

Postulación Evento Regional de Prácticas Significativas en Psicología**Conectando Voces a Través de la Psicología****Mis historias, mis cuentos. Historias de niños para niños****Daniela Mazo Atehortúa****Lucy Mishel Ibargüen Peña****Luis Fernando Sánchez Perea****Melany Pérez Jaramillo****Melissa Roldán Arenas****Valentina Mercado Ramírez****Asesor/supervisor: Lina Marcela Molina Ortiz****Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano****Junio 2025**

Resumen

Este proyecto tiene como propósito facilitar el reconocimiento, expresión y abordaje de problemáticas emocionales en niños a través de la creación y narración de historias y cuentos, desde un enfoque de psicoterapia gestáltica infantil. La iniciativa, titulada “*Mis historias, mis cuentos. Historias de niños para niños*”, se desarrolló entre marzo y abril del 2025 con un grupo focal de niños y niñas de la Institución Educativa Liceo Antioqueño (Bello), bajo la coordinación de una docente investigadora y los practicantes de psicología de los Consultorios Psicológicos de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano (POLI) sede Medellín. Se empleó una metodología cualitativa, a través de talleres vivenciales los niños plasmaron sus problemáticas personales actuales utilizando la escritura de cuentos. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis narrativo orientado a comprender cómo los niños experimentan y dan sentido a su mundo mediante las narrativas que elaboraron.

Los resultados evidenciaron que la narrativa constituye un medio de expresión simbólica que permite a los niños y niñas recrear metafóricamente su mundo interno, a través de personajes como héroes, villanos, hadas, animales salvajes, lo que además les brinda un dominio sobre sus creaciones. Asimismo, se observó que los relatos favorecen la expresión, el reconocimiento del malestar y su posterior elaboración. Se identificó que el entorno influye de manera directa en el ajuste creativo que realizan los niños para autorregularse emocionalmente y adaptarse a las diferentes experiencias que se le presentan. Se concluye que, el ajuste creativo depende de las posibilidades y apoyos que los entornos familiar, escolar y social proporcionan al niño.

Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología

Cuando el niño encuentra un ambiente de apoyo emocional puede confiar en su capacidad creativa, orientando su fuerza vital hacia el crecimiento y desarrollo de su potencial.

Palabras clave: *psicoterapia gestáltica infantil, narrativa, cuento.*

Introducción

La infancia es una etapa clave para el desarrollo emocional y relacional. Durante este periodo los niños vivencian miedos, ansiedades, vulnerabilidades y conflictos interpersonales e intrapersonales que impactan en su bienestar psicológico a largo plazo. La narrativa de cuentos e historias propias constituye una ventana hacia el mundo interno de cada niño, permitiéndole proyectar sus propias experiencias, temores, deseos y motivaciones.

Diversos avances en el campo clínico han evidenciado el impacto positivo del uso de los cuentos infantiles en la terapia con niños, consolidándose como herramientas que buscan fomentar el desarrollo de habilidades sociales, la comunicación asertiva y la inteligencia emocional, contribuyendo así al bienestar social y cognitivo de los niños.

En esta misma línea, Hernández y Rabadán (2014) describen el cuento como una herramienta terapéutica, que permite y mejora la comprensión de ideas complejas al transformarlas en conceptos comprensibles para los niños. Además, destacan su contribución a la construcción de estructuras mentales y el establecimiento de límites entre lo real, lo posible, lo verdadero y lo imaginario en el niño.

Otras investigaciones, como la realizada por Álvaro (2022), en su trabajo investigativo *Cuentos para sanar*, han resaltado el valor de los cuentos en la educación para la salud, evidenciando su eficacia para enseñar a los niños a cuidar su bienestar, advertirles sobre comportamientos de riesgo y ayudarles a gestionar emociones difíciles de comprender.

Asimismo, diversas investigaciones han puesto en evidencia la profunda influencia del entorno en el desarrollo emocional y personal del niño. En este sentido, las instituciones educativas desempeñan un papel crucial en su etapa evolutiva. Según Zambrano-Vacacela (2024), los establecimientos educativos cumplen un rol fundamental en la construcción del proyecto de vida de los estudiantes, brindándoles herramientas y estrategias para desarrollar sus habilidades, valores y metas personales. De igual forma, Romero (2024) identifica que el contexto sociocultural constituye el medio principal que incide en el desarrollo social, psicológico y cultural del niño. Por lo tanto, se reconoce que las instituciones no solo median la interacción del niño con su entorno, sino que contribuyen activamente a su desarrollo integral.

En este marco, desde la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano, sede Medellín, se ha diseñado el proyecto psicoeducativo: *“Mis historias, mis cuentos. Historias de niños para niños”* en el colegio Liceo Antioqueño (Bello). El proyecto, dirigido a niños y niñas entre los 9 y 12 años de edad, busca promover la identificación y el abordaje de problemáticas emocionales en niños mediante la narrativa de historias y cuentos, desde un enfoque de la psicoterapia gestáltica infantil.

Así, se propone explorar las historias que los niños construyen sobre sus vidas, relaciones, afectos y significados, así como aquellas otras historias con las cuales buscan distanciarse de sus problemas; para finalmente, ir planteando historias alternativas mediante los cuentos terapéuticos basadas en los relatos iniciales como base para ayudar a los niños a tramitar y resolver sus dificultades emocionales y conflictos personales

Planteamiento del problema

La infancia es una etapa fundamental en el desarrollo del individuo y la constitución del psiquismo humano, dado que durante los primeros años de vida, los niños y niñas configuran sus patrones de apego, las bases de su autoconcepto, el lenguaje emocional y las primeras formas de comprender e interpretar el mundo. En este periodo, el desarrollo afectivo y social ocurre en paralelo al desarrollo cognitivo y neurológico, generando una interdependencia muy ligada entre el entorno, las relaciones primarias y la construcción subjetiva de la experiencia. La infancia, por tanto, no solo representa un momento cronológico en el individuo, sino una fase de oportunidad en la que el acompañamiento emocional o un adecuado apoyo del grupo primario, donde las necesidades básicas y emocionales sean satisfechas, puede marcar la diferencia en el bienestar presente y futuro del niño.

