

COMUNICACIÓN BREVE

Psicopayasos: propuesta de modelo de payaso terapéutico para grupo de psicoterapia

Psychoclowns: proposal of therapeutic clown's model for psychotherapy group

Lic. Eduardo Montoya Pérez

Hospital Infantil Norte "Dr. Juan de la Cruz Martínez Maceira", Santiago de Cuba, Cuba.

RESUMEN

Se creó un modelo de payaso terapéutico, denominado Psicopayasos, para grupo de psicoterapia en niños con trastornos emocionales y tratamiento ambulatorio, el cual ha sido efectivo por su grado de aceptación y sus buenos resultados.

Palabras clave: psicopayaso, payaso terapéutico, psicoterapia infantil, trastorno emocional, grupo de psicoterapia.

ABSTRACT

A model of therapeutic clown, called Psychoclown, for the psychotherapy group in children with emotional disorders and outpatient treatment was created, which has been effective due to its acceptance and good results.

Key words: psychoclown, therapeutic clown, children psychotherapy, emotional disorder, psychotherapy group.

INTRODUCCIÓN

Hemos nacido y nos hemos educado en la concepción de que los actos médicos son un proceso muy estricto, donde no cabe el juego o la risa. Para algunas disciplinas de la medicina, tal vez estos conceptos valen, pero en el ámbito de la salud mental ha sido demostrado que la introducción de elementos como la risa y los juegos alejan las preocupaciones de los pacientes y le facilitan sentirse con mejor disposición psicológica para adaptarse a la vida.

En los años 80, el especialista norteamericano Pacht Adams introdujo el uso de la risa en su interrelación con pacientes hospitalizados y se percató de la aceptación que tuvo su accionar, pues a partir de entonces respondieron mejor al tratamiento y se hizo más cercana la relación médico-paciente.¹

Resulta perfectamente compatible desarrollar un trabajo psicoterapéutico con niños, donde se vincule lo científico con la diversión, el juego y la risa. A fin de cuentas, el

juego es la actividad principal de ellos, donde corren, sudan, gozan y se ríen, y no puede brindárseles tratamiento especializado al margen de su cotidianeidad.

Por tales razones se realizó un grupo de psicoterapia infantil llamado Psicopayasos donde los terapeutas se convirtieron en payasos y a la vez convirtieron a los niños en payasitos, para interactuar psicológicamente, a fin de generar salud psicológica en los menores con trastornos emocionales que asisten a la consulta de psicología.

PAYASOS DE HOSPITAL

A partir de 1986, comienzan a desarrollarse en el mundo 2 proyectos de intervención del arte de los payasos en los hospitales infantiles y se desarrollan dos modelos: el primero es el Payaso Terapéutico, que surge en Winnipeg (Canadá), donde el payaso profesional es contratado en el hospital para que brinde su arte a los niños ingresados. Suelen trabajar solos y se entrenan en la atención a menores que requieren de larga estadía hospitalaria por presentar determinadas afecciones; el segundo, es el Doctor Payaso, surge con el *Big Appel Circus de New York*, que establece la *Clown Care Unit*, primer programa estructurado con payasos, usan poco maquillaje, un lenguaje verbal, trabajan en parejas y se visten como doctores caricaturizados. También se entrenan médicos en el arte de los payasos, crean humor y unen la idea del payaso con la del médico, lo cual genera en los niños una mejor adaptación y aceptación del tratamiento.^{2,3}

Ambos modelos tienen una gran aceptación mundial, donde la labor realizada por los payasos con el fin de mejorar la calidad de vida de los pacientes hospitalizados es cada vez más reconocida y digna de mención.

Teniendo en cuenta estos modelos, el autor de este artículo se sintió motivado para crear un modelo de payaso terapéutico para grupo de psicoterapia infantil, al cual denominó Psicopayasos.

Psicopayasos: Son un grupo de psicólogos y niños que se unen para jugar e interactuar entre sí, con el fin de generar salud psicológica y tienen un elemento común: una nariz de payaso.

