La historización en el tratamiento con "MORENÁ"

Victoria Font Saravia[1] (2018)

Pablo, un niño de 10 años, fue traído a la consulta por problemas de sueño, los que comenzaron luego de un accidente automovilístico, en el que Pablo dormía al chocar el auto en el que viajaba con su familia. A mitad de la noche despierta, se siente solo y se dirige al cuarto de los padres, donde duerme en un colchón en el piso. Al momento de la consulta hacía ya un año y tres meses que esto sucedía. En ocasiones dormía en el cuarto de sus hermanas. Anteriormente, consultaron con una terapeuta y luego de un año sin cambios en el sueño, decidieron hacer otra consulta; así es que conozco a Pablo.

Los padres lo describen como un niño cariñoso, vulnerable, susceptible, bueno y obediente. Ha tenido algunos episodios de crisis de angustia con palpitaciones, en las que se asusta y refiere no poder respirar.

Desde un comienzo se mostró muy colaborador e interesado en poder dormir mejor ya que se sentía muy frustrado. Las sesiones transcurrían jugando, actividad que ambos disfrutábamos muchísimo. Hacíamos partidos de ping pong interminables mientras conversábamos, también dibujaba o construía personajes con pequeños bloques encastrables. Pablo disponía su imaginación al servicio del juego creativo y así se enriquecía nuestra experiencia compartida.

"Es jugando y quizás solamente cuando juegan que el niño o el adulto pueden mostrarse creativos" (D.W. Winnicott, "Realidad y Juego", 1971).

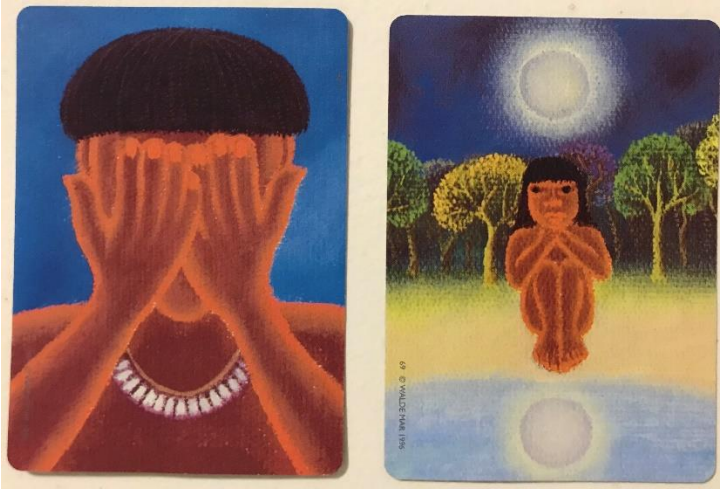
Durante nuestros encuentros, hablábamos abiertamente sobre sus miedos y las fantasías asociadas a estos; a medida que pasaban los meses, Pablo iba ganando más confianza y seguridad en sí mismo. Y paulatinamente, fue logrando dormir en su cuarto, siendo cada vez más los días en los que no se despertaba angustiado de noche. Luego de unas vacaciones, hubo un retroceso: Pablo se sentía ansioso, con

---

[1] **Victoria Font Saravia** es Lic. en Psicología. Vicepresidente y miembro fundador de **IARPP Buenos Aires** (Asociación Internacional de Psicoanálisis y Psicoterapia Relacional).
Junto a Yanina Piccolo brinda talleres de *Cartas Asociativa OH* en Buenos Aires, Argentina.
Coautora del **libro** "Psicoanálisis Relacional. Una nueva mirada, una nueva práctica", ed. Letra Viva 2021 y del **libro** "Alianzas entre pares", ed. Conjunto 2020. https://www.linkedin.com/in/victoria-font-saravia-99151715/

miedos de todo tipo y comenzó a despertarse nuevamente de noche con mucha angustia.