Uno de los principales retos evidenciados en esta etapa es la comprensión y expresión emocional. A diferencia de los adultos, los niños no cuentan con una amplia comunicación verbal, ni con habilidades metacognitivas consolidadas, lo cual limita sus posibilidades de nombrar y comunicar sus vivencias internas de manera directa. Por esta razón, recurren con frecuencia a medios simbólicos como el juego, el dibujo o la narrativa. Sin embargo, en contextos donde no se fomenta ni se valida la expresión emocional, estos recursos pueden ser reprimidos o poco desarrollados, lo que incrementa el riesgo de somatización; En contextos escolares, estas dificultades suelen manifestarse en forma de conductas disruptivas, retraimiento, bajo rendimiento académico, impulsividad o dificultades en la socialización.

La experiencia clínica y educativa ha demostrado que muchos niños manifiestan signos de malestar emocional a través de conductas que a menudo se interpretan como desobediencia,

inmadurez o distracción. Sin embargo, detrás de estas expresiones pueden subyacer miedos, duelos, conflictos familiares, inseguridades o experiencias traumáticas no elaboradas. Estas manifestaciones, si bien no siempre alcanzan un nivel clínico significativo, sí pueden interferir en su proceso de aprendizaje, en sus relaciones y en la consolidación de una autoestima saludable.

El núcleo familiar o las figuras de apoyo primario, como primer espacio de socialización, tiene una influencia determinante en la forma como los niños aprenden a reconocer, expresar y regular sus emociones. Los modelos parentales caracterizados por negligencias, la represión emocional, la sobreprotección o la ausencia afectiva dificultan el desarrollo de competencias emocionales básicas. Asimismo, las dinámicas vinculares, los estilos de apego y los patrones de comunicación familiar se reflejan posteriormente en las interacciones escolares y sociales del niño.

Por su parte, las instituciones educativas, al ser el escenario continuo para la socialización, también cumplen un rol fundamental en el acompañamiento emocional infantil y en el desarrollo del individuo. En este contexto se evidencian tanto las potencialidades como las tensiones derivadas de la vinculación con otros. El aula se convierte en el lugar donde emergen diferencias culturales, estilos de crianza diversos y realidades sociofamiliares diferentes; lo que se puede reflejar en conflictos entre pares, experiencias de exclusión o dificultades para establecer vínculos de confianza, especialmente cuando los niños no cuentan con mecanismos para gestionar la frustración o la diferencia.

Es importante aclarar que estas situaciones no son atribuibles a deficiencias institucionales, sino que son aspectos comunes que pueden presentarse en cualquier entorno educativo. Precisamente por ello, cobra relevancia el desarrollo de intervenciones que

promuevan la expresión emocional, la empatía y la comprensión mutua desde un enfoque preventivo e inclusivo.

En este marco, surge la necesidad de implementar estrategias terapéuticas que no solo se orienten al tratamiento del síntoma, sino que promuevan el fortalecimiento de habilidades emocionales desde una mirada integradora. La narrativa, como forma simbólica de expresión, se constituye en una herramienta poderosa para acceder al mundo interno del niño. A través de los cuentos, los niños pueden proyectar sus vivencias, resignificarlas y encontrar nuevas formas de interpretar lo vivido, desarrollando recursos de afrontamiento que emergen de su propia creatividad y experiencia; dado a que los abordajes tradicionales no logran conectar con las formas propias de expresión infantil. La psicoterapia gestáltica y la narrativa terapéutica ofrecen una alternativa que parte del respeto por la subjetividad del niño, permitiéndole expresarse por medio de recursos lúdicos, creativos y simbólicos.

En el caso del Colegio Liceo Antioqueño, ubicado en el municipio de Bello (Antioquia), se identificaron en estudiantes de cuarto y quinto grado signos de malestar emocional asociados a dificultades para comunicar sus emociones, baja autoestima, miedo, frustración y conflictos en su entorno familiar. Esta situación genera un desafío importante para los docentes y orientadores escolares, quienes requieren herramientas innovadoras que les permitan acompañar estos procesos de forma más efectiva y empática.

Surge entonces la necesidad de implementar un proyecto psicoeducativo que promueva la expresión emocional y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales a través de una herramienta significativa para los niños: los cuentos. Utilizar la creación de historias personales y la lectura de cuentos terapéuticos no solo favorece el desarrollo de competencias emocionales, sino que también permite intervenir de manera simbólica y respetuosa sobre el mundo interno

de cada niño, promoviendo procesos de resiliencia, comprensión y autorregulación emocional. Por tanto, el presente proyecto propone abordar esta problemática mediante una estrategia centrada en la narrativa infantil, la creatividad y la expresión simbólica, permitiendo a los niños reconocerse como autores de sus propias historias y como sujetos activos en la transformación de sus experiencias.

Justificación

Desde la psicoterapia infantil, se prioriza la importancia de atender el mundo emocional del niño desde su propio lenguaje. En particular, la psicoterapia gestáltica infantil propone una visión integradora del ser, en la que las emociones, el cuerpo, las relaciones y el entorno se entrelazan como partes fundamentales de la experiencia. Esta perspectiva, con influencias fenomenológicas y existenciales, considera al niño como un ser en relación constante con su ambiente, y reconoce que los síntomas o dificultades emocionales no pueden entenderse de forma aislada, sino como respuestas adaptativas ante determinadas condiciones relacionales.

En este contexto, el ajuste creativo como concepto central en la terapia gestáltica, se refiere a la capacidad del niño para reorganizar su experiencia interna en función de los recursos y límites del entorno. Cuando un niño cuenta una historia, está no solo proyectando su mundo simbólico, sino también creando una narrativa alternativa que le permite encontrar sentido a lo vivido. Este proceso narrativo, acompañado de forma terapéutica, se convierte en un espacio de transformación donde el niño puede reconocerse, expresar lo que siente y explorar nuevas posibilidades de respuesta.

