<p>Castillo, I; Ledo, H, González, H. y del Pino, Y. (2012). Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico . Norte de Salud mental, 10(42). p 59-66</p>	<p>Terapia narrativa para niños, externalización, importancia de la terapia narrativa con niños, característica de las conversaciones que externalizan.</p>	<p>La terapia narrativa para niños constituye un acercamiento a los conflictos y problemas de estos de una manera más beneficiosa para su propio desarrollo, ya que lo novedoso y propio de las técnicas que se utilizan radica en el hecho que se trabaja ajustándose a las formas de expresión más propias de la infancia. Se considera relévate el validar los modos de expresión y comunicación propios de la niñez, ya que para el niño es mucho más fácil comunicarse con el terapeuta por medio de la fantasía y el juego, formas que le son familiares y le atraen, que por medio de una conversación seria y de carácter analítico.</p>	
<p>White, M y Epston, D. (1993). Medios narrativos para fines terapéuticos. Buenos Aires: Paidós.</p>	<p>Relato dominante, externalización del problema, acontecimientos extraordinarios, agencia personal.</p>	<p>Define el concepto de terapia familiar narrativa, describe a su vez en que consiste la externalización del problema tanto para las familias como para los niños, describe las técnicas implementadas para el trabajo con ellos y finalmente explica la importancia de metáfora como herramienta fundamental de dicho modelo.</p>	

	<p>Navarro, C y Fernando, L. (2010). Terapia Narrativa Aplicada A Una Familia Con Una Niña Con Síndrome De Down. Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana" San Pablo", 8(2). p 45-61</p>	<p>Terapia narrativa, Enfoque sistémico, Familia.</p>	<p>El término narrativa involucra escuchar y volver a contar historias sobre las personas y los problemas de su vida.</p>	
	<p>Castro y Díaz (2004). La terapia familiar centrada en las Narrativas. Chile: Instituto Chileno Terapia Familiar.</p>	<p>Narrativa, co-construcción, historia dominante, deconstrucción, externalización.</p>	<p>“La terapia narrativa se enmarca dentro de las terapias posmodernas, basadas en el construccionismo social, con una filosofía que contextualiza la forma de hacer terapia, cuestionando la tradición científica positivista, y yendo más allá de ser una serie de técnicas altamente definidas. Las premisas que sostienen la terapia narrativa son que la vida y las relaciones de las personas se moldean por los conocimientos e historias de las comunidades en que viven, donde se negocian y dan significado a sus experiencias y prácticas personales y relacionales, lo cual constituye formas de vida asociadas a estos conocimientos e historias”.</p>	
	<p>Ortiz, Christian Geovanny (2016). Actitudes a través de la narrativa en hijos de padres divorciados (tesis de</p>	<p>Terapia sistémica, enfoque narrativo, terapia narrativa con niños, externalización del problema.</p>	<p>“La terapia narrativa con niños se enriquece mediante la narración y las habilidades de creación de significados, al generar nuevos significados y nuevas conexiones, que llevan a la exploración de lo vivido</p>	

	<p>Maestría de Psicoterapia del niño y la familia). Universidad de Cuenca. Ecuador. Recuperado en www.redalyc.org.</p>		<p>y no relatado. Para las intervenciones se puede utilizar: las conversaciones externalizantes, las conversaciones para la recuperación de habilidades, la creación de documentos para celebrar los logros de vida, el dibujo, el juego y el cuento”.</p>	
	<p>White, M. (1994). Guías para una terapia sistémica. Barcelona: Editorial Gedisa.</p>	<p>Bibliografía, metáfora, conversación y lingüística</p>	<p>Con respecto a la metáfora narrativa y de las varias metáforas de conversación y de lingüística, para entenderlas hay varios ejemplos en la bibliografía de terapia familiar</p>	
<p>Acerquémonos a las técnicas utilizadas en la terapia familiar narrativa con niños.</p>	<p>Ortiz, Christian Geovanny (2016). Actitudes a través de la narrativa en hijos de padres divorciados (tesis de Maestría de Psicoterapia del niño y la familia). Universidad de Cuenca. Ecuador. Recuperado en www.redalyc.org.</p>	<p>Terapia sistémica, enfoque narrativo, terapia narrativa con niños, externalización del problema.</p>	<p>“La terapia narrativa con niños se enriquece mediante la narración y las habilidades de creación de significados, al generar nuevos significados y nuevas conexiones, que llevan a la exploración de lo vivido y no relatado. Para las intervenciones se puede utilizar: las conversaciones externalizantes, las conversaciones para la recuperación de habilidades, la creación de documentos para celebrar los logros de vida, el dibujo, el juego y el cuento”.</p>	<p>3</p>

	<p>Cardona, I. L. & Osorio, Y. L. (2015). Uso de la metáfora en terapia familiar. Aportes al enfoque narrativo. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 44, 15-35. Recuperado de http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/613/1148</p>	<p>Enfoque narrativo, metáfora, Terapia familiar, posmodernidad.</p>	<p>Se halló que la metáfora, además de brindar información relevante sobre el síntoma por el cual consulta la familia, facilita la creación conjunta de significados y se adapta a las circunstancias de la sesión terapéutica y a las particularidades tanto de la familia consultante como de los terapeutas. Las investigadoras aclararon que su trabajo no tuvo el propósito de medir la eficacia de la metáfora, y proponen estudios futuros para ello.</p>	
--	--	--	--	--