Con este grupo se persiguen los objetivos terapéuticos siguientes:

1. Propiciar una estrecha interrelación psicoterapeuta-payaso y niño-payaso, que genere salud psicológica.
2. Posibilitar, a través del juego, que los niños drenen ansiedades.
3. Favorecer las tendencias naturales de autonomía, autorrealización y autoconfianza, en la interacción directa con ellos y en el trabajo con sus padres.
4. Utilizar elementos simbólicos-sugestivos que faciliten el desarrollo de la fantasía y los impulsen al cambio.

¿Por qué se decidió vestir a los terapeutas y a los niños con narices de payasos?

En este grupo quiso buscarse un elemento que fuera símbolo de alegría, que los identificara y, a la vez, lo diferenciara de los otros niños que juegan, por eso se utilizó la nariz de payaso tanto en los niños como en los terapeutas, para que no vieran una distancia entre unos y otros y se sintieran apoyados en lo más íntimo (figura 1).



Fig. 1. Grupo Psicopayasos

Para el niño, la nariz es una máscara que a la vez lo desenmascara, porque se logra que este pierda sus inhibiciones y se muestre tal como es o como quisiera ser, le permite romper sus restricciones, sus apatías y soltar todo aquello que tiene reprimido; desde el momento en que se pone su nariz comienza a actuar, a drenar ansiedades, "no es él y sí es él".

Él no sabe que se ha transformado y comienza a actuar de manera desinhibida, pero se va sintiendo bien y cada vez más se hace dependiente de su nariz y la busca para jugar y reírse. A través de la risa los niños se desahogan, se relajan y pueden mejorar sus relaciones con los demás y consigo mismos. El personaje del payaso simplifica la visión de la vida, es decir, lo que puede ser un obstáculo, el payaso lo interpreta de otra manera y, a la vez, está trabajando el estrés que afronta y se adapta mejor al medio.

Para identificar el grupo de Psicopayasos se creó un logotipo (figura 2).



Fig. 2. Logotipo del grupo

DISEÑO METODOLÓGICO

Se realizó una investigación de intervención cualitativa en 12 niños atendidos en un grupo de psicoterapia en el Policlínico de Especialidades del Hospital Infantil Norte "Dr.

Juan de la Cruz Martínez Maceira" de Santiago de Cuba, desde febrero hasta abril de 2011.

Se utilizaron como métodos de investigación la observación a los niños y la entrevista a los padres en todo momento.

- Metodología grupal
 - Tipo de grupo: Cerrado
 - Modalidad de psicoterapia: Integrativa
 - Tiempo de duración de las sesiones: una hora
 - Frecuencia del tratamiento: una vez por semana
 - Criterios de ingreso al grupo: trastornos del sueño, timidez, tic, ansiedad de separación de sus padres, miedo, trastorno del aprendizaje por causa psicotraumatizante, trastorno de adaptación escolar, marcada sobreprotección y enuresis.

No integraron el grupo los niños con retraso mental, trastornos por déficit de atención y síndromes orgánicos.

- Esquema de trabajo por sesiones
 - Bienvenida y presentación
 - Técnica de caldeamiento
 - Laborterapia
 - Juego dirigido
 - Cuento didáctico
 - Relajación
 - Magia
 - Despedida

RECURSOS TERAPÉUTICOS UTILIZADOS

Entre los recursos terapéuticos utilizados figuraron: desdramatización, magia o ilusionismo, modelaje, reetiquetación, apoyo, risa^{4,5} y juego.

Desdramatización: Los terapeutas-payasos no utilizaron maquillaje en sus personajes, para evitar temores en los niños y dar un sentido de naturalidad. A través de determinadas acciones se trató de cambiar el entorno de los menores que asistían al grupo de psicoterapia, para propiciar una visión agradable del lugar y evitar así recuerdos negativos en la memoria de estos, asociados con ambientes médicos que pueden crearles rechazo o resistencia al tratamiento psicoterapéutico propuesto.

Por tales razones se decidió desdramatizar el ambiente del hospital, crear un absurdo en la mente del paciente, es decir "ir a jugar a un hospital con el personal médico", idea que le resulta un tanto extraña, pero la aceptan porque juegan, se sienten alegres y no tienen miedo, pues no ven por ningún lado las jeringuillas y no perciben el temor de ser agredidos.

