

CONSTRUCCIÓN DE LA RELACIÓN COLABORATIVA CON NIÑOS A TRAVÉS DEL
JUEGO, EN PSICOTERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL.

Karina López Hoyos

Psicóloga

Aspirante al título de especialización Psicología clínica con énfasis en niños/as y
adolescentes

Laura Natalia Motato Moncada

Docente asesora

Universidad Católica de Pereira

2023

RESUMEN

El presente artículo de reflexión describe los aportes de diferentes autores acerca de la construcción de la alianza terapéutica/relación colaborativa con niños y niñas a través del juego, desde el enfoque cognitivo conductual. Su objetivo fue ilustrar e identificar cómo contribuye esta alianza al bienestar emocional y desarrollo de habilidades en los niños y niñas, estableciendo una discusión a través del estudio de caso de una niña de 8 años, donde se evidencien puntos significativos del análisis y la revisión bibliográfica. Para dar con el resultado de la evaluación, el artículo estará comprendido por una revisión teórica frente a la terapia cognitivo conductual, desarrollo infantil, pensamientos y comportamientos disfuncionales, explorando la eficacia de la terapia cognitivo conductual como tratamiento válido para mejorar las dificultades emocionales y comportamentales, demostrando de esta manera como esta herramienta es una técnica no amenazante para el niño, describiendo factores característicos que permiten evidenciar la importancia del juego y su papel en la alianza psicoterapéutica. El artículo culmina con el desarrollo y análisis de conclusiones, las cuales fueron elaboradas a partir del desarrollo del caso clínico y la articulación de la revisión teórica llevada a la práctica, dando resultados positivos en cuanto a la relación colaborativa.

Palabras claves: Alianza terapéutica, psicoterapia cognitivo conductual, juego, niñez, infancia.

ABSTRACT

This reflection article describes the contributions of different authors about the construction of the therapeutic alliance with children through play, from the cognitive-behavioral approach. Its objective was to illustrate and identify how this alliance contributes to the emotional well-being and development of skills in children, establishing a discussion through the case study of an 8 year old child, where significant points of the analysis and bibliographic review are evidenced. To give the result of the evaluation, the article will be comprised by a theoretical review of CBT, child development, dysfunctional thoughts and behaviors, exploring the effectiveness of CBT as a valid treatment to improve emotional and behavioral difficulties, thus demonstrating how this tool is a non-threatening technique for the child, describing characteristic factors that allow evidencing the importance of the game and its role in the psychotherapeutic alliance.

Key words: therapeutic alliance, cognitive behavioral psychotherapy, play, childhood, infancy.

INTRODUCCIÓN

Con base a la psicología clínica con énfasis en la terapia cognitivo conductual, para abordar intervenciones con niños/as y/o adolescentes, se desarrollará el siguiente artículo con el objetivo de resolver la inquietud que nos moviliza al desarrollo de este, ¿Se puede considerar el juego como una estrategia posibilitadora para el fortalecimiento de la relación colaborativa en la psicoterapia cognitivo conductual con niños y niñas entre los 6 y 11 años de edad? Con la respuesta a esta pregunta, se

demostrará la importancia de abarcar el juego, la terapia, y el enfoque para lograr la relación colaborativa efectiva en espacios con niños/as y/o adolescentes.

Empezamos describiendo la relación colaborativa en niños ya que es un tema importante en la educación y el desarrollo infantil. La relación colaborativa en niños se refiere a la interacción y cooperación entre niños para lograr metas, resolver problemas, aprender y trabajar juntos de manera efectiva. Esta colaboración puede manifestarse en diversos contextos, como el juego, la educación, el trabajo en equipo y las actividades cotidianas. La relación colaborativa en niños implica varios aspectos importantes como :

La comunicación, donde los niños deben expresar sus ideas de manera efectiva, presentando sus ideas y escuchando a los demás; El trabajo en equipo, donde la colaboración implica trabajar juntos y que cada niño aporte sus habilidades y conocimientos para alcanzar un objetivo común; con respecto a la empatía, los niños que colaboran deben ser capaces de ponerse en el lugar del otro para entender las necesidades y sentimientos que muestran otros niños, la toma de decisiones compartidas, para que los niños participen y resuelvan problemas juntos esto promueve la autonomía y la responsabilidad, ya que cada niño tiene un papel activo en el proceso; seguidamente, el aprendizaje mutuo implica aprender unos de otros se pueden compartir conocimientos, habilidades y perspectivas, lo que enriquece su experiencia y conocimiento; por último, la resolución de conflictos, ya que, en cualquier situación pueden surgir desacuerdos y conflictos que deben ser solucionado los niños deben aprender a resolver estos conflictos de manera constructiva, buscando soluciones que sirvan al interés general, todos estos aspectos fomentan relaciones más saludables y constructivas entre los niños.

A partir de esto, el juego emerge como una herramienta necesaria en el proceso terapéutico con niños, demostrando que no sólo es un medio para la diversión, sino que proporciona un espacio seguro, lúdico y diferente para que ellos puedan expresar sus emociones, explorar su mundo interior, enfrentar sus miedos, desarrollar comportamientos saludables y aprender así habilidades para el desarrollo según el estadio en el que se encuentre. A la vez, por medio del estudio y presentación de caso, se entra a explorar diferentes dimensiones del juego como instrumento terapéutico, examinando su influencia en el diagnóstico, la intervención y el bienestar emocional del niño.

Así mismo, se trabaja de manera integral con las teorías del desarrollo infantil, su relación con el juego y con otras técnicas terapéuticas específicas que se pueden emplear para promover un espacio de confianza para el paciente; sin dejar a un lado, el desarrollo de las posibles limitaciones y desafíos a los que nos podemos enfrentar como psicólogos clínicos al utilizar el juego como herramienta terapéutica.

Es por esto que es necesario aclarar que la psicoterapia según García (2013a, p.48; citado en de Jongh, 2017) “que son todas aquellas acciones, técnicas y métodos que utiliza el especialista para ejercer una influencia en el sujeto, que le permita establecer un equilibrio psicológico con el entorno” (p.50). Partiendo entonces de estas premisas mencionadas, la psicoterapia tiene lugar en contextos donde se presentan cogniciones y conductas disfuncionales, con el fin de que estas puedan ser modificadas por otros comportamientos más adaptativos a partir de la experiencia y conocimientos del psicoterapeuta.

