

TREBALL FINAL DE MÀSTER

Màster Universitari Psicologia General Sanitària

Tractament psicoterapèutic grupal per pares de fills amb
Trastorn de l'Espectre Autista: Un recurs per la mentalització

Realitzat per Andrea Herrera Basolí

Dirigit per Dra. Clara Mateu Martínez i Dra. Meritxell Campreciós Orriols

Juliol 2021

Índex

1. Agraïments	3
2. Resum i Abstract	4
3. Introducció	6
4. Marc teòric	8
5. Descripció dels participants	13
6. Pla de tractament i curs de la intervenció	15
7. Avaluació final del procés i resultats de la teràpia	26
8. Referències	32
9. Apèndix	33

Agraïments

En primer lloc, vull agrair al Centre de Salut Mental Infanto-Juvenil de Granollers i, en especial, a la meva tutora del centre, la Cristina Gómez Minué, per permetre'm assistir a la teràpia grupal i guiar-me al llarg d'aquest procés, donat que sense ella aquest treball no hagués estat possible.

En segon lloc, agraeixo a la tutora d'aquest treball, la Dra. Clara Mateu Martínez, que amb la seva gran dedicació m'ha ajudat a corregir i perfeccionar el present Projecte Final de Màster.

Per últim, agraeixo també a la darrera tutora d'aquest treball, la Meritxell Campreciós Orriols, el acompanyar-me i ajudar-me en la part final del projecte.

Resum

Les persones amb Trastorn de l'Espectre Autista (TEA) mostren un dèficit en la mentalització, la capacitat per entendre les accions pròpies i dels altres en termes de pensaments, sentiments, desitjos i creences. Aquesta dificultat en la mentalització també es trasllada a les famílies, les quals pateixen haver de fer front a les necessitats constants dels fills sense rebre mostres d'afecte per les quals sentir-se gratificades, generant emocions negatives cap a ells que són difícils de mentalitzar. En aquest estudi, es pretén avaluar la millora en la capacitat de mentalització dels pares al realitzar una psicoteràpia grupal per pares de fills amb TEA. Mitjançant la transcripció de les sessions realitzades amb el grup, s'ha fet una compilació de les preocupacions de les famílies i el corresponent abordatge terapèutic durant 24 sessions. En conclusió, es constata una millora en la capacitat de mentalització dels pares en relació a la identificació, expressió i regulació de les emocions, la comprensió del funcionament i necessitats dels fills, el desenvolupament i reflexió de les funcions parentals, i la millora del vincle patern-filial.

Paraules claus: Mentalització, Trastorn de l'Espectre Autista, Psicoteràpia Grupal, Teràpia Familiar.

Abstract

People with Autism Spectrum Disorder (ASD) show a deficit in mentalizing, which is the ability to understand actions by both other people and oneself in terms of thoughts, feelings, wishes and desires. This difficulty in mentalizing is also passed on to families, who suffer from having to deal with the constant needs of their children without receiving signs of affection for which they feel gratified, generating negative emotions towards them that are difficult to mentalize. The purpose of this research is to evaluate the improvement in the mentalizing capacity of parents by performing a psychotherapeutic group for parents of children with ASD. Through the transcription of the sessions carried out in the group, a compilation of the concerns of these families and the therapeutic approach has been made during 24 sessions. In conclusion, there is an improvement in the mentalizing capacity of parents in relation to the ability to identify, express and regulate emotions, understand their children's behaviour and needs, the development and reflection of parental functions, and the improvement of the parent-child bond.

Key words: Mentalizing, Autism Spectrum Disorder, Group Psychotherapy, Family Therapy.

Introducció

Els trastorns de l'espectre autista (TEA) són dels més complexes i severos del desenvolupament infantil, ja que presenten dèficits persistents de la comunicació e interacció social, i en les habilitats pel desenvolupament, manteniment i comprensió de les relacions interpersonals (American Psychiatric Association, 2013). Aquestes característiques suposen una font constant d'estrès i de canvis físics, emocionals i socials en els pares, els quals alteren la vida familiar (Obando, 2009).

La mentalització és un punt clau a tractar en les famílies, ja que les persones amb un diagnòstic TEA presenten un dèficit extrem en la capacitat de mentalització, és a dir, una dificultat de donar sentit o reconèixer els estats mentals dels altres. Aquesta mancança provoca que els infants no obtinguin, en gran mesura, el plaer habitual de la reciprocitat i la mutualitat, ni són motivats per l'intercanvi social ni pels sentiments i desitjos dels altres (Slade, 2009).

La nul·la mentalització en els infants genera dificultats per establir la dinàmica relacional entre els pares i els fills, produint patiment i malestar en la família. Aquest escenari provoca en els pares dificultats en la capacitat de mentalització, donat que es generen emocions negatives cap als fills que són complicades d'assumir i, per tant, de mentalitzar. Com a conseqüència, es dificulta l'enteniment entre els pares i els fills amb TEA, fent que no puguin atendre bé les seves necessitats i augmenti el sentiment de malestar (Slade, 2009).

L'objectiu d'aquest treball és avaluar la millora en la capacitat de mentalització dels pares de nens amb TEA a través de la realització d'una psicoteràpia grupal, que té com a finalitat afavorir el vincle parent-filial i poder atendre millor les seves necessitats. Es realitza un estudi de cas multimodal, vinculat a les pràctiques realitzades al Centre de Salut Mental Infanto-Juvenil (CSMIJ) de Granollers. Atès a la situació excepcional de la Covid-19 les sessions s'han dut a terme en modalitat online per videotrucada, mitjançant l'aplicació *Zoom*.

Els participants eren un grup obert format per pares i mares amb fills diagnosticats de TEA de diferent gravetat i edat (entre 5 i 16 anys, majoritàriament adolescents), incloent també nens amb trets TEA que presenten un trastorn del vincle. El grup s'efectuava amb una freqüència setmanal d'1 hora de duració. Inicialment es realitzava de forma presencial a la sala de grups del CSMIJ, i posteriorment es va optar per la modalitat en línia.

El grup estava conduït per dos terapeutes, les quals s'encarregaven de facilitar les associacions, de forma no dirigida o semi-dirigida en funció de la dinàmica generada, i ajudar en la regulació emocional al pares. La meua funció principal en el grup va ser la de observadora, que es basava en realitzar una transcripció detallada de les sessions i un anàlisi posterior amb l'assessorament de les psicòlogues.

Marc teòric

El trastorn de l'espectre autista es basa en un conjunt d'alteracions a nivell del neurodesenvolupament que s'inicia a la infància i roman durant tota la vida, sent més freqüent en els homes que en les dones, en una relació 4:1 (Bonilla & Chaskel, 2016). Està caracteritzat pel deteriorament persistent de la comunicació social recíproca i la interacció social, i els patrons de conducta, interessos o activitats restrictius i repetitius (American Psychiatric Association, 2013).

Una de les característiques distintives del TEA és un dèficit extrem de la mentalització (Slade, 2009). Aquesta és la capacitat d'entendre les accions dels altres i d'un mateix en termes de pensaments, sentiments, intencions, desitjos i creences, sent una habilitat molt humana que sustenta les interaccions diàries (Bateman & Fonagy, 2016). Com a conseqüència de la falta de mentalització, les experiències emocionals o relacionals són generalment molt desorganitzadores i desreguladores, pel qual les eviten (Slade, 2009).

Aquesta sèrie de característiques poden generar en els pares i mares una font d'estrès constant, degut a que els nens amb TEA requereixen de cures intenses i constants, el qual repercuteix en la qualitat de vida de qui ho pateix i de la seva família (Obando, 2009). Tanmateix, donat que les persones no són capaces de mentalitzar en la mateixa mesura, és més probable que en moments d'estrès o ansietat es donin dificultats en la mentalització (Bateman & Fonagy, 2016).

L'infant es troba primerament a sí mateix en la ment de la seva mare o pare, els quals tenen una representació del seu fill tenint sentiments, desitjos i intencions, això li permet al fill descobrir la seva pròpia experiència interna a través de la representació paternal (Fonagy et al., 1995; Slade, 2009). En el cas dels nens amb TEA, aquesta experiència es veu pertorbada per la falta o interrupció dels indicadors que ajuden als pares a donar sentit a l'experiència interna del nen, com el contacte visual, els indicadors típics de plaer, dolor, por

i tristesa, la comunicació directa, entre d'altres. Per tant, la representació i reflex de l'emoció que permet al nen descobrir la seva pròpia experiència interna, no es dona o passa de forma distorsionada (Slade, 2009).

Des de la perspectiva parental, tenir un fill amb aquestes característiques provoca un gran desconcert, ja que semblen molt poc afectats per aquells que els rodegen i molt lligats a la seva pròpia realitat. A més, els nens amb TEA rarament retornen en les formes essencials per a que els pares puguin sentir-se gratificats en les complexes tasques parentals (Slade, 2009).

Aquesta reciprocitat té molta importància en ajudar a gestionar i regular els sentiments negatius i positius. Les emocions negatives intenses, com la por, tristesa i ràbia, dificulten la tasca de prestar atenció o sentir curiositat sobre el que hi ha en la ment de l'altre persona, inclús en la d'un mateix, és a dir, són més difícils de mentalitzar i, per tant, de regular, que les emocions positives. Això planteja un desafiament constant a les habilitats mentalitzadores dels pares, ja que han de lidiar amb enuig, tristesa, dolors i pors de manera més intensa i prolongada que els pares de nens amb desenvolupament típic. La mentalització només és possible quan un sentiment és regulat fins a un grau en que pugui ser contemplat i simbolitzat, però en aquest cas, molts dels sentiments que experimenten cap als seus fills són sovint intolerables i inmentalitzables, com el sentiment d'odi. Els sentiments en aquesta profunditat i intensitat són molt vius, molt perillosos i potencialment destructius com per reflexionar sobre ells, pel qual romanen de forma no integrada i no mentalitzable (Slade, 2009).

Per tant, una de les claus del èxit en el treball amb nens de l'espectre autista i els seus pares, segons Slade (2009), és ajudar als pares a gestionar la paradoxa que suposa tenir que mentalitzar allò no mentalitzable, de manera que siguin capaços de reconèixer i expressar aquestes complexitats sense ser superats per elles. Una de les modalitats que pot ajudar als

pares i mares a gestionar millor la complexitat de la situació en la que es troben sotmesos és la teràpia grupal basada en la mentalització.

El tractament basat en la mentalització (MBT) té com a tasca inicial establir l'expressió emocional, donat que sense un control millorat de l'afecte, no pot existir una consideració ferma de les representacions internes. Per tant, la identificació i l'expressió de l'afecte són els objectius principals de la MBT. Les intervencions bàsiques que es donen en la MBT s'organitzen segons una sèrie de passos terapèutics: (1) demostrar empatia per l'estat subjectiu actual del pacient; (2) exploració, clarificació i, si procedeix, desafiament; (3) identificar l'afecte i establir un focus d'afecte; i (4) mentalitzar la relació (Bateman & Fonagy, 2013).

En quant a la teràpia grupal, diversos investigadors com Yalom (1986) la relacionen amb una sèrie de factors curatius o terapèutics, els quals permeten introduir uns mecanismes i canvis en els pacients. Els factors terapèutics que operen en la psicoteràpia de grup són diversos, tot i que en el nostre estudi en destaquem els següents:

- **Universalitat:** Escoltar a altres membres del grup revelar preocupacions similars a les seves ajuda a elevar l'autoestima, ja que elimina la sensació d'aïllament.
- **Impartir informació:** Es realitza una instrucció didàctica sobre la salut mental, les malalties mentals i la psicodinàmica general que donen els terapeutes, a més dels consells, suggeriments o orientació directa sobre els problemes vitals que ofereixen els terapeutes o altres pacients.
- **Altruisme:** Els pacients col·laboren oferint a altres membres diferents propostes i estils d'afrontament, el qual ajuda a desenvolupar les pròpies habilitats interpersonals.

- **Desenvolupament de tècniques de socialització:** Parlar en una sessió de teràpia grupal permet millorar les habilitats socials i el comportament interpersonal en un ambient segur i de recolzament.
- **Factors existencials:** Es basa en aprendre a través de les experiències d'altres i les conseqüències de les seves decisions, ajudant a prendre exemple i no cometre els mateixos errors.
- **Cohesió del grup:** Ser part de un grup cohesionat ofereix un sentit de pertinença, acceptació i validació.
- **Catarsis:** Explicar la seva història a un grup de recolzament i comprensió, genera l'alleujament de l'angoixa emocional a través de l'expressió desinhibida de l'emoció.
- **Aprenentatge interpersonal:** Interactuar amb altres persones que exposen informació sobre el seu comportament i el impacte que suposa, pot ajudar a millorar el sentit d'auto-consciència. Comprendre el propi comportament és sovint el primer pas pel canvi i la recuperació.

Els objectius bàsics de la teràpia grupal per pares de fills amb trastorns mentals severos, com el TEA, són els següents (Fraile & Esteller, 2010):

1. Ajudar a comprendre millor el funcionament dels fills, les seves necessitats i com apropar-se a ells, el qual fomentaria l'empatia i la mentalització.
2. Desenvolupar i reflexionar sobre les funcions parentals, per tal d'afavorir els recursos interns de les famílies.
3. Trobar recolzament en el context grupal i sentir-se sostinguts, ja que els altres membres del grup estan passant per processos similars en relació als seus fills.
4. Pensar i reflexionar sobre com situar-se davant dels recursos educatius, familiars, sanitaris i socials existents i davant dels recursos que falten pel seu fill o filla.

Respecte als beneficis que poden extreure els pares de la teràpia grupal, Fraile i Esteller (2010) afirmen que al finalitzar el grup es pot apreciar una millor comprensió del trastorn que pateixen els seus fills, sent capaços de prendre decisions que els beneficiï en base a les seves característiques. A més, els autors senyalen que els pares intercanvien les estratègies que els hi funcionen amb èxit en els fills i les que no, tenint en compte que cada nen i família és diferent.

En quant al format de teràpia online, Skinner i Latchford (2006) no van trobar diferències significatives entre els pacients que realitzen la teràpia presencial en comparació als que ho fan de forma online. A més, tot i els procediments de desinfecció i les mesures de seguretat que es prenen en les consultes de psicoteràpia a causa de la pandèmia, és freqüent que, tant els pacients com els terapeutes, mantinguin certa desconfiança a la represa de les sessions presencials. Per tant, la teràpia online obra la possibilitat de mantenir el procés terapèutic en aquests moments, evitant els desplaçaments, facilitant l'accessibilitat i assegurant la privacitat i l'eficàcia (Arranz, 2020).

