



SYNERGETIC
PLAY THERAPY
INSTITUTE™

Clase 5: Comprender el apego y el objeto del self en Synergetic Play Therapy®

La clase 5 comienza el proceso de comprender el apego desde una lente neurobiológica y cómo utilizar el objeto del self en el proceso de juego.

Objetivos de aprendizaje:

- Discutir la definición y la perspectiva del apego de Synergetic Play Therapy®
- Explicar y demostrar cómo utilizar el objeto del self como una forma de ayudar al cliente a que se apegue a sí mismo.
- Describir el vínculo entre los estilos de apego de un/una niño(a) y los estados de su sistema nervioso.

¿Qué es el apego?

Lo que nos enseñaron:

El apego es un vínculo emocional profundo y duradero que conecta a una persona con otra a través del tiempo y el espacio (Ainsworth, 1973; Bowlby, 1969)

El apego no tiene que ser recíproco. Una persona puede tener un apego con un individuo, que no se comparte. El apego se caracteriza por comportamientos específicos en los niños(as), como la búsqueda de proximidad con la figura de apego cuando están molestos(as) o amenazados(as) (Bowlby, 1969)

Bowlby definió el apego como una "conexión psicológica duradera entre los seres humanos" (1969, p. 194).

Nueva adición a la teoría del apego:

"Siempre recuerda que lo que sea que esté sucediendo a tu alrededor está enraizado en la mente. La mente es siempre la causa. Es la proyectora, y afuera sólo hay pantallas, te proyectas a ti mismo" -Osho

- No nos apegamos a las personas, sino a nuestra percepción de las personas.
- La investigación ahora demuestra que podemos tener muchos estilos de apego y cambios de estilos de apego.
- Los estilos de apego coinciden con los estados del sistema nervioso.
 - Hiper-excitado parece ansioso ambivalente
 - Hipo-excitado parece evitativo
 - La fluctuación entre hiper e hipo parece desorganizada
 - Regulado parece seguro

El apego desde una perspectiva de Synergetic Play Therapy:

- ¡Hay influencia de otras personas! Por supuesto otra persona influye en nuestras percepciones, pero hay más sucediendo. Es la percepción que tiene la persona del individuo con el que está en relación que, en última instancia, determina el estilo de apego con esa persona.
- Cuando aprendemos a apegarnos a nosotros mismos podemos relacionarnos con cualquier persona. El objetivo de toda terapia es ayudar a los niños a aprender como tener un apego seguro a sí mismos.
- La resiliencia es la velocidad a la que se vuelve a apegarse a sí mismo después de separarse/desregularse.

Notas:

¿Cómo se desarrolla el apego a sí mismo? - ¡Meciendo al bebé! Revise los Capítulos 4 y 5 para revisar qué es realmente la regulación y cómo convertirse en el regulador externo en Agresividad en terapia de juego: un enfoque neurobiológico para la integración de la intensidad

- Los bebés saben como desregularse. La capacidad de autorregularse es una respuesta aprendida y, por lo tanto, necesita de un regulador externo.
- En SPT, el papel del/ de la terapeuta es convertirse en un regulador externo.
- El cuidador sintonizado levanta al bebé, se convierte manualmente en el regulador externo y apoya al niño(a) a través de la respiración, el movimiento, el ritmo, el sonido, nombrando cosas y el contacto físico (lo mismo que hacemos en la sala de terapia de juego)
- El cuidador/terapeuta ayuda al bebé a pasar de un estado desregulado a un estado regulado una y otra vez. Esto imprime el sistema nervioso para que el bebé internalice el regulador externo y luego pueda recurrir a sí mismo para esto cuando sea necesario (un modelo de trabajo interno).
- Recordatorio: ¡No inunde al bebé! Solo regulamos cuando se necesita regulación. "El bebé no siempre está llorando".

"El apego a sí mismo es la piedra angular de toda sanación". – Lisa Dion

Notas:

Objeto del self

El juguete que obtiene la mayor energía proyectada del yo se denomina objeto del self; sin embargo, todos los juguetes en última instancia son objetos del self.

Se presta especial atención a:

1. Artículos traídos de casa
2. Bebés
3. Juguetes que parecen vulnerables

Con el objeto del self como una representación del yo vulnerable en la sala de terapia de juego, tenemos una agenda para modelar y fomentar un apego seguro con el objeto del self. Al hacerlo, ayudamos al niño(a) a aprender cómo desarrollar un estilo de apego seguro con ellos(as) mismos(as).

