



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 21 – AGOSTO DE 2009

“EL CUENTO TERAPÉUTICO”

AUTORÍA JOSÉ MARÍA LÓPEZ MONTALBÁN
TEMÁTICA LITERATURA
ETAPA EI, EP, ESO

Resumen

Los cuentos terapéuticos, ayudan a la persona que lo escribe a darle solución a una situación traumática que vivió en el pasado. Es un instrumento con una gran importancia para cambiar y reparar el trauma vivido de esas personas.

Palabras clave

- Cuento.
- Terapia.
- Cuento terapéutico.

1. INTRODUCCIÓN

El cuento terapéutico, se define como aquel cuento creado por un sujeto y en el que cuenta una situación conflictiva o traumática, y que al final se resuelve de forma feliz o positiva. Los personajes de este cuento representan al autor no de manera directa, sino de forma inconsciente.

2. LA TERAPIA

La terapia es la parte de la medicina que se ocupa del tratamiento de las enfermedades.

Actualmente, existen centenares de métodos y técnicas psicoterapéuticas. En ocasiones unos y otros se complementan al responder a trastornos diferentes. Es difícil conocer la realidad de las propiedades de estas técnicas terapéuticas, no obstante, muchas encuestas de carácter internacional apoyan y ratifican la eficacia de la mayoría de ellas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 21 – AGOSTO DE 2009

De entre todas las terapias, me centraré en la de Cuentoterapia. Esta disciplina, une varios conocimientos de distintas ramas de la ciencia, enseñando el poder curativo del cuento y ofreciéndonos maneras de intervenir en los procesos psíquicos.

3. IMPORTANCIA DEL CUENTO

La utilización del cuento en esta terapia se debe, a que el sujeto, ya desde sus primeros comienzos de vida tiene relación con el cuento de forma continuada.

Desde sus primeros años de vida, el niño/a, ya mantiene contactos con la literatura, pero no escrita sino de forma oral. El niño al nacer, desde sus primeros días de vida, es continuamente atendido a través de canciones de cuna, que se han ido transmitiendo de generación en generación entre padres e hijos. Más tarde, al niño con pocos años, y aun incapaz de poder leer, es la madre, padre o algún otro familiar, el que le lee al niño un texto narrativo, despertando el interés de él por los cuentos.

Luego sigue, la etapa del niño en relación al cuento-juguete. Los cuentos son en esta etapa, juguetes, con el que el niño utiliza la imaginación, para que a través de los dibujos se pueda fabricar una historia, que con el paso del tiempo, se irá enriqueciendo.

Y finalmente, el niño se relaciona con la lectura de forma directa, cuando comienza a aprender a escribir y leer al sexto año de su vida.

Durante estas etapas es donde el niño, descubre el placer de la lectura, comienza a relacionar la historia del cuento con su propia vida. Los cuentos preparan al sujeto para enfrentarse a la realidad.

El cuento lleva a la mente del niño, a adentrarse en un mundo de fantasía, donde su imaginación se está desarrollando y enriqueciendo de una forma espectacular. Piensa en colores, formas, personas, sonidos, voces, etc, que solo puede ver en su mente y así desarrollar su inteligencia.

Con todo esto, sería fácil pensar, que los cuentos llenos de fantasía e imaginación no ayudan al niño a enfrentarse a la realidad. Pero por el contrario, en los cuentos, hay muchas situaciones, que en forma de metáforas influyen en el niño, para que en su vida adulta sepa adaptarlas y enfrentarse así a la vida cotidiana.

4. CUENTOTERAPIA

La cuentoterapia es una técnica terapéutica con la que a través de la relación entre el cuento y el sujeto, produce la recuperación de un trastorno anterior.

De esta disciplina, pueden beneficiarse tanto niños, como personas adultas. Los aspectos positivos que aportan los cuentos son los siguientes:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 21 – AGOSTO DE 2009

- Enseñar a los mas pequeños el gusto por la literatura.

La relación que marcan padres, hijos y cuentos, desde la más temprana infancia, marcará la afición del niño por la lectura. Que el padre y la madre cuente cuentos o historias inventadas por ellos mismos, levantará el entusiasmo del niño por la lectura. Que el niño vea, que el padre lee y que además disfruta con la lectura, crea en él una necesidad de querer disfrutar con la lectura como su padres. De ahí que empiece a interesarse por la literatura.

- Potenciar la imaginación.

La lectura ayuda al niño en la potencialización de su imaginación. Los niños leen, y a medida que realizan esta actividad, van representando toda la historia en su cabeza, van relacionando y además va prediciendo que va a ocurrir más adelante. El niño imagina personajes, sus ropas, su voz, su comportamiento, imagina paisajes, incluso, hasta olores.

De esta manera el niño potencia su imaginación y le ayuda a enfrentarse a situaciones en su vida cotidiana.

- Aumenta la creatividad.