Així doncs, l'objectiu principal del treball és avaluar la millora de la capacitat de mentalització dels pares de nens amb TEA a través de la psicoteràpia grupal. Les metes concretes a treballar en el grup de pares són: (1) identificar, expressar i regular les emocions; (2) comprendre el funcionament dels fills i les seves necessitats; (3) desenvolupar i reflexionar sobre les funcions parentals; i (4) millorar el vincle patern-filial.

Descripció dels participants

A continuació, es presenten les cinc famílies del grup que van ser seleccionades per l'estudi, de les quals algunes van incorporar-se a l'inici i altres a meitat del procés. El grup constava de dos famílies més, però no es van incloure donat que una va abandonar el grup a l'inici de l'estudi i l'altre no assistia a les sessions de forma regular.

Família 1. La Maria assisteix al grup des de fa 4 anys, té un fill de 13 anys, en Ian, diagnosticat de TEA amb la cognició preservada i displàsia pulmonar. El Ian mostra hipersensibilitat al sorolls, té interessos restringits, rigidesa i falta de comprensió social. Els pares estan molt sensibilitzats amb el trastorn del seu fill i són col·laboradors, la mare treballa en una guardaria i té bona capacitat de mentalització, tot i que pateix per la vulnerabilitat del seu fill.

Família 2. El Toni i la Marga són una parella que assisteix al grup des de fa 1 any, tenen un fill de 14 anys, en Gerard, diagnosticat de TEA grau 1 sense dèficit intel·lectual, TDAH i síndrome de Poland, presentant problemes en la comunicació social, interessos restringits i conductes obsessives que el limiten. Els pares refereixen que en ocasions el Gerard pateix un nivell d'ansietat elevat que expressa amb autolesions: s'arranca els pels de les cames i es mossega les ungles fins fer-se ferides. Va iniciar seguiment farmacològic i a nivell psicològic assisteix a APINDEP (Centre d'integració de persones amb discapacitat). En relació als pares, la mare té la invalidesa per estat ansiós depressiu desencadenat per estrès laboral i el pare té la invalidesa per una caiguda des de 12 metres d'altura que li va causar fractures múltiples, de les quals es va recuperar però té seqüeles.

Família 3. La Mònica té un fill adoptat xinès de 17 anys, el Lluís, diagnosticat d'Asperger. Previ a la realització del diagnòstic, van consultar puntualment al 2015 i després al 2017, però van interrompre el seguiment abans de l'alta. Al 2018 realitzen cinc visites diagnòstiques en les quals pot expressar-se en termes emocionals, tot i que s'observa certa

rigidesa i literalitat, al no detectar-se patologia mental se li dona l'alta. Al 2019 retornen després de la mort del pare uns mesos abans, se li realitza el diagnòstic d'Asperger i es vinculen a l'Associació Asperger on és atès a nivell psicològic. En el CAD obté un grau de discapacitat del 35%. La mare pateix un trastorn depressiu reactiu a la pèrdua del seu marit i segueix tractament farmacològic.

Família 4. La Gisela va incorporar-se al grup en la vuitena sessió del procés d'estudi, és la mare de l'Anna de 8 anys, diagnosticada de TEA grau 2, pel que necessita ajuda notable i requereix suports sobretot en els seus dèficits en la comunicació. Es va plantejar teràpia grupal per la nena i pels pares, a més de seguiment psicològic individual de l'Anna. El vincle mare-filla és molt estret, en ocasions afavoreix la capacitat de mentalització de la seva filla i l'estimula en l'aprenentatge i, en altres ocasions, s'observa com les ansietats de separació són bidireccionals.

Família 5. L'Elena és última en incorporar-se al grup, en la novena sessió, i és la mare de l'Albert, qui té 13 anys i està diagnosticat de TEA i Trastorn del llenguatge. Com a antecedents del fill, als 3 anys va patir un traumatisme cranial, el qual li va afectar al moviment d'un hemisferi del cos. Actualment no té seqüeles, però el succés va tenir un gran impacte emocional i físic, condicionant el vincle mare-fill i patint una aturada en el desenvolupament del llenguatge i la psicomotricitat. Quan l'Albert va arribar al CSMIJ amb 9 anys quasi no tenia llenguatge, era un pacient molt greu amb una edat mental de 1 any en l'evolutiva, estava "desconnectat" i tenia moltes pors. Actualment, tot i estar en l'adolescència, evolutivament presenta una edat mental d'uns 8 anys en quant a jocs i sobre els 4 anys en el desenvolupament del llenguatge. En relació als pares, el pare té la invalidesa i la mare presenta problemes d'inseguretat i timidesa quasi patològica. El vincle mare-fill és molt estret i no afavoreix l'autonomia del fill, mostrant ansietats de separació en ambdues parts.

Pla de tractament i curs de la intervenció

La teràpia grupal, objecte d'estudi, estava formada per un grup obert de pares i mares als que se'ls demanava un compromís inicial d'assistència d'unes 4 sessions i amb la possibilitat de continuació fins que valoressin que necessitaven l'acompanyament. Els fills presenten un diagnòstic de TEA de diferent gravetat i edat, sent majoritàriament adolescents, incloent també nens amb trets TEA que presenten un trastorn del vincle.

El grup es realitzava en freqüència d'una sessió setmanal d'una hora de duració. Inicialment es feia en format presencial, però en el moment de l'estudi s'efectuava telemàticament mitjançant l'aplicació *Zoom* atès a la situació de pandèmia per la Covid-19. Aquest grup va iniciar-se fa 4 anys, durant aquest període de temps s'han mantingut alguns dels participants des de l'inici i altres han marxat al no necessitar més acompanyament, cedint la seva plaça a nous membres.

El fet de passar del format presencial al online no va ser un procés fàcil per a totes les famílies, destaquem en una d'elles en que es van desencadenar ansietats persecutòries. Per aquesta parella el grup era un descans on expressar el malestar respecte als fills, mentre que al realitzar-ho telemàtic en el mateix espai que els seus fills, no tenien aquell moment per ells. Aquesta situació li produïa tics a la mare al llarg de la sessió i feia que el pare hagués de portar el pes de la trucada, pel qual les psicòlogues van contactar amb la parella i van decidir abandonar el grup fins que es reprengué de manera presencial.

Els objectius generals de la teràpia grupal eren oferir un espai a les famílies en el que poder compartir experiències amb altres pares amb vivències similars, acompanyar-los en el patiment que generen les dificultats amb els fills, afavorir la mentalització a través de l'expressió verbal de les emocions i la regulació emocional, millorar el vincle pares-fills i prendre consciència de la pròpia identitat, diferenciada de la dels fills, amb els quals és freqüent la confusió.

El grup de pares estava conduït per dos terapeutes i una observadora que transcrivia les sessions. La tasca de les psicòlogues era facilitar les associacions, de forma no dirigida o semidirigida en funció de la dinàmica generada, i ajudar en la regulació emocional quan els pares es mostraven inhibits o desbordats. La meua tasca era la d'observadora i transcriptora de les sessions, per tal de poder realitzar un posterior anàlisi junt amb les psicòlogues.

L'orientació de treball era dinàmica.

A continuació, es plasmarà el curs de la intervenció realitzant una descripció dels aspectes rellevants d'algunes de les sessions i l'anàlisi d'aquestes. Els criteris d'elecció de les sessions han estat exemplificar les sessions inicials, intermèdies i finals de la teràpia, escollint d'aquestes les més representatives en quant a treballar la mentalització. El material complet de les sessions es pot trobar a l'Apèndix, sent en castellà per conservar l'idioma del grup.

Sessió 1. Post-vacances de l'estiu 2020

La preocupació principal d'aquesta sessió és el retrocés a nivell social i emocional dels fills al no assistir a l'escola degut a la Covid, els observen més nerviosos, ansiosos i amb obsessions.

La Família 2 expressa cert malestar arrel de la situació sociosanitària. Manifesta dificultats en la pròpia gestió emocional, producte de la necessitat del fill d'estar junt a la seva mare per sentir-se segur, causant una sobre càrrega en la criança.

Arrel d'aquesta situació la psicòloga pretén contenir les angoixes produïdes donant unes pautes concretes a la família per tal de gestionar les ansietats de separació. En aquest cas, se li proposa a la mare que li digui al fill que l'estima molt i sempre el portarà en el seu cap, i després el pare li proposi donar una volta expressant-li que quan torni la mare l'estarà esperant. D'aquesta manera, se li dona elements concrets al fill perquè s'ho pugui representar mentalment i rebaixar les ansietats de separació.

Una de les altres principals preocupacions destacades en aquesta sessió és l'arribada de l'adolescència, en especial per part de la Família 3, qui explica una situació de bucle al discutir sobre si un senyor que van veure era un noi o un home. En aquest cas, va haver una dificultat per gestionar correctament la situació, donat que les dificultats que mostra l'adolescent en el propi cos també estan en els pares, a qui els costa veure que està creixent.

Per tal d'abordar aquesta situació, la psicòloga realitza una instrucció didàctica relacionant l'experiència exposada amb l'angoixa pels canvis de l'adolescència, per tal de promoure la mentalització i donar sentit al comportament del fill.

Una altre preocupació que sorgeix en la sessió és l'autolesió del fill de la Família 2, en aquest cas els pares mentalitzen i es posen en la pell del seu fill, entenent el patiment que sent e incorporant les idees de la sessió.

Sessió 2. Inseguretat per la Covid

La preocupació principal d'aquesta sessió és la inseguretat i ansietat generada arrel de la situació socio-sanitària. La Família 1 relaciona la situació d'aïllament a casa al estar pendents de la PCR del pare amb l'augment d'ansietat del seu fill, la qual manifesta picant una caixa amb un martell com a mètode de descarrega emocional. En aquest cas, la mare compren el funcionament del seu fill i mentalitza correctament.

La Família 2 es suma a aquesta preocupació al observar el malestar del seu fill al sortir del col·legi, on li van prohibir portar estisores ni compàs perquè es feia autolesions, però expressant que al arribar a casa es calma perquè entenen que és la seva bombolla de seguretat. Per tal d'abordar aquesta situació, les terapeutes valoren la mentalització feta cap al fill i pregunten als pares sobre algun objecte amb el que pugui descarregar-se emocionalment i no sigui perillós per ell, al qual la parella respon que té un sac de boxa però l'utilitza poc, donat que tendeix a tancar-se en el menjador i colpejar el coixí.

La Família 1 destaca la complicada situació que viuen els nens al tornar a una aula plena d'alumnes, després d'estar tant temps sense contacte ni vida social. A més, expressa la dificultat que els suposa reconèixer les emocions dels demés al portar mascareta, el qual complica la relació amb els companys. Les psicòlogues valoren l'aportació de la mare en quant a comprendre el comportament dels fills e identificar les emocions que deuen sentir, pel qual les seves aportacions promouen la mentalització del grup.

Sessió 3. Angoixa de mort i conductes d'oposició adolescent

La preocupació inicial de la sessió es centra en la gestió i expressió emocional en relació a l'angoixa de mort. La Família 2 manifesta preocupació per la gestió emocional del fill en relació a l'ingrés de l'avi al hospital, donat que expressa verbalment que no li preocupa, però físicament es mostra alterat i nerviós. La parella observa aquesta discrepància de forma mentalitzadora e identifiquen el malestar i la preocupació del fill, tot i que ell no sàpiga expressar-ho. Per tal d'abordar la situació, la psicòloga proposa als pares que li "prestín la ment" posant en paraules l'emoció que deu estar sentint el fill, per tal de que així pugui representar-ho mentalment.

La Família1 valora l'expressió emocional, d'alegria i alleujament, que va mostrar el seu fill quan el pare va donar negatiu a la PCR. Com a conseqüència, ara està més tranquil i no té necessitat d'agafar el martell per picar. La mare entén l'ansietat que li produïa la situació d'incertesa per la Covid i és conscient de la millora que manifesta a nivell emocional.

Una altre de les preocupacions que sorgeixen a la sessió són les conductes d'oposició adolescents. El pare de la Família 2 exposa una situació en que feia els deures amb el fill, ell deia volia anar a dutxar-se perquè no es concentrava i el pare insistia en continuar, però finalment va anar a dutxar-se i al acabar va fer els deures, tot i així, el pare comenta que *"sempre s'ha de sortir amb la seva"*.

Per tal de tractar aquesta situació, la psicòloga dóna significat al comportament dels fills al identificar-ho com a conductes d'oposició adolescents i explica que és millor cedir una mica i arribar a un pacte, que acabar fent un pols on els dos perden. A més, també dóna pautes concretes a la situació exposada per la Família 2, basant-se en donar-li un significat a lo que demana el fill, per exemple dir-li *“veig que estàs exhaust, si vols ves a dutxar-te per aclarir-te la ment i quan acabis t'espero aquí”*. La Família 1 mostra comprensió pel que diu la psicòloga, expressant que a vegades es posen en la pell del fill i entenen que per fer les coses necessiten una veu que els guii, però a la vegada deuen estar farts de sentir-la.

Sessió 4. Expressió emocional i patiment familiar

La preocupació principal de la sessió es centra en la dificultat d'expressió emocional arrel de situacions de patiment familiar. La Família 2 manifesta preocupació per l'estat d'ansietat i nerviosisme del fill, mostrant conductes obsessives i d'autolesió. Aquesta situació suposa als pares una sobre càrrega en la criança, produint un baix nivell de mentalització i dificultat per identificar les emocions del fill.

Arrel d'aquesta experiència exposada pels pares, la psicòloga introdueix el factor emocional de l'ingrés de l'avi per tal de promoure la mentalització, preguntant als pares pel seu estat. La Família 2 relaciona la situació hospitalària de l'avi amb l'estat d'ansietat del seu fill, valorant que pot haver-li afectat en l'aferrament el fet que ella estigui menys a casa per anar a visitar-lo.

Les psicòlogues donen pautes als pares per tal d'abordar la dificultat d'expressió emocional, concretament el fet de posar en paraules el patiment que pot sentir el fill en relació a la situació de l'avi, per tal de poder fer-se una representació mental al passar les coses per la ment i no només per l'acte.

A més, per ajudar a donar sentit al comportament de fill, les terapeutes ho relacionen amb l'etapa de l'adolescència, donat que quan passa un succés que genera dolor l'adolescent tendeix a apartar-se com si no l'importés, però realment sí que l'importa. La Família 3 planteja una altre situació similar mostrant comprensió pel que diuen les psicòlogues, explicant que quan va morir el pare del seu fill i van enterrar-lo, el fill "*va tancar el llibre i el va tirar al fons del mar*" com si hagués desaparegut aquella persona, però entén que era la seva manera d'actuar davant d'aquestes situacions i que segur que el trobava a faltar.

Seguint amb la preocupació principal en relació la dificultat d'expressió emocional, la Família 3 manifesta patiment al no rebre mostres d'afecte per part del fill, el qual és una reflexió molt comú en els pares de fills amb TEA. Per tal d'abordar aquesta situació, la psicòloga conté a la mare demostrant empatia pel seu estat, validant el seu dolor i establint un focus d'afecte al recordar que el seu fill l'estima, tot i que no sàpiga expressar-ho.

