

La escucha del sufrimiento emocional en la infancia. ¿De qué hablamos cuando hablamos de escuchar?

Sara Fernández Wolf

Según la corriente psicoterapéutica, la escucha se entiende de diferentes maneras. La escucha psicoanalítica es la escucha del inconsciente que busca rescatar el deseo que se expresa de forma encubierta. En Gestalt, por su parte, hablamos de la escucha del fondo que sirve de soporte a la figura. Ambas escuchas implican un leer entre líneas.

Pensar en la escucha nos lleva a considerar sus diversas formas, que son: verbal, paraverbal y corporal-gestual. Pero ¿qué es lo que realmente define la escucha? Podríamos entenderla como una actitud de receptividad hacia el Otro, el mundo y todo lo que nos rodea. Por contraste, podemos vivir sordos, no receptivos hacia el exterior.

La escucha gestáltica lleva implícitos el respeto y la apertura a lo que una persona nos intenta transmitir con todo su ser. Escuchamos lo que desea decir y también sus contradicciones. Lo que dice con la palabra y niega con el gesto. El silencio. Escuchamos para comprender. Escuchamos para acompañar. Escuchamos para que el otro se escuche. Y, por supuesto, escuchamos para calmar la angustia, para que se transforme y pase de ser insoportable a tolerable.

La escucha en la relación con menores

La escucha de niños y niñas requiere un plus de cuidado. Tenemos que rescatar lo que les preocupa sin asumir que vaya a coincidir con

lo que le preocupa a la familia, ni dar por hecho que son capaces de expresarlo verbalmente, tal y como lo haríamos las personas adultas.

Muchas veces, los niños y las niñas sienten con intensidad, pero no logran expresar sus emociones con palabras. Para poder hacerlo, necesitan que alguien los escuche y los interprete, que hable con ellos sobre lo que «les está pasando». Esta es una de las tareas de la crianza: ajuste, acompañamiento y devolver vía lenguaje lo que se expresa de forma paraverbal para ir configurando el yo, para enseñar a hablar y a pensar sobre lo que sentimos.

De alguna manera, siempre somos «la mamá terapeuta» o «el papá terapeuta», incluso para los adultos; siempre nos encontramos con afectos que han estado sin voz y que necesitan un acompañamiento para poder dar el paso de desenterrarlos y elaborarlos. Así, en la infancia y en la adolescencia es cuando más sucede esto. El miedo a perder el cariño de quien se depende es profundo. La batalla entre desear despegarse y continuar sintiéndose protegidos es muy intensa, y cada victoria supone nuevas conquistas y dejar atrás miedos primarios.



© Inma Latorre

Para poder avanzar, necesitan una base segura: la confianza de que no dejarán de ser queridos por desear hacer algo distinto o algo más que estar siempre unidos.

Un ejemplo de escucha: Enrique y la turbulencia

Enrique es un ejemplo de un comportamiento cada vez más común en los niños, especialmente en varones, aunque no exclusivamente. Adoptado junto con su hermana a una edad temprana, mostró desde pequeño una marcada inquietud motriz, problemas para dormir e incapacidad de calmarse, incluso estando en brazos, lo que llevó a sus padres a consultar con salud mental infantil desde la edad de tres años. Su inquietud se

hizo aún más evidente cuando ingresó en la guardería. Ahora, con cinco años y medio, llega a mi consulta.

La escucha a los padres

Cuando conocí a los padres de Enrique, noté que estaban visiblemente irritados y ansiosos, enfocados en que su hijo se calmara.

La conducta como *figura*: el motivo de consulta giraba exclusivamente en torno al comportamiento de Enrique. Este enfoque no solo hablaba de él, sino también de la dificultad de sus padres para explorar los motivos o los afectos subyacentes que daban lugar a esas actitudes. Su angustia era evidente, pero se mostraron incapaces de expresar sus sentimientos durante las sesiones.

Les preocupaban varias actitudes del hijo:

- A. Que siempre tenía que estar moviéndose y hablando, o comiendo. No paraba quieto desde que se levantaba.
- B. Su necesidad de estar acompañado para estar tranquilo y hacer cualquier tarea, escolar o de otro tipo.
- C. Su comportamiento hacia los padres, que muchas veces lo ponía en peligro. Había sufrido varios accidentes en el centro escolar, tratando de llamar la atención de sus compañeros.

