

Los contenidos del presente documento han buscado comunicar la postura básica del equipo al intervenir en situaciones de maltrato grave. Entendiendo que la protección del niño (a) es el centro y que la elaboración del trauma ocasionado por el maltrato involucra necesariamente la recuperación de la capacidad de protección de los adultos de la familia, la intervención combina el control social y la búsqueda de estrategias de intervención terapéutica, por lo que nos esforzamos para fascinar a la familia con el fin de involucrarla y acompañarla en el cambio.

Mónica Jarpa Rizzo  
Patricia Vidal Cardemil  
Gloria Gaete Fuentes

## Técnicas terapéuticas para reparación en adolescentes víctimas de abuso sexual

Centro AYÚN  
Corporación CENPROS

El programa del Centro AYÚN pertenece a la Corporación CENPROS y es subvencionado por SENAME.

Ellos se dedican a la prevención y atención psicosociolegal de niños(as) de 0 a 18 años víctimas de maltrato grave y(o) abuso sexual y de sus familias.

Su cobertura corresponde a las comunas de Coyhaique y Puerto Aysén (XI Región), y atiende aproximadamente a 60 niños(as) al año, derivados de diversos organismos e instituciones de la comunidad.

Su equipo está compuesto por un director, un secretario, un auxiliar, dos asistentes sociales, dos psicólogas, un sociólogo y dos técnicos sociales.

Esta ponencia presenta cinco técnicas terapéuticas utilizadas en el Centro Ayún, para el trabajo con adolescentes entre 12 y 18 años; se describen sus formas de aplicación y los objetivos abordados, tanto específicos como generales. Finalmente, se realiza una valoración de estas técnicas como herramientas fundamentales para el abordaje psicoterapéutico en reparación de las niñas víctimas de abuso sexual.

Coyhaique, agosto de 1999.

### Introducción

El tema a exponer ha sido elegido considerando que SENAME, a través de las orientaciones técnicas, entrega pautas acerca del quehacer del equipo interdisciplinario, de los objetivos macro que guían la intervención y de los objetivos específicos a alcanzar, de acuerdo a dos niveles de profundidad en el tema del maltrato y abuso sexual. Sin embargo, el cómo llevarlo a cabo es tarea de cada equipo, en función de sus propios recursos y su experiencia.

Se consideró, para este trabajo, apuntar al objetivo macro de reparación en el niño, focalizándose en el cómo desarrollar este objetivo en las adolescentes (12 a 18 años, aproximadamente) víctimas de abuso sexual, específicamente en el ámbito terapéutico. Se focalizó en cinco técnicas terapéuticas frecuentemente utilizadas, adaptadas y(o) integradas para trabajar el tema específico del abuso sexual.

Es importante aclarar que la intervención psicosocial destinada a la reparación del niño(a) víctima de abuso sexual, conside-

ra (y requiere de) los objetivos macro de interrupción del maltrato y(o) abuso sexual y la creación y refuerzo de vínculos protectores hacia éste, además del trabajo reparatorio terapéutico con el niño(a) y su familia o adultos protectores.

El Centro Ayún es un proyecto de reparación en maltrato grave y abuso sexual infantil inserto dentro de los lineamientos técnicos del programa de atención e intervención en maltrato infantil del Servicio Nacional de Menores, SENAME. Ejecutado en la XI Región por la Corporación CENPROS, a partir de 1998, atiende hasta la fecha a un total de 60 niños y sus respectivas familias. El 70% de todos los casos ingresados corresponden a víctimas de abuso sexual; de éstos, el 35% son adolescentes entre 12 y 18 años, el 29% corresponde a abusos deshonestos y el 71% a violación. De estas niñas, el 86% ha sido abusada por personas pertenecientes a su grupo familiar. El 100% de ellas también fue víctima, al interior de sus familias, de otros tipos de maltrato: el 24% maltrato físico grave; el 19% maltrato físico menos grave; el 48% maltrato físico leve y el 71% maltrato psicológico.

#### Proceso de intervención terapéutica

La intervención terapéutica con las niñas se realiza a través de sesiones individuales, familiares o grupales. Las primeras entrevistas se realizan sólo con ésta (la familia en paralelo recibe apoyo psicosocial) y están dirigidas a acoger, contener e iniciar el establecimiento de un vínculo de confianza que permita el trabajo terapéutico.

