

MONTSE LAPASTORA
NOELIA MATA



ADOPCIÓN, TRAUMA Y JUEGO

MANUAL PARA TRATAR A LOS NIÑOS ADOPTADOS
Y MALTRATADOS A TRAVÉS DEL JUEGO



Desclée De Brouwer

montse lapastora y noelia mata

Adopción, trauma y juego

**Manual para tratar a los niños adoptados
y maltratados a través del juego**



Desclée De Brouwer

© 2018, MONTSE LAPASTORA Y NOELIA MATA
© 2018, EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A.
Henao, 6 - 48009
www.edesclée.com
info@edesclée.com

ISBN: 978-84-330-3011-5
Depósito Legal: BI-1621-2018
Impresión: Grafo, S.A. - Basauri

Impreso en España - Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de este libro por cualquier procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier sistema de almacenamiento o recuperación de información, sin permiso escrito de los editores.

Índice

Prólogo <i>de Sandra Baita</i>	11
1. Introducción	17
2. Historia del juego	21
Introducción	21
Breve repaso de los precursores del estudio del juego	22
3. Características de los niños adoptados y maltratados	31
Adopción y maltrato	31
Características de los niños adoptados	32
Trastorno del Apego Reactivo (RAD)	50
El TEPT: Características del Estrés Postraumático en niños ..	51
Diferencias en el juego	54
4. Función del juego	57
Introducción	57
Funciones	58
Desarrollo de las capacidades mediante el juego	60
Tipos de juegos	64
5. Neurobiología del juego	69
La importancia de los dos primeros años	69
Niños adoptados y estrés	71
La risa, el placer y el dolor	77

Repercusión en el juego.	79
Los niños adoptados y la falta de juego	80
Funciones ejecutivas	81
6. Características del juego.....	85
Introducción.....	85
Características del juego de 0 a 1 año	85
Características del juego de 1 a 2 años	86
Características del juego de 2 a 3 años	87
Características del juego de 3 a 4 años	88
Características del juego de 4 a 5 años	89
Características del juego de 5 a 6 años	90
Características del juego de 6 a 7 años	91
Características del juego de 7 a 8 años	92
Características del juego de 8 a 10 años	93
Características del juego de 11 a 12 años	93
7. Evaluación mediante el juego	97
Introducción.....	97
Pruebas de evaluación psicológica para el desarrollo evolutivo del niño	98
Elementos diagnósticos en el juego infantil	101
Indicadores relacionales del juego	103
Otras escalas a tener en cuenta	104
8. Intervención mediante el juego.....	105
Introducción.....	105
Juegos para el cerebro triuno: cerebro reptiliano, juegos de corazón y juegos prefrontal.....	106
Juegos para trabajar el cerebro reptiliano	107
Juegos para trabajar el cerebro de mamífero. Juegos de corazón	119
Cerebro irracional: Juegos de prefrontal	132

Juegos de apego: características y tipos	152
El juego de apego y sus características.....	153
Tipos de juego de apego	157
Juegos en grupo	186
9. Inteligencia emocional y resiliencia	191
La resiliencia	191
La inteligencia emocional	198
Cerebro e inteligencia emocional.....	199
La sabiduría emocional	203
Inteligencia intrapersonal	208
Autoconciencia	208
Autorregulación	214
Autoestima y autoconcepto	229
Mindfulness	235
El motor de la motivación	245
Inteligencia Interpersonal. Comunicación asertiva y habilidades sociales	254
10. Intervención en adolescentes a través del juego y otras técnicas	271
Características de los adolescentes adoptados	273
Principios básicos de la intervención.	285
Abordajes psicológicos en la intervención	287
EMDR (Eye Movement Desensibilization and Reprocessing) .	287
La técnica de la caja de arena (sandtray).	289
¿Qué deben saber los padres?	292
Qué no se debe hacer.	294
Estrategias y ejercicios con adolescentes.	296
11. Terapias no psicológicas.	337
Introducción.	337
Terapia de los movimientos rítmicos o reflejos primitivos ...	337

Johansen: JIAS Johansen Individualised Auditory Stimulation (Estimulación auditiva)	339
Grabación QEEG	340
Neurofeedback	341
Bibliografía	343

Prólogo

SANDRA BAITA

Trini se sienta en medio de una sala, rodeada de juguetes. Los mira de lejos, sin tocarlos. Para acercarse a cada uno de ellos pide permiso. Santiago, por el contrario, lo revuelve todo, pero no juega a nada. Cada nueva sesión pregunta por un juguete que ya había visto, que ya había tocado antes, como si fuera la primera vez que lo viera. Apenas si escucha la respuesta de su terapeuta, ya está saltando a otro juguete y luego a otro.