Me llamaron la atención las interpretaciones que hacían la madre y el padre acerca de las actitudes de su hijo (cómo escuchaban la inquietud, la dificultad para dormirse, la necesidad de contacto tanto para vestirse como para hacer sus fichas o jugar), y el borrado del *significado afectivo* que hacían de sus comportamientos y angustias de separación. Desconocer, borrar la subjetividad de una persona, es como vaciarla, transformarla en una cáscara comportamental. Es desconocer la subjetividad del niño.

Una tarea de los padres es, justamente, intentar comprender lo que los hijos expresan, pues de esta escucha depende también la respuesta que le dan. En la respuesta va implícita la imagen que le reflejan a la criatura. La imagen que recibía Enrique era la del niño demandante, maleducado y vago que está siempre *esperando a que alguien le haga las cosas*. Cualquier signo de sufrimiento estaba borrado, negado.

Sabemos que toda demanda es una demanda de amor. Si la demanda es recibida como una provocación, la devolución es hostil y la imagen de sí misma que se haga la persona da como resultado en imagen devaluada de sí. Yo escuchaba a unos padres angustia-

dos, que negaban tanto su propia angustia y sufrimiento como los del hijo. La madre lo hacía desde el agotamiento, el padre desde una marcada disociación del afecto, viviendo las dificultades del hijo como una afrenta. Era burlón y despectivo. Podía tener hacia el hijo comportamientos agresivos de los que no era consciente.

La escucha de Enrique

Enrique sí era capaz de establecer vínculo. Mostraba inquietud notable, pero también capacidad de observación, de atención y de escucha. Comunicativo, me explicó que sabía el motivo por el que tenía que venir: «*Porque soy malo*». Esta declaración *revelaba un narcisismo herido, devaluado*, porque no había logrado el afecto del otro ni tampoco gestionar sus propias emociones.

También era capaz de jugar, pero presentaba muchas interferencias cuando se aproximaba a asuntos que resultaban para él conflictivos, como comer y pelear. Entonces, aumentaba su inquietud, pero, sobre todo, entraba en confusión, cortaba el juego y aparecían así los comportamientos disruptivos. Buscaba el contacto físico y se desbordaba: quería morder, pegar, hacer daño. Alternaba momentos de despliegue de fantasía con momentos regresivos en los que se acurrucaba en posición fetal y se chupaba el dedo.

Cualquier juego que armaba, ya fuera con animales, con objetos o con coches, quedaba arrasado por los estímulos que llegaban de fuera. Entonces, los animales enloquecían y empezaban a pegarse o picarse unos a otros en cadena y sin parar. El juego solía terminar con un escenario arrasado. Enrique escenificaba así situaciones traumáticas vividas en y desde momentos tempranos: la ola de excitación que no podía contener y la desolación en la que se quedaba internamente. El mundo exterior se volvía repentinamente hostil.

La angustia vivida en momentos tempranos no tiene representación posible si no es con el acompañamiento y la asistencia de una figura tutelar. Despierta emociones intensas de rabia y deseos de destruir, y esos sentimientos sí se pueden escindir y proyectar. Me puedo defender de lo que está afuera, pero no de lo que está adentro. A cambio, la realidad se vuelve hostil y amenazante y el contacto con esta se ve dañado, se vuelve inestable.

Cuando le pedí a Enrique que me explicara las causas de la agresividad de uno de los animales del juego, a continuación me manifestó que «estaba enfadado porque tenía hambre». Esto me sugirió que el contacto que estábamos teniendo lo ayudaba a contenerse, a organizarse mejor y a unir lo que sentía con lo que podía pensar. La psicoterapia duró un año y tres meses, con cambio a frecuencia quincenal antes del año. Durante casi todo el primer año de terapia, mi labor fue acompañar a Enrique y brindarle contención, especialmente cuando la excitación lo desbordaba. Escuchaba su turbulencia como una expresión de desesperación y lo calmaba: «Sí, hemos pasado mucho miedo, pero ya pasó, la tormenta ya se va». Luego, curábamos a los animales que habían quedado heridos, para que volvieran a jugar. Una vez y otra vez.