Aplicando lo mencionado anteriormente, expuesto a la población que nos atañe en este artículo (Niños entre los 6 y 11 años) es importante revisar cómo la psicoterapia puede adaptarse a estas poblaciones, sin duda hay similitudes en la psicoterapia con adultos “los niños y adolescentes son tan sensibles como los adultos, por lo que hay que explicar con mucho cuidado el tipo de intervención que se propone para así lograr una mejor interacción de los procesos psicológicos.” (Castillo et al, 2012, p.35). Se debe tener en cuenta que, pese a estas similitudes, el proceso con los niños toma matices especiales por la etapa del desarrollo como tal, y también por las herramientas que se deben utilizar con la población en cuestión.

“El proceso terapéutico mismo implica acompañar al niño a expresar sus vivencias, liberar energía y activar sus recursos y, por último, resolver y cerrar el proceso.”(Vega-Arce y Saracini, 2018, p. 29). En psicoterapia infantil, el niño como protagonista entra en un proceso de exteriorización de su mundo interno, donde se posibilita el reconocimiento de las situaciones que requieren ser intervenidas, para que a partir de las mismas se realicen los procedimientos necesarios para el cierre efectivo del proceso; es por esto que cuando se trabaja la psicoterapia con niños se busca “disminuir el sufrimiento subjetivo, resolver síntomas de conducta y contribuir con el progreso emocional, social y cognitivo durante el desarrollo, esto se logra gracias a la comprensión del modo de sentir y pensar infantil, brindando soporte emocional, ayudando a resolver conflictos interpersonales, y practicando con el paciente soluciones novedosas para problemas repetitivos.” (Faberman, 2017, p.192).

Para lograr este objetivo surge la necesidad de abordar una estrategia útil y agradable para el niño, como es el juego, el cual “implica la co-construcción de

narrativas sin palabras de autoconciencia y transformación. El juego tiene la característica esencial de honrar el mundo emocional y la lógica privada del niño y su lógica privada, al tiempo que proporciona las condiciones para crear una narrativa más sana y adaptativa.” (Stewart, Field, & Echterling, 2016, p.6)

Para un fortalecimiento de la terapia, se debe hacer un trabajo colaborativo entre terapéutica y niño, que aunque el terapeuta es quien dirige la terapia, este debe mostrarse ante el niño como un semejante, frente al cual está abierto a las posibilidades de dar y al mismo tiempo recibir, el psicoterapeuta no debe presentarse con un nivel jerárquico, sino como una figura imparcial que busca ayudar tanto al niño como a la familia a disminuir el malestar que pueden causar ciertas conductas entendidas como desadaptativas y que cuenta con las herramientas necesarias para ello. Entender que el juego es mucho más que una actividad lúdica y divertida, pues este siempre tendrá un fin y una función potencializadora impulsada por la motivación y libertad donde cada niño socializa y evoluciona. El juego se puede entender como una herramienta fundamental en el desarrollo infantil, permitiendo al infante descubrir y sentir su realidad, pero a la vez, expresarla en su entorno, pues “jugar es un modo de construir sentidos sobre lo real, en este sentido, la experiencia de jugar pone de manifiesto el *carácter* del jugador (en cuanto conjunto de cualidades psíquicas, emocionales o afectivas).” (Sarle, 2011, p.84)

Para dar continuidad a este artículo de investigación, se debe tener en cuenta que se realizó estudio de caso con paciente femenina de 8 años, es necesario dejar claro que esto implica, que, aunque está implícito un juego simbólico, donde se evidencia un proceso de asimilación y acomodación, priman a esta edad el juego de

roles, donde se incluyen reglas, lo anterior sobrepasa la necesidad de diversión y adaptación/conocimiento del mundo exterior y entra a mediar un factor fundamental como la socialización.

Sin embargo, antes de llegar a estas conclusiones con base a teorías contemporáneas, estas tuvieron una base fundamental, la cual es necesaria dejarlas de forma explícitas dentro del artículo, por ejemplo, para relacionar el desarrollo infantil; en la "Formación del símbolo en el niño" escrita por Piaget en 1973, se menciona que las formas lúdicas permiten al niño asimilar los elementos de su realidad según el proceso de adaptación. El juego infantil es sencillamente producto de la asimilación, haciendo participar como "elemento asimilador" a la "imaginación creadora". Después de haber aprendido a coger, agitar, arrojar, balancear, etc., finalmente el niño agarra, balancea, etc., por el mero placer de lograrlo, por la sencilla felicidad de hacer este tipo de cosas y de ser la causa de esas acciones. Repite estas conductas sin que le supongan un nuevo esfuerzo de asimilación y por simple "placer funcional". (Sumario,2011).

Varios autores han investigado y escrito sobre este tema como lo son: Vygotsky, Lev S. - quien resalta la importancia de la colaboración entre niños y adultos, así como entre pares, en el proceso de aprendizaje. Así mismo, Piaget, Jean - en el estudio del desarrollo infantil y su trabajo sobre la teoría del desarrollo cognitivo sugiere que los niños pueden aprender a través de la colaboración con otros niños, especialmente en situaciones de juego. Continua, Dewey, John - conocido por su filosofía educativa centrada en la experiencia y la colaboración y en su obra "Democracia y Educación" explora la importancia de fomentar la colaboración en el entorno educativo. Otra exponente de la relación colaborativa es Rogoff, Barbara, psicóloga del desarrollo que

ha investigado ampliamente la colaboración entre niños en contextos culturales diversos, su libro "Aprendices del pensamiento" examina cómo los niños aprenden a través de la participación activa en actividades colaborativas. Otros exponentes son Johnson, David W., y Johnson, Roger T. conocidos por su trabajo en la teoría de la cooperación en el aula, quienes han escrito varios libros sobre estrategias para fomentar la colaboración entre niños, como "Aprendizaje cooperativo en el aula"; otro autor es Kohn Alfie educador que aboga por un enfoque educativo que promueve la colaboración en lugar de la competencia, en uno de sus libros "La educación como práctica de la libertad," explora cómo crear ambientes de aprendizaje colaborativos y por último, Gardner, Howard conocido por su teoría de las inteligencias múltiples en su libro "Las inteligencias múltiples en el aula," discute cómo la colaboración puede ser una forma efectiva de abordar las diferentes habilidades y talentos de los niños.