Sabrina dice que no sabe contar historias porque no tiene imaginación. Cuando su terapeuta le pregunta si le gusta que le lean cuentos, Sabrina la mira con desconcierto: es que nunca le leyeron cuentos.

¿Qué tienen en común Trini, Santiago y Sabrina?

Los tres son niños que vivieron situaciones repetidas de violencia y negligencia dentro de sus familias. Los tres fueron protegidos en sistemas de acogida de la exposición a esas situaciones. Los tres esperaron en esos sistemas de acogida, junto a otros niños y niñas como ellos, la aparición de una nueva, definitiva familia. Hasta el momento en que esas nuevas y definitivas familias aparecieron en sus vidas, Trini, Santiago y Sabrina vivieron en suspenso una parte de sus vidas. Muchas de las experiencias que otros niños, miles, cientos de miles, tienen durante su crecimiento, ellos apenas las conocieron; otras, las vivieron con una cualidad diametralmente opuesta: descuidados en lugar de ser cuidados.

Una de esas experiencias es la de jugar. Jugar es el ámbito natural de la infancia. Sin embargo, el juego no es algo que se dé naturalmente. Requiere de un contexto de seguridad y apoyo que aliente la exploración, el intercambio, el libre desarrollo de la fantasía. La violencia interpersonal y la negligencia atentan contra la seguridad: un niño que vive en esas condiciones no vive seguro ni aprende a sentirse seguro. Su mundo interno se organiza alrededor de explorar las señales de alarma –tanto externas como internas– y en esos contextos, jugar, aprender, fantasear, son experiencias que también se organizan alrededor de esa alarma, y a su vez son limitadas por ella.

El juego nace en un espacio de intercambio entre el bebé y los adultos que están a su alrededor, en especial su madre. Para que ese intercambio sea posible se requiere –de parte del adulto– una disponibilidad, antes que nada, emocional. Cuando esa disponibilidad falta o está alterada por los propios problemas del adulto –depresión, adicciones, violencia, carencias socio-económicas severas– el bebé queda a merced de su propio cuerpo y de los pocos objetos que lo rodean. Busca, mira, pero no hay intermediario alguno que traduzca ese universo a su alrededor.

El juego se nutre de un eco que se da en ese mismo espacio de intercambio: el adulto alienta, estimula, festeja el juego infantil. Pero cuando falta este eco, el juego se empobrece y se torna monótono.

El adulto está también llamado a modular el juego, tanto como las emociones y la conducta infantil. Si el bebé extiende su exploración hasta fronteras que lo ponen en riesgo, si el niño se altera y parece que va a romper su juguete, el adulto interviene para reducir el riesgo y el daño, pero si el adulto no está atento o reacciona aún más alterado a la alteración infantil, el juego se convierte en peligro y caos.

El juego, al igual que todas las demás experiencias del desarrollo infantil, no queda a salvo de las huellas del trauma interpersonal temprano.

En 1971 Donald Winnicott escribía: *En esencia el juego es satisfactorio. Ello es así cuando conduce a un alto grado de ansiedad. Existe determinada medida de ansiedad que resulta insoportable y que destruye el juego.*

Diez años más tarde, Lenore Terr le dio forma a esa *medida de ansiedad que resulta insoportable* al describir las características del juego postraumático observadas en un estudio clínico de doce niños y niñas y un adulto que fueron derivados a consulta psiquiátrica. Todos ellos habían estado expuestos a eventos traumáticos de diversa índole. También utilizó como referencia la investigación que realizó con los niños que habían sido secuestrados en un autobús escolar en la localidad de Chowchilla.

En su descripción de las características del juego postraumático, Terr refiere que este no logra calmar la ansiedad. Dice Terr (1981): *En el juego ordinario, es fácil ser otra persona, pero en el juego postraumático no es posible ni una simulación ni una identificación completas*. En otras palabras: *El niño que ha sido físicamente traumatizado ha sido rescatado demasiado tarde como para poder creer en la efectividad de los héroes*.

A veces, incluso, los héroes que pueden aparecer en los juegos de estos niños son duales: seres capaces de hacer cosas buenas y de transformarse con la misma rapidez en temibles monstruos con enorme potencial de daño. Los monstruos tienen caras familiares y los familiares rasgos monstruosos, y no es metafórico: es la realidad en que muchos niños provenientes de entornos abusivos han crecido.

No todos los niños de los que habla este libro desarrollan un juego postraumático. Aun así, el juego en general, como actividad infantil, adquiere características distintivas respecto del juego de niños no traumatizados, tal como las autoras nos explican exhaustivamente. De ahí la importancia de aprender a observar y reconocer estos patrones, que nos ayudarán a entender mucho más acerca de la realidad del niño, así como de sus carencias y sus creencias, sus estados internos, sus dolores y, muchas veces, su falta de esperanza en que algo bueno pueda suceder.