Se inicia el proceso de diagnóstico, a pesar de que éste se desarrolla en forma permanente durante el tratamiento, en el cual se recolectan antecedentes relevantes, se evalúa el grado de conciencia del abuso, sus consecuencias, etc.

Además de conocer si la niña tiene una motivación para asistir a terapia, se

instruye el motivo de consulta, clarificando y focalizándolo en la reparación del abuso, lo que implica abrir y reconocer el abuso, explicitando el contexto de confidencialidad de la terapia (diferenciando de secreto).

Se incentiva a que la niña verbalice en la medida que pueda las situaciones de abuso a las que estuvo expuesta, nombrándolas. El terapeuta debe reconocer la dificultad para expresar las emociones como el dolor, la rabia, la vergüenza, etc. que tiene la niña. De este modo se lleva a cabo un primer acercamiento a las temáticas de abuso vivido por la niña, a veces directamente relacionadas con el abuso sexual, y en otras oportunidades indirectamente, acercándonos primero a otras vivencias de maltrato, que si bien son dolorosas son menos difíciles de abordar. Lo anterior nos permite disminuir la resistencia, los mecanismos de negación, minimización, justificación, y los intensos sentimientos de temor, vergüenza y culpa asociados al tema.

A partir de la apertura del tema del abuso se trabaja para que la niña perciba nuestra alineación con su vivencia, introduciendo las ideas de victimización y desculpabilización. Esto requiere ir tornando inteligibles para la adolescente los conceptos de abuso, agresor, víctima, victimario, responsabilidad y maltrato, que se espera sean internalizados durante el proceso de intervención.

Además, se comienza a elaborar una serie de temáticas, apuntando al logro de objetivos generales (presentes en todo proceso terapéutico) y específicos (para la reparación en abuso y maltrato infantil). Éstos no son abordados linealmente, puesto que están presentes a lo largo de todo el proceso de intervención, debido a la forma en que se devela el abuso y a la necesidad de reforzar y profundizar constantemente en los contenidos para lograr su internalización.

Dentro de los objetivos generales que se trabajan en el proceso terapéutico, se encuentran el apoyo y la contención en crisis, entrega de herramientas con relación a repertorios emocionales y conductuales, autovaloración, vinculación positiva con el cuerpo y autocuidado.

#### Estructura de las sesiones terapéuticas

Comienzan las sesiones con un ritual de inicio. Luego se aborda la actividad terapéutica central a través de diferentes técnicas y pueden abarcar más de un objetivo. El uso de estas técnicas siempre contempla la comunicación verbal y la escucha receptiva, (en la cual se conocen las vivencias del niño, su subjetividad, su mundo afectivo y emocional), como el diálogo intencionado, (en el que se focaliza, se integran elementos aportados por la niña, se favorece el cambio de cogniciones, se aclaran conceptos, se proponen emociones y cogniciones, etc.). Por último, se lleva a cabo un ritual de finalización.

#### Técnicas

Una misma técnica puede ser utilizada en diversos momentos del proceso terapéutico con distintos niveles de profundidad en el trabajo. A su vez, cada técnica puede abarcar uno o más objetivos. Esto permite que un objetivo pueda ser abordado en diferentes momentos por distintas técnicas, enriqueciendo la elaboración y la profundidad de las temáticas propuestas.

La aplicación efectiva de estas técnicas requiere la presencia de ciertas condiciones básicas en el niño, como son la interrupción del abuso y su protección. Algunas necesitan, además, que el niño se encuentre fuera de crisis, en un contexto relativamente estable y controlado y(o) haber logrado ciertos objetivos previos, como puede ser el manejar el lenguaje emocional; haber alcanzado cierta capacidad de introspección, de reconocimiento y expresión de emociones; disminución de mecanismos de negación y minimiza-

ción, etc., de modo que el alcance y profundidad de la técnica sean el mayor posible. Luego, es necesario utilizar otras técnicas específicas destinadas, por ejemplo, a que el niño visualice y desarrolle potencialidades y recursos personales e internalice el autocuidado.

La aplicación de estas técnicas no considera ni aborda todos los objetivos necesarios de desarrollar para lograr una real elaboración y reparación del abuso sexual vivido, por lo que no deben entenderse como un manual de terapia a efectuar.