Sessió 9. Afrontament de la pèrdua

La preocupació principal de la sessió es centra en l'afrontament de la pèrdua. La Família 2 explica el bloqueig emocional del fill davant la mort del gat i valoren la seva capacitat de contactar amb la psicopedagoga per abordar-ho, de manera que va aconseguir expressar el patiment plorant. Tanmateix, seguint aquesta línia, la Família 3 manifesta la falta de reacció emocional del seu fill en relació a la mort súbdita del pare, entenent que necessitava veure-ho per fer-ho real.

Per tal de promoure la mentalització dels pares, la psicòloga explica que el dolor el poden expressar en paraules o gestos, en el cas del fill de la Família 2 es va mostrar ansiós i mogut fins que va poder-ho passar per la ment al parlar-ho i plorar. La Família 1 es mostra d'acord i valora que poden tenir el sentiment de tristesa, però no saben com expressar-lo.

La Família 4 comparteix una experiència similar de la seva filla, explicant que se li va morir la tieta i al parlar-ho amb la cosina va comprar la seva mort amb la del seu gat, el qual feia més d'un any que va morir i només van tenir un mes. La mare expressa preocupació per la situació i explica que va parlar amb la filla per fer-li entendre que aquells comentaris fan mal a la seva cosina. Per tal de donar comprensió a aquesta situació, la psicòloga comenta que si en el seu moment no va poder elaborar la mort del gat, pot ser que li hagi afectat temps després al viure una altre situació de pèrdua.

Sessió 10. Escola i desenvolupament

La preocupació principal de la sessió es centra en la interacció social en l'entorn escolar. La Família 2 i la Família 4 manifesten que els seus fills busquen la interacció amb nens més petits o més grans que ells, però no amb companys de la seva edat. Davant la situació presentada pels pares, la psicòloga aborda el tema instructivament explicant el desenvolupament disharmònic dels nens amb TEA, pel qual busquen interacció amb nens més petits al equiparar-se en l'edat emocional, mentre que amb els més grans es posen en situació de ser cuidats. La Família 3 valora l'explicació de la psicòloga i expressa que això els ajuda a entendre millor als fills.

Una altre preocupació que surt en la sessió són les manifestacions de frustració i autolesió dels fills. La Família 4 exposa una experiència en que la filla estava jugant per la nit a l'habitació de matrimoni, se li va demanar que treies els peluixos i anés a la seva habitació, però va reaccionar amb frustració i autoagredint-se. Per tal d'abordar la situació, la terapeuta li dóna un significat al comportament de la filla, explicant que els peluixos deuen representar un tros d'ella i els posa en el llit per ocupar-lo. La Família 4 mostra comprensió pel que diu la psicòloga i ho relaciona amb que la filla acostuma a dormir a l'habitació de matrimoni.

Sessió 11. Proximitat en el vincle

La preocupació principal de la sessió es centra en la dificultat per regular la proximitat vincular, tant per excés com per defecte. La Família 1, la Família 2 i la Família 4 manifesten un excés de proximitat vincular, pel qual tendeixen a presentar ansietats per separació especialment en el cas dels fills de la Família 2 i la Família 4. Aquesta situació produeix una sobrecàrrega en la criança, per tant la psicòloga introdueix la idea de trobar espais diferenciats dels fills.

La Família 5 manifesta mostres d'afecte i proximitat vincular, però observa dificultats en l'expressió verbal i en la comprensió dels esdeveniments socials com el nadal. Tanmateix, la Família 3 manifesta dificultats en la relació mare-fill degut a la falta de proximitat, el qual li genera un patiment que intenta disminuir mitjançant aproximacions a les quals el fill cedeix lleugerament.

En aquesta sessió, el paper de les psicòlogues ha estat més passiu per donar llibertat als pares, donat que el fet d'expressar experiències similars en quan a la dificultat vincular genera la capacitat d'identificació amb el grup i elimina la sensació d'aïllament.

Sessió 12. Por a l'aïllament

La preocupació principal de la sessió es centra en la por a l'aïllament. La Família 2 exposa el positiu en Covid del seu fill i manifesta la duresa del aïllament degut a la necessitat de proximitat amb la mare, davant la negativa al contacte s'expressava plorant. El pare de la Família 2 va donar positiu uns dies després i van aïllar-se junts, el que va rebaixar el patiment del fill.

Arrel d'aquesta situació, la psicòloga pretén contenir les angoixes de separació donant pautes per posar en paraules l'emoció del fill i poder-lo acompanyar sense necessitar el

contacte, com per exemple dient-li *“entenc que estiguis malament amb la situació de la Covid perquè tu necessites molt les abraçades, però la mama està aquí amb tu”*.

A més, la psicòloga rescata la part positiva del succés, valorant que pot ajudar al fill a millorar la relació amb el pare i a regular la proximitat amb la mare, gràcies a la creació dels espais diferenciats. La Família 1 mostra comprensió pel que diu la psicòloga i exposa una situació similar, explicant que quan el pare va acabar l'aïllament per la Covid, el fill va anar corrents a abraçar-lo com mai havia fet.

Sessió 15. Ansietats de separació i falta d'autonomia

La preocupació principal de la sessió es centra en les ansietats de separació. La Família 4 manifesta dificultats per separar-se al anar a l'escola, ho relaciona amb un succés que va passar a classe on una companya no volia assentar-se més al costat de la filla perquè parlaven molt i es distreien.

Per tal d'abordar la problemàtica exposada, la psicòloga ajuda a donar sentit al comportament de la filla relacionant l'augment de les ansietats de separació amb la inseguretat provocada al haver perdut una figura que li donava seguretat a l'escola. Arrel d'aquesta situació, la Família 1 proposa que porti un objecte transicional que li doni seguretat, posant d'exemple al seu fill que sempre porta el seu drap. La Família 4 expressa que la filla ja porta un objecte, però igualment en el moment de sortir de casa no vol.

Davant la situació presentada pels pares, la psicòloga dóna pautes per reduir les ansietats de separació abans de sortir de casa, les quals es centren en mencionar-li totes les persones que es trobarà a l'escola que li donen seguretat i, també, assegurar-li la tornada dient-li que lo que deixi a casa estarà quan torni, al igual que els seus pares estaran. La Família 4 mostra comprensió pel que diu la terapeuta i expressa que li ha servit per adonar-se que potser li està afectant més del que pensava separar-se de la seva amiga.

Una altre preocupació que es presenta en la sessió és l'aïllament. La Família 5 manifesta les conductes d'aïllament del fill, explica que es tanca al lavabo i es despulla per fer les seves necessitats. Tanmateix, la Família 1 expressa que el seu fill també ho fa i ho relaciona amb no voler embrutar-se la samarreta.

En quant a la situació d'aïllament exposada pels pares, la psicòloga ho atribueix a un espai d'intimitat del fill. Tot i així, la Família 5 expressa preocupació al manifestar que es tanca amb la llum apagada, al qual la psicòloga diu al apagar la llum es pot sentir més tranquil. La Família 2 mostra comprensió pel que planteja la terapeuta i ho relaciona amb el canvi corporal de l'adolescència, donat que amb la llum apagada no es veu el cos.

La següent preocupació que sorgeix en la sessió és la falta d'autonomia. La Família 5 exposa que han de dutxar i canviar de roba al fill, al·legant la seva incapacitat per fer-ho sol. Davant d'aquesta situació, els altres pares expliquen situacions similars amb els seus fills i com ho han solucionat, però la Família 5 es bloqueja en la incapacitat de millora, el qual dificulta l'autonomia del fill.

Sessió 21. Reconeixement emocional

La preocupació principal de la sessió es centra en l'expressió emocional. La Família 3 manifesta la capacitat del fill per expressar l'afecte mitjançant la pintura, fent un reconeixement de la seva part emocional i mentalitzant amb ell. La mare explica que a tots els familiars als qui vol expressar alguna cosa els hi fa manualitats, posant d'exemple un quadre de Palamós que va pintar pel seu pare abans de que morís, ja que anaven cada cap de setmana i per ells era molt important, i, també, un quadre amb cors i flors representant a la família.

La psicòloga recull les experiències exposades per la mare i estableix el focus d'afecte en el fill, transmetent que ha de recordar aquestes mostres d'afecte quan senti la seva falta de

proximitat, pensant que si l'estima. La Família 3 relaciona el que diu la psicòloga amb una situació similar, explica que va haver uns anys en que el fill no volia dibuixar, però la mare va seguir insistint i el va apuntar a classes de dibuix, al final el fill li va donar les gràcies per no tirar la tovallola. La psicòloga expressa que aquell moment va ser com una abraçada, al qual la Família 3 manifesta que va ser una abraçada immensa.

Sessió 24. Presa de consciència i rol dels pares

La temàtica central de la sessió es basa en la comprensió d'esdeveniments socials. La Família 5 manifesta una millora en el fill al comprendre i participar en els esdeveniments socials, com són l'aniversari del germà i la celebració de la mona de pasqua, i li identifiquen l'emoció d'alegria. Per tal de reforçar l'idea de presa de consciència del fill, la psicòloga expressa el creixement del fill, el qual no només està creixent per fora, sinó també per dins.

Una altre preocupació que sorgeix a la sessió són els rols dels pares. La Família 4 expressa que realitza el rol de professora amb la filla, adaptant-se al temari que fa a l'escola i repassant-lo per les tardes. Per tal d'abordar la situació, la psicòloga fa un desafiament a la família, exposant que de moment la filla ho encaixa correctament, però al anar creixent necessitarà separar més a la mare de l'escola. La Família 4 mostra comprensió amb el que diu la psicòloga, comentant que a vegades la filla s'expressa dient *“es que tu no ets la meva professora, ets la meva mare, això no és l'escola”*. La Família 1 es suma al comentari de la psicòloga, plantejant que més endavant buscarà altres estratègies i la filla anirà agafant més el seu espai.

Avaluació final del procés i resultats de la teràpia

Les persones amb TEA presenten un dèficit en la capacitat de mentalització, el qual segons Bateman i Fonagy (2016) és l'habilitat d'entendre les accions dels altres i d'un mateix en termes de pensaments, sentiments, intencions, desitjos i creences. Aquesta dificultat en la mentalització també es trasllada en els pares, els quals pateixen al haver de fer front a les necessitats constants dels fills sense rebre mostres d'afecte per les quals poder sentir-se gratificats, pel que es generen emocions negatives en els pares que són més difícils de mentalitzar (Slade, 2009).

Les famílies estudiades han mostrat dificultats en la mentalització degut principalment a la sobre càrrega en la criança i a la falta d'expressió emocional i d'afecte dels fills. Així doncs, presentaven dificultats en l'enteniment amb els fills, el qual feia que no poguessin atendre bé les seves necessitats i augmentés el sentiment de malestar en ambdues bandes (Slade, 2009).

S'ha pogut apreciar una millora en la capacitat de mentalització dels pares de fills amb TEA. Per tal d'aconseguir-ho, s'han abordat les metes concretes a treballar en el grup, que eren identificar, expressar i regular les emocions, comprendre el funcionament dels fills i les seves necessitats, desenvolupar i reflexionar sobre les funcions parentals i millorar el vincle patern-filial. Es destaquen a continuació els avenços en particular que s'han observat en cada família.

La Família 1, donat que assistia al grup des de feia 4 anys, ja mostrava bona capacitat de mentalització, sent capaç d'identificar, expressar i regular les emocions pròpies i del fill, comprenent el funcionament i les necessitats del nen, desenvolupant i reflexionant sobre les funcions parentals i mostrant un bon vincle mare-fill. Per tant, el seu paper ha estat important per promoure la mentalització del grup, donat que compartia les seves experiències, oferia propostes de millora i mostrava comprensió sobre el comportament dels fills de forma

empàtica. Tot i així, el grup li ha servit per poder expressar les seves preocupacions en forma de catarsis, produint-li un alleujament emocional.

La Família 2 estava formada per una parella de pares, dels quals la mare es mostrava més mentalitzadora que el pare, tot i que ambdós presentaven moments de poca mentalització, especialment en les situacions de més estrès, tal i com indicaven Bateman i Fonagy (2016), degut a la sobre càrrega de la criança causada per les ansietats de separació del fill amb la mare. Al llarg de les sessions, la parella ha pogut identificar en el fill emocions com la tristesa, en relació a l'ingrés del seu avi i a les ansietats de separació amb la mare. A més, han pogut donar comprensió al funcionament i les necessitats del fill, entenent que la situació sociosanitària actual ha augmentat el seu sentiment d'inseguretat, el qual expressava en forma d'ansietat i conductes auto lesives, i entenent que a casa es calma perquè representa la seva bombolla de seguretat. Així doncs, també han anat incorporant les pautes de les psicòlogues en relació a les funcions parentals, com la idea de "prestar la ment" al fill posant paraules l'emoció que deu sentir per així representar-s'ho mentalment. Finalment, considerem que s'ha millorat el vincle entre pares i fill, especialment després del succés de l'aïllament per la Covid que s'exposa a la sessió 12, en el qual es va potenciar la relació del fill amb el pare i es van regular les ansietats de separació amb la mare.

La Família 3 va iniciar el grup amb una capacitat de mentalització molt baixa degut al dol patològic que experimenten per la mort del pare, tal i com exposaven Bateman i Fonagy (2016) en relació a les dificultats de mentalització en moments d'estrès o ansietat. Aquest dol va portar al fill a reprimir-se emocionalment i aïllar-se, el qual fa pensar que es va unir un TEA lleu al trauma per la mort del pare. Tanmateix, la mare mostrava dificultats per apropar-se al fill i reconèixer les seves emocions, pel que experimentava sentiments inmentalitzables cap al fill, com desitjar no haver-lo adoptat (Slade, 2009). Finalment, en la sessió 21, la mare

ha pogut identificar i expressar la part emocional i l'afecte que li expressa el seu fill a través de les manualitats, sent capaç de mentalitzar més cap a ell i millorant el vincle matern-filial.

La Família 4 va incorporar-se al grup en la vuitena sessió del procés, tot i així ha mostrat bona capacitat de mentalització amb la filla. Al llarg de les sessions, ha pogut identificar, expressar i regular les emocions de la filla i, a més, comprendre el seu funcionament i les seves necessitats. El aspecte on ha mostrat més dificultats és al prendre distància de la filla y reflexionar sobre les funcions paternals, degut a la realització de rols que no li corresponen, com el de professora, tal i com s'exposa en la sessió 24. Finalment, ha mostrat comprensió per aquest problema i ha pogut mentalitzar amb la filla, potenciant el vincle matern-filial.