Habitualmente, cuando estos niños son adoptados, los padres suelen proveerles de juegos y juguetes “para su edad” (es decir, para la edad que tienen al momento de ser adoptados). Pero a menudo la relación de estos niños con ese material lúdico deja a los padres altamente frustrados: porque no juega, porque no cuida, porque rompe, porque “nada le importa”.

Estos adultos –aun cuando conocen algo de la realidad de la que provienen sus hijos– dan a veces por sentado que estos niños han pasado por las experiencias que todo niño tiene mientras crece, y no conciben la idea de “volver atrás”. *¿No está crecida ya para que le lea cuentitos en la cama?*, pregunta la madre de Sabrina. Sabrina tiene 11 años, su cuerpo está dejando la infancia y metiéndose rápidamente en la pubertad, quiere pintarse las uñas... la madre no entiende el “retroceso” de su hija cuando le pide que le compre y le cuente historias infantiles, porque le gusta cuando terminamos así sus sesiones de terapia.

Lo que la mamá de Sabrina tal vez no sepa, y nosotros debemos ayudarle a entender, es que no se trata de *un retroceso*: Sabrina no está queriendo volver a una etapa previa y a las experiencias asociadas a ella. Está pidiendo *tener esas experiencias que debiera haber tenido y no tuvo*.

Los niños que provienen de contextos de suma pobreza juegan como pueden, donde pueden, con lo poco que tienen. Para muchos de ellos el juego se interrumpe a cada rato con tensión y violencia, ya sea dentro de su familia o dentro de la comunidad en la que viven.

Los niños que han pasado mucho tiempo en sistemas de acogida pueden haber compartido juguetes con otros niños. Algunos de quienes pasan de uno a otro sistema cuentan cómo perdieron algún juguete en el traslado; aprenden entonces a no aferrarse a nada, porque todo puede desaparecer.

Algunos niños que vivieron experiencias sexualmente abusivas han aprendido que sus cuerpos son un objeto para jugar, y entonces pueden asumir que el cuerpo de los otros también lo es.

Podríamos seguir esta lista interminable y probablemente los lectores agregarán sus propios ejemplos al finalizar su lectura.

Sin embargo, lo importante será lo que nos quede.

Los psicoterapeutas que elegimos trabajar con niños entendimos algo que a muchos adultos se les escapa: la infancia es cosa seria. Y como tal, todo lo que en ella sucede, *todo* es cosa seria. Jugar no es solo divertirse ni distraerse. El juego tiene una función importante en el desarrollo humano, al

igual que todas las experiencias tempranas: colabora en el aprendizaje, en el desarrollo de la atención y en el establecimiento y regulación de las interacciones.

Las experiencias de malos tratos que viven muchos de los niños protagonistas de este y tantos otros libros, han interferido en todas esas potencialidades.

La adopción, el ser finalmente acogido en una familia, el pertenecer, son oportunidades para el ulterior crecimiento de estos niños.

Requieren de nosotros los adultos –padres, educadores y terapeutas– un compromiso serio, paciente, amoroso y sostenido. La adopción no cierra el capítulo de la historia previa, muchas veces reactiva partes enteras. Los niños esperan que sucedan las cosas que ellos ya conocen, los padres se asustan, se frustran, se enojan, y en ese desencuentro el viejo dolor revive y se agudiza. Es en ese terreno de desencuentro y de heridas profundas donde se desarrolla nuestro trabajo.

Y para cerrar el prólogo a esta necesaria obra que nuestras colegas han elaborado para ayudar a nuestro trabajo incansable, nada mejor que volver a Winnicott, quien nos recuerda que *La psicoterapia se da en la superposición de dos zonas de juego: la del paciente y la del terapeuta. Está relacionada con dos personas que juegan juntas. El corolario de ello es que cuando el juego no es posible, la labor del terapeuta se orienta a llevar al paciente, de un estado en que no puede jugar a uno en que le es posible hacerlo.*

Nunca tan vigente, tan real y tan apropiado para adentrarnos en el tema de las páginas que siguen.

