

Terapia de juego en arena: sembrando una cultura de paz en las instituciones educativas



Por Elena Sandoval
(sandovalele@gmail.com)

Antecedentes

La Terapia de Juego en Arena, como se la conoce hoy, tiene sus orígenes entre las tribus nativas de los distintos continentes del mundo. Se conoce que los Indios Hopi de Norteamérica utilizaron la pintura en arena como una forma de sanación. Ellos no separaron el arte de los procesos de curación y se sirvieron de esta valiosa herramienta para mantener su cuerpo y alma sanos y con vida. A partir del surgimiento de la psicología, cuando uno de los discípulos de Freud, Carl Gustav Jung, en los años cincuenta, expone su teoría del inconsciente colectivo, Dora María Kalff 1904-1990 recupera la sabiduría de nuestros pueblos ancestrales y la conjuga con el desarrollo de la psicología hasta esa época alcanzado, para crear una terapia altamente efectiva cuyo principal objetivo era el de proyectar con-

tenidos del consciente e inconsciente con efectos de sanación y transformación en nuestra psique humana (Kalff, 2003).

Beneficios

Desde tiempos inmemoriales, el juego ha sido para niños y adultos un catalizador de los procesos internos que el ser humano vive. Sin embargo, cuando conjugamos ciertos elementos para jugar es posible obtener un efecto de sanación profundo y liberarnos de cargas innecesarias al transformar esos contenidos en lecciones útiles para nuestras vidas. Cuando esta herramienta es utilizada en el aula, si se lo hace de forma adecuada, es posible transformar conductas nocivas para el estudiante o para su entorno en conductas que potencien el trabajo del profesor y el aprendizaje. Un estudio

del *International Journal of Play Therapy* muestra cómo cuando se utiliza esta herramienta en la escuela se incrementan los niveles de empatía, la seguridad en sí mismo, se pueden tomar mejores decisiones y bajan los niveles de ansiedad en los niños (Green & Christensen, 2006). De acuerdo a otro estudio realizado por el *Elementary School Guidance & Counseling Journal*, se estableció que esta herramienta puede ser utilizada para detectar patrones familiares disfuncionales que atentan contra las capacidades autorregulatorias del estudiantes, y para trabajar tanto con alumnos introvertidos como extrovertidos (Vinturella & James, 1987).

Descripción de la herramienta

La Terapia de Juego en Arena de forma clásica tiene algunos componentes que describiré a continuación:

-La caja: es un espacio de contención y límite para quien juegue, permitiendo proyectar cualquier contenido de forma segura en la vida de cada ser humano, sea adulto, joven o niño. Tiene medidas estandarizadas y está pintada de color azul en su interior.

La arena: es ese elemento que nos recuerda nuestros orígenes aquí en la tierra. A nivel simbólico constituye el contacto con el vientre materno y el seno materno. Al quitar una porción de esta arena, la persona puede trabajar con la base de la caja de color azul como si ésta fuera el agua.

Las miniaturas: son las máscaras o aspectos del ser que podemos ver en acción a través del juego, y tratar así de dar significado a las distintas experiencias de la vida. Las miniaturas en un contexto de consultorio en el que se trabaja con “*Sand Play Therapy*” pueden ser clasificadas por temas para que el paciente pueda interactuar con facilidad.

El set del juego en arena portátil

Con el fin de facilitar al paciente que él mismo pueda continuar en sus espacios personales procesando vivencias, la marca *Sacred Toys* elabora -fuera del contexto terapéutico- el set de juego en arena que consiste en una caja de medidas estandarizadas, portátil y utilizada para llevar en un espacio mínimo todos los componentes

de la terapia de juego.

Formación para estudiantes, profesores y terapeutas:

Para poder manejar de forma adecuada esta herramienta es sumamente importante estar preparado y conocer tanto la teoría detrás de ella como la práctica de quienes por años han venido utilizando la misma para acompañar a sus pacientes. Es así que se han creado talleres básicos de formación alrededor del mundo, en espacios académicos y no académicos. Éstos son básicamente talleres vivenciales, que se enmarcan de acuerdo a las necesidades de cada institución o grupo; están por lo general dirigidos a estudiantes o profesores, así como a terapeutas de ramas vinculadas con la salud y la educación (psicólogos, médicos, psiquiatras enfermeras y personal de servicio en salud) que asisten para entender y practicar sobre la herramienta y su uso en los distintos contextos de su trabajo.

Por último, ante la problemática que se vive en las escuelas y colegios a nivel mundial con respecto al manejo disciplinario y actitudinal de los estudiantes, y como respuesta a sus entornos familiares y sociales, es importante que las instituciones educativas desplieguen herramientas que puedan contribuir con los estudiantes y sus padres para que los niveles de aprendizaje sean los óptimos, tomando en cuenta que los buenos niveles

de aprendizaje están directamente relacionados con un mundo interior y exterior donde existe un buen manejo de conflictos, y en el que todos en algún momento vivimos como parte del crecimiento y los procesos de maduración.

En la complejidad de nuestros tiempos y nuestras relaciones, si solamente tenemos en cuenta que todos necesitamos paz, podremos acudir a herramientas que posibiliten una cultura de paz en nuestros entornos.

Referencias:

Kalff, D. (2003). *Sand Play*. Cloverdale, CA.: Teme-nos Press.

Green, E. & Christensen, T. (2006). Elementary school children's perceptions of play therapy in school settings. *International Journal of Sand Tray Therapy* 15(1), 2006, 65-85. Vol 15(1), 65-85.

Vinturella, L. & James, R. (1987). Sand play: A therapeutic medium with children. *Journal Elementary School Guidance & Counseling*, 21(3), 229-238.