Es importante:

1. Reconocer el objeto del self
2. Trate el objeto del self como si fuera una persona joven especial
3. Ayude al niño(a) a apegarse a través de su objeto del self.

Notas del video: (Escriba las veces que ve a Lisa reconocer, proteger, acercarse, reparar o cuidar al objeto del self ¿Cómo modela el apego seguro a sí mismo?)

Preguntas reflexivas:

- ¿Qué conocimientos o preguntas tengo sobre el apego basado en lo que aprendí hoy?
- Si alguien me preguntara, ¿cómo funciona la terapia de juego? ¿Qué está pasando realmente en la sala de terapia de juego? ¿Cómo Lo describiría ahora después de lo que he aprendido en este curso hasta el momento?
- ¿Qué preguntas tengo para mi consultor(a)?
- ¿En qué preguntas fallé en el quiz?

Para trabajar en:

1. Regrese y revise sus notas para ver si necesita modificar los objetivos de su cliente de alguna manera.

2. Continúe practicando hablar con los padres en términos de las metas cuando se reúna con ellos y observe si les está imponiendo expectativas.
3. Continuo trabajando en modelar la regulación y nombrar su experiencia en mis sesiones.

Cosas adicionales en las que trabajar:

1. Sienta curiosidad sobre el uso que hacen sus clientes de los objetos del self. ¿Qué le dice la relación con su objeto del self sobre su relación con ellos mismos?
2. Practique modelar y fomentar un apego seguro con el objeto del self del niño(a).

Revisión del cuestionario: (Opción múltiple y verdadero/falso)

1. Si un niño(a) presenta un estilo de apego ansioso ambivalente ¿qué estado del sistema nervioso se encuentra activado?
 - a. Parasimpático dorsal/hipo excitación
 - b. Simpático/hiper excitación
 - c. Regulado
 - d. Ninguna de las anteriores
2. Si un niño(a) presenta un estilo de apego evitativo ¿qué estado del sistema nervioso se encuentra activado?
 - a. Parasimpático dorsal/hipo excitación
 - b. Simpático/hiper excitación
 - c. Regulado
 - d. Ninguna de las anteriores
3. Si un niño(a) trae un juguete a la sesión o un juguete “vulnerable” recibe mucha energía en el juego, este juego se conoce como el _____:
 - a. Objeto de regulación
 - b. Objeto del self
 - c. Propiedad egocéntrica
 - d. Objeto de persona
4. _____ es la velocidad en la que usted se vuelve apegar a su mismo(a) después de desapegarse/desregularse
 - a. Elasticidad
 - b. Tiempo de respuesta vagal-dorsal
 - c. Resistencia
 - d. Resiliencia
5. Un objeto del self es puesto en sus manos o brazos. ¿Cuál es la mejor manera de abordar este escenario?
 - a. Devolvérselo al niño(a)
 - b. Pedirle al niño(a) que lo vuelva a poner en el estante/en un contenedor.
 - c. Hable con el objeto y modele un apego seguro a sí mismo
 - d. Pregúntele al niño(a) cómo el objeto representa al niño(a).
6. ¿Cuál de las siguientes NO es una de las etapas de desarrollo (creada por Duey Freeman, LPC)?
 - a. ¿Está bien el mundo?
 - b. ¿Con qué frecuencia puedo hacerlo?

- c. ¿Estoy bien?
- d. ¿Qué tanto puedo hacer?
- 7. ¿Cuál de las siguientes cosas es cierta acerca de un padre/cuidador resistente?
 - a. No quieren lo mejor para su hijo(a)
 - b. Son resistentes a la mayoría de las formas de terapia
 - c. No son capaces de apegarse a sí mismos
 - d. No existe tal cosa como un padre/cuidador resistente
- 8. Verdadero o falso: Los individuos son impulsados por sus vacíos percibidos y percepciones de dolor.
- 9. Verdadero o falso: Los(as) terapeutas de Synergetic play therapy entienden que el proceso de apego es a nuestra percepción de los demás y, en última instancia, a nosotros(as) mismos(as).
- 10. Verdadero o falso: No es importante que los(as) terapeutas observen sus juicios y las expectativas que ponen en los padres/cuidadores.

Referencias:

Ainsworth, M. D. S. (1973). The development of infant-mother attachment. In B. Cardwell & H. Ricciuti (Eds.), Review of child development research (Vol. 3, pp. 1-94) Chicago: University of Chicago Press.

Bowlby J. (1969). Attachment. Attachment and loss: Vol. 1. Loss. New York: Basic Books.

Osho, The Book of Nothing: Hsin Hsin Ming, Talk # 5