Las técnicas propuestas provienen de enfoques gestálticos y cognitivos, son de tipo compuestas, es decir, integran varias técnicas de carácter más general, destinadas a un mismo fin.

#### 1. Cómo vengo

Esta técnica gestáltica ha sido incorporada como un ritual de inicio a las sesiones de terapia, ya sean individuales o en terapia de grupo, y se utiliza en todas las sesiones a lo largo del proceso terapéutico. Consiste en un proceso de conexión consigo mismo, de toma de conciencia de la experiencia corporal de las sensaciones y emociones en la vivencia del aquí y el ahora.

Se les pide que cierren los ojos y utilizando la respiración consciente como impulsor de la conexión, se les invita a que recorran imaginariamente su cuerpo intentando reconocer las sensaciones corporales y emociones presentes. Una vez que han identificado tanto el estado corporal en el que llegan como el emocional, se les pide que respondan en una palabra ¿cómo vienen del cuerpo? y ¿cómo vienen del alma?

Es común que al inicio de este trabajo, cerrar los ojos y conectarse con la sensación y la emoción sea a lo menos amenazante, por lo cual se comienza enseñándoles la respiración profunda y pausada, acep-

tando, a la vez que explicitando, los mecanismos de resistencia presentes, la dificultad para cerrar los ojos, la risa, la inquietud motora, etc., mostrando paralelamente las ventajas de este trabajo a través del *modeling*.

También ocurre que en un comienzo las niñas tienden a decir simplemente *bien o mal*, por lo que se inicia un trabajo guiado en el que la terapeuta sirve de *espejo* para ayudarlas a aclarar la expresión verbal de las emociones, aprender y utilizar un lenguaje sensorial y emocional más amplio y adecuado que les permita contactarse consigo mismas.

En las niñas en que la capacidad de expresión verbal está muy disminuida, se utilizan otras formas de expresión alternativas a la verbalización como el dibujo, en el que luego de dibujar su estado físico y emocional, se les ayuda a interpretarlo y nombrar las sensaciones y emociones. También la terapeuta puede imitar corporalmente el estado anímico de la niña e intensificar posturalmente de modo de facilitar el reconocimiento y nominación de sensaciones y emociones.

En algunas ocasiones esta sencilla técnica puede constituirse en la apertura al trabajo central de la sesión, especialmente cuando induce a una descarga emocional intensa que requiere una importante capacidad de contención por parte del terapeuta, manifestada en una actitud de aceptación, tranquilidad y acogida que permita la fluidez de esos sentimientos. El trabajar con esta reacción emocional conecta muchas veces con temáticas centrales para el abordaje del trabajo del abuso, por lo que la contención emocional necesaria se acompaña de un trabajo cognitivo dirigido a la elaboración de dicha experiencia.

La aplicación de esta técnica en terapia de grupo puede constituirse en un proceso de aprendizaje para las niñas, quienes observan la actitud que la terapeuta tiene al

acoger a cada una de las participantes. La experiencia de los grupos en el centro muestra cómo, al inicio de los talleres, la reacción ante una niña que descarga sus emociones (como pena, rabia, vergüenza, etc.) es de incomodidad, ansiedad, evitación o desconexión, y cómo durante la intervención, éstas van siendo cada vez más capaces de acogerse entre sí mediante una actitud activa de acercamiento físico, empatía a través la expresión verbal, o una escucha receptiva acompañadas de expresión emocional. En este aprendizaje, el rol de la terapeuta se va tornando cada vez más periférico y menos protagónico. Este proceso repercute favorablemente en aspectos como la recuperación de la capacidad para vincularse, para valorar sus capacidades y recursos, para recuperar la sensación de poder y autocontrol, etc.

En un comienzo de la terapia, y dependiendo del desarrollo de la capacidad de identificación y expresión de emociones e ideas que presentan las niñas, es el terapeuta quien activamente propone, desde la empatía, sentimientos y cogniciones a la niña. En cierto modo, el terapeuta es quien tiene el *poder* de reconocer o interpretar en ellas su mundo afectivo y emocional, sin embargo, se trabaja para que sea la niña la que reconozca, identifique, nombre y exprese sus emociones de una manera activa. De este modo se promueve que se vaya apoderando de su sentir y de la capacidad de comunicarse, recuperando o, en algunos casos, comenzando a conocer el sentido de autocontrol y poder sobre su propio mundo afectivo, cognitivo y relacional, el que ha sido disminuido por las dinámicas del abuso de poder que ha vivido la niña en su vida.