Existen entre otros, autores contemporáneos que mencionan la relación colaborativa con niños como lo son: Alison Gopnik, Carol Dweck, Daniel J. Siegel y Tina Payne Bryson Peter, Alfie Kohn, Simon Sinek y Angela Duckworth, estos autores ofrecen perspectivas valiosas sobre la relación colaborativa en niños desde diversos enfoques teóricos y prácticos. En resumen, la idea de la relación colaborativa con niños es un concepto ampliamente aceptado en la psicología del desarrollo y la educación, pero no se atribuye a una única persona o autor, ya que, es el resultado de décadas de investigación y contribuciones de diversos expertos en el campo.

Teniendo en cuenta las explicaciones de la relación colaborativa, surge un elemento importante y transversal en este artículo y es el juego como componente que emerge a modo de herramienta necesaria en el proceso terapéutico con niños.

Frente a la pregunta central de este artículo de reflexión, se puede afirmar que ha sido respaldado tanto por evidencia empírica como por teoría. A nivel empírico, podemos describir:

Mejora de la relación terapéutica: Varios estudios han demostrado que la incorporación de actividades lúdicas en la Terapia Cognitivo Conductual puede mejorar la relación terapéutica entre el terapeuta y el niño, ya que, una buena relación terapéutica es fundamental para el éxito de cualquier intervención psicológica.

Reducción de la resistencia: El juego puede ayudar a reducir la resistencia y el miedo que algunos niños pueden experimentar en la terapia. Al participar en actividades lúdicas, los niños pueden sentirse más cómodos y dispuestos a compartir sus pensamientos y sentimientos con el terapeuta.

Aumento de la participación: Los niños a menudo se sienten más motivados y comprometidos cuando se les permite participar en actividades lúdicas. Esto puede llevar a una mayor colaboración en la terapia y a una mayor disposición para trabajar en los objetivos terapéuticos.

Comunicación no verbal: El juego permite a los niños expresar sus emociones y pensamientos de manera no verbal, lo que puede ser especialmente útil para aquellos que tienen dificultades para expresarse verbalmente.

A nivel teórico, tenemos:

La Teoría del juego: Vygotsky y otros teóricos del desarrollo han destacado la importancia del juego en el aprendizaje y el desarrollo infantil. El juego proporciona un

espacio seguro para explorar emociones y roles, lo que puede ser relevante en la terapia.

La Terapia cognitivo-conductual adaptada a la edad: Esta puede adaptarse de manera efectiva para incorporar el juego como parte integral del proceso terapéutico con niños. Esto permite abordar de manera más efectiva los pensamientos y comportamientos problemáticos a través de actividades lúdicas y ejercicios específicos.

Desarrollo de habilidades: El juego puede utilizarse para desarrollar y fortalecer habilidades cognitivas, emocionales y sociales en los niños. Estas habilidades son fundamentales para la colaboración en la terapia y para abordar problemas de salud mental.

En síntesis, tanto la evidencia empírica como los fundamentos teóricos respaldan la idea de que el juego puede ser una estrategia efectiva para fortalecer la relación colaborativa en la psicoterapia cognitivo-conductual con niños y niñas. La incorporación del juego en la terapia puede ayudar a crear un ambiente más seguro y atractivo, facilitar la comunicación y el compromiso, y promover el desarrollo de habilidades clave para el bienestar emocional y el cambio terapéutico. Sin embargo, es importante que los terapeutas estén capacitados y competentes en la aplicación de esta estrategia para garantizar su eficacia.

MÉTODO

El presente artículo se realizó bajo el tipo de reflexión sobre la praxis donde se tuvo como objetivo ilustrar y analizar la construcción de la relación colaborativa con

niños a través del juego en la psicoterapia cognitivo conductual y así poder determinar si hay un impacto del juego como herramienta y la relación colaborativa desde este enfoque.

Es importante destacar que este artículo refiere a “Estudio de caso, único o múltiple, con fines de reflexión sobre la praxis” teniendo en cuenta que se analizó un caso individual: Paciente femenina de ocho (8) años de edad, quien recibió terapia en el marco de la práctica clínica realizada en el Centro de Atención Psicológica CAPSI de la Universidad Católica de Pereira, dentro de la especialización en Psicología Clínica con énfasis en niños/niñas y/o adolescentes.

Para lograr el objetivo general es necesario comprender las estrategias utilizadas, en este caso será el juego, utilizando herramientas como: Ruleta de emociones, diario de emociones, contrato de cumplimiento en tareas del hogar, dibujo, entre otros. Con el fin de dar cuenta de cómo éste cumple con el objetivo de afianzar la relación colaborativa, por tal razón, surge la necesidad de comprender los conceptos teóricos aplicados a las diferentes situaciones y cómo estos logran adaptarse en función de cumplir con el objetivo. Permitiendo evaluar como en la práctica estos se desarrollan, sin dejar a un lado la aplicación y las consideraciones éticas del ejercicio clínico de acuerdo a la ley 1090 del 2006 que rige el ejercicio profesional del psicólogo, esto se evidencia con el ejercicio de la primera sesión, la cual tuvo los siguientes puntos: 1) Obtener el consentimiento informado 2) Psicoeducación del modelo con el que se hará la terapia, en este caso cognitivo-conductual. 3) Valorar/Preguntar al niño si entiende la razón por la cual se encuentra en el espacio/consulta. 4) Identificar aspectos y factores sociales/ambientales y familiares. 5) Conocer aspectos importantes sobre el

malestar psíquico que manifiesta el paciente/sus padres y/o entidad que remite. 6) Identificar los antecedentes/situaciones/sucesos relacionados con el problema manifiesto. 7) Comprender las percepciones del paciente sobre el problema 8) Evaluar los recursos, motivaciones, fortalezas y debilidades del paciente. Después de esto, se realiza la clasificación de objetivos y ruta de intervención.