	White, M y Epston, D. (1993). Medios narrativos para fines terapéuticos. Buenos Aires: Paidós.	Relato dominante, externalización del problema, acontecimientos extraordinarios, agencia personal.	Define el concepto de terapia familiar narrativa, describe a su vez en que consiste la externalización del problema tanto para las familias como para los niños, describe las técnicas implementadas para el trabajo con ellos y finalmente explica la importancia de metáfora como herramienta fundamental de dicho modelo.	
Interviniendo con los niños desde la terapia familiar narrativa.	Rodríguez, M. C. (2007). El Uso de la Metáfora y la Terapia de Juego en la Conversación Externalizante. Revista de Veracruz, (FALTA VOLUMEN p 1-18.	Terapia narrativa con niños, juego terapéutico, lenguaje metafórico	Explica la importancia del trabajo en terapia narrativa con niños, empleando el juego con vía para la creación de un proceso terapéutico lúdico, que al mismo tiempo sea generador de nuevos significados que les permitan a los niños y sus familias cambiar la manera en que enfrentan los problemas. Resume conceptos fundamentales de la terapia narrativa y los antecedentes de la inclusión de juego en dicho modelo, además describe 5 de los procesos de juego que se pueden incorporar a la terapia narrativa con niños.	5

<p>Freeman, J. Epston, D. & Lobovits, D. (2001). Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego. Barcelona: Paidós.</p>	<p>Comunicación lúdica, terapia narrativa, juego</p>	<p>“La terapia narrativa implica a toda la familia y especialmente a los niños pues respeta su lenguaje y sus recursos para la resolución de problemas”</p>
<p>Ledo, I. C., González, H. I. L y del Pino Calzada, Y. (2012). Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico . Norte de Salud mental, 10(42). p 59-66</p>	<p>Terapia narrativa para niños, externalización, importancia de la terapia narrativa con niños, característica de las conversaciones que externalizan.</p>	<p>La terapia narrativa para niños constituye un acercamiento a los conflictos y problemas de estos de una manera más beneficiosa para su propio desarrollo, ya que lo novedoso y propio de las técnicas que se utilizan radica en el hecho que se trabaja ajustándose a las formas de expresión más propias de la infancia. Se considera relévate el validar los modos de expresión y comunicación propios de la niñez, ya que para el niño es mucho más fácil comunicarse con el terapeuta por medio de la fantasía y el juego, formas que le son familiares y le atraen, que por medio de una conversación seria y de carácter analítico.</p>
<p>Lengua, J (S.F) El juego en la terapia familiar sistémica con niños. Recuperado de: http://www.hhv.gob.pe/revista/jue_terapia.htm.</p>	<p>Juego, terapia familiar con niños.</p>	<p>Un acercamiento al proceso terapéutico con niños a través del juego.</p>
<p>Rodríguez, M.C (2012). Terapia narrativa de juego. Revista universidad de</p>	<p>Narrativa, metáfora, terapia de juego, historia alternativa.</p>	<p>Plantea la manera de emplear a la metáfora en la terapia de juego como un método para crear una conversación externalizan</p>

	Veracruz, 2 (1-2) p 1-30.		te, con el modelo de narrativa. Al crear metáforas durante el tratamiento permite separar al niño del problema, explorar la influencia relativa del problema y del niño sobre la vida del problema. Al jugar se van conectando nuevos significados posibles, permitiendo la exploración de múltiples historias.	
--	---------------------------	--	---	--

Aproximación a la terapia familiar narrativa

La terapia familiar sistémica tiene sus orígenes en la teoría general de los sistemas y en la cibernética, entendida como aquella donde se le da importancia a los procesos de la comunicación, concibe que los problemas familiares surgen en las interacciones y se derivan del modo en que cada integrante actúa e interactúa dentro del sistema familiar.

Bertrando y Toffanetti (2004) plantean que la Terapia Familiar Narrativa es

La introducción de un vasto y complejo corpus de ideas narrativas al interior de la terapia sistémica tiene múltiples consecuencias sobre la teoría y la praxis: los terapeutas inician a mostrar un mayor respeto por las ideas, los valores, las historias que traen los clientes, por todo aquello que los clientes tienen para decir más allá de las teorías y de las hipótesis del terapeuta (p. 320-321).

La terapia Familiar narrativa llega a redefinir una nueva forma de hacer terapia, desde el reconocimiento de las personas que consultan y el terapeuta como parte del sistema deja de ser el único experto, pues ya se tiene en cuenta lo narrado por los clientes de su historia familiar y el problema no es impuesto, por el contrario se invita a la familia a nombrar la situación por fuera de ellos y de esta manera poder narrar y renarrar nuevamente su historia.

Díaz (2007) expresa que el consultante tiene la posibilidad de contar o relatar las circunstancias problemáticas que le generan malestar, en tanto el terapeuta apoya con un diálogo, dando la oportunidad de contar una historia que sea más coherente y con capacidad de entenderla. La narrativa se concibe entonces como un género literario, es la forma de escribir o de contar una historia detallada de los eventos o sucesos que tienen significado, además busca convertir las historias en cambios y ayudar al consultante a tomar conciencia de su discurso.