El uso de cuentos como herramienta terapéutica y educativa en la infancia no solo responde a una tradición narrativa que ha acompañado históricamente el desarrollo humano, sino que también se fundamenta en principios psicológicos ampliamente reconocidos en la literatura

científica. En los últimos años, se ha fortalecido la comprensión de que los niños interpretan y significan su mundo a través de símbolos, metáforas y representaciones, por lo que los relatos especialmente aquellos contruidos por ellos mismos, constituyen un lenguaje privilegiado para explorar y resignificar su experiencia emocional.

La terapia narrativa, por su parte, aporta un marco complementario en el que se reconoce el poder de las historias personales como medio para construir identidad y sentido. Al externalizar sus problemas en forma de personajes, los niños dejan de verse a sí mismos como el problema y comienzan a crear relatos más clarificados. Según White y Epston (1990), este proceso de externalización favorece la distancia emocional necesaria para resignificar la experiencia y encontrar nuevas soluciones.

El proyecto **Mis historias, mis cuentos. Historias de niños para niños** se justifica, entonces, como una propuesta psicoterapéutica innovadora que articula ambos enfoques gestáltico y narrativo en un formato psicoeducativo. Al invitar a los niños a crear sus propios cuentos, se les brinda una herramienta que les permite organizar su mundo emocional, simbolizar sus vivencias y resignificarlas a través de un proceso creativo, lúdico y respetuoso.

El resultado de esta intervención no solo benefició a los niños participantes, quienes transformaron sus historias personales en relatos terapéuticos, sino que también generó una herramienta clínica de valor para otros niños. Los cuentos producidos fueron revisados con criterios clínicos y adaptados sutilmente para convertirse en cuentos terapéuticos, lo cual les otorga una doble funcionalidad: expresión subjetiva y recurso de intervención. Esta doble dimensión fortalece el impacto del proyecto, posicionándolo como una experiencia replicable en otros contextos clínicos y escolares.

La propuesta se alinea con los principios de la salud mental comunitaria, al promover la

participación activa de los niños en su propio proceso de desarrollo emocional, y al transformar su producción simbólica en una herramienta útil para otros, reforzando un lugar donde sean escuchados y visibilizados.

Objetivo general

Promover el reconocimiento, la expresión emocional y la elaboración simbólica de problemáticas internas en niños y niñas entre los 9 y 12 años, por medio de la creación y narración de cuentos, desde una perspectiva de la psicoterapia Gestáltica infantil y la narrativa terapéutica.

Objetivos específicos

- Facilitar espacios seguros, lúdicos y creativos para la expresión emocional espontánea de cada niño, priorizando a su vez, el reconocimiento de vivencias personales a través de la escritura de la narración, la escritura y el dibujo.
- Identificar los factores relevantes predominantes en los relatos construidos por los niños.
- Fomentar estrategias de regulación emocional por medio de cuentos terapéuticos seleccionados.
- Promover la resignificación de experiencias personales a través de la reelaboración narrativa.
- Priorizar el ajuste creativo mediante técnicas simbólicas y metafóricas adaptadas al desarrollo infantil.
- Obtener la construcción de narrativas de la autoría de los niños con foco terapéutico para posibles intervenciones futuras.

Marco teórico

Fritz Perls, precursor de la Terapia gestáltica, propuso un enfoque holístico con influencias fenomenológicas y existenciales (Perls, 1976). Este enfoque concibe al ser humano como un todo integrado, cuya experiencia es intrínsecamente relacional. El énfasis se centra en el encuentro del organismo y su ambiente, entendiendo que la existencia humana se configura en la interacción con factores sociales, culturales y físicos (Yontef, 2009).

Oaklander (2001) & Cornejo (1996) son dos destacadas psicoterapeutas que han desarrollado enfoques singulares en la terapia gestáltica infantil. Sus propuestas están centradas en el uso de técnicas creativas y expresivas para acompañar a los niños. Entre los principios fundamentales que proponen se encuentran: a) Facilitar la experiencia de los niños a través del proceso creativo (Zinker, 1977), empleando recursos expresivos como el juego, el arte, la música, la escritura y otras formas creativas de expresión. b) Una comprensión holística de la experiencia infantil, integrando emociones, pensamientos, cuerpo, relaciones interpersonales y su entorno social. c) La integración de cuerpo y mente, alentando al niño a prestar atención a las sensaciones físicas y a cómo éstas están relacionadas con sus emociones y pensamientos.

Este modelo de psicoterapia busca promover el ajuste creativo, entendido como la capacidad que tienen los niños de transformar y ser transformados por su entorno. El ajuste se conoce como el proceso mediante el organismo responde a sus necesidades, interactuando con el medio y tomando de él aquello que necesita para su satisfacción (Zinker, 1977). La creación, en este contexto, implica encontrar una solución distinta a la experiencia vivida: una nueva configuración y una nueva integración, que abre paso a la

fantasía y amplía las posibilidades de acción y comprensión (Robine, 2019).

El ajuste creativo también se fortalece a través de la narración y la escritura de historias. Habitualmente, los niños escuchan relatos que han sido contando y reescritos por otros, y muchas veces replican esas historias en sus discursos y acciones. Sin embargo, los niños también construyen sus propias narrativas y en ellas plasman sus experiencias personales y subjetivas. Escuchar las historias de los niños implica confiar en los significados y las interpretaciones que ellos otorgan a sus vivencias; es reconocer su capacidad de construir sentidos y brindarles la libertad de expresar quienes son a través de sus relatos genuinos, no mediados ni impuestos por las teorías psicológicas tradicionales.