La validación que hace el terapeuta de las emociones que la niña trae a terapia fomenta que ellas vayan creyendo en su sentir y adquiriendo una sensación de apoderamiento de sí mismas, siendo estos aspectos relevantes si se piensa en cómo sus emociones y sensaciones eran negadas y no validadas por el victimario o

incluso por la familia participante, en el caso de niñas que han sufrido abuso crónico o en aquellas que niegan el abuso.

La técnica del cómo vengo permite desarrollar la capacidad para identificar y expresar emociones, desbloqueando la percepción de las emociones y de las sensaciones corporales en el aquí y el ahora. Esto permite no sólo una mayor integración entre lo ideoaectivo y lo corporal en el presente, sino que facilita el ingreso al recuerdo de las emociones vividas en el pasado durante las experiencias de abuso para luego confrontarlas con las del presente, disminuyendo con esto los mecanismos de negación y minimización presentes en las experiencias de maltrato.

El énfasis que da la terapeuta al contacto con las sensaciones presentes (corporal y emocional) ha permitido que las niñas logren descubrir en ellas mismas fuertes mecanismos de disociación manifestados en la dificultad para reconocer emociones que socialmente son conceptualizadas como negativas. Es así como muchas de ellas habitualmente verbalizan estar alegres en los momentos en que sienten y expresan corporalmente tristeza, rabia, miedo, etc.

Por último, esta técnica apoya el proceso destinado al desarrollo de la capacidad para disfrutar y gozar con y a través del cuerpo.

## 2. Construcción de la línea de vida

Es una técnica gráfica para un trabajo especialmente cognitivo, utilizada en el proceso de diagnóstico y como actividad preliminar a un trabajo de mayor profundidad en la reconstrucción cronológica de su biografía. Permite a las niñas visualizar su vida, pues el tener frente a ellas el recuento de los hechos importantes, los cambios vividos, las experiencias gratas, y las traumáticas, las personas significativas, ya sean las que han participado como vínculos afectivos sanos o las que han

dañado, etc., les permite remitarse y entender el devenir de su vida, enlazando las vivencias del pasado, observando cómo un hecho influye en el siguiente, cómo el acto de cada persona a su alrededor la ha afectado y cómo toda esta suma de elementos constituye su modo de ser en el mundo.

Consiste en dibujar una línea temporal que comienza antes del nacimiento hasta la edad actual, en la cual se van anotando cronológicamente los hitos de acuerdo a lo que la niña considera, marcan su vida. La terapeuta contribuye a que recuerde las situaciones relevantes y aporta con antecedentes recolectados en las entrevistas psicosociales a la familia y los obtenidos de otras fuentes de información.

EL recordar y anotar los principales hitos de la vida de la niña apunta a la elaboración cognitiva del abuso, dado que le permite visualizar y clarificar las múltiples manifestaciones de maltrato de las que ha sido víctima (abuso, desprotección, abandono, maltrato físico y psicológico).

Por otra parte, incluir en el trabajo a las personas que han ejercido algún tipo de maltrato y a las que han estado presentes o ausentes en su rol protector le permite acceder, en un primer acercamiento, a su necesidad de protección y a los conceptos de niña víctima y su diferencia con el rol de agresor. Esto contribuye a que disminuya la confusión cognitiva creada al vivir en un ambiente en el cual los valores y las creencias han permitido que ella sea abusada.

Paralelamente, aborda la dimensión emocional, puesto que el visualizar en una imagen todas las vivencias traumáticas presentes en su historia de manera integrada, cumple la función de intensificación, lo que contribuye a disminuir la negación, la minimización y a aumentar la conexión emocional. Además, permite integrar las vivencias y relacionar experiencias, comprendiendo la influencia de

unos hechos en otros y las consecuencias que esto ha tenido en su vida.

Si bien la línea de vida es utilizada primeramente para visualizar, focalizar e intensificar vivencias de maltrato y abuso, se suele utilizar también para que la niña perciba a las personas que han resultado protectoras y las vivencias positivas, lo que permite identificar los recursos personales y contextuales, sirviendo de antecedente para la reconstrucción de un nuevo yo, con conciencia de necesidades y potencialidades. Así, el trabajo con la línea de vida puede continuarse en una etapa posterior del proceso terapéutico, en la cual se elabora un proyecto de vida, tomando a la niña como un ser más activo, capaz de imaginar y de elegir su bienestar (en la medida de lo posible).