1

Introducción

La psicoterapia con niños puede ser muy reconfortante, pero a la par algo muy complicado. Habitualmente, en reuniones con colegas de profesión vemos cómo al sacar en consulta el tema de la importancia del juego, nos preguntan extrañados: *¿Pero eso es terapia? ¿No es perder el tiempo? ¿Cómo podéis pasar gran parte de una sesión en la caja de arena enterrando y sacando muñecos?*

A lo que nosotras les decimos *bienvenidos de nuevo a la infancia*. El trabajo con niños exige conectar con nuestro niño interior, dado que trabajar desde la parte adulta conlleva perder la sensibilidad, la sintonía y el equilibrio con el niño. Los niños están cansados de tener siempre un adulto persiguiéndoles con lo *que deben o no deben hacer*. Al mismo tiempo, los padres están cansados de probar sin resultado todo tipo de métodos de castigos y premios, sin darse cuenta de que lo único que les gusta a los niños es jugar. La buena noticia es que jugar sirve para aprender nuevas conductas, enseñándoles mediante el juego modelos adecuados. Los niños aprenden jugando desde que nacen, se desarrollan a nivel bio-psicosocial y también descargan sus conflictos, ensayando nuevos mundos posibles.

Ser terapeuta infantil o padre exige reconciliarnos con nuestra infancia, con el niño interior que llevamos dentro. Si el niño interior está herido por la infancia, difícilmente podremos proporcionarle aquello que negamos en nuestro interior. Así, hay muchos adultos que ante el llanto del niño se activan y se irritan, gritándole como hacían con ellos de pequeños y desregulándole más que consolándole.

En este libro hacemos una propuesta de juegos a partir de la inteligencia emocional, puesto que sabemos que, para gozar de una vida con paz, equilibrada y feliz necesitamos un cerebro integrado. Para ello precisamos conocer y estimular en nosotros y en los niños un cerebro emocional y lógico que funcionen sincronizados.

Esta obra va enfocada tanto a niños con trauma como a aquellos que no lo tienen y los padres quieren crear una base segura de apego, estimulando un cerebro integrado en sus hijos, es decir, con inteligencia emocional.

Se compone de once capítulos. El primero es en el que estamos y hace un breve resumen del libro. En el segundo capítulo se desarrolla la historia del juego, haciendo mención a los autores que contribuyeron a su origen en psicoterapia. El tercer capítulo describe las principales características que presentan los niños con trauma debido al abandono y al maltrato. En el cuarto capítulo se desarrollan las principales funciones del juego y las diferentes tipologías. El quinto capítulo aborda la neurobiología del juego, haciendo hincapié en la importancia de los dos primeros años en el desarrollo, en la risa y en la repercusión del trauma del abandono y el maltrato en el juego de los niños. El capítulo seis hace una descripción de las características evolutivas del juego desde el nacimiento hasta la adolescencia. El séptimo capítulo explica el juego como medio de evaluación en los niños, desarrollando los elementos principales a observar en el juego para realizar un adecuado diagnóstico, describiendo algunas de las principales escalas de desarrollo y materiales primordiales a la hora de jugar. El capítulo octavo se dedica a la intervención mediante el juego, la primera parte hace una clasificación de juegos para trabajar sobre el cerebro triuno, en la segunda parte se trabajan juegos de apego y dinámicas para desarrollar dicho apego y en la última parte se proponen juegos para trabajar de forma grupal. El capítulo nueve desarrolla juegos para trabajar la inteligencia emocional y la resiliencia en los niños, la primera parte va enfocada a trabajar la resiliencia, la segunda a la inteligencia intrapersonal y el mindfulness, la tercera a la inteligencia interpersonal. El capítulo diez desarrolla estrategias de intervención para adolescentes a través del juego, comenzando con la descripción de las características principales de adolescentes adoptados,

con información sobre qué deben saber los padres, cómo hacer frente a la agresividad y cómo afrontar los duelos de los adolescentes adoptados.

En el capítulo once se explican terapias no psicológicas que han demostrado su eficacia al trabajar con niños cuyo desarrollo es más inmaduro del que les corresponde por edad.

2

Historia del juego

2.1. Introducción

A lo largo de la historia los niños han jugado de una manera natural y espontánea, utilizando su cuerpo a través de juegos de movimiento y utilizando aquellos objetos de los que disponían en su entorno, como piedras, palos, huesos, semillas, etc.

Los etólogos consideran juego como un patrón fijo de comportamiento en la ontogénesis humana que se ha afianzado a lo largo de la evolución de la especie.

Los romanos jugaban a la rayuela y hacían sonajeros con vejigas de cerdo a las que metían piedrecitas para estimular la atención de los niños.

El juego es fundamental para el desarrollo de la infancia, ya que a través de él se practican todas las actividades que benefician la maduración del neurodesarrollo y el aprendizaje.

Platón y Aristóteles confirieron un gran valor al juego, ambos opinaban que era una manera de aprender. Animaban a los padres a dar juguetes a sus hijos porque, según ellos, los juguetes ayudaban a “formar sus mentes” para actividades futuras.