La Família 5 ha estat l'última en incorporar-se al grup, al inici no confiava en les possibilitats de millora del fill i creia que no podria prendre consciència de la seva individualitat ni connectar amb l'entorn. Tot i així, en la sessió 24 ha pogut mentalitzar amb el fill al identificar les seves emocions i reconèixer que té consciència del que està vivint. Tanmateix, ha pogut reflexionar sobre les funcions parentals, donant-li més autonomia i distància al fill, pel qual ha millorat el vincle matern-filial.

El MBT ha guiat les intervencions de les terapeutes al llarg del procés. Així doncs, s'han realitzat diversos passos terapèutics. En primer lloc, s'ha mostrat empatia pels estats de patiment i malestar de les famílies al exposar situacions doloroses amb els fills, validant el sentiment i contenint als pares. A continuació, s'ha explorat, clarificat i, quan procedia, desafiat als pares, com en la sessió 24, on la terapeuta desafia a la Família 4 exposant la problemàtica que pot sorgir amb la filla si no separaren el rol de mare del de professora. També, s'han identificat els moments d'afecte dels fills, fent-los presents en els pares, i s'ha establert un focus d'afecte en els fills, pel qual es fa saber als pares que els fills els estimen tot i que no sàpiguen expressar-ho, tal i com s'aprecia en la sessió 21 amb la Família 3, on

s'identifica l'afecte del fill cap a la família a través de les manualitats. Finalment, s'ha promogut la mentalització de la relació al llarg de les sessions, mitjançant el ajudar als pares a identificar les emocions dels fills, comprendre el seu funcionament i necessitats i reflexionar sobre les funcions parentals (Bateman & Fonagy, 2016).

En quant als factors terapèutics de Yalom (1986), hem observat com al llarg de la psicoteràpia han operat de diferents. S'ha pogut apreciar el factor d'universalitat en tant que les famílies s'han escoltat entre elles revelant preocupacions similars, cosa que les ha ajudat a elevar l'autoestima i reduir la sensació d'aïllament, tal i com s'aprecia en la sessió 11 al parlar de la proximitat en el vincle. Impartir informació ha estat un factor molt recurrent en el grup, tant en les psicòlogues com en les famílies, al realitzar instruccions didàctiques, consells, suggeriments o orientacions directes sobre els problemes vitals que es presentaven i comentaven. Tanmateix, s'ha mostrat el factor d'altruisme en les famílies al col·laborar oferint diferents propostes i estils d'afrontament als altres membres del grup, el qual ha potenciat les seves pròpies habilitats interpersonals. El desenvolupament de tècniques de socialització s'ha donat en les famílies al parlar en les sessions terapèutiques, ajudant-les a millorar les habilitats socials i el comportament interpersonal. Aquest factor ha estat especialment rellevant en el cas de la Família 5, donat que la mare presentava problemes d'inseguretat i timidesa quasi patològica, el qual ha millorat al llarg de les sessions al sentir-se en un ambient segur i de recolzament. En quant als factors existencials, les famílies han pogut aprendre a través de les experiències d'altres i de les conseqüències de les seves decisions, ajudant a prendre exemple i evitant cometre els mateixos errors. Aquest factor s'aprecia en la sessió 15, on la Família 5 exposa la seva problemàtica respecte l'autonomia i els altres pares comparteixen experiències similars i com les han resolt, ajudant a prendre exemple. En relació al factor de cohesió de grup, aquest està format des de fa 4 anys, per tant hi ha molta cohesió entre els participants que ja porten bastant temps, com en el cas de la

Família 1, la Família 2 i la Família 3. Tanmateix, la Família 4 i la Família 5 han estat acollides en el grup ràpidament, el qual ha ajudat a cohesionar-se al llarg de les sessions, oferint un sentit de pertinença, acceptació i validació entre els membres. La catarsis ha estat un factor important en que les famílies, ja que han pogut expressar les seves preocupacions i patiments a través de l'expressió desinhibida de l'emoció, generant un alleujament de l'angoixa emocional. Finalment, el factor de l'aprenentatge interpersonal s'ha donat en les famílies al interactuar sobre el seu comportament i el impacte que suposa, el qual les ha ajudat a millorar el sentit d'auto-consciència. Concretament, aquest factor s'aprecia en la sessió 24, on la Família 4 exposa el rol de professora que realitza i, al interactuar amb la psicòloga i la Família 1, pot reflexionar sobre l'impacte que suposa en la filla.

En relació als beneficis que extreuen els pares en relació a la teràpia grupal, Fraile i Esteller (2010) afirmen que al finalitzar el grup s'aprecia una millor comprensió del trastorn que pateixen els seus fills, sent capaços de prendre decisions que els beneficiï en base a les seves característiques. Aquesta millora en la comprensió TEA dels fills també s'ha donat en l'estudi actual, en el qual les famílies han demostrat desenvolupar les funcions parentals en base a les necessitats dels fills.

En quant a les limitacions del present estudi, considerem que la limitació de temps ha estat un factor important, donat que no s'ha pogut avaluar tot el procés terapèutic sinó només un període concret. Arrel d'això, també, no s'ha pogut avaluar a totes les famílies que participaven en el grup, degut a que van abandonar-lo al inici de l'estudi o a que es connectaven de forma irregular. Això fa que els resultats no siguin generalitzables, pel que les millores s'han interpretar amb cautela.

També, una limitació que hem observat en la teràpia, és la dificultat dels pares per acomiadar-se del grup quan ja han complert el seu procés terapèutic. Això és degut a que, donat que és un grup obert, algunes famílies tendeixen a allargar l'estada més temps del

necessari o presentar-se de forma intermitent per tal de no deslligar-se definitivament, el qual dificulta el procés terapèutic grupal.

Considerem que seria rellevant realitzar més estudis en base a la temàtica exposada, donat que el factor de la mentalització és clau en la relació entre pares i fills amb TEA. Per tant, és important que les famílies comptin amb un espai on poder compartir experiències amb altres pares amb vivències similars, sentint-se acompanyats en el patiment que generen les dificultats amb els fills, i potenciant la capacitat de mentalització, en la qual tendeixen a mostrar dificultats. De cara a futurs estudis, seria interessant poder realitzar-ho en un grup tancat i durant una sèrie de sessions concretes, donat que així es mantindria una bona cohesió de grup i els resultats serien més acurats.

Podem concloure, en base als resultats extrets d'aquest estudi, que la psicoteràpia grupal per pares de fills amb TEA millora la capacitat de mentalització, concretament en relació a la identificació, expressió i regulació emocional, la comprensió del funcionament i les necessitats dels fills i el desenvolupament de les funcions parentals. Així doncs, s'aprecia la millora en el vincle patern-filial i com els pares són capaços d'atendre millor les necessitats dels fills.

Referències

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5a ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Arranz, C. C. (2020). Psicoterapia on-line, una opción eficaz y validada. *Hipnológica*, 12, 4–6.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2013). Mentalization-based treatment. *Psychoanalytic Inquiry*, 33(6), 595–613. <https://doi.org/10.1080/07351690.2013.835170>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-Based Treatment for Personality Disorders. A Practical Guide*. Oxford: Oxford University Press.
- Bonilla, M. F., & Chaskel, R. (2016). Trastorno del espectro autista. *Programa de Educación Continua En Pediatría. Sociedad Colombiana de Pediatría*, 15(1), 19–29.
- Fraile, P. L., & Esteller, B. T. (2010). Grupo de padres con hijos con trastorno mental grave. *Psicopatología y Salud Mental*, 15, 85–92.
- Obando, D. M. (2009). *Experiencia de los cuidadores en niños y niñas con autismo (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá.
- Skinner, A. E. G., & Latchford, G. (2006). Attitudes to counselling via the Internet: A comparison between in-person counselling clients and Internet support group users. *Counselling and Psychotherapy Research*, (6:3), 158–163. <https://doi.org/10.1080/14733140600853641>
- Slade, A. (2009). Mentalizing the Unmentalizable: Parenting Children on the Spectrum. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 8(1), 7–21. <https://doi.org/10.1080/15289160802683054>
- Yalom, I. (1986). *Teoría y Práctica de la Psicoterapia de Grupo* (1a ed). México: Fondo de Cultura Económica.

Apèndix

Transcripció de les sessions de psicoteràpia grupal

Sesió 1. Post-vacaciones (17/09/20)

Se conectan Mònica y la pareja de Toni y Marga.

Mònica comenta que se les han hecho muy largas las vacaciones, sobre todo con Lluís, “*estaba muy toca cojones*” porque cree que le faltaba el orden del colegio. Comentan que los hijos han tirado mucho para atrás al no haber ido al colegio y estar con ellos en casa, más nerviosos, con ansiedad y obsesiones. Marga explica que su hijo está más pegado a ella, Gerard no entendía que debía estar separado. Ella comenta que hay días que no puede más y le dice que le deje en paz, además, está quejosa con su marido porque su hijo está muy pegado a ella.

La psicóloga explica que decirle que no puede más y que la deje en paz puede hacer que se pegue aún más a ella, porque le confirma que lo va a dejar. Este retroceso lo relaciona con las ansiedades de separación, necesidad de estar pegado a su madre para sentirse seguro. Para manejar las ansiedades de separación, la psicóloga propone que ella le diga que le quiere mucho y siempre lo lleva en su cabeza, y luego el padre le proponga dar una vuelta y que cuando vuelvan la madre lo estará esperando. Los padres comentan que necesitaban espacio para ellos solos. La psicóloga comenta que faltan los espacios diferenciados y de autonomía, va de la mano de las ansiedades de separación.

Explican que ahora les cuesta mucho más salir de los bucles. Mònica explica que estuvo mucho rato discutiendo con su hijo sobre si un hombre que vieron en la playa era un chico o un hombre. La psicóloga comenta que puede estar relacionado con los cambios de la adolescencia, porque él no sabe si es chico o hombre, la mirada va al cuerpo propio por el crecimiento y tiene que ir haciendo un encaje entre cómo se siente y como se ve, también se está muy pendiente de los demás, y como él lo mira piensa que los otros también miran su

cuerpo. Además, la psicóloga comenta que los hijos tienen más rigidez al estar en una situación extraña con el Covid, donde se crean dos situaciones, la necesidad de salir y el peligro de salir, entienden que su lugar seguro es estar con sus padres y por eso están más pegados. Al ir volviendo a la rutina irán viendo de nuevo sus lugares seguros y recuperando su comportamiento de antes.

Mònica empatiza con los hermanos, que también les afecta tener un hermano con autismo y se pueden sentir dados de lado. Al intentar como padres poner atención a todos, acaban dejando de atenderse a ellos mismos.

Mònica comenta que le ha dado más libertad a su hijo, ya que está empezando a ser más autónomo y hay angustia de separación por ambos lados (se fue a la playa de BCN con un amigo, ella lo acompañó en el tren). Marga comenta que a sus hijas les da más libertad pero a su hijo le ve más inocente y tiene miedo de que pueda pasarle algo.

También comentan que es más difícil que empiecen a salir porque tienen pocos amigos, les dice cosas que pueden hacerles daño y usa un tono de voz elevado (problema en el contenido y en la forma). Mònica le lleva a una asociación de niños con autismo y así le es más fácil hacer amigos con los que se entiendan mejor, les ha propuesto a Toni y Marga que se unan. Mònica explica que su hijo quedó con dos amigos de la asociación y parecía que hablaban otro idioma, se entendían bien.

Marga explica que Gerard este verano se hace heridas en las piernas a escondidas con las pinzas quitándose los pelos por el exceso de ansiedad (era uno de sus síntomas, lo había tenido siempre y últimamente lo había mejorado). Marga al principio no veían que fuera miedo lo que sienten sus hijos, pero al final sobretodo Marga se da cuenta de que seguramente sí.

Finalmente, al comentar que se iban a unir nuevos miembros, Mònica se sorprende preguntando si se han ido todos los otros o que ha pasado. La sesión finaliza a los 45 minutos

y se comenta que se unirán nuevos padres. La próxima sesión es festiva, se reemprenderá el 1 de Octubre.

Sesión 2. Inseguridad por la Covid (01/10/20)

Se conectan la pareja de Toni y Marga, y se reincorpora María.

María comenta que están aislados en casa pendientes de la PCR, para Ian ha sido una situación muy movida, con más movimiento y ganas de romper y destruir usando el martillo, pero con el paso de los días dice que va a mejor, supone que han sido muchas cosas contenidas en pocos días. Comentan que físicamente se encuentran bien, sin ningún síntoma. El día de hacerse la PCR se puso muy nervioso Ian y tuvo que coger el martillo y ponerse a picar una caja, hasta que vio que llevaba su padre y se tranquilizó. La psicóloga comenta que al comprobar que su padre llegaba sano y salvo se tranquilizó y se puso mejor (ansiedades de muerte). La psicóloga le pregunta si tiene algún objeto suyo para que pueda usarlo para descargar energía, que no sea peligroso con el martillo, pero María comenta que no quiere nada más. Al preguntarle si tiene algún objeto para poder picar, María dice que le han preparado un espacio para él para poder picar.

La psicóloga relaciona la situación del hijo de necesidad de romper cosas con el de la pareja, Marga comenta que Gerard está muy disparado, desde el instituto le dijeron que no podía llevar compas ni tijeras porque se hacía cortes. Desde el instituto les han recomendado que esperen a ver si se estabiliza y sino contacten con la psiquiatra. Marga comenta que cada día al mediodía sale llorando, sin decir porque, un día le dio una crisis de ansiedad en el patio y tuvieron que llamar a los padres para que lo recogieran, ya que no se calmaba. Al llegar a casa se calmó, Marga explica que su casa es como su burbuja de seguridad durante estos 6 meses de confinamiento.

La psicóloga le pregunta por cuantos son en clase y Marga dice que son unos 26 y que además tiene veladora, aunque es independiente el grupo con el que esté. Marga explica que

están muy desgastados con esta situación. La psicóloga pregunta si hay algún objeto que tenga para descargarse que no sea dañino para él, la madre explica que le compraron un saco de boxeo pero lo utiliza poco, en casa se encierra en el comedor y golpea el cojín. Marga explica que desde el colegio se han fijado que tiene más TOCs, ella también lo nota en casa. Dice que esperaran a ver si mejora y sino decidirán a ver si lo llevan a la psiquiatra.

María comenta que después de estar 6 meses en casa es complicado volver a la rutina, su hijo le pregunta cuándo nos volveremos a confinar. Ella entiende que llevan mucho tiempo sin contacto ni vida social, y de pronto los vuelven a llevar a una aula con tantos alumnos, debe ser muy complicado dice. La psicóloga comenta que además también están expuestos a una situación peligrosa, se les pide que socialicen pero no muy cerca. María también comenta que al llevar mascarilla les debe costar reconocer las emociones de los demás, lo cual también les debe ser más difícil relacionarse.