Aunque los niños crean sus historias partiendo de elementos ya dados en sus programas de televisión favoritos, en el cine o en otros libros, son ellos quien eligen los aspectos que captan su atención, con los cuales se identifican y que transforman en su propia versión. Oaklander (2001) expresa que "Todo lo que el niño crea es una proyección de algo dentro de sí, o al menos, algo que le interesa [...] Refleja su vida o quien es él, y expresa su necesidad, deseo, carencia o sentimiento que tiene". De esta forma, cuando el niño se narra a través de sus historias y sus cuentos, los niños personifican sus conflictos, y asumen simultáneamente, los roles de personaje, escritor y espectador de la historia, lo cual les permite adoptar distintas perspectivas para percibir sus propias experiencias. A través de sus relatos, logran expresar un rango más amplio emociones como el amor, el odio, el miedo, la ira, la soledad, el aislamiento, la carencia y la frustración. Apoyando esta idea, la terapia narrativa, propuesta por (White y Epston, 1990), considera que las personas dan sentido a su vida a través de relatos. En este enfoque, externalizar los problemas permite que el individuo se separe de su dificultad y pueda reconstruir una narrativa más positiva y

Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología

fortalecedora. En el contexto infantil, esta técnica permite que los niños exploren y reinterpreten sus experiencias desde una perspectiva fortalecedora. Al externalizar los problemas, los niños dejan de verse a sí mismos como "el problema" y comienzan a construir nuevas narrativas que les permiten desarrollar habilidades de afrontamiento y reforzar su autoestima. Cuando los niños escriben sus propios cuentos, no solo elaboran simbólicamente sus experiencias, sino que también ejercen control sobre su historia, transformándola en una narrativa de resiliencia y empoderamiento. En el ámbito de la terapia grupal, la narrativa ofrece beneficios significativos. En niños de 9 a 12 años, etapa caracterizada por el desarrollo del pensamiento lógico y la consolidación de la identidad, el trabajo grupal permite la validación de sus vivencias y la creación colectiva de significados. En el contexto grupal, compartir estos relatos potencia el sentido de pertenencia y la empatía, mientras que la co-construcción de significados fortalece el vínculo social (Norman). Así, los cuentos terapéuticos generados desde la experiencia individual se convierten en espejos colectivos que permiten a los niños resignificar vivencias y construir nuevas formas de verse a sí mismos.

Metodología

Este proyecto se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, de tipo participativo e interpretativo, en el cual se priorizó la voz de los niños y niñas como actores centrales del proceso. Se trabajó con un grupo focal conformado por estudiantes de primaria pertenecientes a grados cuarto y quinto de la Institución Educativa Liceo Antioqueño (Bello) entre los 9 y 12 años de edad, quienes participaron de una serie de encuentros guiados por practicantes de psicología bajo la supervisión de una docente investigadora.

Cada sesión fue planificada para crear un ambiente seguro, cálido y respetuoso, en el que

los niños se sintieran libres de expresarse sin juicios. Se utilizaron guías estructuradas que facilitaban la creación de cuentos propios, abordando progresivamente el desarrollo de personajes, conflictos y soluciones. Además, se incluyó la lectura de cuentos terapéuticos previamente seleccionados para trabajar emociones específicas como el miedo, la frustración, el enojo o la tristeza.

Para la evaluación interna de los cuentos elaborados por los participantes, se diseñó una matriz de análisis cualitativo que permitió categorizar las narrativas según: emociones expresadas, dificultades interpersonales, estrategias de solución de problemas y consideraciones clínicas. Esta herramienta permitió interpretar no solo los contenidos manifiestos, sino también los elementos simbólicos y latentes presentes en los relatos, en coherencia con los principios de la terapia gestáltica y la terapia narrativa.

Durante las sesiones, se emplearon técnicas propias de la psicoterapia gestáltica infantil y de la narrativa terapéutica. A través de actividades como dibujos, juegos simbólicos y creación de personajes, los niños fueron construyendo historias que reflejaban aspectos significativos de su mundo emocional, familiar y escolar. No se forzó ningún relato, sino que se facilitó la expresión emocional, respetando los ritmos y contenidos emergentes desde su espontaneidad.

Posteriormente, los cuentos creados fueron revisados por los practicantes de psicología desde un enfoque psicoeducativo y terapéutico. Esta revisión permitió obtener como resultado físico significativo una cartilla de cuentos, que después de diferentes ajustes, se considera como herramienta para la intervención en otros niños, lo que radica el título del proyecto.

Descripción de la experiencia

El proyecto se desarrolló en el marco de una intervención psicoeducativa dirigida a un grupo de niños y niñas entre los 9 y 12 años de edad, pertenecientes a los grados cuarto y quinto del Colegio Liceo Antioqueño, ubicado en el municipio de Bello. La experiencia constó de seis encuentros planificados previamente, con objetivos definidos para cada sesión, en los que se priorizó la promoción del desarrollo emocional, la expresión afectiva y el fortalecimiento de habilidades socioemocionales. . El eje central de la intervención fue la construcción de cuentos de autoría propia, orientados desde la interpretación subjetiva de cada participante, permitiendo acceder a una representación simbólica de sus vivencias cotidianas, sus formas de interacción y sus recursos personales, en coherencia con su etapa evolutiva.

Para la ejecución de los encuentros se gestionó, con apoyo de la coordinación de la institución, un espacio físico adecuado que propiciara un ambiente seguro, cálido y cómodo para los estudiantes. Se consideró fundamental garantizar condiciones que promovieran la libre expresión, la espontaneidad y la validación del niño como sujeto activo de su proceso de desarrollo. Bajo una perspectiva humanista, se sostuvo una actitud de respeto, escucha empática y aceptación, promoviendo un clima que favoreciera el despliegue de los recursos individuales y grupales sin imposiciones ni juicios.