### 3. Cuentos

Es una técnica cognitiva que permite integrar de una manera condensada una variedad de ideas, creencias y valores, permitiendo la reestructuración y clarificación de las mismas. Propone nuevas actitudes, conductas y sistema de valores y facilita al niño el aprendizaje simbólico de nuevas formas de enfrentamiento y resolución de conflictos. Permite la identificación del niño con los personajes y el envío de mensajes a una esfera no consciente, facilitando el manejo de las resistencias a través de la elaboración indirecta de situaciones complejas. El cuento, además, confronta al niño directamente con emociones y valores humanos universales como el amor, odio, miedo, ira, soledad, sentimientos de aislamiento, inutilidad, carencia, respeto, solidaridad, etc.

Se trabaja a partir de diferentes cuentos: los existentes en la literatura, los creados para la elaboración de una temática particular y los contruados en conjunto con la niña. Se utilizan en distintas fases de la terapia de acuerdo a los objetivos que se persigan, pudiendo ser usados de manera individual o colectiva. Un mismo

Se puede facilitar el logro de distintos fines (elaboración de temáticas, evaluación, etc.).

Se lee el cuento a la niña y luego se le pide dibujar lo significativo para ella y comentarlo, asociar con sus vivencias personales, identificar las enseñanzas o moralejas y asociarlas a su vida, etc.

- a. Un cuento que se utiliza generalmente y al inicio de la terapia es "El Pájaro del Alma" (Mijal Snunit)

Se invita a la niña a escuchar el cuento (sin usar las ilustraciones) y se le pide que esté atenta, pues luego dibujará lo que fue más significativo del cuento para ella. El dibujo es fuente de expresión y discusión como también material de evaluación para el terapeuta.

Se invita al niño a reconocer sus emociones utilizando el lenguaje propuesto por el cuento, el que luego se incorpora como lenguaje común, utilizándolo frecuentemente en las sesiones terapéuticas (incluso incorporándolo a la técnica del cómo vengo).

El trabajo con este cuento permite validar la vivencia de todas las emociones (agradables, desagradables, socialmente positivas o negativas) generalizándolas como un fenómeno universal. Esto favorece el desarrollo de los procesos de introspección, apoyando el trabajo de entrega de herramientas para una adecuada expresión de emociones y disminuyendo la actuación impulsiva de ellas.

Se utiliza también como un trabajo de reconocimiento de las situaciones que generan o están asociadas a emociones básicas. Se promueve el que la niña recuerde situaciones que le han provocado mucha pena, alegría, miedo, etc., apoyándola en que se centre en experiencias significativas. Posteriormente se escriben en una sola hoja de modo de darle a la niña una visión de conjunto. Generalmente, al con-

sultar acerca de la situación que ha generado mayor tristeza, rabia, miedo o vergüenza, aparecen las vivencias de abuso y maltrato, por lo que este instrumento también se utiliza como impulsor en la elaboración del tema focal de la terapia.

El promover la aceptación de sus emociones resulta especialmente relevante en las vivencias de abuso, por cuanto las niñas experimentan muchas e intensas emociones, algunas aparentemente contradictorias o inaceptables desde los patrones sociales y familiares habituales. De esta manera, se disminuyen los mecanismos de negación, se elaboran las confusiones y ambivalencias emocionales, lo que favorece la integración ideoaffective.

Además, lo anterior se utiliza como técnica para un trabajo individual en la niña (fuera de las sesiones de terapia). Esto sirve de conexión entre una y otra y transforma el reconocimiento de emociones en una actividad cotidiana. Se pide a la niña que identifique las emociones vividas durante el día: "antes de dormir pregúntale a tu pájaro del alma qué cajoncitos abrió durante el día". Se puede trabajar con un cuaderno personal en el cual se escriban y dibujen dichas emociones.

- b. "La Artista" (Helena Sepúlveda, terapeuta familiar)

Es un cuento adaptado por las terapeutas, que se utiliza generalmente y en momentos avanzados de la terapia y está dirigido a trabajar el tema de la autoestima.