En las sesiones que siguieron, conversamos sobre sus vacaciones, expresó cómo se sentía y al escucharlo, tomé las tarjetas asociativas **Morená**[i]. Pedí a Pablo que eligiera una imagen que reflejara cómo se sentía al despertarse de noche y otra que reflejara cómo le gustaría sentirse. Pabló eligió las siguientes imágenes:



Dice: "*Cuando me despierto a la madrugada estoy así (se agarra la cabeza) ¡¡no me puedo dormiiiir!!*"

Tomando la segunda imagen dijo: "*Esto es lo que me gustaría sentir: que puedo estar solo y sentirme acompañado*". Justamente esta fue una *frase-guía* que utilizamos en el tratamiento. (Pablo realizó un dibujo que lo representaba *calmo* y *solo* durmiendo en su cama, que lo acompañó en el proceso de lograr dormirse y permanecer tranquilo si despertaba de madrugada).[ii]

El sentimiento de soledad lo invadía de tal modo, que en esos momentos se olvidaba que estaba en su casa con su familia; en cambio, se sentía "solo en el mundo". El miedo no le permitía recurrir a las representaciones de calma que había internalizado previamente, lo que provocaba que se sintiera sumamente vulnerable. Gran parte del tratamiento se centró en el fortalecimiento de su yo para lograr autoafirmación y confianza en sí mismo.

Debido a que Pablo disfrutaba mucho de imaginar historias, le pedí que imagine una historia que lo llevara desde la primera imagen elegida hasta la última.

Ordenó las imágenes de la siguiente manera, de izquierda a derecha:

Y relató la siguiente historia:

"Un chico no podía dormir y una mañana se fue a caminar, después se acostó y empezó a pensar en lo que le pasaba. Un día conoció a una chita, la vio y pensó que era bueno. Se fue haciendo amigo de esta chita y se hizo su mascota. El empezó a dormir en las noches con ella y empezó a irle mejor porque dormía bien con su chita. Pero un día la chita desapareció. Él se sentó y dijo "¿Cómo voy a poder dormir sin mi chita?". Seguía pensando… y un día conoció a una chica que le dijo lo que estaba pasando: le dijo que la chita lo había ayudado, pero que ahora se imagine que estaba a su lado, para dormir bien. Al chico le fue mejor y desde ese día todo estuvo bien, encontró a la chita y durmió bien con y también sin ella. En la última tarjeta durmió bien y se siente bien."

Luego del relato, conversamos con Pablo sobre su historia y las imágenes, recordamos las noches en las que dormía con sus hermanas y también cuánto había ido mejorando su sueño.
En un momento, recordó que de más chico tenía un muñeco muy querido con el que dormía. Y manifestó que de la historia podría tomar el consejo que la chica le dio sobre la chita, *"que recuerde a la chita".*
Mi sensación era que Pablo no estaba pudiendo contar con sus recursos, aquellos que ya había construido e instalado luego de un año de tratamiento. La historia con las tarjetas **Morená** le posibilitó recuperarlos y fortalecerlos.
El espacio terapéutico funcionó como espacio potencial, transicional -donde se da el juego creativo- que describe la posibilidad de utilizar las provisiones del entorno para el fortalecimiento interno y para conseguir una sensación de dominio subjetivo sobre el mundo externo. Pablo y yo trabajamos en esa área que Winnicott denominó "área de ilusión", donde lo que sucede es real, pero es creado por ambos: terapeuta y paciente.
Luego de dos semanas, Pablo logró volver a dormir bien y tres meses más tarde di por finalizado el tratamiento.

[i] Egetmeyer Moritz, Tarjetas asociativas "Morená", "OH Institute", Alemania. www.oh-cards.com
Las tarjetas "Morená" fueron creadas por un artista brasileño, Walde Mar de Andrade e Silva, quien vivió con la tribu Shingu, a la cual pertenecía su abuela, en la selva amazónica. Este mazo cuenta con 88 imágenes de la vida en tribu que muestran diversas situaciones de la vida cotidiana. Incluye, además, otras 22 láminas de huellas sobre la arena. Morená quiere decir "lugar de origen" y sus imágenes invitan a imaginar historias.
[ii] Winnicott en "La capacidad para estar a solas" de 1954, describe el logro que significa en desarrollo del individuo, estar solos en presencia de alguien.