Por último, para realizar el trabajo de investigación se utilizó una técnica de revisión documental, que es una técnica de observación complementaria, donde se revisaron 21 artículos de investigación entre revistas, manuales, libros, artículos y documentos que estén relacionados con los conceptos mencionados anteriormente. Así mismo, se revisaron 3 bases de datos para recopilar información, tales como: la National library of medicine, American Psychological Association y la APA Publishing, que permitieron identificar suficientes datos acerca de definiciones, análisis y explicaciones que se tenga al respecto, entre sus publicaciones tenemos “Psicoterapia Conductual en niños: estrategia terapéutica de primer orden” publicado en el año 2013, “El manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales” revisado en año 2021 y “la Terapia narrativa y cuentos terapéuticos” publicada en año 2016. Entre otro más, que contribuyeron a dar claridad sobre la importancia del juego y su incidencia en la relación colaborativa con el niño, que en nuestro caso aportó al desarrollo del caso de la niña de 8 años.

Para dar respuesta a este interrogante, se realizó esta revisión teórica con vigencia de diez años, es decir, un rango de 2013 – 2023.

ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN:

Con el fin de realizar un ejercicio reflexivo en el marco de la práctica clínica con un paciente de 8 años, donde se buscó identificar como contribuye la construcción de la relación colaborativa con niños a través del juego, en psicoterapia cognitivo conductual. Durante la práctica, para desarrollar la estrategia del juego, se trabajaron en técnicas de juego libre, construcción de narrativas y sesiones en psicoeducación, teniendo en cuenta cómo se desarrolla cada categoría que sustentan la investigación:

Psicoterapia Cognitivo Conductual

Para definir los diferentes elementos de esta categoría se considera necesario contextualizar lo que se entiende por terapia cognitiva conductual. Esta terapia es el proceso mediante el cual se estudian las respuestas o reacciones, producto de los estímulos que se le presentan a la persona, para esto se requiere revisar los esquemas que se forman a partir de experiencias vividas y en ocasiones predisposiciones genéticas, con el fin de realizar la modificación de los aprendizajes adquiridos cuando se considere necesario. A partir de lo anterior podemos identificar la importancia de que un psicoterapeuta tenga la habilidad durante la evaluación, de identificar dónde surgen estas conductas problema, para así lograr las modificaciones necesarias. (Castillo et al, 2012)

También exponen Puerta y Padilla. (2011) que “la Terapia Cognitiva Conductual es un modelo de tratamiento de diversos trastornos mentales, que trabaja ayudando al paciente a que cambie sus pensamientos, emociones, conductas y respuestas fisiológicas disfuncionales por otras más adaptativas para combatir sus problemas.”

(p.252). Es indispensable entender de donde provienen dichas conductas desadaptativas, para que desde la terapia cognitiva conductual se pueda ayudar tanto al paciente, como a la familia a realizar las modificaciones necesarias de los procesos mentales y conductuales que están afectando el desarrollo del niño o su entorno, esto a partir de los postulados teóricos y las estrategias de intervención del modelo.

Cuando nos referimos propiamente a psicoterapia se hace importante resaltar que según Zaldívar (2013, p.3; citado en de Jongh, 2017) “La psicoterapia puede ser definida como el conjunto de conocimientos, actitudes, valores, habilidades y recursos terapéuticos empleados de manera sistemática e intencional, en el marco de una relación profesional de ayuda psicológica, en el tratamiento de los problemas y trastornos de la personalidad”(p.50), La psicoterapia es entendida por lo tanto como la reunión de diversas características que deben trabajar en conjunto, para lograr un fin específico, y estas características deben hacer parte del psicoterapeuta quien es el vehículo que facilita la llegada del paciente al cumplimiento de los objetivos terapéuticos.

También menciona acerca de la psicoterapia García (2013a, p.48; citado en de Jongh, 2017) “que son todas aquellas acciones, técnicas y métodos que utiliza el especialista para ejercer una influencia en el sujeto, que le permita establecer un equilibrio psicológico con el entorno” (p.50). Partiendo entonces de estas premisas mencionadas, la psicoterapia tiene lugar en contextos donde se presentan cogniciones y conductas disfuncionales, con el fin de que estas puedan ser modificadas por otros comportamientos más adaptativos, y que esto se hace a partir como se venía mencionando de la experiencia y conocimientos del psicoterapeuta.

Aplicando lo anteriormente expuesto al caso citado en este artículo (Niña de 8 años de edad) es importante revisar cómo la psicoterapia puede adaptarse a estas poblaciones. Sin duda hay similitudes en la psicoterapia con adultos “los niños y adolescentes son tan sensibles como los adultos, por lo que hay que explicar con mucho cuidado el tipo de intervención que se propone para así lograr una mejor interacción de los procesos psicológicos.” (Castillo et al, 2012, p.35). Se debe tener en cuenta que, pese a estas similitudes, el proceso con los niños toma matices especiales por la etapa del desarrollo como tal, y también por las herramientas que se deben utilizar con la población en cuestión.

“El proceso terapéutico mismo implica acompañar al niño a expresar sus vivencias, liberar energía y activar sus recursos y, por último, resolver y cerrar el proceso” (Vega-Arce y Saracini, 2018, p. 29). En psicoterapia infantil, el niño como protagonista entra en un proceso de exteriorización de su mundo interno, donde se posibilita el reconocimiento de las situaciones que requieren ser intervenidas, para que a partir de las mismas se realicen los procedimientos necesarios para el cierre efectivo del proceso. El resultado que se espera de la psicoterapia en todas las poblaciones es el mismo, cómo lo hemos visto a lo largo de este documento el objetivo del proceso psicoterapéutico se enfoca en modificar conductas desadaptativas, sin embargo, es importante reconocer que las poblaciones son diferentes y hallar el punto de divergencia, el cual puede explicarse a partir del siguiente apartado

“La psicoterapia con niños y adolescentes se ocupa de disminuir el sufrimiento subjetivo, resolver síntomas de conducta y contribuir con el progreso emocional, social y cognitivo durante el desarrollo. Lo hace gracias a la comprensión del modo de sentir y

pensar infantil, brindando soporte emocional, ayudando a resolver conflictos interpersonales, y practicando con el paciente soluciones novedosas para problemas repetitivos.” (Faberman, 2017, p.192).

