

Terapia psicológica – Conceptos principales de análisis del dibujo infantil

4ª formación – 16/05/2024



Co-funded by
the European Union

Erasmus+ 2022-1-EL01-KA210-VET-000082477

Dinamizadora: Carmen Andrés Reyes



Qué es el proceso terapéutico

La terapia psicológica busca eliminar el malestar que genera en la persona una determinada situación. Por otro lado, también busca y analiza el origen y las causas de la misma para poner solución mediante la adquisición de estrategias y herramientas de la mano de una profesional de la disciplina. Este **proceso terapéutico** cumple unos requisitos y pautas.

El proceso terapéutico consiste en el **tratamiento a través de las sesiones** que se llevan a cabo entre la profesional y la paciente con la finalidad de que esta reciba ayuda por parte de una terapeuta y empiece a tomar conciencia de aquello que hace, siente y piensa.

El terapeuta, a través de la terapia, influye en que la paciente **reconozca y entienda su situación**. Por ejemplo, la forma en la que se enfrenta a un problema, cómo se relaciona con otras personas, las reacciones ante determinadas circunstancias o cómo le influye el comportamiento de las personas de su entorno más cercano.

No existe una duración determinada para el proceso, ya que la situación del paciente, sus habilidades adaptativas y sus propias herramientas personales influyen en que la terapia dure unos meses o, incluso, años. Por eso es importante que el paciente tenga claro que no hay un objetivo temporal, sino que su bienestar y progreso marcarán la intervención.

Psicoanálisis

El psicoanálisis es una forma de tratamiento intensivo que se basa en la observación de que las personas desconocen los factores que determinan sus emociones y comportamientos ya que son esencialmente inconscientes. El tratamiento psicoanalítico explora cómo estos factores inconscientes afectan las relaciones actuales y patrones de pensamiento, emoción y de comportamiento. Para el psicoanálisis el origen del trastorno que sufrimos procede de las ansiedades infantiles reprimidas y de la secuencia progresiva de mecanismos defensivos y síntomas que surgieron para proteger a la persona contra la reaparición y repetición de estos sentimientos.

Terapia cognitivo-conductual

El enfoque cognitivo-conductual se basa en el principio de que, si un comportamiento inadaptado puede ser aprendido, puede también ser desaprendido. De acuerdo a la terapia cognitivo-conductual, las actitudes, los hábitos y los pensamientos negativos son respuestas aprendidas y el mejor medio de deshacerse de ellos es aprender nuevas formas (de pensar, actuar, sentir) que son más constructivas. Durante la terapia, el psicólogo cognitivo-conductual ayudará a la paciente a tomar conciencia de sus pensamientos y creencias y a remplazarlos por evaluación y juicios más realistas.

Terapia sistémica-breve

Las terapias sistémicas consideran las dificultades que presenta la paciente dependen de las relaciones que mantiene esta última consigo misma y su entorno, y en ese sentido son la expresión de que algo funciona inadecuadamente en su sistema familiar o de pareja. Las psicólogas sistémicas ayudarán a sus pacientes a desarrollar nuevos modos de interacción en sus relaciones con los otros, buscando las soluciones que mejor concilien las expectativas de cada una. Este enfoque reúne métodos de intervención utilizados frecuentemente para solucionar problemas precisos.

Terapia neuropsicológica

La terapia neuropsicológica y de neurorehabilitación examina y se encarga de personas de cualquier edad, adulto, adolescente o niño, que presentan todo tipo de lesión cerebral o un disfuncionamiento del sistema nervioso (traumatismo craneal, accidente vascular cerebral, Alzheimer y otros tipos de demencia, y también problemas de orientación, memoria, lenguaje, etc.), ya sea congénito o adquirido después de una enfermedad o de un accidente. Los neuropsicólogos pueden ofrecer un diagnóstico del perfil neuropsicológico de la persona y un tratamiento terapéutico elaborado a partir del diagnóstico.

Terapia Gestalt humanista

Los psicólogos que adoptan el enfoque existencial-humanista se basan en la relación terapéutica como principal herramienta de cambio. Al estar en contacto con un psicólogo que da prueba de autenticidad, de comprensión y de aceptación, el cliente vivirá una experiencia nueva en la que podrá permitirse redescubrir quién es, mostrarse tan cual es y así poder seguir su desarrollo y potencialización que estaba hasta entonces interrumpido. La terapia humanista existencial está centrada en el presente, y trabaja generalmente con las emociones experimentadas por el cliente y con su vivencia actual.

Terapia racional-emotivo-conductual

TREC

La Terapia Racional emotiva conductual es la primera forma de terapia cognitivo conductual. De acuerdo a este enfoque, las personas experimentan eventos detonantes no deseables de los cuales tienen creencias racionales e irracionales. Estas creencias conducen a consecuencias emocionales, cognitivas y de comportamiento (tanto funcionales como disfuncionales). La terapia conduce al paciente a disputar las creencias irracionales y a asimilar creencias más eficientes, adaptativas y racionales, con un impacto positivo en la vida emocional, cognitiva y comportamental.

Terapia cognitiva

La terapia cognitiva tiene como premisa fundamental que los pensamientos influyen a los sentimientos y que las respuestas de la persona a cualquier situación es dada en función de una construcción subjetiva de tal situación. Para la TC, la enfermedad mental es esencialmente un desorden del pensamiento, en el que se distorsiona la realidad de modo que se afecta no solo la forma de ver el mundo sino que se desarrollan emociones inadecuadas y dificultades conductuales. El objetivo de la terapia cognitiva es ayudar a las personas a lograr una remisión de sus desórdenes y prevenir una recaída.

