

DIBS (EN BUSCA DEL YO), DE VIRGINIA M. AXLINE.

DIBS (IN SEARCH OF SELF), BY VIRGINIA M. AXLINE.

Daniela Sáenz Galvis¹

Espacio ECP – Núcleo de Estudios y Formación en Psicología Humanista
Bogotá, Colombia

En su libro *Dibs (en busca del yo)* Axline (1988), cuenta la historia de un niño de cinco años, quien parece perturbado emocionalmente y se comporta de maneras que desafían cualquier categorización, el libro explora su camino a través de la terapia de juego centrada en el niño y la relación con ella como su terapeuta, el argumento principal de la autora es que el ambiente ofrecido por esta terapia y la relación terapéutica pueden liberar el potencial innato de los niños para curarse a sí mismos. Luego de encarar su caos emocional, un tiempo después en el entorno seguro que ella como terapeuta creó, Dibs pudo convertirse en un joven brillante, sensible y que confía en sí mismo. Este libro está basado, por un lado, en la experiencia de la autora como terapeuta de juego y, por otro lado, en la terapia centrada en la persona y la visión del ser humano de Rogers (1959). Luego de trabajar con Rogers, Axline aplicó por primera vez la terapia centrada en la persona en terapia con niños o, como se llamará en adelante, terapia de juego centrada en el niño (TJCN). El libro se publica en su idioma original en 1964 (Axline, 1964).

A diferencia de otros estudios de caso publicados (*Estudios sobre la Histeria* de Freud y Breuer (1895/1973), por ejemplo), este libro no sigue un formato académico o convencional,

¹Correspondencia a: danisg92@gmail.com

escrito como una novela, Axline guía fácilmente al lector de sesión en sesión atrapando su atención desde el inicio, mientras introduce elementos teóricos que le permiten mantener el rigor necesario de un estudio de caso. Dibs (en busca del yo) invita a entender a profundidad el mundo de Dibs, cómo es percibido por otros y cómo reacciona ante estas percepciones. Como lectores, se recibe la teoría entrelazada con la historia, lo que la hace comprensible para personas que no estén familiarizadas con la psicoterapia o el enfoque, por lo tanto, este libro es un caso excepcional de conocimiento práctico de TJC� encapsulado en una historia interesante y esperanzadora.

En la historia, Axline explora las interacciones que tiene Dibs con ella, con algunos profesores y su madre, esto hace que el libro no sólo sea interesante para psicoterapeutas, sino también para cuidadores o profesionales que trabajen con niños. La autora es cuidadosa en presentar fielmente los sentimientos de distintos personajes y, a medida que entendemos sus emociones y las razones detrás de sus conductas, empatizamos con ellos, por ejemplo, la autora describe puntualmente lo angustiante que puede ser para una madre llevar a su hijo a terapia, la culpa y la ansiedad que puede sentir y la falta de comprensión que puede recibir de algunos profesionales. Así, Axline nos invita a ser empáticos con la madre y nos permite entender que lo que necesitaba era alguien que la escuchara realmente y le importara su angustia.

El libro podría resultar atractivo para cualquier psicoterapeuta, ya que el grueso de las descripciones está en la relación terapéutica, ahora considerada como esencial en cualquier enfoque (Murphy y Hayes, 2016). Dibs (en busca del yo) puede ser especialmente interesante para psicoterapeutas infantiles en entrenamiento porque da una idea de cómo se desarrolla la terapia con niños y presenta ejemplos prácticos de situaciones específicas (cómo iniciar y finalizar la terapia, manejo de emociones difíciles, etc.) desde la TJC�. También indica a nuevos practicantes sobre el impacto de la TJC� no sólo en el o la niña sino en todo el grupo familiar o las diferentes personas que tengan contacto con ese niño o niña, en el libro la familia entera cambia gracias al crecimiento de Dibs.

Más de 50 años después de su primera publicación, Dibs (en busca del yo) sigue describiendo acertadamente lo que puede suceder en las sesiones de TJC�, esto puede ser porque los pilares de la TJC� han cambiado poco: tal como aparece en el libro, el foco en la relación terapéutica es fundamental; se conserva en todo momento la creencia en el potencial

innato del niño o niña y se establece un entorno de aceptación, valoración y empatía hacia él o ella que permitirá el florecimiento de ese potencial. Por esta razón, Dibs (en busca del yo) continúa siendo una lectura vigente para quien quiera hacerse una idea de qué es la TJCN y qué puede alcanzar.