Es importante aclarar que el modelo de la Terapia Familiar Narrativa no considera que las personas sean el problema, así como lo plantea también la Terapia Familiar sistémica, los problemas surgen de las relaciones e interacciones con los otros en la dinámica familiar, pero como también es bien sabido, en las familias se buscan culpables a los cuales responsabilizar por el malestar o crisis por la que se encuentra trascitando el sistema. Para ello la Terapia Narrativa ha planteado diferentes metodologías y estrategias para ayudarle a la familia a ver el problema como algo externo a la persona, White y Epston los fundadores de dicha terapia lo denominan la externalización del problema.

Retomando a Ortiz (2016) manifiesta que la importancia de la familia radica en sus relaciones, además cumple funciones asociadas a la protección y al desarrollo de sus integrantes, la familia es un grupo que se fundamenta en las relaciones afectivas, en dicho grupo las personas viven la mayor parte de su vida y mantiene pautas de interacción que pasan de una generación a otra. Es por esto que la familia es un sistema con relaciones circulares, una influencia mutua de unos con

otros donde se intercambian comunicación e información que en ocasiones puede convertirse en síntoma y dentro de ese mismo sistema se encuentran las capacidades y herramientas para resolverlo.

Tal como lo plantea Morgan (2000) la narrativa involucra el proceso de escuchar y contar historias sobre las personas y sus problemas, concibe el hecho de narrar aquello que está sucediendo o sucedió como sanador, es decir, el relato es curador del síntoma que el individuo manifiesta.

Cada integrante de la familia en conjunto con el terapeuta narra la historia del problema o situación conflictiva por la que se encuentran pasando y luego son re-narradas en grupo por los integrantes para construir una nueva historia o ser resignificada de una manera diferente. En la terapia familiar narrativa el terapeuta hace parte del sistema que se interviene con sus experiencias e historias personales, las cuales aportan en el proceso de cada familia, así no solo el terapeuta es visto como un observador si no que este también es observado y permeado por el grupo familiar.

Navarro y Fernando (2010) en su texto se refieren al proceso que plantea Mathews y Mathews como el proceso de la terapia Narrativa, el cual se enfoca el proceso de construcción de significados que tiene 4 etapas que son: escucha y comprensión es lo que la familia selecciona para contar al terapeuta y debe asegurar de entender la relación entre el relato y familia. La segunda se denomina desconstrucción de la historia problemática, es donde el terapeuta invita a la familia a ver el problema desde diferentes perspectivas. La tercera es la reconstrucción del relato, se incentiva a hablar sobre la forma en que la familia prefiere que sea y lo que le gustaría a futuro que suceda en sus vidas. Finalmente, la cuarta es el sostenimiento del cambio donde este se fortalece por medio de la validación de la nueva historia y la identificación de la familia con este.

White (1994) plantea que para narrar el problema es necesario realizar las preguntas de influencia relativa, las cuales son dos, las primeras buscan una descripción de la influencia que el problema tiene en la vida y en las relaciones de los miembros de la familia; la segunda es una descripción de la influencia que los miembros de la familia y sus relaciones tiene en la persistencia del problema mismo. Estas buscan identificar inicialmente cómo el problema afecta el sistema y la segunda como en sus relaciones muchas veces perpetúan dicha problemática, lo que hace más difícil que lo identifiquen, pues se centran en el problema.

Según Castro y Diaz (2004) que citan a Gergen expresan que “hasta los teóricos contemporáneos de la literatura, los estudiosos han establecido que el lenguaje de la vida mental cobra significado a partir de su uso social. Los individuos por sí mismos no pueden significar nada: sus actos carecen de sentido hasta que se coordinan con los otros” (p.2). Esto se refiere a que el lenguaje es una construcción social la cual es evidente en la terapia familiar narrativa cuando todos los integrantes narran y re-narran su historia desde el lenguaje y construcción como sistema.

Externalizar conversaciones desempodera los efectos del síntoma, la patologización o el diagnóstico que generalmente son sentidos por las personas y culpabilizándolas frente al mismo; por tanto, explican como a partir de la externalización las personas logran separarse del problema, contribuyendo así a descubrir habilidades y cualidades que antes no se habían percibido y que aparecen a través de las historias alternativas.

Castillo, Ledo y Del Pino (2012) exponen que

La externalización ofrece una manera de ver a los consultantes con una parte de ellos mismos no contaminada por los síntomas esto automáticamente crea una visión de la persona como no determinada y capaz de realizar escogencias y decisiones en relación al problema. (p 61)

Según lo planteado anteriormente, por medio del contar la historia varias veces y de la externalización del problema, en dicho discurso aparecen los relatos alternativos haciendo visibles las ocasiones en que las familias han logrado enfrentar el problema o la situación conflictiva, lo que conlleva a que las personas logren separarse del problema, facilitando en ellos el sentimiento de agencia como aquel que logra empoderarlos a encontrar la solución, esto no significa que sea una fórmula mágica donde con solo separarse del problema este se soluciona, sino que es uno de los principales logros en dicha terapia.