La psicóloga pregunta si ponen palabras a la emoción de sus hijos, María comenta que lo intenta y Marga dice que se le hace muy difícil, ya que se pone muy nerviosa y quizá le acaba dando una colleja o le responde mal, aunque luego se siente mal ella. Marga explica que llegó un punto que su hijo se puso a gritarles y decirles que ellos no eran nadie para mandarles, hasta que ella le dio “*pam*” y se calmó, y pudieron hablar un poco. Hablaron de que él no quiere que le repitan tantas veces hacer los deberes, y ella le explica que si lo hiciera a la primera no haría falta que lo dijera más, y él ya volvió al bucle de que ellos no mandan.

La psicóloga comenta que esto es muy adolescente, ya que es una conducta de oposición. Una pauta es no dar un mismo mensaje muchas veces en un corto periodo de tiempo, ya que sino no se da la pausa entre si un adolescente se debate entre si lo va a hacer o no, y si antes los padres lo vuelven a repetir, el rebote un muy grande. O sino otra manera, en vez de decir “*haz esto*”, que es una orden y da mucha rabia, es mejor preguntar “*¿ya has*

hecho esto?”. Sino, otra manera es darle más opciones, así les da opción a autonomía. Explica que en la adolescencia tienen el deseo de ser autónomos pero a la vez también les da miedo, y en el caso de sus hijos aún más. Marga dice que es algo similar a lo que les dijo la pedagoga, dijo que se lo dijeran una vez y si no lo hacía no pasa nada, que en el instituto se lo explicarían, ya que les harán más caso a ellos que a los padres. La psicóloga comenta que eso es porque la autonomía se juega con los padres, no con el instituto. Marga explica que ellos son rígidos al decir que no, pero su hijo lo intenta yendo al padre o a la madre a pedirselo, pero ellos van a una porque si no el hijo les “torearía”. María dice que necesitan los límites para sentirse seguros.

La psicóloga explica que las ganas de autonomía y el miedo a la autonomía también están por parte de los padres, no solo de los hijos. Marga comenta que hay cosas que si le dan miedo, como que vaya solo por la calle, por cómo es él, pero hay otras cosas, como prepararse la mochila o lavarse los dientes, que si le gustaría que fuera más autónomo. María explica que ve que va volviéndose un poco más autónomo, dice que el otro día por primera vez su hijo comentó que esto ya tenía q hacerlo solo, y se fue a dormir solo después de darle un abrazo de buenas noches.

Marga comenta que hay actitudes que le pueden traer problemas, como decir las cosas en voz alta de otra gente, como los que no llevan la mascarilla bien puesta y se lo comenta a su madre, dice que es muy transparente y no tiene la empatía de dejar que el otro lo haga así. También dice que hace mucho lo de mirar a la gente y no entienden porque, y hay gente a quien le molesta, como a sus compañeros de clase. Marga cuando la mira a ella al principio hace ver que no lo ve, porque piensa que es porque quiere algo, pero al final le dice que a ella no le molesta, pero que hay otros niños que no les gustara porque se sentirán observados. La psicóloga dice que es algo que no puede evitar. Marga explica que lo ha hecho siempre, pero

ahora que son adolescentes sí que molesta más a los demás, solo los mira cuando él quiere, pero cuando ellos le hablan nunca les mira.

La psicóloga comenta que ella usaría la mirada en sentido contrario, que cuando él les fije la mirada le haría especial caso, preguntándole que quiere, poniendo un significado a esa mirada. Durante mucho tiempo le estuvieron diciendo para y mírame, y ahora es lo que está haciendo. María recuerda que a Ian cuando no les miraba al hablar, le decían “¿a quién le hablas Ian?” y eso le hacía darse cuenta y mirar a la persona.

La psicóloga le pregunta si este verano le ha explicado lo del autismo, María explica que estaban decidiendo cuando decírselo, ya que habían hablado que era diferente pero no tenía la etiqueta. Hablando con la psicóloga Ian le pregunto si era retrasado, ya empieza a preguntarse qué es lo que tiene. María aprovechó un comentario que hizo para ponerle un video sobre el autismo y le explicaron porque le iba pasando cada cosa, al final su hijo dijo “ah, así que soy autista... soy diferente pero entre comillas”, le relajó saber que no era retrasado. Al llegar a casa intento decírselo a su hermana pequeña (7 años) y le dijo que era autista, pero no le supo explicar que era y le dijo que hablara con sus padres. También quiso decírselo a sus compañeros de clase, pero a los días pensó que quizá mejor no decírselo, ya que quizá le pondrían la etiqueta (lo vinculó con un libro que habían leído que hablaba sobre la etiqueta). A partir de ese momento empezó a relacionar todo lo que hacía con si es autista, se plantea las cosas que hace. También ahora valora a todas las personas que le han ayudado este tiempo, empatizando con ellos y reconociendo su valor (veladoras, pedagogas, educadores, etc.). María explica que al momento de decírselo le vinieron todas las emociones, pero que fue muy bien y natural.

Sesión 3. Angustia de muerte y conductas de oposición adolescente (08/10/20)

Se conectan María, la pareja de Toni y Marga con su hijo Gerard. Marga comenta que Gerard está con ellos porque está expulsado del colegio por pelearse con una niña.

Marga explica que su padre está ingresado porque lo operaron por trasplante, comenta que está muy bien. Explica que hubo un primer intento con un donante, pero sus órganos no estaban bien, así que tuvieron que esperar hasta que hubiera otro disponible, *“ha coincidido todo”* dice. La psicóloga dice que quizá que haya coincidido todo ahora es por algo. Marga explica que es un abuelo muy próximo a ellos y tiene buena relación con Gerard. Cuando la psicóloga le pregunta a Gerard si está preocupado, él dice que no, la madre comenta que lo está pero a su manera. Marga explica que hoy se irá pronto porque el horario de visita de su padre es restringido, dice que es muy duro tener que dejarlo solo, pero al menos pueden hacer videollamadas.

La psicóloga les pregunta a la pareja si Gerard está castigado solo hoy, Marga explica que es sólo un día y que la niña también está expulsada, dice que empezó ella y Gerard como está muy nervioso siguió la pelea.

Se conecta Carmen 15 minutos después y Marga se va. La psicóloga le pregunta a Carmen si al final su hijo se cambió de centro, ella explica que no ya que la orientadora le recomendó que no se cambiara porque iba a estar igual en el siguiente colegio. Ahora le han cambiado la orientadora del EAP, la chica nueva les ha comentado que si quiere cambiarlo ya puede hacerlo en el siguiente curso (3ro ESO), explica que hay mucha descoordinación. La psicóloga comenta que si se hubiera cambiado este curso hubiera sido raro al tener que hacerlo medio telemático. Carmen explica que en este colegio a la hora del patio van con su grupo burbuja y está más controlado. Carmen dice que en la clase no le dejaban levantarse ni moverse, así que como no le interesaba y se aburría se dormía, ahora ha cambiado y ya no se duerme. Carmen interrumpe su explicación porque se estaba quedando sin batería y avisa a su hija para que le ayude.

La psicóloga le pregunta a María cómo ha ido el confinamiento y ella explica que el padre de Ian salió negativo en la PCR, Ian se puso muy contento y estuvo abrazándolo

mucho, está más tranquilo dice. Aun así dice que tiene un punto nervioso y más cansado, explica que ya lleva unos días sin la necesidad de coger el martillo. Toni comenta que siempre se aburren, siempre tienen esa palabra en la boca y Carmen concuerda.

Carmen explica que la lista que tienen la va muy bien para entretenerse y ordenarse, se pone contenta de cuando hace algo poder tacharlo. La psicóloga comenta que así no se le escapa nada y lo tiene todo controlado. Explica que cuando están muy sobrecargados y tienen muchas cosas que hacer, se agobian y también se ponen ansiosos, por eso la lista les va bien para organizarse. Toni comenta que lo intentaron con Gerard pero no le gustó.

La psicóloga comenta que cuando dicen que están aburridos seguramente significa diferentes emociones, que ellos lo expresan así. Carmen dice que su hijo dice que está aburrido cuando quiere hacer solo lo que a él le gusta, si le dice de hacer otra cosa dice que está muy cansado, Toni dice que le pasa igual con Gerard.

María comenta que Ian usa mucho el “después” para cuando le dicen de hacer cosas que no quiere hacer, la psicóloga le comenta que eso es algo muy adolescente y María dice que en parte se alegra de que haga cosas de adolescentes.

Toni explica que ayer haciendo deberes con Gerard él le dijo que no se concentraba y se quería ir a duchar, él le insistió pero al final se fue a duchar, al volver terminó los deberes, pero Toni comenta que siempre se tiene que salir con la suya. La psicóloga comenta que es como un pacto, hace lo que le dicen pero como él quiere. Toni y Carmen dicen que sus hijos casi siempre se acaban saliendo con la suya. María comenta que su hijo siempre dice *“vaya padres que me han tocado, a ver cuándo me puedo independizar...”*.

La psicóloga explica que eso es adaptativo para la adolescencia, dice que un punto de rebeldía ya está bien, aunque pueda molestar. María comenta que a veces se pone en su piel, porque para hacerlo necesitan la voz pero a la vez deben estar hartos de oírlos. La psicóloga dice que se puede decir de forma más sutil y de forma menos imperativa, que se crea que es

él quien decide o poder hacerlo a su manera; más vale ceder un poquito que acabar haciendo un pulso donde los dos van a perder. Explica que se puede dar un significado a lo que pide, por ejemplo cuando Gerard se quiere ir a la ducha antes q hacer los deberes, decirle *“veo que estás exhausto, si quieres ve a darte una ducha para despejarte y cuando acabes te espero aquí”*.

Carmen explica que el padre de su hijo estuvo 8 meses fuera y su hijo le decía que le echaba mucho de menos, cuando volvió el primer día estaba muy bien con él, pero a la que le dio una orden empezó a decirle *“pero por qué no te vas otra vez, por qué has tenido que venir”*, pero al final se le pasa, dice que la autoridad no le gusta nada. La psicóloga comenta la ambivalencia de querer independencia y querer estar con ellos.

La psicóloga dice que ya irán terminando, pero antes les comenta que habrán nuevas incorporaciones, dice que no lo han hecho ya porque hay muchos cambios, comenta que la otra psicóloga se va a ir porque se mudará a Andalucía (su tierra) en dos semanas y se esperarán a que entre la nueva psicóloga para incorporar a los nuevos participantes.

Sesión 4. Expresión emocional y sufrimiento familiar (15/10/20)

Se conectan Mònica, María y la pareja de Toni y Marga.

La psicóloga comenta que llamaron a la pareja que falta y ellos les explicaron que no se sentían cómodos haciéndolo online y por eso no se conectan, pero si volvieran presencial si se presentarían. Explicaron que se tomaban el grupo como un respiro, pero como sus hijos estaban metidos en el mismo espacio que ellos, al hacerlo telemático no tenían ese espacio diferenciado.

Se pregunta a los demás que opinan del formato online. En general expresan que no es lo mismo pero que *“ahora todo se hace así”*, concuerdan en que se han acostumbrado. Toni y Marga explican que desde su parte no es problema porque ya están acostumbrados al hacerlo así con el colegio, Mònica comenta que le va mejor al no tener que desplazarse y les

da tiempo, y María explica que le cuestan las tecnologías y lo vive más frío, pero agradece que se pueda hacer así igualmente, se ha ido acostumbrando comenta.

La psicóloga explica que los que son ahora si han podido encontrar igualmente su espacio para poder hacer la sesión, en cambio la pareja que ya no se conecta no pudo encontrarlo y le faltó eso. El grupo comenta que les había extrañado que no se conectaran y agradecen que se lo hayan comentado. La terapeuta comenta que esto también dará pie a si alguien quiere comentar algo que no le acabe de gustar del grupo o con lo que no se sienta cómodo pueda decirlo, ya que antes tampoco habían hecho grupos telemáticos.

La psicóloga pregunta cómo les ha ido la semana y Marga dice que cada día van a peor, con Gerard dicen que están muy mal y por eso necesitan mucho este grupo. Explica que necesitan ayuda, ahora cuando Gerard llega a casa está todo el día enganchado a la tecnología (mira videos con el móvil de montar y desmontar cosas, y luego se pone él con el destornillador a intentar hacerlo) y no hace caso de nada, dicen que ya han llegado al límite. Hablaron con la psicopedagoga de no enfadarse ni gritarle, comentarle si tiene algo para la agenda aunque ellos saben que la tiene llena de cosas por hacer, pero no acaba de encontrar nunca el momento de estudiar ni hacer los deberes. Explican que si le quitan el móvil se pone a dormir o se hace daño cortándose (en el colegio) o con las pinzas (en casa), si le preguntan no sabe explicarse y está ansioso y nervioso. Marga comenta que hay ingresos que se hacen en hospital de día y no sabe si estaría bien hacerlo por él o si es egoísmo suyo.

La psicóloga le pregunta a Marga por su padre, ya que está ingresado por el trasplante, y ella comenta que se tiene que ir más de casa a verlo y puede que le haya afectado en el apego. Marga comenta que intenta abarcarlo todo pero que ellos también necesitan ayuda. La psicóloga explica que todo lo que comentan son cosas que le pasan por el acto, no por la mente, entonces son ellos los que tienen que prestarle la mente porque él no la está pudiendo usar, ponerle en palabras el sufrimiento que está pudiendo tener. Además, comenta que el

decir él que no le pasa nada significa que no le ha pasado nada por la mente, no que realmente no le pase nada, entonces él también está agobiado de no saber qué pasa. La psicóloga también se centra en que los padres lo están pasando mal al verlo hacerse daño.

La terapeuta les pregunta si Gerard pregunta por el abuelo, ellos comentan que no, y cuando hacen videollamada solo sale a saludar un momento y se va. María comenta que puede que le preocupe igualmente pero no lo expresa. La psicóloga también explica que se une la situación del abuelo con la adolescencia, porque en esta etapa al ocurrir algo así se aparta más como si no le importara, pero realmente sí.

Mònica explica que cuando murió el padre de Lluís fueron a enterrarlo y al momento fue como si hubiera desaparecido esa persona, fue como si lo hubiera sufrido y llorado y ahora ya le tocara apartarlo de su vida, *“cerró el libro y lo tiró al fondo del mar”*. Explica que no sabe cómo transmitirlo y decirlo, porque seguro que lo echa de menos, al principio le extrañaba y luego vio que era su manera de actuar frente a estas situaciones. María comenta que debe ser por la falta de empatía. Mònica dice que al decírselo aún les hace sentir peor, ya que ven que están haciendo algo mal, pero ellos no saben cómo expresar sus emociones. La psicóloga diferencia entre la empatía más mental y la empatía del “corazón”, la más emocional que esa si la siente, pero no sabe cómo pasarlo a la mente.