El papel del psicoterapeuta es un elemento esencial en el éxito de la psicoterapia con niños. En este proceso debe establecerse una relación mejor descrita por (García, 2013a, p.48). Según Bezerra & Rossato (2018; citado en Scalise et al, 2019)

“La psicoterapia es un encuentro de personas en el que no existe soberanía entre el terapeuta y el niño, en vista de ser un espacio educativo en el que se produce un nuevo aprendizaje para ambos. Si bien los roles son distintos, es necesario, para que se establezca el vínculo, el reconocimiento de la presencia afectiva del otro, favoreciendo así relaciones de intercambio en las que se definen lugares y saberes.”

Lo anterior nos lleva a concluir que aunque el terapeuta es quien dirige la terapia, este debe mostrarse ante el niño como un semejante, frente al cual está abierto a las posibilidades de dar y al mismo tiempo recibir, el psicoterapeuta no debe presentarse con un nivel jerárquico, sino como una figura imparcial que busca ayudar tanto al niño como a la familia a disminuir el malestar que pueden causar ciertas conductas entendidas como desadaptativas y que cuenta con las herramientas necesarias para ello.

El Juego

El juego ha estado presente en la vida del ser humano y el animal desde el inicio de la historia, esta actividad se considera natural y universal. Muchos autores se han dedicado a su estudio, profundizando en su propósito y el beneficio que tiene el juego

en la vida del ser humano, especialmente en la de los niños y niñas. Teniendo presente que en el siguiente artículo el énfasis se encuentra en la población infantil, se dará a conocer el lugar que tiene el juego con los niños dentro de un contexto psicoterapéutico, pero antes de dar seguimiento es importante entender algunas generalidades.

“La terapia de juego implica la co-construcción de narrativas sin palabras de autoconciencia y transformación. El juego tiene la característica esencial de honrar el mundo emocional y la lógica privada del niño y su lógica privada, al tiempo que proporciona las condiciones para crear una una narrativa más sana y adaptativa.”
(Stewart, Field, & Echterling, 2016, p.6)

Varios teóricos han abordado el concepto del juego y realizan sus aportes según lo que consideran sus funciones en la etapa infantil. Meneses y Monge (2001) mencionan algunas teorías, como lo son: La teoría de energía excedente, la teoría recreativa, el juego como práctica de instinto, la teoría de la recapitulación, teoría de la catarsis, de la autoexpresión, el entretenimiento, el crecimiento y finalmente la teoría de juego como un ejercicio complementario. Ante la exposición de dichas teorías las autoras concluyen que en la vida de los niños el juego se considera una expresión natural, una necesidad filogenética, innata que permite el desarrollo personal y la adaptación al medio, es una conducta fundamental para el desarrollo.

Así mismo, autores influyentes en la psicología que han investigado y escrito sobre el juego en niños, son: Jean Piaget (1980) Psicólogo destacado en el campo del desarrollo infantil. En su libro "La formación del símbolo en el niño" y en otros trabajos, exploró cómo el juego contribuye al desarrollo cognitivo y social de los niños. Así

mismo, Lev Vygotsky (1978) conocido por su teoría del desarrollo sociocultural, enfatizó la importancia de la interacción social y el juego en el desarrollo infantil. Su obra "El desarrollo de los procesos psicológicos superiores" aborda este tema. Para Erik Erikson (1950) en su teoría de las etapas del desarrollo psicosocial, consideró el juego como una forma importante en la que los niños resuelven conflictos y desarrollan un sentido de identidad y competencia. Para Jerome Bruner (1973) psicólogo cognitivo que investigó el papel del juego en la adquisición de habilidades cognitivas y sociales afirmaba como el juego en el niño facilitaba el aprendizaje y el desarrollo en los niños. Una exponente importante sobre el juego en los niños es Sandra Russ (2013) psicóloga contemporánea que ha realizado investigaciones sobre el juego infantil y su relación con el desarrollo emocional y cognitivo. Sus obras incluyen "Jugar, aprender y soñar" y "La psicología del juego." Por último, Brian Sutton-Smith - Fue un psicólogo del juego que se centró en la investigación de los aspectos lúdicos y el juego en la infancia. Sus escritos han contribuido significativamente a la comprensión del juego en el desarrollo infantil.

Estos autores han realizado contribuciones significativas al estudio del juego en niños desde diversas perspectivas teóricas y enfoques de investigación. Sus trabajos proporcionan una base sólida para comprender cómo el juego influye en el desarrollo infantil y su importancia en el ámbito de la psicología del desarrollo.

“La terapia de juego implica la co-construcción de narrativas sin palabras de autoconciencia y transformación. El juego tiene la característica esencial de honrar el mundo emocional y la lógica privada del niño y su lógica privada, al tiempo que

proporciona las condiciones para crear una una narrativa más sana y adaptativa.”
(Stewart, Field, & Echterling, 2016, p.6)

El juego permite por lo tanto una mejor expresión por parte del niño de sus situaciones y facilita al terapeuta la labor de evaluación e intervención, es por lo tanto una herramienta funcional en doble vía, la cual se revisará con mayor profundidad a lo largo del documento como una de las grandes categorías.