Cada encuentro fue diseñado cuidadosamente para alcanzar los objetivos establecidos, incorporando actividades lúdicas, creativas y dinámicas que posibilitaran la participación activa, el disfrute compartido y la consolidación de la confianza en el grupo. Estas estrategias no solo facilitaron el proceso de creación narrativa, sino que también permitieron observar aspectos relevantes del desarrollo socioemocional de los niños, tales

como sus formas de vinculación, habilidades comunicativas, estilos de interacción, reconocimiento de emociones y referencias a su entorno familiar y escolar.

El primer encuentro estuvo centrado en la presentación y el reconocimiento mutuo entre los integrantes del grupo. Se propuso una actividad musical dinámica que posibilitara la expresión lúdica y el acercamiento entre pares, en un ambiente armónico y respetuoso. Además, se emplearon la “Guía 0A” y la “Guía 0B” por medio de las cual se pudo realizar un reconocimiento de las cosas que les gustaban y las que no a los niños y como se sentían durante las actividades, tanto a nivel personal como a nivel grupal. Lo cual permitió establecer una serie de indicios de las problemáticas y necesidades que se presentaban dentro de la población, además de fomentar el relacionamiento, la confianza y la comunicación asertiva.

Durante los encuentros posteriores, se desarrollaron actividades orientadas a fomentar el reconocimiento emocional, la narración de experiencias significativas y la creación simbólica de personajes, escenarios y conflictos, los cuales fueron construidos progresivamente hasta la conformación del cuento final. Para ello, se le suministró a cada niño una serie de guías con instrucciones que le permitía crear su cuento, con una estructurara clara. Se utilizaron la “Guía 2”, “Guía 3” y “Guía 4” para redactar el inicio, nudo y desenlace de la historia, respectivamente; y escribir finales alternativos de las historias de algunos de sus compañeros. A lo largo de esto se pudo identificar que varios de los aspectos que los niños señalaban que les gustaban o disgustaban en la “Guía 0A” y “Guía 0B” se vieron reflejados en diversos elementos de sus cuentos, además de vivencias, conflictos intrapsíquicos, dinámicas familiares, características de personalidad, estrategias de afrontamiento y habilidades de resolución de conflictos.

Una vez que se realizó la identificación de las problemáticas que presentaban los

niños, dentro de las cuales destacaban dificultades en la gestión de emociones como el miedo y el enojo, baja autoestima, baja tolerancia ante la frustración y dificultades en la comunicación, se seleccionaron cuentos literarios que abordaran estas problemáticas desde un enfoque simbólico. Durante el tercer y cuarto encuentro se realizaron bases de lectura de las historias seleccionados y actividades lúdicas y didácticas, que permitieron complementar y consolidar los conceptos y aprendizajes de los cuentos, además de enseñarles a los niños técnicas de relajación y otras estrategias de regulación emocional, herramientas de intervención que les permiten a los niños proyectarse, comprender mejor sus sentimientos y explorar nuevas estrategias de afrontamiento desde la narrativa.

Los cuentos utilizados fueron:

Clementina está enojada de María José Camiruaga (2020), que aborda el manejo de la ira y la expresión emocional.

Nuna sabe leer la mente de Orit Gidali (2016), enfocado en el manejo del bullying escolar.

El perro negro de Levi Pinfold (2014), que trabaja el miedo y la percepción de los peligros.

Yo y mi miedo de Francesca Sanna (2019), que ayuda a los niños a reconocer y manejar el miedo en nuevas situaciones.

Por cuatro esquinitas de nada de Jérôme Ruillier (2014), que aborda temas de inclusión, aceptación y diversidad.

La joya interior de Anna Llenas (2021), orientado a fortalecer la autoestima y el autoconocimiento.

Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología

Así es la vida de Ana Luisa Ramírez y Carmen Ramírez (2005), que introduce a los niños en la aceptación de los cambios y las pérdidas.

Otto de Andrea Paz y Claudia Paz (2014), que aborda el tema de la frustración y, la resiliencia y amistad como medio para afrontar dificultades.

Luego, se invitó a los niños a crear finales alternativos de los cuentos que habían escrito inicialmente, en los cuales debían integrar alguna de las estrategias de afrontamiento o técnicas de regulación aprendidas durante los encuentros anteriores, y crearon títeres de los personajes principales de su historia para posteriormente socializarlo y dramatizarlos con los demás niños. Se logró identificar que la mayoría de los niños implementaban soluciones más adaptativas en sus relatos.

Para el análisis de los relatos creados por los niños, se empleó una metodología cualitativa de tipo interpretativo. Se diseñó y aplicó una matriz de análisis que permitió organizar y categorizar la información en torno a cuatro categorías de análisis: I) emociones expresadas; II) dificultades interpersonales, III) estrategias de solución de problemas, IV) Consideraciones clínicas.

Esta matriz facilitó una lectura profunda de los relatos, permitiendo identificar no solo los contenidos manifiestos de las historias, sino también aspectos simbólicos del mundo interno de los niños. La interpretación se realizó considerando los principios de la psicoterapia gestáltica infantil, centrados en el ajuste creativo, y de la terapia narrativa, que valora la externalización y resignificación de las experiencias personales.

Resultados y reflexiones de la experiencia práctica

Desde el inicio del proyecto, se favoreció un clima de aceptación incondicional y

Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología

respeto genuino hacia la experiencia de cada niño. A lo largo de los encuentros se registraron verbalizaciones espontáneas relacionadas con experiencias personales, emociones, relaciones significativas y aspectos del contexto familiar y escolar, lo cual constituyó una fuente valiosa de información cualitativa sobre las realidades subjetivas de los niños en el aquí y el ahora.