Morgan (2000) expone que al proceso de separar el problema de la persona se le llama externalización y es el fundamento en el que se construyen las conversaciones, es una actitud y una orientación en la conversación no simplemente una técnica.

White y Epston (1993) plantean que la externalización de los problemas ayuda a las personas en su lucha contra los mismos y además de ello:

- Disminuye los conflictos personales más estériles incluyendo las disputas en torno a quién es responsable del problema.
- Combate la sensación de fracaso que aparece en muchas personas ante la persistencia del problema pese a sus intentos de resolverlo.
- Proporciona el camino para que las personas cooperen entre sí, se unan en una lucha común contra el problema y logren sustraerse a su influencia.
- Abre nuevas posibilidades de que las personas actúen para apartar sus vidas y relaciones de la influencia del problema.
- Permite a las personas afrontar de un modo más tranquilo, más eficaz y menos tenso problemas que parecían graves.
- Ofrece opciones de diálogo, y no de monólogo, sobre el problema. (P 54)

Para facilitar este proceso es importante imaginar al problema como una “cosa” que está aislada, a veces al problema se le puede dar una identidad un nombre como persona, a esto se le llama personificar el problema, este es puesto por el

consultante y debe significar algo para él, pues este no se debe imponer por el terapeuta.

Como se mencionó anteriormente las historias alternativas tiene una importancia en la terapia Narrativa, ya que son aquellas historias identificadas por las personas que consultan y que apuntan a la identificación de soluciones, además reducen la influencia del problema en su vida y generan nuevos significados ya que permiten un cambio en el individuo y en la forma de concebir el problema.

El concepto de agencia personal White y Epston (1993) lo plantean de la siguiente manera

El modo narrativo, sitúa a la persona como protagonista o como participante en su propio mundo. Es un mundo de actos interpreta-ti-vos, un mundo en el que volver a contar una historia es contar una historia nueva, un mundo en el que las personas participan con sus semejantes en la "re-escritura", y por tanto en el moldeado, de sus vidas y relaciones. (p 93)

El hecho de narrar es sanador lo que significa que durante la terapia a través del discurso se logran llevar a las personas a que hagan una interpretación de si mismos posibilitando encontrar herramientas y habilidades que no habían sido vistas anteriormente por la saturación del problema, lo que finalmente conlleva a que se comprenda que el problema no surge en las personas si no en las relaciones del sistema.

Rioja y Pinto (2008) en su texto plantean que la Terapia familiar narrativa no se basa en las estructuras patológicas subyacentes al problema, pues el síntoma es interpretado como aquel que surge en las relaciones del sistema y de esta misma manera debe ser visto por la familia que acude en búsqueda de ayuda, pues no hay un culpable si no que todos son responsables de lo que sucede y de la solución.

Se puede concluir que la terapia narrativa centra a la familia como experta y capaz de resolver su problema, asume que hay unos recursos propios que les ayudarán a reducir el malestar que les genera la situación problemática, pues al narrar y re-narrar su propia historia se va resignificando la situación.

Acerquémonos a las técnicas utilizadas en la terapia familiar narrativa con niños.

White y Epston (1993) han planteado una serie de técnicas que posibilitan y enriquecen las descripciones que las familias o consultantes hacen de sus situaciones, entre ellas se encuentra el escribir cartas y recontar historias que dan una perspectiva más amplia de las voces individuales.

También la conversación externalizadora la cual busca poner por fuera de cada integrante el problema, para ello se utilizan algunas metodologías narrativas como las metáforas, los escritos, los cuentos, la música, el juego entre otras.

La principal herramienta de esta terapia se basa en el contar la historia y en las técnicas utilizadas en la narrativa como su nombre lo dice, la terapia es vista como un proceso conversacional o discursivo donde se le da importancia al análisis del problema como la redacción de un texto en el que re-narra lo vivido.

Cardona y Osorio (2015) expresan que “Puede decirse que el proceso de comprensión del mundo de representaciones y significados del consultante, lleva a que el terapeuta haga una reflexión sobre su efectividad en el uso de la metáfora” (p.10). La metáfora en la terapia familiar narrativa es aquella herramienta que permite al terapeuta explicar a los consultantes alguna situación en particular en un lenguaje que genere mayor comprensión acerca de la idea que este quiere transmitir.

Ortiz (2016) sostiene que “La terapia narrativa aborda no solo procesos de lenguaje expresados verbalmente, sino que permite a la persona exteriorizar la historia que él ha vivido usando variedad de técnicas como: dibujos, cartas, contando historias y diferentes recursos que permiten abordar la situación por la que atraviesan” (p. 35). El terapeuta de familia utiliza diferentes técnicas que le permiten a los consultantes definir, externalizar y darle solución a la situación problemática, resignificando a través de los relatos su propia historia. Ejemplo de ellos son los siguientes:

Cartas de invitación, cartas de despido, cartas de contra derivación, cartas de recomendación, cartas para ocasiones especiales, cartas breves, reflexiones post sesión, , no asistencia, convocando un público, investigando la influencia, historial, desafiar las técnicas del poder, desafiar las especificaciones acerca de las personas y las relaciones, , encuentros fortuitos, ser iguales y encontrar la paz, volviendo sobre los propios pasos para salir del problema, recordar para olvidar, escapar del aislamiento, convocando a un público más mayoritario, historias propias, emprender una nueva iniciativa, consultándose a si mismo, liberándose de la maldición de la perfección, trofeos y certificados juego, cuento y el dibujo.

