

TÉCNICA DEL "MUNDO INTERNO" Y "MUNDO DEL OTRO" EN LA TERAPIA DE PAREJA

LUIS SANTIAGO ALMAZÁN

Psicólogo Clínico y Terapeuta Familiar / Director de KINE - Centro de Terapia Familiar
Barcelona, 2003 (España)
www.kine.org

Esta técnica la expuse por primera vez en la Sessió Clínica de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i de Balears en noviembre de 1994. Voy a explicar cómo utilizo la técnica del Mundo Interno-Mundo del Otro (Mi-Mo) en la actualidad, ya que con los años he ido introduciendo variaciones en la forma original diseñada por mí hace más de 15 años.

OBJETIVO:

Es fundamental tener claro que el objetivo central de esta intervención tiene más que ver con la posibilidad de establecer una conversación o diálogo terapéutico a través de los dibujos hechos por la pareja que una técnica de interpretación proyectiva.

Este diálogo terapéutico va a permitir:

- Que el terapeuta transmita a la pareja tanto su visión sobre el vínculo que observa como mensajes facilitadores de cambio.
- Que los miembros de la propia pareja puedan decirse "cosas" no escuchadas hasta ese momento. En este sentido, facilita la "percepción interpersonal" y la "metacomunicación".

DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA:

Fase 1. El terapeuta explica y propone la tarea

- Les entrego una hoja en blanco a cada miembro de la pareja y colores de cera (la gama mínima es: azul, verde, rojo, amarillo, marrón, blanco y negro).
- Les explico la diferencia entre el mundo interno y el mundo externo.
- Les pido a cada uno que intente plasmar su mundo interno en la hoja utilizando todos los colores que quiera.

- También, les digo que no pueden mirar el dibujo del otro mientras lo están haciendo ni cuando lo acaben.
- Les pido que no hablen entre ellos mientras lo están haciendo.
- Es aconsejable dejarles solos mientras dibujan para que se sientan más cómodos. (tiempo utilizado para dibujar el mundo interno: alrededor de 7 minutos)

© Autor: Luis Santiago Almazán

APUNTES DE TERAPIA DE PAREJA - Centro Kine, 2003 Barcelona (Spain)
Registro de la Propiedad Intelectual nº 5893-2003 Depósito Legal B-47.343-2003

Una vez acaban el dibujo:

- Les sugiero que piensen en un título para el dibujo que acaban de hacer y lo escriban en la parte de atrás.
 - Les recojo la hoja.
 - Les entrego una segunda hoja en blanco.
 - Les pido que cada uno intente reflejar cómo ve al otro, no físicamente sino internamente.
- (tiempo utilizado para dibujar el mundo del otro: alrededor de 7 minutos)

Una vez acaban el dibujo:

- Les animo a que piensen, nuevamente, en un título para el dibujo que acaban de hacer y lo escriban en la parte de atrás.
- Les recojo la hoja.

Fase 2. Descripción verbal sobre lo dibujado

- Empezaremos por el dibujo del mundo interno.
- Les enseño a cada uno el dibujo del mundo interno de su pareja.
- Les pido que cada uno describa lo que observa en el dibujo del mundo interno de su pareja.
- Les pido que describan el dibujo de su propio mundo interno.
- Recojo las hojas.
- Les muestro a cada uno el dibujo del mundo del otro que su pareja ha hecho.
- Les pido que cada uno describa lo que observa en el dibujo del mundo del otro que su pareja ha hecho.
- Les pido que cada uno describa el dibujo que ha hecho sobre el mundo del otro.

Fase 3. Diálogo terapéutico a través de los dibujos- Coloco los dos dibujos de los mundos internos uno al lado del otro

- Les pido que expresen lo que observan al verlos conjuntamente (diferencias, similitudes, etc.).
- Les leo el título de cada dibujo del mundo interno.
- Realizo también mis comentarios.
- Retiro los dibujos.
- Coloco los dos dibujos de los mundos del otro, también, uno al lado del otro.
- Les pido que expresen lo que observan al verlos conjuntamente (diferencias, similitudes, etc.).
- Les leo el título de cada dibujo del mundo del otro.
- Realizo también mis comentarios.

Trabajando con las superposiciones de los dibujos...

- Coloco los dibujos de los dos mundos internos, superpuestos y al trasluz.
- Inicio el diálogo terapéutico con la pareja
- Coloco los dibujos de los dos mundos del otro, superpuestos y al trasluz.

© Autor: Luis Santiago Almazán

APUNTES DE TERAPIA DE PAREJA - Centro Kine, 2003 Barcelona (Spain)
Registro de la Propiedad Intelectual nº 5893-2003 Depósito Legal B-47.343-2003

- Inicio el diálogo terapéutico.
- Coloco el dibujo del mundo interno y el dibujo del mundo del otro (ambos de la misma persona) superpuestos y al trasluz.
- Inicio el diálogo terapéutico.
- Coloco el dibujo del mundo interno y el dibujo del mundo del otro (ahora del otro miembro de la pareja) superpuestos y al trasluz.
- Inicio el diálogo terapéutico.

OBSERVACIONES:

Quiero insistir que la validez de esta técnica no está en "saber interpretar" los dibujos que la pareja hace sino en saber crear una "nueva realidad" para la pareja a través de las metáforas y símbolos de los dibujos. Así, por ejemplo, en muchas ocasiones, el dibujo del mundo interno que cada miembro de la pareja ha realizado es algo que describen como poco agradable. Cuando se superponen al trasluz ambos dibujos, "aparece" un nuevo dibujo más rico y complejo. ¡La pareja se sorprende gratamente al verlo...!