A partir de lo anterior, se puede concluir que el juego es mucho más que una actividad lúdica y divertida, pues esta siempre tendrá un fin y una función potencializadora impulsada por la motivación y libertad donde cada niño socializa y evoluciona. El juego se puede entender como una herramienta fundamental en el desarrollo infantil, permitiendo al infante descubrir y sentir su realidad, pero a la vez, expresarla en su entorno, pues “jugar es un modo de construir sentidos sobre lo real, en este sentido, la experiencia de jugar pone de manifiesto el carácter del jugador (en cuanto conjunto de cualidades psíquicas, emocionales o afectivas).” (Sarle, 2011, p.84)

Es oportuno mencionar, que el tipo de juego que se genera depende enteramente de la edad, en este caso se está abordando paciente femenina de edad de 8 años. Lo anterior implica que, aunque está implícito un juego simbólico, donde se evidencia un proceso de asimilación y acomodación, priman a esta edad juego de roles, donde ya incluye reglas, lo anterior sobrepasa la necesidad de diversión y adaptación/conocimiento del mundo exterior y entra a mediar un factor fundamental como la socialización. Ahora bien, teniendo presente las cualidades del juego que se exponen es apto preguntarse: ¿Qué rol tiene el juego en un contexto psicoterapéutico desde un enfoque cognitivo conductual?

Es claro que los niños y niñas que asisten a un proceso psicológico implica que se encuentran atravesando dificultades a nivel emocional, conductual, social, educativa etc. La forma de llevar a cabo las terapias difieren en gran medida con una psicoterapia para adulto, pues es necesaria adaptar la sesión al estado evolutivo del niño, una de las técnicas diferenciadoras en este tipo de terapia es el uso del juego pues en “ el transcurrir del juego (...) se comprende el modo en que el niño se aproxima al mundo y expresa –de forma única y personal– su manera de comprenderlo y apropiarse de él.” (Sarle, 2011, p.85)

Relación Colaborativa:

La relación colaborativa en la psicología clínica infantil desde un enfoque cognitivo-conductual es esencial para lograr resultados terapéuticos efectivos con niños.

Características de la Relación Colaborativa en la Terapia cognitivo conductual con Niños:

Establecimiento de una relación terapéutica sólida: El terapeuta se esfuerza por establecer una relación de confianza con el niño desde el principio. Esto implica crear un ambiente cálido y seguro donde el niño se sienta cómodo compartiendo sus pensamientos y sentimientos. Bernal, Al Y Silva, T. (2014).

Evaluación y comprensión del problema: Antes de iniciar el tratamiento, el terapeuta realiza una evaluación exhaustiva para comprender los problemas específicos del niño y su contexto. Esto puede incluir entrevistas con los padres, cuestionarios y observación. Urgiles, M. (2015).

Colaboración en la definición de metas: El terapeuta trabaja junto con el niño y, en ocasiones, con los padres para establecer metas terapéuticas claras y alcanzables. La participación del niño en este proceso es esencial para asegurar su compromiso.

Herrero Royo, L. (2018).

Enseñanza de habilidades: La terapia cognitivo conductual se centra en identificar y modificar patrones de pensamiento y comportamiento disfuncionales. El terapeuta enseña al niño y, a veces, a los padres, estrategias y habilidades específicas para abordar los problemas. Mesa, E. (2018).

Apoyo emocional: La relación terapéutica proporciona un espacio donde el niño puede expresar sus emociones y aprender a manejarlas de manera saludable. El terapeuta ofrece apoyo emocional durante el proceso de cambio. Faberman, D. (2017).

Evaluación del progreso: A lo largo del tratamiento, el terapeuta y el niño trabajan juntos para evaluar el progreso hacia las metas terapéuticas. Se ajustan las estrategias y los enfoques según sea necesario, Urgiles, M. (2015).

Beneficios de la Relación Colaborativa en la Terapia cognitivo conductual con Niños:

Mayor compromiso y adherencia: Cuando los niños se sienten involucrados en el proceso terapéutico y participan en la toma de decisiones, están más comprometidos con el tratamiento y más dispuestos a seguir las recomendaciones. Díaz, N., Soto, H. y Ortega, G. (2016).

Mejora del autocontrol: La Terapia Cognitivo Conductual, ayuda a los niños a desarrollar habilidades de autocontrol y regulación emocional. La relación colaborativa

permite al niño practicar y aplicar estas habilidades en un ambiente de apoyo. Goic Ziegele, J. A. (2020)

Empoderamiento: Los niños que participan activamente en su tratamiento pueden sentir un mayor sentido de control sobre sus vidas y una mayor confianza en su capacidad para enfrentar desafíos.

Mejora en las relaciones familiares: Cuando se involucra a los padres en la Terapia cognitivo conductual y se promueve una colaboración efectiva entre ellos y el niño, esto puede llevar a una mejora en las relaciones familiares y la comunicación. Bernal, Al Y Silva, T. (2014).

Resultados a largo plazo: La relación colaborativa puede ayudar a consolidar los cambios positivos y proporcionar a los niños y sus familias las herramientas necesarias para mantener el bienestar emocional a largo plazo. Schaefer, C.E. & Ortiz Salinas, M.E. (2012).

En resumen, la relación colaborativa en la Terapia Cognitivo Conductual con niños es fundamental para el éxito terapéutico. Facilita la comprensión de los problemas, la enseñanza de habilidades efectivas y el empoderamiento del niño. Cuando se establece una relación terapéutica sólida y colaborativa, los niños pueden experimentar mejoras significativas en su salud emocional y en su capacidad para enfrentar los desafíos.

PRESENTACION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

Entre los aspectos cualitativos encontrados en la terapia aplicada a la niña, de acuerdo a la construcción de la relación colaborativa a través del juego, se encontraron

componentes característicos que según las referencias revisadas para este artículo coinciden con los resultados esperados en la relación colaborativa a través del juego y su incidencia en el bienestar psicológico con la niña. Entre estos resultados tenemos, la **mejora de la relación terapéutica** donde los datos muestran consistentemente que el uso del juego en la terapia cognitivo-conductual con la niña de 8 años contribuye significativamente a una relación terapéutica más sólida y positiva. Se observa a la niña más cómoda, segura y conectada con el terapeuta cuando se le permite jugar durante las sesiones, especialmente, en momentos donde se requiere información emocional relacionada con el medio familiar.

Se evidenció **la facilitación de la comunicación** ya que el juego actuó como un vehículo efectivo en la niña y a través de este, expresó sus pensamientos, emociones y preocupaciones. Esto se refleja en una mayor apertura y sinceridad durante las sesiones terapéuticas, lo que a su vez fortaleció la relación entre el terapeuta y la niña.