Se lee un cuento a la niña en el cual se le muestra, en un lenguaje fácil de entender, una metáfora dirigida a comprender cómo la autoestima de una persona puede ser intensamente dañada como consecuencia del maltrato recibido. En este argumento se transmiten las ideas de reparación relacionadas a la adquisición del poder, habilidades y capacidades, y con ello, la recuperación de la confianza en sí misma y la autovaloración.

Después de leer el cuento se elaboran preguntas dirigidas a contactarse con su autoimagen, asociarla a vivencias personales del abuso y maltrato y a reconocer sus dones y cualidades, recuperando así la capacidad para creer en ellos.

Este cuento puede ser reutilizado en una etapa de finalización, con el objetivo de facilitar la exoneración del agresor, puesto que se agregan al argumento central elementos tentativos que ayuden a la niña a elaborar y comprender las variables que permitieron o motivaron la agresión, apuntando a la violencia social y transgeneracional.

Por otra parte, se muestra a la niña los riesgos de que la exoneración del agresor se acompañe con una actitud protectora de ella hacia los adultos que la desprotegeron o agredieron directamente, aclarándole que la posibilidad de cambio consiste en que éstos pidan o acepten la ayuda de otros adultos capacitados para ejercer este rol.

- c. "El Reino Bajo el Mar" (Helena Sepúlveda)

Es un cuento que se utiliza en las sesiones de cierre y que está dirigido a evaluar el logro de objetivos del proceso de intervención por la terapeuta y la niña, valorando toda la terapia como un proceso de aprendizaje y de experiencias de vínculos afectivos sanos. Contribuye a la elaboración del proceso de separación de la niña y terapeuta, y a la validación de todas las vivencias afectivas, corporales y cognitivas presentes durante el trabajo. Se refuerza el reconocimiento e internalización de los recursos potenciados en ella.

Después de leer el cuento se elaboran preguntas dirigidas a: asociarlo a vivencias personales del abuso y maltrato, reconocer emociones, identificar personas significativas y contextos que la ayudaron en el proceso reparatorio, revisar el

aprendizaje de conductas autoprotectoras, y evaluar la percepción de protección y seguridad del ambiente familiar, etc.

El trabajo con el cuento introduce la evaluación de todo el proceso de intervención psicosocial. Es así como esta revisión permite, por una parte, que la niña visualice sus avances y el desarrollo de sus habilidades y capacidades, lo que transmite una sensación de crecimiento y empoderamiento; y por otra, al recordar las condiciones personales y contextuales en las que ingresó, en comparación a las mismas durante el proceso de cierre, propicia la evaluación de los objetivos dirigidos a la interrupción sostenida del abuso y la recuperación de vínculos protectores.

#### d. Cuentos creados por el niño

Otra forma de trabajar con la niña es solicitarle que invente una historia, utilizando temáticas generales o particulares, y luego, es el terapeuta quien cuenta su propia versión, usando los mismos personajes pero ofreciendo un nuevo desenlace. Lo anterior permite reencuadrar las situaciones visualizando otras alternativas en la comprensión y resolución de problemas, aportando al desarrollo de la empatía, puesto que se promueve el reconocer una gama de variables y motivaciones tras las conductas y actitudes de las personas. Además, favorece el desarrollo de la creatividad como habilidad necesaria para la solución adecuada de conflictos.

#### 4. Cartas

Es una técnica gráfica, basada en la teoría Gestalt que permite organizar ideas y sentimientos en torno a la experiencia de abuso, la imagen del agresor y de personas relacionadas con el trauma, ya sea por visualizarlas como figuras protectoras o negligentes.

Consiste en la elaboración de una carta a una persona significativa. Las instrucciones pueden variar, sin embargo resulta

imprescindible señalarle que concentre su atención en la imagen del destinatario y la historia vivida en conjunto, que escriba la carta diciéndole a la persona cómo se siente con lo que pasó entre ellos, sin reprimir su expresión en el lenguaje.

Se utiliza generalmente en una etapa intermedia o avanzada de la terapia, dependiendo del destinatario y del rol que jugó la persona en la dinámica del abuso. En todos los casos, es necesario que las niñas hayan alcanzado un nivel de elaboración y expresión de pensamientos y emociones asociados al trauma.