Terapia Breve centrada en soluciones

La Terapia Breve centrada en soluciones se basa en el principio de que visualizar o imaginar una alternativa viable es lo que es necesario para iniciar el proceso natural del cambio. La Terapia Breve se enfoca en lo que el cliente desea alcanzar y no en lo que quiere dejar atrás. La terapia breve comienza preguntando al cliente cuáles son sus mejores expectativas de la terapia, en lugar de preguntar acerca del problema. Muchas personas permanecen estancadas en los problemas porque no pueden visualizar o imaginar lo que los remplazaría.

Counseling

El counseling es una profesión que tiene como meta el desarrollo personal, y para conseguir dicha meta el consultor psicológico busca explotar las habilidades y recursos del cliente. Los consultores psicológicos **no pueden realizar trabajos terapéuticos** como el psicólogo clínico o el psiquiatra. Está capacitado y habilitado para aconsejar, apoyar, contener y orientar a una persona en situación de crisis o simplemente en la resolución de problemas puntuales o de la vida diaria (transiciones, elección de carrera, soledad, etc.).

Interpretación del dibujo infantil

<https://youtu.be/mJefArZRpk4?si=LwqEgqOVob2n9MtV>

Interpretación del dibujo infantil

Los **dibujos de los niños** expresan sus sentimientos y emociones. Nos dan pistas sobre su comportamiento y personalidad. A veces nos muestran sentimientos y vivencias que no saben o no se atreven a expresar de otra forma.

Es importante ver el dibujo, pero también como lo hace. Si está contenta y disfruta dibujando, si presta atención, etc...

Interpretación del dibujo infantil

Cómo coge el lápiz

Si lo sujeta con mano firme y muy apretado, puede querer decir tensión o nerviosismo. Cuando lo coge suave, el niño está relajado y tranquilo.

Características de trazo

Si es firme y continuo muestra seguridad y **confianza en sí mismo**. Si es demasiado fuerte, agresividad. Si es dubitativo o tembloroso, baja autoestima.

Interpretación del dibujo infantil

Espacio ocupado

Si dibuja en todo el papel, nos dice que es extrovertido, que siente confianza y seguridad. Dibujar sólo en una parte de la hoja, se asocia a timidez e introversión.

Situación del dibujo

Donde sitúa el dibujo en la hoja nos puede ayudar a conocer a nuestro hijo. O a mostrarnos en que piensa en ese momento. El centro representa el momento actual y no demostraría inquietud ni inseguridad. El lado izquierdo, el pasado. Algo que recuerda de forma feliz o que le preocupa. El lado derecho es el futuro. La parte superior representa el lado intelectual, imaginación y curiosidad. La parte inferior, las necesidades materiales.

Interpretación del dibujo infantil

Color

Si usan muchos colores suelen ser niños alegres, curiosos, expresivos y seguros.

Si usan siempre el mismo color en diferentes dibujos puede ser inseguridad y falta de confianza. Mezclar colores, pintando encima unos de otros puede ser signo de irritabilidad.

Hay que tener en cuenta que la elección del color puede depender tan sólo de la disponibilidad, el tamaño o la forma del lápiz.

Interpretación del dibujo infantil

Motivación para el aprendizaje

El dibujo ocupa gran parte del papel. Está bien centrado. Figuras proporcionadas. Con caras expresivas y ojos grandes. Incorporan también detalles en el dibujo (plantas, animales,...)

Autocontrol

Dibujo simétrico y proporcionado. Hay trazos ondulados. Si usa colores, no se sale de los contornos.

Autoestima

El dibujo ocupa bastante espacio en el papel. Bien organizado. Figuras más bien grandes. Con brazos y manos abiertas. Caras sonrientes.

Interpretación del dibujo infantil

Perseverancia

Dibujos con muchos detalles. Figuras bien delimitadas. Con rostros expresivos y con todos los elementos. Si colorea lo hará en casi todo el dibujo.

Inseguridad

Dibujos con trazos irregulares. Tiene fallos, tachones y rectificaciones. Figuras pequeñas a veces inclinadas. Con brazos pequeños y pegados al cuerpo.

Interpretación del dibujo infantil

Agresividad

Dibujos con trazos rectos, alargados y en sentido ascendente. Caras en las que destacan los dientes. Extremidades asimétricas. Brazos largos con manos cerradas, con garras en vez de dedos. Con frecuencia aparecen números o letras de forma progresiva. Y cada vez más grandes.

Ansiedad, miedo

Dibujos con figuras pequeñas, simples. Caras muy poco expresivas. Con frecuencia el niño se dibuja dentro un coche, casa,... para sentirse protegido. El sombreado de la cara puede reflejar ansiedad. Si pintan a la persona a la que tiene miedo lo harán con brazos cortos o sin ellos.

Interpretación del dibujo infantil

Egocentrismo

Si dibuja a la familia o varias figuras, se sitúa el primero y el más grande.

Dificultad para la relación social

Dibuja figuras con brazos pegados al cuerpo. Con expresión triste o indiferente.

Déficit de atención.* *Impulsividad

El dibujo ocupa mucho espacio, pero mal estructurado, desorganizado. Hay objetos de diferentes temas y formas. Con muy pocos detalles y a veces irreales. Trazos rápido

Interpretación del dibujo infantil

https://youtu.be/c3XGVjG4OKM?si=JHGTbmUu5qNH_4ID

Test de la persona bajo la lluvia

<https://youtu.be/rtWltKF82ml?si=fRCaXg-0Mj3L3Lhq>

¡GRACIAS!