Teniendo en cuenta que a los niños les gusta ir a los teatros a ver a los payasos y a los magos, se ambientó el local de trabajo con una escenografía que denotaba el escenario de un teatro, para transmitir la idea de estar en otro lugar, donde alguien va a hacer un espectáculo y donde se divertirán. Los terapeutas se vistieron mitad médico-mitad

payaso, su bata blanca con determinados colores incluidos en el cuello, las mangas y los bolsillos, sombreros de mago, de otros tipos y narices de payasos. El personal terapéutico utilizó nombres poco serios, agradables al oído y fáciles de recordar como el doctor Pon, la doctora Ja y la doctora Virtuosa, entre otros.

Se creó una carpeta de juegos dirigidos, con el objetivo de potenciar ciertos rasgos poco fortalecidos en los niños, así como estimular la seguridad en sí mismos, desarrollar habilidades y canalizar las ansiedades presentes en cada uno. Se emplearon como técnicas participativas los cuentos didácticos, la laborterapia y la técnica del retrato en el cofre.⁶

PRINCIPALES RESULTADOS TERAPÉUTICOS

El grupo de psicoterapia estuvo integrado por 12 niños, de los cuales 11 egresaron y una niña tuvo que reingresar. Los primeros hicieron remisión de los síntomas, pero la niña presenta timidez clásica, aunque pueden apreciarse cambios muy favorables en su adaptación al medio y en la comunicación.

Opiniones de los padres respecto a las actitudes de los niños hacia la actividad del grupo de psicoterapia

- El niño se pasa la semana entera pensando cuándo le toca venir para jugar.
- Mi hija ha cambiado bastante, se muestra más independiente, hace casi todo por sí misma.
- Yo veo a mi hijo muy motivado y muy alegre por asistir a las sesiones del grupo.
- Todos los días se acuesta y pone su varita debajo de la almohada, ya no tiene miedo.

Al respecto, se hizo alusión a un niño que todas las noches al acostarse colocaba su "varita mágica" al lado de su almohada, para que esta lo hiciera fuerte y así dejar de tenerle miedo a la oscuridad. Con ese propósito, dicha varita fue construida entre el niño y el propio autor del artículo y fue muy efectiva, pues comenzó a tener confianza en sí mismo, se aprendió unas palabras mágicas y poco a poco se enfrentaba a los nuevos retos de la vida.

CONCLUSIONES

El modelo de payaso terapéutico, por su grado de aceptación y sus buenos resultados, es ideal y efectivo en el tratamiento psicoterapéutico para niños, a la vez que posibilita mejor interrelación afectiva y empática entre estos y los terapeutas y permite la desaparición de los síntomas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Doherty Hunter "Patch" Adams. Help build the Patch Adams teaching center & clinic [Internet]. [citado 6 Jun 2011]. Disponible en: <http://www.patchadams.org>
2. Qué es un payaso de hospital [Internet]. [citado 6 Jun 2011]. Disponible en: <http://www.terapiclowns.org>
3. Sonrisa médica. Payaso de hospital. [Internet]. [citado 6 Jun 2011]. Disponible en: <http://www.sonrisamedica.org/>

4. Terapia de la risa para niños hospitalizados. [Internet]. [citado 6 Jun 2011]. Disponible en: <http://blogalejandragodoyh.bligoo.com/content/view/699153/LA-TERAPIA-DE-LA-RISA-PARA-NINOS-HOSPITALIZADOS.html>
5. EL poder de la risa. La terapia del humor. [Internet]. [citado 6 Jun 2011]. Disponible en: http://www.bienestartelmex.com/PDFS/El_poder_de_la_risa_La_terapia_del_humor.pdf
6. Zaldívar Pérez D, Vega Vega R. Psicoterapia general. La Habana: Editorial Félix Varela;2004.

Recibido: 2 de noviembre de 2011.

Aprobado: 12 de diciembre de 2011.

Eduardo Montoya Pérez. Hospital Infantil Norte "Dr. Juan de la Cruz Martínez Maceira", calle 8, entre 9 y 11, reparto Fomento, Santiago de Cuba, Cuba. Correo electrónico: eduardo.montoya@medired.scu.sld.cu