Lo anterior, permitió en la niña un **compromiso y participación activa** donde demostró un mayor compromiso e interacción en la terapia cuando estaba jugando. Se observó, una mayor disposición para trabajar en los objetivos terapéuticos y seguir con las instrucciones que le daba el terapeuta, demostrando que tan importante era su participación, dando apertura a negociaciones con la niña para proponer alternativas, juegos o dinámicas.

Con la incorporación del juego, la niña **desarrolló recursos personales** porque adquiriría a través del juego, habilidades prácticas y herramientas de afrontamiento que podía aplicar posteriormente en su vida cotidiana. Esto la empoderó y le proporcionó

recursos para abordar desafíos emocionales y conductuales. A la vez, dentro del ejercicio profesional, también se desarrollan ciertas habilidades terapéuticas, permitiendo a la vez una adhesión y acomodación al proceso, todo en función de mejorar el bienestar de la niña.

Por último, a través de los resultados se podía vislumbrar los **efectos positivos a largo plazo** ya que la relación colaborativa fortalecida a través del juego no se limitó solo al período de terapia pues sabía a través de la repetición del juego, que este lo podía mantener y aplicarlo como estrategia de afrontamiento en su vida después de la terapia.

DISCUSION Y CONCLUSIONES

La terapia basada en el juego proporcionó un ambiente seguro y de apoyo en el que la niña se sintió cómoda para expresar sus emociones y preocupaciones. Esto fue fundamental para el éxito de la terapia, ya que permitió que la niña se abriera y compartiera sus pensamientos y miedos permitiendo la relación colaborativa esperada entre ella y el terapeuta. De esta forma, se pudo constatar como desde la terapia cognitivo conductual fueron efectivas las técnicas ya que durante las sesiones de juego se abordó la ansiedad de la niña a través de juego de roles para explorar sus miedos y preocupaciones, así como la identificación de pensamientos irracionales relacionados con la escuela. Estas técnicas resultaron efectivas para abordar sus dificultades. Así mismo, la terapia permitió a la niña aprender y practicar estrategias de afrontamiento efectivas. Esto incluyó técnicas de relajación y respiración que ayudaron a la niña a

manejar su ansiedad escolar. Estas estrategias le dieron herramientas para enfrentar sus preocupaciones de manera más saludable.

El juego en la niña de 8 años posibilitó en las sesiones facilitar la comunicación, el aprendizaje y la participación activa, lo que a su vez mejoró considerablemente la expresión de sentimientos y emociones reprimidas, esto, sin dejar a un lado, la mejoría que presentó en relación con sus familiares y figura de autoridad, siendo su hogar un lugar más seguro y confiable.

La relación colaborativa fortalecida a través del juego creó un ambiente propicio en la niña ya que la relación de terapeuta y paciente pudo en ella fortalecer la exploración de pensamientos y emociones, lo que puede ser esencial en la Terapia Cognitivo Conductual pues se enfocó en algunas sesiones a la identificación y modificación de patrones de pensamiento y comportamiento disfuncionales, los cuales, generaban un alto grado de malestar que presentaba la niña antes de asistir al Centro de Atención Psicológica CAPSI de la Universidad Católica de Pereira.

Se identificó, la importancia de habilidades y competencias por parte del terapeuta no solo para tener una apta relación colaborativa con la niña sino para saber abordar las técnicas pertinentes y adaptarlas según la necesidad de la niña.

Por otro lado, se observó lo significativo del acompañamiento familiar, y el papel frente a las indicaciones del terapeuta ya que esto determinó el éxito de las estrategias cognitivo conductuales en la niña y llevadas a cabo fuera de las sesiones.

De esta forma, a medida que se desarrollaban las sesiones en el Centro de Atención Psicológica CAPSI de la Universidad Católica de Pereira con la niña, se identificaba mejoría en sus habilidades sociales y su autoestima. Los juegos cooperativos y las interacciones con el terapeuta le brindaron la oportunidad de aprender a relacionarse mejor con otros y a sentirse más segura de sí misma.

Por otro lado, se pudo verificar a través de la familia de la niña, una mejoría de la ansiedad escolar presentada ya que, a lo largo de la terapia, la niña experimentó una disminución significativa mostrándose una mayor confianza en sí misma al enfrentar situaciones escolares estresantes.

Finalmente se puede mencionar que la niña experimentó mejoras en su rendimiento escolar y en las relaciones con sus compañeros. Las habilidades sociales mejoradas y la mayor autoconfianza contribuyeron a estos resultados positivos.

En definitiva, podemos concluir que la investigación en relación con el estudio de caso y a la pregunta objeto a investigar “¿Se puede considerar el juego como una estrategia posibilitadora para el fortalecimiento de la relación colaborativa en la psicoterapia cognitivo conductual con niños y niñas entre los 6 y 11 años de edad?” se cumple, ya que se identifica la importancia de utilizar el juego como una estrategia posibilitadora para el fortalecimiento de la relación colaborativa en la psicoterapia cognitivo-conductual con niños y niñas. Esta práctica no solo enriquece la experiencia terapéutica, también mejora la comunicación, el compromiso y el desarrollo de habilidades esenciales, lo que contribuye a resultados terapéuticos positivos y al bienestar emocional de los niños.

En resumen, la relación colaborativa a través del juego desde la terapia cognitivo conductual demostró ser una estrategia terapéutica efectiva para abordar la ansiedad escolar en la niña de 8 años. Proporcionó un entorno seguro para la expresión emocional y el aprendizaje de habilidades de afrontamiento. Los resultados positivos sugieren que esta aproximación terapéutica puede ser beneficiosa para abordar problemas emocionales y conductuales en niños. Sin embargo, es importante recordar que cada caso es único y que el enfoque terapéutico debe adaptarse a las necesidades individuales del paciente.

Teniendo en cuenta lo anterior, se abren nuevos caminos investigativos, se podría entonces indagar en las competencias que debe tener un terapeuta clínico con enfoque cognitivo conductual, para asumir la intervención con población infantil como otro elemento circunstancial que combinado con el juego y la relación colaborativa, se podría desde este panorama investigar a cerca de "Las Competencias Claves del Psicólogo Clínico en la Construcción de la Alianza Terapéutica con Niños" donde se pueda destacar la importancia de las competencias de este profesional de la salud como un elemento contextual en la relación colaborativa subrayando su influencia e incidencia en el proceso terapéutico.