En el libro, Axline transmite el profundo respeto que siente por Dibs a través de la comprensión empática, la aceptación incondicional y el no juzgar, esta forma de relacionarse con él está alineada con los principios básicos del enfoque centrado en las personas (Rogers, 1959). Acciones tales como seguir el ritmo de Dibs sin afanarlo hacia resultados específicos, no forzarlo a hablar o a jugar y ofrecer el espacio para que él explore como quiera, muestran el respeto y confianza que tiene la psicoterapeuta hacia él y hacia su potencial para crecer. La forma en la que la autora se relaciona con otros también es un ejemplo de cómo se manejan las relaciones de poder en el enfoque centrado en las personas: la psicoterapeuta intenta disminuir al máximo el poder que se le ha otorgado como parte de su rol en la institución social llamada terapia (Proctor, 2006). Su decisión consciente de dejarse guiar por el niño nos informa que su interés no es tener el control ni dirigir las sesiones, a medida que la terapia progresa y que el consultante se siente seguro y valorado, puede crecer en su propia dirección y si la terapia continúa, los consultantes pueden volverse cada vez más responsables de su proceso, tanto niños como adultos (Rogers, 1958). Como ejemplo, vemos que después de algunas sesiones Dibs puede quitarse y ponerse su chaqueta y sus botas sin ayuda, esto viniendo de un niño que estaba acostumbrado a llorar y esperar a que alguien le quitara su ropa.

Los anteriores elementos provenientes de la teoría de Rogers (1959) son reconocibles para quien ya conoce el enfoque, aunque no sean tratados exhaustivamente en Dibs (en busca del yo). Contrario a este, el libro anterior de Terapia de Juego (Axline, 1947), es mucho más profundo teóricamente, ya que aborda los 8 principios básicos de la TJCN, así como materiales sugeridos para el salón de juego, entre otros. Aunque ella también parta de casos concretos de su experiencia terapéutica para explicar el enfoque, en Terapia de Juego la teoría es predominante, esto posiciona a Dibs (en busca del yo) como el libro al que se pueden dirigir personas que quieren tener un primer acercamiento a la TJCN.

Por otro lado, este libro ha sido criticado por ingenuo y poco profundo en su comprensión sobre cómo se produce el cambio en terapia (Jackson, 2010), esta crítica parte de un enfoque

psicoanalítico que considera que el psicoterapeuta debe ser el experto que dirija el cambio y que analice la experiencia del cliente desde un lente teórico específico, por lo que no es extraño que Jackson (2010) lo considere falto de análisis. El enfoque centrado en las personas y la TJCN parten de una epistemología fenomenológica, es decir, entienden que la forma en la que los individuos perciben su realidad es su realidad, esto implica que el psicoterapeuta basa su comprensión del cliente en el marco de referencia de éste, en lugar del propio o un marco teórico cualquiera. De esta forma, entender el mundo y las experiencias de Dibs desde su punto de vista era suficiente para crear una relación terapéutica en la que él se sintiera comprendido y valorado, lo que a su vez daba paso a su potencial innato. Por lo tanto, era innecesario crear una formulación de caso pues no añadiría significativamente a la comprensión del sufrimiento de Dibs tal como él lo percibía, Axline sí se acerca a una mejor comprensión de la realidad de él: por ejemplo, entiende que las puertas cerradas y cerraduras que le han impuesto lo han aislado, lo que ha profundizado sus miedos y aumentado sus defensas.

De manera personal, leí este libro antes de empezar a dar consulta a niños por primera vez. Dibs (en busca del yo) fue una invitación a pensar cómo serían mis relaciones terapéuticas con mis consultantes y cómo reaccionaría ante distintos escenarios durante la terapia. ¿Qué haría frente a un niño o niña que no quiera respetar los límites?, ¿cómo respondería ante su tristeza o rabia? Cuando inicié consulta, me di cuenta de que tratar de prepararme a priori no tenía mucho sentido, aunque estas preguntas y este libro me ayudaron a disminuir un poco mi ansiedad frente a distintos momentos en terapia, muy pronto pude experimentar lo retador que es conservar la libertad en el espacio de terapia (lo que transmite respeto y confianza hacia mis pequeños clientes) y al mismo tiempo mantener límites seguros para ellos y para mí. Aunque Axline menciona brevemente una situación de salvaguarda en el capítulo 14, la atención estaba en respetar las decisiones de Dibs en vez de guiar su conducta hacia un camino más seguro físicamente. Esto era, probablemente, la decisión correcta en ese momento, pero las situaciones pueden ser muy variadas y puede ser necesario ser directivo para mantener la seguridad física del niño o niña y la del terapeuta. Ofrecer un espacio en el que los niños tengan total libertad debe ser balanceado con límites y contención, esto no quiere decir que Axline no considere importantes los límites en la terapia: la autora menciona específicamente que los niños adquieren su sentido de seguridad a partir de límites

constantes y claros. Lo que parece faltar en la narración de las sesiones es la dificultad real que enfrenta el terapeuta al tratar de mantener el balance entre respetar la dirección del niño y mantenerlo seguro.