Entre las emociones predominantes en los relatos se encuentran: la soledad, la tristeza, el miedo, la frustración, el enojo, la felicidad, el amor y el desamor. uno de los niños escribe: “*la niña vivía sola y triste[...] porque era guerfana y no tenía papás*”; en el relato de otro niño cuenta: “*[...] le encantaba estar solo [...] siempre era triste, era una felicidad fingía, porque sus amigos cercanos lo dejaron por ser diferente [...]*”

Asimismo, se identificaron conflictos interpersonales asociados a experiencias de: pérdidas o duelos, muertes, las mentiras, la enfermedad de familiares, sentimientos de exclusión social, el bullying escolar y conflictos parentales. Una de las niñas, por ejemplo, escribió: “*[...] un niño le hizo bullying [...] entonces intentó decirle a sus papás, pero no le hicieron caso [...]*”; otro niño escribió: “*[...] su madre murió y se sentía muy triste por la muerte de su madre y tenía miedo, solitario y no trabajaba bien [...]*”.

Por otra parte, se logró evidenciar la capacidad de ajuste creativo en los niños ante las dificultades, a través de conductas activas (buscar ayuda, dialogar, resolver problemas), respuestas mágicas o fantásticas (superpoderes o intervención de seres mágicos) y apoyos externos (amigos, familia y autoridad), por ejemplo, una niña relata en su cuento lo siguiente: “*finalmente logró que todas las plantas volvieran a tener vida. y así, con ayuda de un mono llamado nube que tenía un poco de agua logró regar las plantas para que tuvieran vida [...]* con ayuda de unos cuantos polvos mágicos logró que todas las plantas volvieran a tener

Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología

vida [...]”; por su parte otro niño expresó: “[...]finalmente hades, se le ocurrió una gran idea, ya que exploró el mundo, volvió al pueblo. y así con ayuda del perro logró volvió a ver a su padre en la tumba y se fue satisfecho”.

Estos relatos muestran como la metáfora permitió a los niños distanciarse de su problemática y emplear menos recursos defensivos. Al escribir sus propias historias pudieron modificar, reescribir y resignificar aspectos de su experiencia. Evidenciándose en los niños capacidades de resiliencia, como se observa en el siguiente relato: “se ocurrió una gran idea, como la vaca había muerto, se le ocurrió enterrarla en el lugar favorito de la vaca. Y así, con ayuda Matías uso una pala [...] estaba muy triste, pero recordó los buenos momentos que vivió con la vaca y se alegró y pensó que estaría en el cielo”.

De manera especial, algunos niños consiguieron construir nuevos relatos de sus historias, modificando sus estrategias de ajuste creativo planteadas inicialmente en sus cuentos. Reflejando su capacidad de reorganización interna. Una de las niñas en su primer desenlace, escribió:

“Finalmente, el decidió que no podía más se le ocurrió una gran idea y decidió dejar de luchar y morir [...]” (desenlace inicial). Sin embargo, a lo largo de los encuentros la niña, reelaboró su relato y construyó un nuevo final más esperanzador: *“después de un tiempo llego un amigo [...] y Potato dijo – porque todos me odian?, y el monstruo dijo – no es que te odien es que no te entienden y potato le dijo- has estado solo? Y él respondió – si [...] Potato se debilita, pero ... despertó y él dijo -! todo fue un sueño!, todo está bien [...] Potato respiro hondo y vio que todos estuvieron ahí siempre... fin” (desenlace nuevo).*

Estos hallazgos coinciden plenamente con lo propuesto por Zinker (1977) en relación al ajuste creativo: los niños buscan soluciones simbólicas o reales para integrar la experiencia

y restaurar su equilibrio interno. Además, refuerzan la propuesta de White y Epston (1990) acerca del poder de la narrativa como herramienta eficaz para facilitar la expresión emocional y resignificar sus experiencias.

En este proceso, la relación que los facilitadores establecieron con los niños también desempeñó un papel fundamental en el fortalecimiento de su ajuste creativo. Los niños encontraron en el acompañamiento un apoyo externo contenedor que les permitió simbolizar su malestar y explorar nuevas alternativas de afrontamiento. Este vínculo de confianza facilitó que las narrativas creadas no solo proyectaran su mundo interno, sino que también abrieran caminos hacia la resignificación de sus experiencias.

Al finalizar el proyecto, se realizó una socialización de los resultados a los padres de familia y directivos de la institución. En este espacio se compartieron observaciones generales y específicas sobre las necesidades emocionales de cada niño, así como recomendaciones puntuales para su acompañamiento. Además, se señalaron aquellos casos que requerían atención psicológica especializada.

Como proyección futura, se espera realizar una compilación de los cuentos producidos, enriquecida con recursos terapéuticos complementarios, con el propósito de que puedan ser utilizados como herramientas clínicas en espacios de psicoterapia infantil individual.

Discusión

Los hallazgos del proyecto confirman que la narrativa infantil no solo es una vía de expresión simbólica, sino también una herramienta terapéutica con un potencial transformador. A través de los cuentos, los niños no solo se contaron a sí mismos, sino que

construyeron nuevas formas de estar en el mundo, de resolver conflictos y de comprender sus emociones. Este proceso narrativo permitió visibilizar experiencias que, en contextos cotidianos, suelen pasar desapercibidas o se expresan mediante comportamientos incomprensibles.

Uno de los elementos centrales identificados es la influencia del núcleo familiar en los patrones de comportamiento infantil. Los relatos evidenciaron vínculos de apego, conflictos no resueltos, duelos y mecanismos de afrontamiento aprendidos en el hogar. En muchos cuentos aparecieron figuras parentales ausentes, represión, o familiares que acompañaban simbólicamente a través de personajes mágicos. Esto refuerza la carencia de trabajar de manera paralela con las familias, promoviendo una crianza emocionalmente disponible y sensible donde se priorice las necesidades de los niños.

Asimismo, en el espacio escolar, siendo entendido como un lugar de socialización primaria, se reconocieron aspectos que pueden influir en el desarrollo emocional de los niños, sin que esto implique señalar a la institución como generadora del conflicto. En general, los relatos reflejaron dificultades que pueden emerger en cualquier institución educativa: sentimientos de soledad, miedo a ser excluidos, experiencias de bullying o malentendidos entre pares. Estas experiencias suelen estar mediadas por diferencias culturales, por modos distintos de interpretar las emociones o por dinámicas de grupo que no siempre logran integrar todas las subjetividades.