REFERENCIAS

Aznar, B., Pérez, C., Davins, M., Aramburu, I. y Salamero, M (2014). La alianza terapéutica en tratamiento conjunto de parejas: Evaluación de la alianza y análisis de los factores influyentes en el triángulo terapéutico. Subjetividad y

Procesos Cognitivos, 18 (1), 17-52.

<https://www.redalyc.org/pdf/3396/339631789001.pdf>

Bernal, Al Y Silva, T. (2014). "Juego, Danza, Música en Psicoterapia Infantil". Praxis Pedagógica. Recuperado de:

Corporación OPCIÓN. (2013) La alfombra mágica. Técnicas terapéuticas y actividades lúdicas para niños y niñas. LOM Ediciones LTDA.

<https://opcion.cl/wpcontent/uploads/2016/04/LaAlfombraMagica.pdf>

Díaz, N., Soto, H. y Ortega, G. (2016). Terapias cognitivas y psicología basada en la evidencia: Su especificidad en el mundo infantil. Revista WIMBLU. 11 (1), 19-38

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5454919.pdf>

Faberman, D. (2017) Psicoterapia para niños y adolescentes. Medicina infantil XXIV 191-198 recuperado de:

https://www.medicinainfantil.org.ar/images/stories/volumen/2017/xxiv_2_191.pdf

Fernandez, O, Herrera, P. & Esobar, M. (2016). Adolescentes en Psicoterapia: Su Representación de la Relación Terapéutica. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, vol. 14, núm. 1.

Goic Ziegele, J. A. (2020) Alianza terapéutica en psicoterapia infantil: ¿En qué medida los años de experiencia del terapeuta, el sexo y la edad del niño explican la calidad de la alianza inicial entre terapeutas y niños que asisten a psicoterapia?

[Trabajo de grado, Pontificia Universidad Católica de Chile].

<https://repositorio.uc.cl/xmlui/bitstream/handle/11534/29285/escrito%20tesis.%20goic,%20josef.pdf>

Herrero Royo, L. (2018). Alianza terapéutica en psicoterapia infantil, propuesta de una escala de evaluación. [Trabajo de fin de grado, Comillas Universidad Pontificia].

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/22409/TFG-%20Herrero%20Royo%2C%20Laura.pdf?sequence=1>

Herrero Royo, L. (2018). Alianza terapéutica en psicoterapia infantil. Repositorio Universidad Pontificia Icaí Icaídes. Madrid. Tomado de:

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/22409/TFG-%20Herrero%20Royo%2C%20Laura.pdf?sequence=1>

Klebanoff, S. (2015). The therapeutic alliance in cognitive-behavioral therapy for school-aged children with autism and clinical anxiety. [Trabajo de fin de grado, University of California] <https://escholarship.org/uc/item/9v57p5jn>

Medina Cueva, M. M. (2017). Terapia de juego: Aprendizaje de habilidades sociales por medio del juego dramático con niños de cinco a nueve años. [Trabajo de grado, Universidad de las Américas]. <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/8129>

Mesa, E. (9-20 de abril de 2018). Terapia cognitivo conductual en niños y adolescentes con ansiedad. [Resumen de presentación de la conferencia]. Interpsiquis XIX Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría.

<https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-1-2018-23-comu1%20005.pdf>

Olivares, J., Olivares, P. y Rosa, A. (2019). Efectividad del tratamiento temprano de niños con mutismo selectivo en los centros educativos. *Terapia Psicológica*. 37 (2), 81-96. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v37n2/0718-4808-terpsicol-37-02-0081.pdf>

Piaget, J. (2014). Comentarios sobre las observaciones críticas de Vygotsky. *Infancia y Aprendizaje*, 4(1), 37-48.

Russ, S.W. y Wallace, C.E. (2013). Pretend Play and Creative Processes. *American Journal of Play*, 6(1), 136-148.

Vygotsky, I. (2021). Aportes de Vygotsky a la pedagogía. Primera edición digital. Nueva impresión digital 13 de julio de 2021 Editor y coautor Roberto Ágreda Maldonado, presidente Sociedad Científica de Doctores en Educación (SCDE). Círculo Epistemológico de Cochabamba (CIEC) (compilación, diagramación y estilo)

Scalise, L.N, Anacahe, A.A, & Rossaro, M. (2019). Child Psychotherapy in a cultural-historical perspective: The movement of subjectivity in Art Therapy. *Estudios de Psicología (Campinas)*, 36, e180033. Epub March 07, 2019.

Recuperado de: <https://doi.org/10.1590/1982-0275201936e180033>

Schaefer, C.E. & Ortiz Salinas, M.E. (2012). *Fundamentos de terapia de juego*. Editorial El Manual Moderno. México

Stewart, A. L., Field, T. A., & Echterling, L. G. (2016). Neuroscience and the magic of play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 25(1), 4–13
. doi:10.1037/pla0000016

Urgiles, M. (2015). La Terapia De Juego Y Sus Consecuencias En El Trastorno De Ansiedad Infantil En Niños De 6 A 8 Años Que Reciben Atención Psicológica En El Hospital Municipal De “Nuestra Señora De La Merced”. Ambato, Ecuador.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1073/1/80240.pdf>

Vega-Arce, M & Saracini, C. (2018) El juego como recurso en la psicoterapia infantil frente a estrés y al trauma, Universidad católica de Maule. Tomado de
https://www.researchgate.net/profile/Maribel-Vega-3/publication/329924344_VegaArce_Saracini_2018_El_juego_como_recurso_en_la_psicoterapia_infantil_frente_al_estres_y_trauma/links/5c23f120a6fdccfc706b1498/Vega-Arce-Saracini-2018-El-juego-como-recurso-en-lapsicoterapia-infantil-frente-al-estres-y-trauma.pdf

Young, J. E., Klosko, J. S. y Weishaar, M. E. (2013). Terapia de esquemas. Guía práctica. Desclée de brouwer.