

# La técnica de la caja de arena: Creada por Dora Kalff y Margaret Lowenfeld. Construyendo puentes

La caja o bandeja es más que un recipiente y una superficie donde colocar las miniaturas. Es la gramática y contenedor de la mente humana.

Al contactar con la arena, conectamos con la tierra.

La técnica permite al niño construir mundos o lo que desee, tiene total libertad de hacer lo que quiera.

Favorece la liberación emocional y, con ello, la sanación.

El aspecto constructivo y creador permite al niño transformar y elaborar sus experiencias emocionales traumáticas.

Favorece la resiliencia porque el niño construye su historia de vida y se empondera de la misma.

Esta, entonces, ya no le acontece.

El silencio, en la fase de elaboración, es fundamental.

La presencia del terapeuta, estar plenamente presentes conectando con el niño, también.

Más importante que analizar o desentrañar psicológicamente lo que el niño represente, es la experiencia de construir la caja en compañía de un terapeuta facilitador.

Porque, además, no olvidemos que el niño es experto en su caja y tiene libertad de hacer lo que él quiera: le devuelve el control sobre su vida.

La caja es un puente entre la realidad externa e interna del niño.

Lo que no puede expresarse con palabras porque estas no están disponibles en el niño como consecuencia del trauma, la técnica permite hacerlo no verbalmente de un modo seguro.

Cuando el niño termina su caja, el terapeuta valida su experiencia de éste y su obra.

El terapeuta acompaña al niño, pero no hace la caja con él. Es su auxiliar y facilitador.

Al terminarla, puede jugar con él, sólo si el niño se lo pide.

Al terminar la caja, esta se puede comentar con el niño, si éste quiere.

Si éste no quiere, no. La técnica es no verbal.

Si se comenta, nos ceñimos al mundo, a los personajes, a lo realizado, a lo que sienten estos, a lo que pasa.

Ya está.

Se hace una coexploración y no un análisis.

Una cosita. Pues vale. Una cosita.

Al terminar la caja y antes de recoger, se puede fotografiar.

Al final de un proceso largo de trabajo con varias cajas, se pueden volver a explorar todas y ponerlas en relación con los asuntos que traen al niño a terapia.

Lo más importante es, sin duda, la experiencia, el transformar y la transferencia coterapeuta-niño.

Y dejar que la técnica trabaje. Por eso, la llaman: "el taller silencioso de la mente".

Veamos unas muestras de cajas de arena hechas por niños y adolescentes.

Las posibilidades creativas son infinitas.

Cada persona hace su propio proceso de individuación.

Cajas de arena.

Autores: héroes anónimos.

Montaje: José Luis Gonzalo Marrodán, psicólogo.

Autor del libro: "Construyendo puentes".

Música: "The song of the sun", Mike Oldfield.