Del anterior aspecto, da lugar a este. La lectura de un cuento y la necesidad de escribirlo, hace que aumente la creatividad del niño. El niño imagina y crea paisajes, personajes, comportamientos, diálogos acordes a esos comportamientos...

- Enseñan a resolver problemas de la vida cotidiana.

La relación con los cuentos, y la experiencia recibida a través de ellos, hace que el niño sepa afrontar los problemas a modo similar a como se hace en los cuentos, pero sabiendo en todo momento la perspectiva mágica y de fantasía que posee la mayoría de los cuentos.

- Se establecen mejores relaciones con los padres.

El cuento es la mediación entre los padres y el niño. Desde pequeños los padres leen a sus hijos, y esta se convierte en una relación casi diaria, en la que el cuento realiza un papel fundamental.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 21 – AGOSTO DE 2009

- Fomenta la madurez.

- Enseña buenos valores.

Los cuentos están repletos de buenos valores que formarán parte en la educación del niño. El niño en la lectura, discrimina entre buenos y malos actos y de esta manera lo hace con los valores, los cuales discrimina e integra en él.

- Enseña hábitos saludables.

El acto de leer nos acompaña durante toda nuestra vida. Con ella vivimos grandes ratos de ocio, viviendo grandes aventuras aunque solo lo hagamos con nuestra mente. La lectura es una ayuda a quien necesite una orientación psicológica en su vida, o para aquellas personas que presenten problemas.

- Los cuentos terapéuticos curan trastornos.

La elaboración de cuentos terapéuticos, está comprobado, que erradica muchos trastornos que posee la persona, gracias a la relación que se ha tenido con los cuentos durante toda nuestra vida.

- Consuela en aspectos negativos de la vida.

- Ayudan al adulto a mantener relaciones con su “yo” niño.

La relación del niño con la lectura, hace que en su vida adulta, mediante el cuento, exista una relación entre esa persona en su vida adulta y en su niñez. La imaginación que se recupera en la etapa adulta, nos recuerda a lo que imaginábamos en nuestra niñez, nuestras ilusiones, fantasías, pensamientos, etc.

- Facilitan la comunicación.

El acto de leer, no cabe duda, de que es importantísimo en todo el proceso de la adquisición del lenguaje. El leer facilita la comunicación por diversos motivos.

Uno de ellos es desde la etapa más infantil, la relación que manteníamos con nuestros padres. Que nos ayudará en nuestra vida a mejorar las relaciones comunicativas.

Otra es el vocabulario y el uso verbal que vamos adquiriendo por medio de esa actividad tan enriquecedora como es la lectura.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 21 – AGOSTO DE 2009

5. ESTRATEGIAS PARA LA CREACIÓN DE UN CUENTO.

Existen muchas estrategias para la elaboración de un cuento. No son limitadas, ya que la imaginación de la persona juega un gran papel a la hora de elegir algunas de las siguientes estrategias:

- De elección previa.
- Enrollados.
- Puzzle de cuentos.
- A partir de una noticia de un diario.
- Cambiar el final de un cuento.
- Trabajos manuales: el cuento.
- Recreación de un cuento.

A continuación, se desarrolla brevemente la explicación de cada una de ellas.

- De elección previa.

Consiste en la elección previa de una serie de personajes que queremos que participen en nuestra historia y situarlos en una fecha y lugar determinados, para así contar las aventuras de ellos, en tiempos distintos.

- Cuentos enrollados.

Se trata de una estrategia en grupo. Consiste en la elaboración de un cuento con el tema ya definido. En esta composición, una hoja va circulando por los niños, y ellos escriben una frase que quieran que aparezca en el cuento. El niño solo puede leer la última frase escrita en el papel. Así el último niño leerá la historia completa que se ha ido formando.

- Puzzle de cuentos.

Se trata de realizar un cuento famoso, a partir de unas historias separadas y desordenadas. Esta estrategia se puede realizar en grupo, para buscar la potenciación del trabajo en grupo y en la toma de decisiones de los más pequeños.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 21 – AGOSTO DE 2009

- A partir de una noticia de un periódico.

Tras elegir una noticia que haya aparecido en el periódico, se les pide que construyan una historia interesante y divertida.

- Cambiar el final de un cuento.

Esta estrategia es ideal utilizarla para cuentos o historias que no tengan un final feliz. El objetivo que se pretende es buscar un final feliz alternativo al que tiene el cuento, con la intención de introducirlos al cuento terapéutico.

- Trabajos manuales: el cuento.

Se dividen a los niños en pequeños grupos y se les pide que realicen cuentos, recortando imágenes de revistas, periódicos, etc, y debajo escriban la historia inventada.

- Recreación de un cuento.

Con esta estrategia fortalecemos y desarrollaremos la capacidad de dramatización de un cuento. Se trata de mostrar mediante un pequeño teatro, el cuento que han hecho con anterioridad. Para ello utilizarán ropa, instrumentos, dibujos, etc.