Mònica dice que como madre también necesitan que le pregunte cómo está o te quiero, pero no pueden. Dice que ella y María ahora quizá ya no lo necesitan porque saben que les quieren, pero en la situación que están Toni y Marga de saturación quizá si necesitarían algo. Mònica dice que quizá si en algún momento hablando de esto ellos (Toni y Marga) lloran, Gerard podría hacer un clic al verlo y pensar que mamá está sufriendo. La psicóloga dice que llorar no es un signo de debilidad, se tiene que normalizar. Mònica comenta que no puede hacerlo porque si no estaría llorando siempre, al llegar a casa tiene que ponerse bien, pero a veces les puede servir. La psicóloga comenta que como ellos les piden

que sus hijos expresen las emociones, ellos también pueden expresarlas primero para que su hijo lo vea. Se habla de que ellos tampoco pueden estar siempre como robots y bien, ya que también son personas y sufren.

Marga explica que cuando llamó al colegio para pedir ayuda por Gerard y porque lo veía mal, Gerard le preguntó si estaba llamando para pedir que repitiera curso, dice que tiene un pensamiento tan simple que no es capaz de entender que está preocupada por él. Mònica explica que su hijo también lo hace, siempre piensa que haces lo peor para él en vez de querer ayudarlo.

Marga explica que necesita momentos de irse de casa con bici o una amiga y dejarlo un rato, porque si no, no puede más y necesita desconectar. La psicóloga lo relaciona con que a su hijo Gerard le pasa lo mismo, cuando pasan cosas muy gordas y llega a un momento de saturación, necesita desconectar: *“todos los estímulos a nuestro alrededor me sobrepasan y no puedo absorberlos, así que me desconecto”*. La desconexión no es porque no le afectan las cosas, sino porque no puede procesarlas. Mònica con humor comenta que si Marga necesita hablar que la llame y se van a hacer un café.

Concluyen la sesión diciendo que el próximo día ya harán la despedida de la segunda psicóloga porque se marcha.

Sesión 5. Situación de cambios y cierre de grupo (22/10/20)

Se conectan María y la pareja de Toni y Marga, nos esperamos unos minutos por si llegan más personas.

La psicóloga pregunta a la pareja como están, Marga explica que su padre ya está mejor y en casa, el riñón nuevo ya ha empezado a funcionar, pero por la situación sanitaria no pueden ir a visitarlo. La terapeuta le pregunta si cuida ella de su padre y ella dice que no viven con ellos, pero cuida de sus dos padres. Toni comenta que por parte del abuelo están mejor pero por su hijo Gerard no, lo relacionan con que Marga está menos en casa y con él

porque tiene que estar con su padre. Marga explica que han hecho cambio de medicación con Gerard, también han hablado con la escuela para no pedirle tanto esfuerzo a nivel escolar.

La psicóloga compara la situación de recuperación física del abuelo con la necesidad de recuperación mental que necesita Gerard. Marga comenta que le otro día Gerard pedía comprarse un ciclomotor que estaba en Málaga, un día se levantó con esa idea y empezó en bucle. La psicóloga comenta que es una idea de autonomía, María comenta que es la libertad de moverse con el ciclomotor. Por más que le pregunten no saben porque quiere eso.

Los padres de Gerard explican que un día en el cole quiso buscar una foto para ponerse de perfil en el mail, en medio de una clase, hasta que lo pillaron y le quitaron la Tablet, *“no entiende las consecuencias de sus actos”* dicen. Toni explica que hasta que no se electrocutó con un cable no dejó de hacerlo tanto. María comenta que por mucho que les digas, hasta que no viven la experiencia de la consecuencia no son conscientes. Marga explica que su hijo va probando una y otra vez, aunque tenga alguna consciencia él lo prueba, excepto cuando se electrocutó que ya no ha vuelto a hacerlo.

María comenta que cuanto más autónomos mejor, para cuando lleguen a la edad adulta. Marga piensa en cuando ellos ya no estén, no sabe si sus hijas (gemelas de 17 años) tendrán tanta paciencia como están teniendo ellos para cuidar de Gerard. La psicóloga les pregunta por sus hijas y si entienden la situación del hermano, Marga dice que una lo entiende más y tiene más paciencia, y con la otra todo el día van teniendo discusiones. La psicóloga pregunta si de personalidad las diferencia, si físicamente también las diferencian o no. Toni responde que son muy iguales aunque ellos si las diferencian de verlas cada día, aunque alguna vez se han equivocado, pero cuando hablan lo notan.

María expresa que ella también tiene una hermana melliza, dice que está muy unida y comparten una historia muy bonita. Marga comenta que a sus hijas también les pasa. La psicóloga pregunta si también hay peleas entre ellas, la pareja comenta que normalmente no,

pero si hay peleas es porque una se fija en algún defecto de la otra y se lo tira en cara, o por los estudios. Marga explica que una de sus hijas tiene mucha facilidad para sacar buenas notas, cuando se habla eso la hermana que saca mejores notas intenta no decirlo delante de su hermana para que no se moleste, porque ella se esfuerza más y no saca tan buenas notas. La psicóloga valora que la hermana mentaliza muy bien y se pone en la piel de su gemela.

María comenta que entre sus hijos hay 5 años de diferencia y se nota mucho la diferencia de edad en intereses, pero aún así ve que la hermana (8 años) cuida de Ian (13 años), aunque a veces se pelean. La psicóloga comenta que la hermana hace bien de cuidadora y ve la necesidad que tiene Ian de tener que explicarse. María cree que le ha ido muy bien tener una hermana.

La psicóloga pregunta sobre que también se pueden sentir mejor de ver que tienen hermanos que en un futuro puedan cuidarlos, María comenta que por una parte si pero tampoco les quiere poner ese cargo. La psicóloga diferencia entre que sea hermana mayor y que ya le vean como madre futura.

María comenta que Ian le dice a su hermana que es autista y ella no lo entiende, pero si ve que es diferente. Explica que Ian se va planteando cosas, como porque le ha tocado a él ser autista, dice que a veces cuando le pregunta cosas le afecta y vuelve con el duelo. María le comenta que le ha tocado y le toca vivir con esto, pero agradeciendo de todos los que le han estado ayudando (transferencial, María está dando las gracias a las psicólogas). María dice que Ian tiene el dilema de si decirlo al grupo clase o no, por miedo a que le pongan etiqueta.

María dice que Ian está más tranquilo pero esta semana está más despistado, lo relaciona con la adolescencia, supone que tiene demasiadas cosas en la cabeza. La psicóloga pregunta si les están viendo cambios físicos, María y la pareja coinciden que sí, le empiezan a salir pelos en la barba, está más alto, tiene cambios en la voz...

Marga comenta que también tienen una adolescencia complicada, no solo a ellos sino a todos, por el contexto de Covid. María explica que les llamaron de la escuela por el tema de la mascarilla, ya que se le quitaba en clase o se la bajaba para oler su trapo, ya que le gusta el olor. Pero al comentarlo con él ha mejorado, aunque aún lo van trabajando. Marga comenta que hay muchas normas nuevas en poco tiempo y muchas discrepancias. La psicóloga comenta que esto pasa a nivel macro y micro, estos momentos de cambio se están viviendo con dificultad, hay que agarrarnos a esas cosas estables que nos dan seguridad. Marga dice que debido a lo que pasó con su padre ya tenían las medidas de sanidad aprendidas y lo habían adaptado como rutina, por eso para Gerard ha sido más fácil hacerlo diariamente y lo cumple bien. La terapeuta comenta que estas tareas de la mascarilla y la higiene les dan a los hijos una sensación de control y seguridad, dándoles más estabilidad.

La psicóloga relaciona los cambios con que la segunda psicóloga hoy se despide y comenta que empezará la nueva psiquiatra, también aprovecharán para iniciar nuevos miembros. La psicóloga comenta que a veces puede ser que no les importe y puedan así tener más atención en ellos, pero que echen de menos tener un quórum más grupal. La pareja y María comentan que serán bienvenidos, María dice que es una pena que se vaya la segunda psicóloga.

María comenta que se cierra una etapa y empieza otra, la segunda psicóloga dice que se lleva en la mochila todo lo que ha aprendido de este grupo. Comentan que María lleva casi desde el inicio del grupo, hace unos 4 años, y la pareja lleva 1 año. María comenta que es un grupo que te hace pensar y reflexionar, empatizas con las familias, Marga comenta que porque explican lo mismo que ellos y se identifican.

Sesión 6. Culpa por los hermanos (29/10/20)

Se conectan la pareja de Marga y Toni, María y Mònica. Se introduce la nueva psiquiatra al grupo.

Marga explica que están confinados en casa porque hubo casos positivos de Covid en sus clases, por lo que están las 2 hijas y Gerard. Se muestra con incerteza delante de las nuevas medidas de confinamiento, comenta que ya no puede ir a visitar a su padre y él tiene que ir con taxi para desplazarse al hospital, espera que pasen esta situación bien.

Marga pregunta a la psiquiatra si entiende el catalán, ella comenta que no lo habla pero lo entiende, aprovecha para presentarse. La psicóloga comenta que ya que no se conectan los nuevos, aprovechen los padres para presentarse, así que cada familia se presenta.

Se conecta una nueva madre, Sandra, la madre de Pol que tiene 8 años con TEA y TDAH, diagnosticado el año pasado, se desconcentra bastante y toma medicación, tiene otro hermano mayor, ella está separada desde hace 1 año y medio. Estaba yendo al grupo de habilidades sociales del CSMIJ, le fue bien y con la medicación está más tranquilo, ahora ya quiere volver a ir al colegio y hace 3ro de primaria. Explica que siempre ha sido un niño que lloraba mucho y solo se calmaba con la teta, nadie sabía lo que tenía hasta el año pasado. Cuando estaba en el patio con los niños pegaba mucho, ahora está más tranquilo y con los niños con los que se llevaba mal ahora está mejor. María comenta a Sandra que a Ian también le pasaba que cuando se agobiaba, porque había mucho gente también necesitaba salir de la habitación y le ayudaba. Sandra explica que para calmarlo se pone a abrazarlo para intentar que se le pase.

La psicóloga le explica que es un grupo para compartir experiencias, abierto, y se requiere un mínimo de compromiso de algunas sesiones para poder adaptarse al grupo, cuando alguno ya siente que le ha servido y quiere salir puede, y si no puede continuar en el grupo.

Sandra explica que Pol le dijo que su hermano (12 años) no le quiere, que no tiene hermano, ella comenta que es porque siempre están enfadados. Dice que el grande no entiende lo que le pasa al pequeño y tiene celos, como sabe que a la mínima que hace algo se

pone histérico todavía le hace más rabietas para que se enfade. Explica que ha estado trabajando en casa sola con los dos en un piso pequeño y ha estado “mortal”, dice que no podía trabajar y los hijos no querían hacer los deberes. La psicóloga comenta que es normal, también los hermanos les afecta lo que está pasando con los hermanos, saben que necesita esa ayuda extra o que están más con él, pero le puede dar celos.

Mònica pide permiso para intervenir, diciendo *“a ver si no la cago como siempre”*, la psicóloga comenta que no pasa nada y aquí se da permiso a las equivocaciones. Mònica comenta que de tener a los papás 24 horas, el hermano tiene que aguantar los comentarios de los compañeros en el cole y tenerlo ahí, y luego ver que los padres están dedicados al otro al llegar a casa también. Ella dice que ha tenido que aprender a diferenciar espacios para darles tiempo a cada uno, no solo dedicarnos más al que tiene TEA, porque ella dice que había abandonado a su hija y tuvo que dejar a su otro hijo para atenderla a ella también.

Marga comenta esta sensación de haber abandonado a sus hijas, aunque ellas son 2 y están siempre juntas, pero sí que en algún momento acaban teniendo pique con el hermano, aunque una lo entiende más que otra. Toni y Marga comentan que sus hijas también han comentado que en el colegio les dicen comentarios de su hermano, Mònica dice que la sociedad y los niños son malos y los hermanos lo pasan mal también. Mònica comenta que alguna vez ha pensado que porque tuvo que ir a por Lluís, lo siente por su hija.

Sandra comenta que ve que su hijo es más infantil que los demás de su edad. Marga dice que a su hijo también le pasa, con el móvil todos los de su clase tienen y en cambio él no, como tampoco tiene amigos de verdad no lo pide porque no lo necesita. Explica que está mucho tiempo viendo videos en YouTube y aunque intentan regularlo les cuesta, ya que es muy impulsivo y a la mínima se hace daño.

Los padres comentan que físicamente sus hijos tienen una edad, pero mentalmente tienen la mitad, los juegos que hacen son muy simples, más manuales, y si les ponen juegos

como parchís o monopoly no saben jugar bien. María explica que jugando al parchís, cuando ve que sube de nivel les propone hacer una foto con el móvil a las fichas y dejarlo, para otro día continuar el juego.

Mònica comenta que Lluís hace prácticas en otro pueblo, ella está “cagada” con que vaya, ayer la llamó diciendo que el tren no paró y tuvo que ir a buscarlo, estuvieron hablando porque decía que no podía ser que un tren no parara y entró en bucle discutiendo eso. Dice que es como si hubiera dejado a un niño de 6 años ir solo a otro pueblo, se preocupa mucho.

Marga dice que si le pasa eso a su hijo tendría que acabar yendo la policía a la estación, porque no entiende que algo que tiene que ser así no pase. Marga dice que cuando va fuera con su hijo y le monta un pollo se tiene que contener, y ahora cuando ve a otras madres que les gritan a sus hijos las entiende, Sandra coincide.

Marga dice que no lo han enfrentado a la nueva situación de entrar a un supermercado a comprar con la Covid, ya que lo tocaría todo y se acercaría a cualquiera. Dicen que es importante ir preparándolo para el futuro, porque algún día no estarán. María comenta que tienen que ir aprendiendo por ensayo y error, Mònica dice que los hermanos han de vivir su vida y al hermano hay que enseñarlo, ya que no podrán vivir con él. Marga comenta que tienen que tener el papel de hermanos, no pueden coger su función de padres. Mònica dice que se tienen que espabilar porque la gente es muy mala, se tiene que saber defender porque si no la gente les tomará el pelo. María dice que tienen que intentar que sean lo máximo de autónomos, y la psicóloga comenta que necesitan también esta atención.

La psicóloga le dice a Mònica que no es un acto egoísta ni que los abandone, sino que es humano y normal, en muchas ocasiones no habrán atendido a los hermanos igual pero porque, tal y como han dicho, las necesidades son distintas. Sandra dice que intenta darle un espacio al hermano y dejar a Pol con sus padres, para poder hacer actividades que Pol no quiere hacer, como ir a Portaventura. Intenta darle un espacio a los dos, a veces con la familia

y otras por separado. María comenta que es importante darles un espacio y lo agradecen. Sandra comenta que a veces sus hijos duermen con ella.