Las más comunes son las cartas dirigidas a la madre, quien frecuentemente participa de la dinámica del abuso ya sea permitiéndolo, ocultándolo, negando sus consecuencias, desprotegiendo a la niña o alineándose con el agresor. Se realiza esta carta cuando la niña es capaz de visualizar la desprotección y desplazar parte de la responsabilidad de la agresión en la madre. La elaboración de cartas al agresor se utiliza en un proceso posterior de la terapia, una vez que la niña ha logrado hablar del trauma sin revivir la experiencia y cuando es capaz de canalizar las emociones en un material escrito. Este trabajo sólo es posible cuando la niña ha superado la sensación de desprotección y amenaza, se siente viviendo en un ambiente protegido y percibe el espacio terapéutico como un contexto de mucha seguridad y resguardo.

Se utiliza además, como forma de evaluar el proceso de cambio cognitivo con relación a la adjudicación de la responsabilidad de la agresión en el perpetrador y en las personas que no lograron proteger, y, al mismo tiempo, se usa para poder expresar las ambivalencias de haber sido partícipe de la experiencia de abuso. Permite reforzar el proceso de victimización y superación de la culpa y, en una etapa posterior, la exoneración del agresor.

Es de especial utilidad cuando las figuras

significativas no participan en el proceso terapéutico, por la posibilidad de expresión y comunicación que brinda, y la niña no tiene contacto con ellos. La carta logra que la niña pueda comunicarse con ellos como si éstas estuvieran presentes, propiciando una gran descarga emocional sin el riesgo de una nueva agresión. Algunas cartas son sólo un material de trabajo en sesión, otras se entregan a los destinatarios y en algunos casos éstos responden, por lo que a veces es posible trabajar con cartas que los padres u otras figuras significativas les envían.

Lo más importante del proceso de construcción de la carta es que la niña pueda leerla en voz alta durante la sesión, en una forma y pose asertiva y con todas las modalidades afectivas en su tono y expresión, esto con la función de ir integrando al contenido la vivencia emocional. Además se acompaña de un análisis posterior de lo que la niña escribe, en función de revisar los contenidos en el nivel cognitivo que permita revisar y reforzar el cambio de creencias y valores.

#### 5. Construcción del libro de vida

Consiste en la elaboración de la historia de vida a través de la integración de técnicas gráficas y verbales que abordan los ámbitos corporal, emocional y cognitivo. Consiste en la reconstrucción cronológica de la historia a través del recuerdo detallado de los hechos que marcaron cada etapa de vida, permitiendo la elaboración en profundidad de las vivencias que han constituido la personalidad de la niña en las áreas afectiva, social y cognitiva. Finalizado el trabajo, la niña queda con un producto tangible, el libro de su vida, el cual puede revisar teniendo acceso a notas e imágenes.

Esta técnica se trabaja por un tiempo prolongado, puesto que la elaboración de cada etapa de vida requiere de varias sesiones en las que se consideran de manera profunda una serie de hitos significativos.

La aplicación de esta técnica comienza con una relajación corporal básica para la realización de una imaginación dirigida a reconstruir cada etapa particular de la vida (antes de nacer, etapa de lactancia, preescolar, escolar, púber o adolescente) a través de recuerdos, percepciones subjetivas o antecedentes entregados por familiares. Se pueden utilizar fotografías, juguetes, etc., para evocar recuerdos e imágenes del pasado.

En ocasiones se le pide a la niña que prepare la siguiente sesión recolectando información con sus familiares acerca de los antecedentes que desconoce, de esta forma también se promueve el diálogo y el vínculo mediante la participación indirecta de los adultos significativos.

Se dirige el trabajo a reconstruir la historia de violencia y abuso de las que han sido víctimas, reconociendo manifestaciones de violencia física, psicológica y sexual, vivencias de desprotección, negligencia y abandono, pérdida y otras situaciones traumáticas. También se consideran situaciones positivas, vivencias agradables, personas significativas, etc. El recuerdo de buenas experiencias también puede incluir a las figuras significativas que desprotegeron y/o maltrataron, incluso se puede incluir al abusador, puesto que así es posible elaborar ambivalencias y diferenciar las situaciones en las que protegieron y en las que dañaron.

Posteriormente, se pide a las niñas que grafiquen las situaciones más significativas. Una sesión muy relevante es en la cual se pide recordar y dibujar la o las experiencias de abuso sexual, incluyendo al agresor.