Un hallazgo especialmente significativo fue la evolución de los contenidos de los cuentos a lo largo de las sesiones. Inicialmente, muchos relatos incluían desenlaces fatalistas, personajes solitarios o situaciones sin salida dado a bloqueos identificados. Sin embargo, tras el trabajo con cuentos terapéuticos, la exploración grupal y el uso de

estrategias de regulación emocional, los niños comenzaron a integrar en sus relatos recursos de afrontamiento más adaptativos, incorporando la ayuda de figuras externas (amigos, animales, familiares), soluciones mágicas, autocompasión o cambios de perspectiva. Esto muestra un proceso de ajuste creativo tal como lo plantean Zinker y Oaklander, donde el niño reconfigura su experiencia interna al construir nuevas narrativas que le permiten avanzar en su proceso de maduración emocional.

La diversidad cultural, cuando no es abordada desde una pedagogía inclusiva y emocional, puede traducirse en sentimientos de no pertenencia, especialmente en niños que provienen de contextos distintos al mayoritario. Sin embargo, cuando se brinda un espacio de reconocimiento simbólico, como lo permitió la escritura de cuentos, los niños encuentran formas de expresarse sin temor, permitiendo que su historia y su voz sean validadas por otros.

La posibilidad de construir relatos desde la experiencia subjetiva fortalece la capacidad reflexiva, la empatía y el pensamiento crítico, al mismo tiempo que favorece la autorregulación emocional. Además, cuando los cuentos son compartidos, dramatizados o leídos por otros, se amplifica su impacto: los niños no solo se ven reflejados en sus propias historias, sino también en las de sus compañeros, lo que potencia el sentido de comunidad y pertenencia.

Un elemento de especial valor en este proyecto fue la evolución de los relatos. Muchos cuentos comenzaron con finales tristes, fatalistas o cargados de desesperanza, y a lo largo de los encuentros, esos mismos relatos fueron transformados en historias de resiliencia, acompañamiento y búsqueda de soluciones más adaptativas. Este proceso narrativo refleja el impacto que tuvo la intervención en la capacidad de los niños para reelaborar su experiencia

emocional desde un lugar más seguro y esperanzador.

Finalmente, uno de los logros más significativos de la experiencia fue la conversión de los cuentos originales en cuentos terapéuticos. Estas versiones fueron ajustadas sutilmente, conservando el alma de la narrativa infantil, pero incorporando elementos clínicos que fortalecen su utilidad como herramientas de intervención con otros niños. Este resultado no solo valida la riqueza simbólica de la expresión infantil, sino que evidencia el poder de la infancia como generadora de estrategias para la salud mental colectiva.

En conclusión, los resultados de esta experiencia ratifican el potencial de la narrativa infantil como una herramienta terapéutica de gran valor. Al integrar enfoques creativos, humanistas y participativos, se logra un abordaje respetuoso y eficaz de las problemáticas emocionales en la infancia. Además, se reafirma la necesidad de incorporar estos métodos en las instituciones educativas, no solo como apoyo psicológico, sino como parte esencial del desarrollo integral del niño.

Reflexión ética

En la ejecución del proyecto “Mis historias, mis cuentos. Historias de niños para niños”, se respetaron los principios establecidos en la Ley 1090 (2006) define la psicología como una ciencia y profesión basada en la investigación, cuyo objeto de estudio son los procesos de desarrollo cognitivo, emocional y social desde una perspectiva compleja, buscando fomentar el talento y las competencias humanas en diversos ámbitos sociales (Congreso de Colombia, 2006). En cumplimiento de estos principios, se obtuvo el consentimiento informado tanto de los padres como de los niños participantes, asegurando que comprendieran el propósito del proyecto, la posibilidad de su futura divulgación académica y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas.

Se garantizó la confidencialidad de la información compartida en los relatos, resguardando la identidad de los participantes y su bienestar emocional. Los datos recogidos podrán ser utilizados para fines académicos, investigativos y de divulgación científica, asegurando siempre el anonimato y el respeto integral por los derechos de los niños.

Se actuó conforme al principio de beneficencia, procurando que la participación favoreciera el bienestar emocional y social de los niños, y evitando cualquier práctica que pudiera generar angustia, vergüenza o malestar psicológico. Durante el desarrollo de las actividades, se promovió un ambiente de respeto, escucha activa y aceptación incondicional, fomentando la resolución pacífica de conflictos y la expresión emocional asertiva.

Finalmente, se evitó cualquier tipo de manipulación, juicio o influencia indebida sobre los relatos construidos, respetando la autenticidad de las producciones narrativas de los niños y procurando ser fieles a sus expresiones simbólicas y emocionales.

Referencias

- Álvaro, C. (2022). Cuentos para sanar: una aproximación a los cuentos en línea para educar en salud y su traducción para niños inmigrantes en España. *Hermēneus. Revista de Traducción e Interpretación*. (24), 41-85.
doi:<https://doi.org/10.24197/her.24.2022.41-85>
- Camiruaga, M. J. (2020). *Clementina está enojada*. Pehóé Ediciones.
- Cornejo, L. (1996). *Manual de terapia infantil gestáltica*. Bilbao: Desclee de Brower.
- Gidali, O. (2016). *Nuna sabe leer la mente*. Birabiro.
- Hernández, E., y Rabadán, J. (2014). “Érase una vez...un cuento curativo” atención educativa en población infantil hospitalizada a través de la literatura. *Educatio Siglo XXI*, 32(2), 129-150. doi:<https://doi.org/10.6018/j/194121>
- Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. 6 de septiembre de 2006. D.O. N. 46383.
- Llenas, A. (2021). *La joya interior*. Lumen Infantil.
- Norman, D. R. (s.f.). Terapia Narrativa y cuentos terapéuticos. *Universidad Veracruzana*.
<https://www.uv.mx/psicologia/files/2016/10/terapianarrativa.pdf>
- Oaklander, V. (2001). *Ventanas a nuestros niños. Terapia gestáltica para niños y adolescentes*. Santiago de Chile: Cuatro vientos.
- Paz, A. y Paz, C. (2014). *Otto*. Banco Mundial.