Sesión 7. (05/11/20)

Se conectan Mònica, Marga (sin Toni porque está haciendo la comida, se une poco después) y Sandra.

La psicóloga da paso a hablar a Sandra, ya que se tiene que ir antes y hace la videollamada desde el coche, ella comenta que Pol está mejor, ahora duerme con él y lo ve más centrado. La psicóloga le pregunta si tiene miedo por la noche, Sandra explica que no, pero se altera mucho por la medicación, si no se duerme con él le cuesta calmarse.

Sandra explica que la semana pasada Pol estaba en casa de su padre, para dormir la llamó y le contó un cuento por teléfono para que se calmara, dice que no pueden hacer videollamada porque el padre no quiere que ella vea su casa. Comenta que cuando está con ella intenta salir con él con el patinete para que se mueva, ya que es muy movido, y en el colegio tampoco les dejan juntarse mucho en grupos. Explica que ya no le deja ver YouTube, le pone películas de niños, aunque en verano estuvo viendo mucho YouTube, porque su hermano mayor lo veía. Explica que su otro hijo de 12 años está muy despistado con el teléfono, no sabe si lo tendría que llevar a algún sitio, la ven a ella más débil y no le hace caso, pero a su padre sí.

La psicóloga comenta que estando separados el confinamiento debe haber sido más difícil, ella comenta que marzo fue el mes que peor lo pasó, con sus dos hijos en casa intentando teletrabajar. Explica que ahora ya vuelve a ser ella otra vez, ya tiene su casa propia. La terapeuta explica que en los momentos de cambio es importante estar seguros en un lugar, Sandra dice que si no se mueven los cimientos y sus hijos lo notaban, se pasaba el día llorando.

Sandra dice que Pol es muy responsable y listo, anoche le dijo que le llaman tonto en el cole porque él dijo *“que levanten la mano los que crean que soy tonto”* y todos levantaron la mano, ella le dijo que él es muy listo y no debería preguntarles eso, a Sandra le dolió. La psicóloga le comenta que se puso como diana, dijera lo que dijera iban a levantar la mano porque así todos se sienten encajados en el grupo. Sandra comenta que van saliendo retos y los tienes que gestionar, la psicóloga le dice que tiene que intentarlo, porque son situaciones muy difíciles y no pasa nada si algún día no lo consiguen, *“poco a poco”* dice Sandra. Sandra comenta que también fue a una psicóloga porque se desestabilizó, ha ido luchando y nunca se ha cogido la baja, hace 2 semanas dice que le cogió un trombo y se va medicando.

La psicóloga les pregunta a la pareja como van, Marga dice que les hicieron PCR a las hijas y salieron negativo, pero igualmente tienen que estar confinadas unos días. Comenta que luego irán variando entre presencial y online. La pareja dice que Gerard en casa estuvo muy bien, pero ahora que ha vuelto a cole vuelve a estar muy mal. Se pusieron en contacto con el instituto y le comentaron que fue fatal, así que están esperando a ver como acaba la semana. Los padres de Gerard comentan que él no quiere estudiar ni le gustan las obligaciones, *“solo está con chorradas de internet”*, explican que ir al cole es trabajar lo que no le gusta, choca con los otros niños y le cuesta socializar.

La psicóloga pregunta si al llegar a casa se le nota lo mal que lo ha pasado, los padres dicen que depende del día si, se pone a llorar o se va a pegar al saco de boxeo. Marga dice que vuelve muy alterado, va acumulando y cuando llega al coche explota, supone que cuando llega a lo conocido y seguro ya puede explotar. Dice que la clase que va le permiten salir para hablar con la psicopedagoga para calmarse, son 8 niños de su curso y cuando los juntan a todos son 22 niños, con niños de segundo y cuarto. Explica que hacen una asignatura de transición a la vida adulta, donde les enseñan cosas como peluquería, cocina, etc. de forma práctica, este año están cosiendo. También trabajan cosas útiles y básicas, aprendiendo a

relacionarse con las limitaciones de la Covid. Están muy contentos con esta clase. Comenta Marga que el tema de los deberes es una pelea constante, no tiene interés y no los hace, cuando les llega el mail del colegio diciendo que no los ha hecho, le preguntan y responde diciendo “*ah, no sé*”.

La psicóloga comenta que quizá el peor momento para ellos es cuando llora, Marga comenta que ellos no lo viven tan mal porque ves que expresa, porque normalmente no expresa nada porque no puede, y ahí al menos si lo hace. La psicóloga le pregunta si conecta la necesidad de darle al saco de boxeo o llorar con el colegio, y ellos responden que no, si le preguntan les dice que “*no sé*”. La terapeuta les dice que pueden comentarle los padres que si ha tenido un mal día y le ayuden a conectarlo con lo que ha pasado en el colegio, para que sepa porque tiene la rabia, los padres responden que es muy complicado porque él no les cuenta nada, es difícil sacarle del “*no sé*”.

La pareja comenta que intentan ponerle palabras y dar hipótesis sobre si se encuentra mal, si se ha peleado con alguien o ha tenido que salir de clase, pero es muy difícil sacarlo del “*no sé*”. Toni explica que pocas veces lo explica, solo si está muy enfadado porque se ha peleado con alguien. Comenta que en una ocasión Gerard le envió un mensaje a su madre diciéndole que le habían roto la Tablet, ella le respondió diciéndole que fuera a hablar con la psicopedagoga, lo hizo y al terminar la escuela estuvo más calmado, supo usar su recurso.

Sandra se tiene que ir y se despide.

La psicóloga le pregunta a Mònica cómo está, ella responde que Lluís está cómo siempre, se parece a Gerard con el “*no sé*” dice, ahora se encierra bastante en su habitación cuando llega a casa. Mònica comenta que Lluís o está o no está, cuando se le enciende la bombilla para hacer algo ella ya tiembla pensando en lo que le va a decir o pedir, porque cuando le dice de hacer algo por la noche ya no puede hacerlo y él no lo entiende, entran en bucle. Dice que cuando no tiene estos problemas ya desaparece, comenta que no puede hacer

como Sandra de dormir con él o abrazarlo, no deja que le toquen, explica que de pequeño ella fue muy pesada, cuando lo achuchaba él le pegaba y así siempre.

Marga comenta que ojalá Gerard a veces se encerrara en su habitación y la dejara en paz, Mònica comenta que también duele, porque es como si no tuviera hijo a veces. Si ella va a verlo o le llama él se piensa que no confía en él, le da igual si ella está en casa o no, no se entera. Explica que cuando a él le pasa algo o quiere algo, tienes que dejarlo todo al momento para atenderlo, y si no lo ayuda al momento no quiere ni explicarle que pasa. Mònica comenta que no le puede explicar nada ni contradecirlo porque según él lo sabe todo, la pareja asiente y comentan que Gerard es igual. La psicóloga comenta que es la adolescencia llevada al extremo. Los padres explican diversas anécdotas sobre cosas que les explican sus hijos.

La psicóloga comenta que lo ideal sería que hubiera punto medio entre estar encerrado en su habitación y estar pegadito, Mònica comenta que nunca le ha dicho que le quiere, es como si viviera con un extraño. La psicóloga comenta que para poderle decir te quiere tiene que ser capaz de sentir el sentimiento, ni poder sentirla diferenciada de él, pero eso no significa que no tenga esa necesidad de ella ni que no sea lo más importante de su vida. La psicóloga comenta que si algún día llega a poder decirle que le quiere o alguna muestra de afecto, será porque ha hecho una mejoría.

Sesión 8. Dolor y culpa (12/11/20)

Se conectan María, la pareja de Toni y Marga, Mònica, Sandra y se incorpora Gisela como nueva integrante.

Se inicia la sesión presentando a Gisela y después se presentan las madres y la pareja, a continuación la psicóloga le explica el funcionamiento del grupo. Gisela comenta que tiene una hija llamada Anna de 8 años, es TEA en el otro extremo, es decir que es demasiado

cariñosa y las otras madres le dicen que están incomodas de que se tire demasiado encima de los otros niños.

Marga le pregunta a Mònica que le ha pasado en la mano, ya que la tiene vendada, ella explica que es por su enfermedad que no puede moverla, comenta que va con calmantes y antiinflamatorios porque es un dolor continuo, aunque aun así tampoco puede dormir. Toni comenta que al final se va acostumbrando al dolor continuo, ya que él también tiene varias cosas rotas.

La psicóloga comenta que tiene una enorme capacidad de sufrimiento, Mònica comenta que claro, hay que ir haciendo porque si no hace nada aún es peor, necesita estar haciendo cosas, también comenta que hay gente que está mucho peor en hospitales, en comparación ella y los hijos de los que están en el grupo no tienen nada, *“no se van a morir de eso”*. La psicóloga le comenta que es un dolor distinto, Mònica comenta que si se pararan a pensar en todo el dolor que tienen no se levantarían, a la que se despista de Lluís porque lo ve mejor, vuelve a estar peor. Marga dice que más que dolor es agotamiento mental, *“piensas por qué a mí”*.

Mònica comenta que cuando empezó a ir a médicos con Lluís porque no sabían que le pasaba, pensó que no tendría que haberlo adoptado y que sólo con la otra hija estaría genial. Dice que ahora ya no lo piensa, pero es complicado. La psicóloga le responde que debe ser muy duro y darle mucho dolor, todos los hijos suponen un sacrificio muy grande, pero tienes que buscar las cosas que te compensan, la gente no siempre está perfecta siempre mentalmente, y si además el hijo no les muestra de forma directa el cariño...

Gisela comenta que le pasa con su hija Anna (8 años), dice que es demasiado cariñosa y las otras madres le dicen que están incomodas de que se tire demasiado encima de los otros niños, la gente no entiende que el autismo también puede tener el otro extremo. Luego cuando sale del cole explota con ella, haciendo pataletas, llorando, etc., dice que en el colegio

hubo un curso en que la trabajadora social no aceptaba que su hija fuera autista, ella es de las que se comunica mucho pero de forma inadecuada. Marga comenta que su hijo Gerard también lo hacía cuando era más pequeño, se iba con todo el mundo, les abrazaba y daba besos, pero aún no estaba diagnosticado.

Gisela dice que al diagnosticar a su hija también descubrió que su marido también tiene rasgos TEA, aunque no quiere hacerse las pruebas, cuando los dos suben de nivel ella dice que tiene ganas de tirarse por el balcón (en tono irónico). La psicóloga comenta que el pensamiento y el acto son muy diferentes.

La psicóloga comenta que en chicas están empezando a hacer más tratamientos, ya que en las niñas es más complicado identificarlas como TEA al ser más cariñosas y comunicativas. Gisela comenta que Anna tiene herramientas para el TEA, dice que copia mucho lo que hacen a su alrededor y por eso no lo notan, pero cuando está sola con ella lo ve que hay cosas sociales que no las entiende, y pregunta si a los demás les ha pasado. Al principio dicen que no, pero cuando la psicóloga comenta que si se toman las cosas literales todos dicen que sí, María explica que les cuesta mucho entender los chistes.

La psicóloga comenta que no saben hacer el “como si”, no puede jugar a que es una princesa, porque ella es Anna, no una princesa. Gisela comenta que cuando su hija está con su prima de su misma edad, a veces la prima le intenta explicar cosas como que un tigre es como un gato, pero Anna dice que no.

Gisela dice que Anna ha aprendido a manipular a la gente y cuesta, se lleva a la gente por donde le da la gana dice. Por ejemplo, con el profesor nuevo de gimnasia no hacia ejercicio y se quedaba ella en su mundo, el profesor y los compañeros intentaban que se unieran pero ella estaba en su mundo, Gisela le comentó al profesor que si quería que le hiciera caso le diera un toque en el hombro.

María dice que a Ian tampoco le gusta hacer educación física, pero como es la única asignatura donde no tienen que usar la mascarilla, ahora si le gusta hacerlo. La psicóloga comenta que hay cosas buenas en esta situación, Marga dice que lo bueno de la mascarilla fue que al principio Gerard no se comía las uñas.

Mònica interrumpe pidiendo perdón para comentar que su hija le ha dicho que tiene que ir a llevarle unas cosas a la estación y tiene que irse, la psicóloga le responde que no hay problema y se marcha.

Gisela explica que hubo una semana que Anna estaba muy mal llorando y no quería ir a cole, Gisela estuvo intentando sacarle la información y al final le dijo que era porque le habían cambiado de mesa en el comedor y no se lo habían anticipado. Sandra comenta que su hijo en P3 ya le dijo que no quería ir más al comedor, pero lo tuvo que estar llevando igualmente porque ella trabaja todo el día.

Gisela dice que Anna hace una extraescolar de baile pero tiene que ir con ella, porque si no se va. Sandra le pregunta si con los deberes también le pasa, Gisela dice que sí, los pocos deberes que tiene los tiene que hacer con ella, está un poco saturada porque tiene que trabajar mucho con ella porque ve las carencias del colegio. También dice que en el colegio le dicen a Gisela que Anna no sabe cosas que en casa si sabe hacer, la psicóloga le comenta que es diferente estar en casa que en la escuela, ya que en casa está más segura.

Sandra dice que hay veces que se sorprende porque piensa que Pol está distraído, pero que luego realmente si está escuchando y lo recuerda, dice que en el colegio también le pasa a veces. La psicóloga dice que es precisamente por estar registrándolo todo que se colapsa, Sandra dice que a los grandes también les pasa, llegas a un punto de saturación que ya no te entra nada dice la psicóloga. Sandra dice que le recomendaron apuntarlo todo en una agenda para poder tener la cabeza vacía de cosas, María dice que eso le va muy bien. La psicóloga

dice que nosotros podemos hacer una abstracción de las cosas para recordarlo, pero los niños TEA no pueden hacerlo.

Gisela comenta que Anna está en el límite del TEA, cuando trabajas con ella parece normal, pero sino es muy TEA, dice que eso es lo que le pasó en ese curso donde le dijeron que no era TEA y le quitaron la veladora y las ayudas, fue muy difícil para ella. La psicóloga comenta que al estar al límite del TEA es complicado decidir si ponerle el diagnóstico o no, ya que es una etiqueta y sería importante ver como evoluciona.

La psicóloga comenta que están en evolución, los niños son más plásticos que los adultos y tiene sentido que se les ofrezcan todas las ayudas posibles y hacer un grupo como este, ya que la comprensión siempre ayuda y estar en grupo ayuda a llevar las cosas más acompañado, pensándolo de diferente forma.

Sesión 9. Afrontamiento de la pérdida (19/11/20)

Se conectan Mònica, Toni y Marga, Gisela, María y Elena como nueva participante.

Se presenta Elena, explica que es la madre de Albert de 13 años y está diagnosticado de TEA y trastorno del lenguaje, también que la psicóloga referente del grupo es su psicóloga en el CSMIJ.