Una de las técnicas implementadas por el modelo son las cartas como narrativa que pueden ser utilizadas en cualquier momento de la terapia y sus fines son diversos, como incluir a alguien en la terapia, comentar algo que no se haya dicho en la sesión, recomendar algo, felicitar o motivar sobre algún avance y persuadir sobre cambios a futuro.

Dicha técnica de las cartas se considera importante aplicarla con niños ya que pueden ser utilizadas en diferentes momentos de la terapia tal como invitación a participar en las sesiones, como una prescripción a tiempo donde por medio de estas la familia pueda resaltar aspectos positivos a los niños y también como motivación a sostener los logros alcanzados durante la terapia.

Los certificados y los trofeos también hacen parte de las técnicas utilizadas en el modelo de Terapia Familiar Narrativa, son rituales utilizados para que los niños adquieran un reconocimiento ante familiares y amigos frente a la resolución del problema. En estos se reconocen sus logros alcanzados, lo que genera en ellos un mayor sentido de responsabilidad y capacidad para reconstruir su propia vida.

White y Epston (1993) describen las técnicas para el trabajo con los niños y las niñas que se pueden clasificar como trofeos, certificados, cartas y recursos lúdicos. Algunos de estos certificados y trofeos los nombran como certificado de domador de monstruos y cazador de fantasmas, certificado de victoria sobre el pipi traicionero, certificado de control sobre la caca traicionera, certificado de concentración, certificado de huida de las rabetas, certificado de huida del sufrimiento, certificado de la huida de la culpabilidad y certificado de victoria sobre malos hábitos.

Estos certificados y trofeos son documentos alternativos, que tienen el objetivo de reconocer los logros alcanzados o no en la terapia frente a los miedos y dificultades nombradas por los niños y externalizadas como el problema, son de utilidad además para ayudarlos a tener nuevas formas de ver el problema y destacar habilidades en la nueva narrativa de su vida.

Las técnicas utilizadas en la terapia familiar narrativa con niños se implementan para alcanzar diferentes objetivos, inicialmente para sacar a la familia de la saturación del problema y poderlo externalizar, también para generar una visión diferente de dicha problemática, así como para la comunicación interna de la familia y para el sostenimiento de la disolución del problema; es decir, las técnicas en la terapia familiar narrativa con niños son variadas y su intención recorre desde el inicio hasta el final de la terapia, incluso algunas de éstas se extienden hasta una vez finaliza el proceso. Sus técnicas están basadas en recursos literarios, pues como su nombre lo indica "narrativa" permite narrar, escribir, leer, dibujar el problema para inicialmente verlo diferente y poder disolverlo.

Interviniendo con los niños desde la terapia familiar narrativa.

Freeman, Epston y Lobovits (2015) plantean que la terapia narrativa se desarrolla mediante la narración y las habilidades lúdicas, cuando los niños y adultos se juntan en el juego ofrece un lenguaje común para expresar los pensamientos, emociones y la experiencia en toda su profundidad, es decir, en la Terapia Familiar narrativa se aprecia y se respeta la forma de comunicarse de los niños. También demuestran como la terapia Familiar narrativa empleada con niños, requiere un proceso de externalizar el problema en un trabajo para destruir los miedos y monstruos en niños y muestran como una descripción interrelacional del problema acompañada de un ritual, puede cambiar la forma de interacción de la familia y a no mantener dichos miedos.

Tal como lo plantea Rodríguez (2013) durante el desarrollo de la terapia narrativa con niños el juego desempeña un papel fundamental dentro de dicho proceso, ya que le posibilita a éste externalizar el problema, de forma tal que no sea agresivo ni invasivo, lo que genera en el niño narrar su historia de manera tranquila desde su propio lenguaje y comprensión de la situación, ayudado por el terapeuta, quien desde la generación de preguntas y el uso de metáforas posibilita que el niño encuentre las herramientas necesarias para separarse del problema, encontrando a su vez diversas soluciones.

Al facilitar a los miembros de la familia separarse y separar sus relaciones del problema, la externalización permite que se definan a sí mismos y a sus relaciones desde una perspectiva nueva, no saturada por el problema; posibilita el desarrollo de una historia alternativa de la vida familiar, más atractiva para sus miembros, desde esta nueva perspectiva las personas son capaces de descubrir hechos diferentes acerca de sus vidas y que antes no estaban condiciones de percibir, finalmente en este proceso se resuelve el problema del niño.

En el ejercicio de la terapia Narrativa es fundamental la relación generada entre el adulto y el niño, en la que cada parte dispone sus recursos para resolver el problema, donde se observa que el niño tiene una capacidad sorprendente para hacerlo.

Uno de los objetivos es acceder a la imaginación y a los saberes previos del niño, y es en dicha interacción con el adulto lo que posibilita que los relatos se enriquezcan, buscando a través del juego ser partícipes del mundo de significados del niño, al posibilitar que se desarrolle la imaginación se acompaña al niño y a su familia en la generación de nuevas opciones y posibilidades frente al problema, siendo ésta encontrada por el niño.