Una sesión significativa poco antes de cumplirse el primer año

Hubo una tormenta tremenda que arrasó todo, tiró a todos los animales por los aires. Propuse que les hiciéramos un refugio, y lo hicimos sobre la tapa de la caja donde guardábamos las figuras de animales. Entonces todo empezó a moverse en la tapa. «¡Hay un terremoto!», le dije. «¡No! ¡Es el viento!», dijo él, y siguió agitando la tapa/casa hasta que no quedó nada en pie. Luego, un avión des-



© Ximena Conesa

pegó y se cayó. Sus esfuerzos por escaparse no dieron resultado. Seguimos los dos capeando la tormenta. En un momento, la tormenta comenzó a transformarse en un ritmo. Lo seguimos juntos, y él simuló tocar un instrumento de percusión. Logró salir de su desorden y establecer un ritmo. Un ritmo representa algo estable, lo cual nos sugiere que encontró (o creó) un punto de apoyo interno al cual aferrarse. Desde el caos y la desesperación, con el acompañamiento y la escucha adecuados, pudo avanzar hacia un estado de estabilidad y disfrute. La contención emocional facilitó esta transición y lo ayudó a construir este equilibrio interno.

Una de las últimas sesiones antes de despedirnos

Un gato llegaba a una casa y se entusiasmaba con el biberón y con las frutas que encontraba allí. Y bebía ávidamente del biberón. Enrique me dio una marioneta para representar a la dueña de la casa y yo le dije que estaba muy contenta de que ese gatito hubiera venido a mi casa, que lo esperaba desde hacía mucho tiempo. Representaba así su llegada a una nueva familia y su avidez afectiva.

Entonces me pidió que cogiera la otra marioneta, que era una amiga de la dueña, que era la que sabía cómo pensaban los gatitos y «me iba a traducir» todo lo que el gatito hacía. Por ejemplo, cuando el gato tiraba el biberón, la dueña decía: «¿Es que es tonto?». Y la amiga, que le leía el pensamiento al gatito, decía: «No, no es tonto, es pequeño».

Así, apareció claramente lo transferencial: yo era para él la que lo reconocía, la que reconocía su ser, sus afectos, la que le daba una imagen diferente de sí mismo y aliviaba la herida narcisista. La que le explicaba a la

madre cómo era Enrique y cómo se sentía. Enrique me dejó una espléndida definición de lo que es escucha a los niños: la de «leerles el pensamiento».

La escucha a la madre

Era una madre agobiada que intentaba contener la angustia vía operativa. Sin embargo, era también una mujer afectuosa, que se comprometió con el tratamiento y acudía a las sesiones para llevar al hijo y también a las suyas individuales. Juntas, pudimos ir más allá de lo comportamental y rescatar el sufrimiento del hijo y el suyo propio. El padre, por lo contrario, nunca asistió a las sesiones.

Su último relato fue conmovedor. Había llevado a Enrique a su lugar de trabajo, para que sus compañeras lo conocieran. Al principio, él estaba contento, pero en un momento ella lo sintió asustado: observó su cara, sus gestos, captó su tensión y su sufrimiento. Entonces se agachó, lo abrazó y le dijo: «Ya está bien de tanto lío, ¿verdad, hijo? Tú y yo nos vamos para casa».



**Sara
Fernández
Wolf**

Licenciada en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid, especialidad de Psicología Pedagógica y Clínica.

*Miembro titular, didacta y supervisora por la Asociación Española de Terapia Gestalt (AETG). Psicoterapeuta Gestalt reconocida por la F.E.A.P. Creó hace más de treinta años la primera comisión de trabajo de la AETG para reflexionar sobre la psicoterapia Gestalt aplicada a niños y adolescentes y promover la intervención de los psicoterapeutas gestálticos en este ámbito. Imparte la formación posgrado de Gestalt aplicada en Infancia y Adolescencia, cuyo programa ha sido avalado por la AETG a psicoterapeutas Gestálticos, psicólogos y psicólogas y profesionales que trabajan con menores. Participa en los programas de formación de psicoterapeutas en diversas escuelas de Terapia Gestalt y es docente colaborador en la Escuela Umayquipa de Madrid. Desde 2008 colabora habitualmente con entidades dependientes de la diputación de Vizcaya en talleres de formación de profesionales que intervienen con niños adoptados y en acogimiento, y supervisando la intervención de los equipos que trabajan con mujeres víctimas de violencia de género y con menores. Ha publicado diversos artículos en la revista de la AETG y es coautora del libro *El Oficio que habitamos*, editado por Ángeles Martín. (Ed. Desclée De Brouwer).*