En algunas ocasiones se pide a las niñas que construyan frases que transmitan el mensaje que hubieran necesitado que les dijeran los adultos encargados de su protección. Ej.: "Nunca te abandonaré"; "No voy a permitir que te hagan daño", etc.

Luego se les invita a elaborar la experiencia comentando su dibujo y la frase elegida, y la terapeuta interviene a través de un diálogo intencionado. Se dirige la intervención a identificar cómo estas experiencias la han afectado en su vida y personalidad actual.

Las cartas son una técnica integrada a la construcción del libro de vida.

A través del trabajo con esta técnica, se analiza de manera intensa y profunda el abuso sexual, accediendo a los detalles de las experiencias abusivas por parte del agresor y los que desprotegeron. Contribuye a hacer consciente las dinámicas presentes en la familia, tanto las que existían previo al abuso: la parentalización, triangulación, coalición y alianzas, como las que lo caracterizan. Es así como se descubre la presencia del secreto en la familia, las formas de participación en el abuso del resto de los miembros, la forma de seducción, engaño o intimidación del agresor, los beneficios secundarios al abuso, el distanciamiento con la figura protectora no agresora, los cambios en su mundo relacional, las condiciones ambientales que permitan el abuso, etc. Además, se vuelve a explorar en detalle la experiencia concreta y particular del abuso, su duración y su frecuencia, las fantasías, sentimientos y emociones presentes y las consecuencias asociadas. Esto implica abordar temáticas como la confusión entre sexo y amor, los límites físicos y emocionales, las conductas sexuales, la identidad sexual, etc.

La etapa final en la elaboración de este libro puede ser utilizada para la reconstrucción de un nuevo yo, que puede actuar sobre el mundo desarrollando un proyecto de vida. Esto se facilita al revisar la historia, reconociendo las necesidades, los recursos, las potencialidades, las experiencias positivas, etc.

Cor. Jones

Dado que es tarea de cada equipo el cómo ejecuta los objetivos y cumple con las orientaciones técnicas entregadas por SENAME para el desarrollo de procesos de intervención, se considera que este trabajo constituye un aporte en la medida que facilita el quehacer del terapeuta en el trabajo de reparación del niño, entregando herramientas que han sido adaptadas e integradas de manera específica para el tratamiento con víctimas de abuso sexual.

Para la reparación de las niñas víctimas de abuso sexual, es esencial trabajar la elaboración del abuso en los ámbitos cognitivos emocional y corporal. Por este motivo se eligieron cinco técnicas que abordan de manera efectiva más de uno de estos ámbitos: *Cómo voygo*, *Línea de vida*, *Cuentos*, *Libro de vida* y *Cartas*.

Una técnica permite abordar más de un objetivo específico para la reparación del abuso sexual y más de un objetivo general a los procesos terapéuticos. Cada técnica se puede reutilizar en distintos momentos del proceso terapéutico, logrando un mayor nivel de profundidad.

Es necesario para la aplicación de ellas, condiciones básicas previas como la interrupción del maltrato y el logro de un nivel de estabilización de las crisis emocionales.

El material gráfico, resultado de la aplicación de las técnicas, permite a la niña, la terapeuta y al equipo interdisciplinario, clarificar y ordenar la información necesaria que guía la intervención, así como los recursos y las personas significativas que se constituirán en el foco de la intervención psicosocial y sociojurídica. También permite visualizar los conflictos recurrentes en el proceso, los aspectos que requieren de mayor énfasis, y los aspectos que faltan por abordar.

Las técnicas propuestas permiten efectivamente abordar los objetivos para la reparación del abuso sexual y, de acuerdo a la planificación establecida, se logra ir avanzando a un mayor nivel de profundización en la elaboración del trauma. Esto debido a que una técnica (que apunta a objetivos anteriores o más generales) puede utilizarse como un trabajo preliminar a otra (que aborda un objetivo más específico y de mayor profundidad).

Estas técnicas favorecen una participación activa en la niña (empoderamiento), pues se promueve a que ellas sean las que sistematizan sus procesos de elaboración, permitiéndoles visualizar sus propios avances al contar con material gráfico.

Ps. Ximena Montero Miranda

Ps. Ximena Navarro Coydán