El juego es una forma de contar la historia del problema, además es también una de las posibles soluciones, sustituye a la realidad con una historia paralela que deja espacio para crear otras alternativas posibles, así al jugar se activan a través de la metáfora la imaginación y la creatividad, de esta manera recuperan las emociones, las ideas y los recuerdos que se ponen en disposición de la nueva historia. La metáfora ofrece implicaciones que son completadas por el que juega y se llenan en una interacción entre la exploración y la creatividad, lo que posibilita ensayar otras maneras alternas de actuar.

Teniendo en cuenta lo anterior, el modelo de la Narrativa ha desarrollado diferentes estrategias en el trabajo con niños, demostrando cómo dicho modelo es pertinente para el trabajo con éstos y formulando diferentes herramientas como el juego, la lúdica, los títeres, entre otros. En este modelo los niños son incluidos en la terapia familiar, ya que en otros modelos no son visibilizados por su importancia de transformar la dinámica familiar a partir de la externalización del problema desempeñando allí un papel fundamental.

Frobenius citado por Huizinga (2007) expresa que “el juego sirve, como para actualizar, representar, acompañar y realizar el acontecimiento cósmico” (p.32), en la terapia familiar narrativa se concibe el juego como aquella herramienta que permite generar conexiones entre lo real como el problema que expresa la familia y los niños y lo simbólico como la forma en que representan dicho conflicto y que posibilitara darle nombre al problema y de esta manera la familia pueda disolverlo.

Para los niños y las niñas es importante el desarrollo tanto en la parte emocional como en la cognitiva, ello les proporcionará habilidades que les posibilita adaptarse a los diferentes ambientes y situaciones que contiene la vida. Por ello, es imprescindible potenciar en éstos la imaginación, a través de estrategias como los cuentos, la lúdica, los títeres, la música, es decir, por medio del juego, pues tal como lo plantea Tonucci (2017) pedagogo italiano “Todos los aprendizajes más importantes de la vida se hacen jugando” (párr. 4).

Tonucci (2017) también plantea que el niño vive con el juego una experiencia poco usual, la de enfrentarse a la complejidad del mundo con toda su curiosidad, con lo que sabe y lo que sabe hacer, con todos sus estímulos, sus novedades, sus atracciones. Jugar significa quedarse cada vez con una experiencia nueva del mundo que puede ser, un nuevo amigo, un objeto, una nueva regla introyectada de ese juego, nuevos riesgos que correr; ningún adulto puede comprender o medir la cantidad de cosas que aprende un niño jugando, además de esto nadie puede programar o acelerar dicho proceso, ni impedirlo o empobrecerlo. El juego del niño podría asemejarse con las experiencias más elevadas del adulto, como la de la investigación científica, la exploración, el arte entre otros, en las que el hombre se enfrenta a la complejidad y vive una experiencia del placer.

La Terapia familiar Narrativa aplicada a familias con niños se basa en el juego, no solo para la externalización del problema si no también como a través de este se genera una representación simbólica que permita encontrar de igual manera a través de la lúdica las posibles soluciones. Para externalizar el problema se implementan actividades como el juego, plastilina, dibujo entre otros.

Rodríguez (2007) plantea que en el juego se externaliza el problema, en tanto el problema se convierte en un personaje que hace parte de la historia y a través de este se evidencia como lo está afectando. El juego debe ir acompañado de preguntas que permiten visualizar los acontecimientos asociados y habilidades que el personaje necesita en la historia, lo que permite a la terapia permanecer descentrada, es decir el problema por fuera de los consultantes. A medida que se trabaja por medio de las actividades lúdicas se le está posibilitando al niño liberarse del problema y a su vez generarle confianza al aumentar su creatividad para que proponga alternativas de solución.

Las técnicas más utilizadas en terapia familiar narrativa con niños son las que permiten a través del juego ver el problema por fuera de él y de los miembros de su familia no siendo afectados en su autoestima, pues al utilizar su lenguaje propio (el del juego) les es más fácil comunicarse con el terapeuta que responder

preguntas abstractas, permitiendo que se expresen las dificultades sin sentirse señalado y además encontrar las posibles soluciones por si mismos y como perpetuarlas en el sistema familiar.

Los recursos lúdicos son diversos y se valen de las artes expresivas, dibujo, pintura, historietas, poesía, el diario, la escultura y plastilina, mapas o cartas, marionetas, juego de roles y dramatización, música. Para utilizar dichas estrategias el terapeuta dirige el proceso de jugar en el que el niño es experto, los adultos deben acompañar y seguir lo que el proponga.

El dibujo dentro de las técnicas implementadas desde la Terapia familiar Narrativa juega un papel fundamental en tanto se da un primer paso para identificar el problema, con este se le pide al niño que imagine y dibuje como representaría el problema, de esta forma se está empoderando al niño frente a la dificultad y poniéndolo por fuera de él, lo que facilita que sea capaz de dominarlo y disolver la culpa que este le genera y haciendo más fácil la disolución. Tal como lo plantea Rodríguez (2012) el dibujo viene acompañado de la conversación cambiando la relación que se tiene entre el niño y el problema, transformando la culpa por la responsabilidad y teniendo diferentes alternativas de solución generando finalmente cambios.