Por esa misma línea, a lo largo del libro no es claro si todas las sesiones se narraron o no (Axline menciona que el libro fue creado a partir de transcripciones de las sesiones pero que, por razones prácticas, algunos inicios o repeticiones habían sido omitidos). Es inevitable que la comprensión de algunas sesiones lleve a omisiones en la descripción de la terapia, sin embargo, esto puede llevar a que las sesiones que sí se describieron hayan sido únicamente aquellas que tuvieron progreso terapéutico. Esto es problemático, ya que los lectores pueden idealizar la terapia y asumir que siempre se obtendrán resultados positivos y visibles, por un lado, puede generar falsas expectativas en los padres, cuidadores o profesores y, por otro lado, al prescindir de las dificultades que pueden enfrentar los psicoterapeutas en terapia, el libro podría incluso socavar la confianza de un terapeuta en entrenamiento. En mi experiencia como terapeuta de juego, es usual que haya sesiones en las que parece que “no pasa nada”: puede que no hablemos ni juguemos o no vea ningún cambio en el comportamiento del niño o la niña con quien estoy, aceptar esto hace parte del respeto que tengo hacia mis consultantes al entender que el cambio sucederá a su tiempo y no al mío. Asimismo, es relevante saber que algunos niños no están listos para hacer un cambio o puede que no lo externalice, aunque cada sesión puede ser valiosa para los consultantes, es posible que como terapeutas no tengamos pruebas evidentes de esto.

No obstante, se puede decir que el objetivo del libro no es explorar las dificultades del terapeuta sino describir el caso de un niño que asiste a TJCN y lo que el enfoque puede ofrecer, para una lectura sobre los retos de los terapeutas con niños y adolescentes desde este enfoque, sería más fructífero la lectura de *Person-Centred Therapy with Children and Young People* (Terapia centrada en la persona con niños y adultos jóvenes) de Smyth (2013).

CONCLUSIÓN.

Luego de 50 años de su publicación en su idioma original, Dibs (en busca del yo) sigue siendo relevante como texto introductorio a la Terapia de Juego Centrada en el Niño (TJCN) por distintas razones, dado su formato narrativo fácil de comprender y la comunicación de la teoría en contexto, este libro da una clara idea a psicoterapeutas, psicólogos, cuidadores y

demás profesionales del área sobre qué sucede detrás de la puerta en un espacio de TJCN. El texto también invita a la reflexión a terapeutas de cualquier enfoque que estén prontos a iniciar su trabajo con niños y niñas, permite entender que la terapia con niños puede afectar a todo su núcleo familiar y otras personas cercanas al consultante. El libro también promueve el considerar la importancia de tomarse el tiempo de entender de manera empática y sin juicios a cuidadores y profesores, no sólo a los niños, sumado a lo anterior, presenta fielmente algunos de los principios fundamentales del enfoque centrado en las personas, como el profundo respeto por la dignidad humana y la confianza en el potencial de los niños, entre otros.

Es importante mencionar que Dibs (en busca del yo) no muestra las sesiones en las que “no pasa nada” ni lo poco lineal que puede ser el proceso terapéutico, lo cual es desafortunado ya que puede dar la impresión de que en cada sesión de TJCN habrá cambios y resultados positivos. A pesar de esto, este libro es un magnífico comienzo hacia la comprensión de la TJCN, porque argumenta a favor de algo fundamental en este enfoque: si a los niños se les da un espacio en donde puedan ser valorados y aceptados, podrán desarrollar su potencial.

REFERENCIAS.

- Axline, V. (1947). *Play therapy*. Ballantyne.
- Axline, V. (1964). *Dibs in Search of Self: Personality Development in Play Therapy*. Penguin Books Ltd.
- Axline, V. (1988). *Dibs (en busca del yo)*. Diana.
- Freud, S. & Breuer, J. (1895/1973). *Estudios sobre la Histeria. En Obras Completas, tomo I*. Editorial Biblioteca Nueva.
- Jackson, G. (2010). Test of time. Dibs: In search of self. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. 15 (1): 121-128.
- Murphy, D. & Hayes, C. (2016). *Person – Centered Therapy*. In H. E. Tinsley, S.H. Lease & N. S. Wiersma (Eds.), *Contemporary Theory and Practice in Counseling and Psychotherapy*. Sage. pp. 295-322
- Proctor, G. (2006). *Therapy: Opium of the Masses or Help to Those who Least Need it?* En G. Proctor, M. Cooper, P. Sanders & B. Malcolm (Eds.). *Politicising the Person-*

- Centred Approach: An Agenda for Social Change*. Ross-on-Wye: PCCS Books. pp. 66-79.
- Rogers, C. R. (1958). A process conception of psychotherapy. *En American Psychologist*. 13: 142–149.
- Rogers, C. R. (1959). *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework*. En S. Koch (Ed.). *Psychology: A study of science*: Vol. 3 Formulation of the person and the social context. pp. 184–256. McGraw Hill.
- Smyth, D. (2013). *Person-Centred Therapy with Children and Young People*. Sage Publications.