6. CUENTO CON FINAL FELIZ.

Es imprescindible, que el cuento acabe con un final feliz, para que se considere un cuento terapéutico.

La necesidad de que el cuento acabe de esta manera tiene un significado muy simple, y es albergar un rayo de luz, tener esperanza, visualizar el futuro...

De modo que el cuento terapéutico, mantiene la esperanza de recuperar la felicidad. La escritura del cuento por el sujeto, libera a éste de toda presión que hasta ahora poseía, para que a través de sus palabras e imaginación, desarrolle y vaya volcando al cuento todo el trastorno vivido para al final darle una visión positiva. El sujeto vuelve a revivir de nuevo el problema o trastorno que tanta angustia le crea, pero con una diferencia, añadiendo un final feliz, que ayuda al individuo a resolver el conflicto de manera positiva.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 21 – AGOSTO DE 2009

7. CUENTO TERAPÉUTICO.

A continuación presento un ejemplo de cuento terapéutico. En concreto, este es uno elaborado por mí, que tuvo una gran acogida en unas jornadas de cuentos terapéuticos.

El tema es la violencia de género, y es contado desde el punto de vista del niño.

UN AMOR “PEQUEÑO” SUPERA TODA LA FUERZA DEL MUNDO

Javier era un niño de 10 años, de pequeña estatura, moreno y muy delgado. Él y sus padres vivían en una casa pequeña de un pueblo precioso.

Él era feliz, tenía muchos amigos, le gustaba el colegio y disfrutaba jugando, se podría decir que tenía una vida plena.

Desde hacía algún tiempo atrás, el aura de felicidad que envolvía la casa, estaba desapareciendo, y se estaba convirtiendo en oscuras y ruidosas tinieblas, que contrastaban con el entusiasmo y el bienestar de las calles del pueblo donde jugaba Javier.

Javier hacía tiempo que no veía a su padre antes de acostarse. Su padre solía contarle un cuento antes de irse a la cama, y él placenteramente entraba en sueño. Pero ahora esto no era así, hacía mucho tiempo que no le contaba ningún cuento, y cuando le preguntaba a su padre, este le decía que estaba muy ocupado.

Un día por la mañana Javier se levantó de la cama y fue a desayunar. Cuando llegó a la mesa vio a su madre con rasguños en la cara. Se acercó y suavemente le acarició la cara, preguntándole:

- Mamá, ¿qué te ha ocurrido?.

Ella apenada le contestó:

- Me he caído, no te preocupes, no tiene importancia.

Javier se fue como todos los días al colegio. Al regresar su madre le había preparado la comida. Él le preguntó:

- ¿Y papá?.

Ella le contestó:

- Hoy no comerá en casa, tenía una reunión fuera.

Al llegar la noche la madre mandó a Javier a acostar. Él se refunfuñó, pero finalmente hizo caso a su madre y aceptó.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 21 – AGOSTO DE 2009

Mientras dormía, Javier tuvo la impresión de que su madre se introdujo en su cama con él, y abrazándole se durmieron los dos, dándose toda la seguridad del mundo el uno al otro.

Cuando Javier se levantó, se dirigió como siempre a desayunar y vio como su madre tenía el ojo hinchado y amoratado. Javier le dijo:

- ¿Otra vez te has caído?. Debes tener más cuidado.

Ella, aguantando las lagrimas, dijo:

- No te preocupes, lo tendré.

Javier cogió su mochila y se dirigió al colegio.

Cuando iba de camino al colegio, se dio cuenta que se había olvidado la merienda encima de la mesa de la cocina. Cuando regresó a su casa, abrió la puerta y vio a su madre sentada en el suelo apoyada contra la pared llorando y a su padre al lado de ella con el brazo levantado abofeteándola.

Cuando el padre se dio cuenta de la presencia de Javier quedó con la mano alzada mirándolo.

Javier miró a su madre, que le devolvió la mirada con sus ojos bañados en lagrimas.

Javier se acercó, agarró a su madre de la mano y dijo a su padre:

- Tenia la esperanza de que alguna vez llegaras temprano y me volvieras a contar un cuento para dormir, pero ahora pienso que tal vez sería una pesadilla.

Javier levantó a su madre y salieron de la casa. El padre avergonzado y humillado por lo que había hecho se marchó de la casa para no volver nunca más.

A partir de entonces, Javier y su madre vivieron en felicidad y la casa recuperó el aura de bienestar que tenia antes.

Y los ojos de su madre recuperaron el brillo de paz, felicidad y belleza que tenían antes, y que al mirar a Javier parecían decirle sin palabras, que el amor de un niño pequeño puede ser mas grande que toda la fuerza del mundo.

Autoría

- Nombre y Apellidos: José Maria López Montalbán
- Centro, localidad, provincia: Guadix (Granada)
- E-mail: mortan220@hotmail.com