La forma como el niño se comporta mientras juega es fundamental para el terapeuta, pues mientras el niño juega pone de manifiesto la situación que lo perturba, por ello es importante considerar que contrario a lo propuesto por otros modelos donde los niños son vistos como el síntoma y señalados como el problema, para la Terapia Familiar Narrativa son reconocidos como unos co-terapeutas muy útiles por su importancia para externalizar y encontrar respuestas al problema, dando información que lo adultos ocultan.

Según como lo plantea Lengua (S.F)

El juego también puede servir para reestructurar el sistema familiar, en función de su significación metafórica y en tanto que parte de una prescripción o de una estrategia más amplia que tenga por objetivo provocar un cambio en las reglas del sistema familiar. Por su gran simplicidad y temporalidad puede ser utilizado en operaciones de reestructuración, si el terapeuta utiliza ciertas reglas disfuncionales y las adopta como reglas de un juego, entonces puede ir más allá de una simple actividad lúdica (párr. 36)

Por medio del juego el terapeuta puede identificar situaciones ocultas relacionadas al problema del sistema, sin necesidad de presionar a la familia a expresarlo a través del lenguaje verbal y a racionalizar mucho, la idea es verlo como un juego.

El terapeuta cuando utiliza el juego como estrategia está llamado a interpretarlo como parte de la realidad del niño, generando nuevos significados e historias que no salen en la conversación y se dejan ver a través del jugar. Rodríguez (2012) plantea que

El juego, al ser una metáfora de la experiencia vivida, esta menos constreñido por la lógica y moviliza al que escucha/ juega a descifrar, desentrañar y entender posibles significados nuevos, utilizando experiencias previas o no relatadas, recuerdos, razonamientos imaginarios y la creatividad, haciendo conexiones en la auto narrativa y estimulando su lenguaje interno (p.12).

La terapia Familiar Narrativa en su analogía con el género literario se basa en una historia que es contada por varios (la familia), donde el niño o niña es el autor principal y es a través del juego y de las herramientas lúdicas que ellos pueden escribir y re-escribir la historia de su familia, donde tiene muchos desenlaces y se busca finalmente que sea el más oportuno y adecuado para dicho sistema y donde él no sea visto como el antagonista de la historia sino el artífice principal o el héroe del cuento.

El juego, el dibujo, la plastilina o cualquier estrategia que se utilice en la Terapia familiar con niños, no es impuesta arbitrariamente por el terapeuta se da en la interacción con éste, permitiendo que el niño imagine el problema como una cosa, al hacer esto y darle un nombre y personalidad al problema se juega con el haciéndose responsable del personaje, pero sin culpa y generando un efecto en el niño de análisis, permitiendo evaluarlos y encontrar posibles soluciones.

El terapeuta es aquella persona que facilita a los niños expresar y externalizar el problema utilizando los diferentes recursos lúdicos, (títeres, dibujo, plastilina, juego entre otros) a su vez posibilita asemejar la realidad con la imaginación y la creatividad, pues es a través del lenguaje simbólico como los niños logran comunicar sus pensamientos, emociones y problemas que los aquejan. El terapeuta acompaña al niño en este proceso a través de preguntas relacionadas con el mismo juego para que de esta manera él pueda expresar su tristeza y transformarla en seguridad siendo esta la que le permitirá expresar posibles soluciones que antes no era capaz de evidenciar.

Es importante recordar que la terapia familiar narrativa incluye a toda la familia, especialmente a los niños desde su lenguaje, en tanto los adultos se sitúan en una perspectiva analítica y explicativa de las situaciones, los niños lo hacen a través del juego y la lúdica favoreciendo una comprensión del problema como externo, permitiendo involucrar a toda la familia de una forma más amena y de esta manera disolver la situación problemática.

Fue difícil hallar artículos científicos que se enfocaran en la terapia familiar sistémica con niños, ya que los textos que se encontraban estaban enfocados en la psicología, psicoanálisis y otras teorías no sistémicas. Sin embargo, el mayor aporte para este artículo se encontró en el libro Terapia narrativa para niños, aproximación a los conflictos familiares a través del juego de Epston, Freeman y Lobovits.

CONCLUSIONES

Luego de haber analizado los artículos, documentos y libros anteriormente mencionados, se puede concluir que la terapia familiar narrativa creada por Michael White y David Epston es aquel modelo donde no se concibe a los niños como responsables de la problemática o malestar familiar, en tanto consideran que las personas no son el problema, sino que éste surge dentro de las relaciones familiares.

La terapia Familiar narrativa es una nueva forma de hacer terapia, pues la familia y en especial los niños son escuchados, valorados y respetados por el terapeuta, quien hace parte del sistema y ya no es concebido como el único experto, se tiene en cuenta lo narrado por éstos acerca de su historia familiar y el problema no es impuesto, por el contrario se invita a la familia a nombrar la situación por fuera de ellos a través de las diferentes técnicas implementadas en dicho enfoque, posibilitando que los niños y las familias re-narren una nueva historia.