Perls, F. (1976). *El enfoque Gestáltico y Testimonios de Terapia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Pinfold, L. (2014). *El perro negro*. Nubeocho.

Ramírez, A. L., y Ramírez, C. (2005) *Así es la vida*. Diálogo.

Robine, J. (2019). *Contacto & Relación en Psicoterapia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Ruillier, J. (2014). *Por cuatro esquinitas de nada*. Editorial Juventud.

Sanna, F. (2019). *Yo y mi miedo*. Editorial Impedimenta.

Solís Recéndez, E. P. (2015). El cuento terapéutico: apoyo a la resiliencia infantil. *Uaricha, Revista De Psicología*, 12(27), 1-12.

https://www.revistauaricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/35/463

White, M., y Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. WW Norton & Company. <https://josefaruiztagle.cl/wp-content/uploads/2020/09/Michael-White-David-Epston-Narrative-Means-to-Therapeutic-Ends-W.-W.-Norton-Company-1990-1.pdf>

Yontef, G. (2009). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica: ensayos de terapia gestáltica*. Cuatro Vientos.

Zinker, J. (1977). *El proceso creativo en la terapia gestáltica*. México: Paidós.

Anexos

<p style="text-align: center;">GUÍA 0A</p> <p>Dibuja.</p> <p style="text-align: center;"><i>Así me siento hoy</i></p> <p>Dibuja o escribe.</p> <p style="text-align: center;"><i>Las cosas que más me gusta son:</i></p> <p>Dibuja o escribe.</p> <p style="text-align: center;"><i>Las cosas que NO me gustan son:</i></p>	<p style="text-align: center;">GUÍA 0B</p> <p>Dibuja</p> <p>Este soy yo en el grupo</p> <p>Dibuja o escribe</p> <p>Lo que más me gusta del grupo es:</p> <p>Lo que menos me gusta del grupo es:</p>	<p style="text-align: center;">GUÍA 1</p> <p>Frases para empezar:</p> <p>Al principio...</p> <p>Hace varios años vivía...</p> <p>Había una vez una...</p> <p>En un lugar muy lejano...</p> <p>Al comienzo...</p> <p>En un país lejano...</p> <p>En tiempos antiguos...</p> <p>Hace muchos años...</p> <p>Vivía una vez...</p> <p>Cuentan los que vieron que...</p> <p>Frases para utilizar en el conflicto:</p> <p>Imprevistamente...</p> <p>En un momento dado...</p> <p>De repente...</p> <p>De pronto...</p> <p>Inesperadamente...</p> <p>Pero de repente...</p> <p>Bruscamente...</p> <p>Al poco tiempo las cosas cambiaron...</p>
--	--	---

GUÍA 2: Descripción del personaje o personajes principales

Teniendo en cuenta la GUIA 1, permítele al niño o niña que elija cómo quiere iniciar la historia, por ejemplo:

Hace varios años vivía (Quién o qué) _____

Que se llamaba _____ (nombre o nombres).

Era muy (tamaño, características) _____ con unos (brazos, piernas, manos, cabeza, ojos, orejas, dedos, etc.) _____. Su

cabello era _____ (color, tamaño, forma) y sus ojos eran _____ (color, tamaño, forma). Iba vestido _____ (cómo iba vestido) que vivía o vivían _____ (dónde vivían, cómo era el lugar, donde estaba ubicado) con/sin _____ (con/sin quién vivía). Le gustaba mucho _____ (qué le gustaba hacer, con quién compartía, de quienes estaba rodeado). Y se sentía muy (emoción, sentimientos, pensamientos) _____ porque _____ (describir las razones).

GUÍA 3: Descripción del conflicto de la historia

Teniendo en cuenta la GUIA 1, permítele al niño o niña que elija qué frase emplear para narrar el conflicto, por ejemplo 1:

De pronto apareció _____ (quién o qué) *Que se llamaba* _____ (nombre o nombres). *Era muy* (tamaño, características) _____ *con unos* (brazos, piernas, manos, cabeza, ojos, orejas, dedos, etc.). *Su cabello era* _____ (color, tamaño, forma) *y sus ojos eran* _____ (color, tamaño, forma). *Iba vestido* _____ (cómo iba vestido) *que vivía o vivían* _____ (dónde vivían, cómo era el lugar, donde estaba ubicado) con/sin _____ (con/sin quién vivía). *Y generó* (que produjo) _____ *haciendo que* (cuál fue la

consecuencia) _____ *Se sentía muy* (emoción, sentimiento, pensamiento) _____ *porque* (el personaje 1) _____ *había* _____.

Ejemplo 2:

De pronto, un día algo (bueno, malo, terrible, etc.) _____ *sucedió* (qué sucedió) _____ *porque* (cuál fue la causa) _____ *lo que provocó que* (cuál fue la consecuencia) _____ *afectando* a (a quiénes o qué afectó) _____.

Entonces _____ (quién o quiénes) *intentó* (describe qué se buscó hacer para solucionar pero fue fallido) _____, *pero* (describe qué ocurrió luego) _____.

también se intentó (describe qué se buscó hacer para solucionar pero fue fallido) _____; *sin embargo* (describe qué ocurrió), _____.

GUÍA 4: Cómo resuelven el conflicto.

Teniendo en cuenta la GUIA 1, permítele al niño o niña que elija qué frase emplear para narrar el cierre de la historia, por ejemplo 1:

Finalmente, a _____ (nombre del protagonista de la historia) *se le ocurrió una gran idea* (describe la idea) _____.

Y así, con ayuda de _____ (quién es, cómo se llama) _____ *logró hacer* _____ y _____.

Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología



Conectando Voces y Experiencias a Través de la Psicología