La terapia narrativa implica a toda la familia, especialmente tiene en cuenta a los niños, pues considera que éstos desde su imaginación, lenguaje y disposición para el juego aportan grandes herramientas durante el proceso terapéutico, además de ello trabajando de la mano con el terapeuta son una fuente importante de información sobre la dinámica familiar.

Para desarrollar dicha terapia se planteó una forma de trabajar con las familias y los niños donde a través del diálogo en torno al problema se lograba separarlo de la familia, generando en ella una sensación de liberación de juicios, y de esta manera poder construir una historia diferente, a lo que se le llamo externalización del problema.

Esta terapia utiliza varias técnicas basadas en la lúdica y en el género literario, respetando de esta manera el lenguaje propio de los niños e incluyendo a toda la familia, algunas de éstas son: el dibujo, la pintura, juego de roles, cartas, certificados, trofeos, entre otras. Es importante mencionar que dichas técnicas se implementan en distintos momentos de la terapia, en tanto algunas de éstas son para lograr que los niños y la familia identifiquen el problema, lo externalicen, encuentren posibles soluciones, otras son utilizadas como prescripción o para sostener los logros alcanzados durante la terapia.

Este artículo aporta de manera significativa a la literatura sobre la temática desarrollada, en tanto reúne información acerca del trabajo implementado por la terapia familiar narrativa con niños, ya que se realizó un análisis sobre la importancia de este enfoque aplicado a los niños y sus técnicas.

Para investigaciones futuras, se puede rastrear otros autores que hayan trabajado y escrito desde sus experiencias sobre la terapia familiar narrativa con niños, además como se trabaja desde otros enfoques con niños, por ejemplo, desde el

estratégico, la terapia breve centrada en soluciones y la terapia colaborativa, entre otros. Esto con el objetivo de poder comparar y analizar las estrategias implementadas desde cada enfoque.

REFERENCIAS

Anderson, H. (2012). Relaciones de colaboración y conversaciones dialógicas: ideas para una práctica sensible a lo relacional. *Family Process*, 51(1), p 1-20.

Bertrando, P y Toffanetti, D (2004). Historia de la Terapia Familiar los personajes y las ideas. En: Historia de la Terapia Familiar. Barcelona: Ed. Paidós. Cap. VI.

Cardona, I. L. & Osorio, Y. L. (2015). Uso de la metáfora en terapia familiar. Aportes al enfoque narrativo. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 44, 15-35. Recuperado de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/613/1148>.

Castro, L. Díaz, C (2004). La terapia familiar centrada en las Narrativas. Chile: Instituto Chileno Terapia Familiar.

Díaz, R. (2007). El modelo narrativo en la psicoterapia constructivista construccionista. Consultado en línea el, 18(2), p 1-12.

Freeman, J. Epston, D. & Lobovits, D. (2001). Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego. Barcelona: Paidós.

Galeano, M. (2004) Diseño de proyectos en la investigación cualitativa. Medellín: EAFIT.

Galeano, M. (2004) Estrategias de investigación social cualitativa. Medellín: Fondo LA carreta editores.

Huizinga, J. (2007). Esencia y significación del juego como fenómeno cultural. En: *Homo Ludens*. España: Alianza editorial, p 11-44.

Ledo, I. C., González, H. I. L y del Pino Calzada, Y. (2012). Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico. *Norte de Salud mental*, 10(42). p 59-66.

Lengua, J (S.F) El juego en la terapia familiar sistémica con niños. Recuperado de <http://www.hhv.gob.pe/revista/jueterapia.htm>.

Morgan, A (2000). ¿Qué es la terapia narrativa? Recuperado de: <https://www.dulwichcentre.com.au/que-es-la-terapia-narrativa.pdf>.

Navarro, C y Fernando, L. (2010). Terapia Narrativa Aplicada A Una Familia Con Una Niña Con Síndrome De Down. *Ajayu*. Órgano de Difusión Científica del

Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana" San Pablo", 8(2). p 45-61.

Ortiz, Christian Geovanny (2016). Actitudes a través de la narrativa en hijos de padres divorciados (tesis de Maestría de Psicoterapia del niño y la familia). Universidad de Cuenca. Ecuador. Recuperado en www.redalyc.org

Rioja, M; Pinto, B. Terapia narrativa aplicada a un niño con problemas de conducta (2008) "Andrés el travieso" Ajayu. Organó de difusión científica del departamento de Psicología Católica Boliviana "San Pablo", La Paz Bolivia, 6, (1), p 61-80.

Rodríguez, M. C. (2007). El Uso de la Metáfora y la Terapia de Juego en la Conversación Externalizante. Revista de Veracruz, (FALTA VOLUMEN) p 1-18.

Rodríguez, M.C (2012). Terapia narrativa de juego. Revista universidad de Veracruz, 2 (1-2) p 1-30.

Tonucci, F (2017). 20 frases sobre el juego infantil para reflexionar. Recuperado de: <http://painfantil.blogspot.com.co/2016/02/francesco-tonucci-20-frases-sobre-el.html>.

White, M. (1994). Guías para una terapia familiar sistémica. Barcelona: Editorial Gedisa.

White, M y Epston, D. (1993). Medios narrativos para fines terapéuticos. Buenos Aires: Paidós.