Marga y Toni explican la experiencia de la muerte de su gato y el entierro, ya que Gerard no expresaba ninguna emoción y explica que él mismo se puso en contacto con la psicopedagoga del instituto para hablarlo, hasta que después de hablar con ella se puso a llorar. Mònica lo relaciona con la muerte súbita de su marido y cuando tuvo que decírselo a Lluís, ya que no reaccionó emocionalmente, explica que ellos necesitan verlo para hacerlo real. María comenta que quizá si lo sienten, pero no saben cómo expresarlo. Marga comenta que Gerard no volvió a llorar con lo del gato, dicen que en este sentido son más felices que nosotros, les comentó que podrían coger otro gato igual, pero Marga le explicó que no porque no va a ser igual que él y lo estarían recordando.

Mònica comenta que cuando pasa algo así no puede llorar delante de ellos, la psicóloga abre el debate de si es bueno que les vean llorar o no, María comenta que si es bueno que te vean llorar, porque no hay que reprimir las emociones, Marga coincide. La psicóloga comenta que una cosa es desbordarse llorando delante del hijo y otra es poder expresar las emociones llorando, ayudándole con el reconocimiento emocional de la emoción y hacerlo de manera natural. La terapeuta comenta que el dolor lo pueden expresar con palabras o con gestos, por ejemplo Gerard se puso hiperactivo moviéndose, hasta que pudo hablarlo con la psicopedagoga pasándolo por la mente y ahí se puso a llorar. Marga comenta que estaba bloqueado, le sorprendió mucho que Gerard buscara la ayuda de la psicopedagoga. En el grupo comentan que es muy positivo que haya buscado esa ayuda y pueda expresarse llorando.

Gisela comenta que a su hija se le hace más fácil llorar, pero cuando empieza a llorar se desborda y a Gisela le cuesta saber porque. Comenta que ella tiene que estar ahí para calmarla e intentar saber que le pasa. La psicóloga comenta que no sabe expresar que le pasa en palabras pero busca el recurso de su madre. Gisela comenta que también hubo el fallecimiento de su hermana, la veían una vez al mes y Anna está más desconectada de ella. A su prima se lo decía comparando la muerte de la madre con la de su gato, Gisela tuvo que hablar con ella para hacerle entender que esos comentarios le hacen daño a la prima. La psicóloga comenta que pequeños estímulos que no pudo elaborar en su día, como es la muerte de su gato, puede afectarle tiempo después, ya que Gisela comentaba que hace más de un año que había fallecido y solo lo tuvieron un mes.

Gisela pregunta si ahora Gerard está bien, la pareja comenta que sí, ya lo enterraron y Gerard pasó la etapa. Mònica comenta que ellos son más de vivir en el pasado, viven el ahora pero siempre recordamos el pasado, en cambio ellos lo ven pasado y ya está, *“cierran el*

libro”, porque no están aquí ahora. Comenta que están más tranquilos en ese aspecto, si ellos también lo hicieran comenta que serían más felices.

María comenta que Ian le habla mucho del pasado, recuerda muchas cosas y situaciones que les han pasado hace tiempo, Mònica comenta que Lluís recuerda todo lo malo de las cosas que le recrimina, pero no que su padre ha muerto. La pareja comenta que recuerdan lo que no es doloroso. Mònica, Marga y María comentan que a veces estaría bien soltar ese peso.

La psicóloga comenta que también es aprendizaje y es importante para saber cómo actuar en el futuro, dice que se necesitan momentos de respiro, pero borrar todo no se puede, aunque si se elaboran las situaciones de dolor pueden dejarlas en el pasado y pasar página, entonces ya no duele tanto, pero esto suele pasar cuando estás preparado para enfrentarlo y haces un aprendizaje. Mònica dice que saben más que ella, le gustaría saber hacer eso de cerrar el dolor, la psicóloga comenta que el dolor se va quedando más pequeñito, pero cuando hay duelo de alguien más cercano se necesita tiempo, y cuando hay momentos difíciles en el día a día se recuerda.

La psicóloga hace referencia a Sandra con el “poco a poco”, Gisela comenta que Sandra no ha podido conectarse porque está en una reunión, ya que como están en otro grupo tienen más contacto y se lo dijo.

Aparece la hija de Gisela, enseña un caracol que ha hecho con plastilina, y después la despide. Dice que hoy no quería quedarse a comer en el colegio y quiere estar en la misma habitación que ella, Anna comenta de lejos que es porque la quiere, Marga comenta que no pasa nada y que su hijo a veces también aparece. La psicóloga comenta que este comportamiento es normal de un niño, no es porque sea TEA, aunque seguramente está afectado en parte por ello. Gisela comenta que ya en su edad no le tocaría ese comportamiento, “*va un poquito más tarde*”.

Se hace un silencio, María comenta que desde que le dijo a Ian que estaba en un grupo de pares, él está muy interesado en saber de lo que hablan, la psicóloga comenta que él debe intuir que deben hablar de él y María dice que si, a veces le pregunta si les ha contado cosas como que rompió un ordenador, también tiene curiosidad también por saber que hacen los otros niños como él.

La psicóloga pregunta si los otros tienen a los hijos en casa y todos los demás comentan que no, están en el colegio o instituto. La psicóloga pregunta si se quedan en el comedor, María explica que no lo ha dejado nunca porque le recomendaron que era mejor hacer una pausa del colegio y volver por la tarde. Gisela comenta su mala experiencia con el colegio porque le quitaron la veladora ya que consideraban que su hija no era TEA, hasta que desde el CSMIJ le pusieron el diagnóstico y pidieron la veladora, ahí dice que el EAP se “acojonó” y ya le dijeron que para este año no daba tiempo, pero que para el año que viene ya le podrían una veladora. La psicóloga le comenta que al ser un caso leve es complicado poner un diagnóstico. Gisela comenta también experiencias con su marido relacionadas con el TEA, aunque luego dice que él también la ayuda con la hija cuando no puede ella.

Sesión 10. Escuela y desarrollo (26/11/20)

Se conectan la pareja de Toni y Marga, Gisela, Mònica y Elena, mientras que María y Sandra se han excusado porque hoy no podían conectarse.

Cuesta empezar la sesión, la psicóloga pregunta cómo ha ido la semana y la pareja explica que han expulsado a Gerard porque unos chicos le picaron diciéndole si iba a abrazar a una chica, al final fue a abrazarla por detrás y sin querer le tocó el pecho. Les habló la profesora y con la situación que está les han dicho que no le abrirán expediente, pero lo han expulsado un día, a los otros chicos si les han abierto expediente. Gerard fue a pedirle perdón a la chica junto con la psicopedagoga.

Mònica expresa que se debería poder hablar con la escuela para explicarles a los padres de la chica que no ha sido una situación de acoso, sino que es porque tiene un problema y los demás lo chincharon. Comenta que ella tuvo muy mala experiencia en su colegio con Lluís desde pequeño, dice que le llegaron a decir que no pagaban el colegio porque eran adoptados y chinos, dice que quizá comenta esto de los colegios porque aún está muy rabiosa con la situación.

Gisela pregunta que si dicen que hay una profesora vigilando a los niños y que fue consciente de la situación, por qué no se interpuso. Mònica dice que no quiere buscar “movida” con el colegio, pero ella acabó muy mal con el suyo, cree que los colegios se quitan el muerto de encima intentando contentar a todos y eso es injusto con sus hijos.

Mònica dice que no sabe cómo la psicóloga se encontrará estas situaciones con el cole, ella dice que hay de todo, hay profesores excelentes y otros que quizá no saben que es un TEA e intentan actuar de la mejor manera, pero luego otros que quizá no lo hacen tan bien. Mònica comenta la situación de que un profesor diga a un niño que no llegará a nada en la vida, La psicóloga comenta que eso evidentemente está mal, dice que no sabe si es en su caso, pero esto no es solo en caso del TEA, sino todos los niños. Mònica dice que se pone en la situación de la pareja y le dan ganas de dar una bofetada a los otros padres, dice que ella lo pasó muy mal y hasta le dijeron que Lluís no tenía nada. Toni comenta que como en todos los trabajos hay gente que solo busca ganar dinero.

La psicóloga comenta que en el caso de la pareja, lo que está bien es que los incitadores se hayan llevado un expediente y él no, en cuanto a la expulsión dice que no se merece que lo expulsen, pero es cierto que necesita aprender que eso que ha hecho no está bien, y luego ir a pedirle perdón a la chica, incluso puede ayudarle un poco estar algún día en casa para darle un impase de lo que ha pasado. En este caso no ve mal la actuación del colegio, aunque no se merezca que lo expulsen ya que él solo lo hizo para caer bien a los

demás chicos. La psicóloga explica que si se podrían hacer talleres o charlas explicativas, pero habría padres que lo entenderían y otros que igualmente no, y en cuanto a los profesores pueden saber que un niño tiene TEA y saber que necesita atención especial, pero cuando el niño alborota la clase se le puede olvidar, hay errores humanos y otros errores profesionales de mala actuación.

Gisela dice que en P5 le perdieron el informe donde decía que tenía TEA, explica su situación de malentendido en el colegio desde hace tiempo. Marga le pregunta que por que no fue a inspección, porque ella tuvo que ir desde que era pequeño porque había situaciones que no estaban bien, como apartarlo de la clase y poner la mesa fuera porque molestaba. Mònica comenta que a los profesores les da igual, llega un momento que pasan de todo y si les molesta les apartan y lo aprueban, no ven que son personas. Gisela dice que no es solo en la escuela, sino también los padres que no educan a sus hijos y luego los profesores no pueden con la situación.

Marga comenta que con el colegio van haciendo, ya que al hablar con la doctora del CSMIJ había cosas que no estaba de acuerdo y contactó ella con el colegio. El pacto que han hecho ahora es primero que se encuentre bien, la parte de educación de momento se olvida, y una vez ya esté bien podrá volver con la educación. Marga dice que están de acuerdo, así también les ayuda a descargarse ellos. Gisela comenta que con su hija en segundo también le primaron la parte de socialización después del confinamiento, y ahora que está bien puede seguir con la educación.

Marga dice que ahora ellos están contentos con la escuela, aunque haya cosas que no le gustan, pero han mejorado mucho. Dice que intentan luchar todos por lo mismo, para que se encuentre bien, dice que nadie se esperaba que pasara esta situación de Covid e irá para largo, se tienen que habituar y los niños también, aunque a ellos les cueste mucho más. Ella explica que en la hora del patio ahora los juntan por clase en grupo burbuja y es un problema,

ya que él siempre buscaba jugar con niños más pequeños que él. Gisela dice que a su hija también le pasa que busca juntarse con los más grandes o más pequeños, con los de su edad le cuesta mucho.

Marga le pregunta a la psicóloga por el motivo de esto, ella explica que es diferente el desarrollo intelectual del emocional, a nivel emocional se pone en situación de su edad emocional más pequeños, y con los adultos se pone en situación de ser cuidado. Explica que los niños TEA tienen un desarrollo disharmónico, hay diferente desarrollo a nivel intelectual y a nivel emocional, incluso dentro del emocional puede tener comportamientos más de su edad cronológica y comportamientos de edad más infantiles, de su edad emocional. Explica que en el caso de sus hijos no todas las líneas del desarrollo van a la vez, ya que desde la infancia tienen aspectos menos desarrollados. Mònica dice que es muy interesante saberlo y que la psicóloga podría hacer sesiones explicativas de vez en cuando, así les ayuda a entenderlos.

La madre de Albert, Elena, se desconecta sin avisar.

Gisela comenta que en casa le enseñaba cosas a su hija y luego en el colegio no sabía hacerlo, en la escuela le comentaron que no le exigiera tanto ya que sino su hija también se lo exigía. La psiquiatra comenta que cuando hay un problema o dificultad en los hijos, aparte de la ansiedad que tienen ellos, los padres también tienen esa ansiedad e hipervigilancia. La psicóloga comenta que eso les pasa a todos los padres, no sólo los que tienen TEA.

Gisela dice que a veces Anna hace cosas que le parecen un retroceso, un día vio que estaba con mucha frustración y empezó a pegarse, hacía mucho que no lo hacía. Explica que el marido trabaja de noche y tienen solo 2 habitaciones, una era la suya donde estaba jugando y la otra la de Anna, Gisela le dijo que tenía que apartar los peluches e ir a su habitación, entonces se fue muy frustrada y se pegó. Al preguntarle le dijo que no sabía por qué lo hacía, Gisela hipotetizó que ella puso los peluches de una manera concreta y quiso que estuvieran

así, la psicóloga le pregunta si normalmente utiliza las 2 habitaciones, Gisela dice que suele dormir con ella en la habitación de matrimonio pero juega en la de Anna, entonces en parte sí son suyas las dos. La psicóloga dice que los peluches representan un trocito de ella y los pone en un lugar para ocuparlo.

Sesión 11. Proximidad en el vínculo (3/12/20)

Se conectan la pareja de Toni y Marga, Sandra, Gisela, María, Mònica, Elena y Carmen. Se han conectado todos los miembros.

Se hace una introducción a Carmen al grupo ya que llevaba muchas sesiones sin conectarse, se justifica diciendo que por horario laboral no podía, se presenta a los nuevos miembros.

La psicóloga inicia preguntando qué tal, Marga comenta que ahora estarán con los hijos en casa una semana ya que en su pueblo es fiesta y lo encadenan con el puente, comentan que el no poder salir del municipio es complicado.

Gisela dice que aprovechará el lunes para ir a ver a sus padres, ya que hace más de un mes que no los ve, también dice que Anna últimamente se pone a llorar por cualquier cosa. Ella comenta que para calmarla hoy han hablado con Alexa para hablar con el papá Noel, la psicóloga dice que han puesto un control externo. (Le suena a Gisela el teléfono y lo atiende disculpándose con el grupo).

María comenta que Ian últimamente se nota muy cansado de las clases y ya necesita desconectar. Carmen dice que Raúl últimamente le dice que está cansado y no quiere salir a hacer nada, aunque luego cuando consigue que salga se entretiene, pero le cuesta mucho. Dice que se agobia por todo y a todo le dice que no. La psicóloga dice que se ha quedado en el umbral, no está bien dentro ni fuera, Carmen dice que no está bien en casa porque tiene todas las pantallas restringidas, intenta darle otros juegos de mesa o que no sean de pantalla y no los quiere. Dice que con las pantallas reacciona muy mal cuando ella le dice que se le ha

acabado el tiempo, dice que lo ha hablado con la psicóloga y hasta que no controle esos impulsos no se las volverá a dar. La psicóloga pregunta si no tiene ningún otro interés fuera de las pantallas, Carmen dice que no, sólo cosas que tengan pantalla con conexión a internet, ella pregunta al grupo si a alguien más le pasa porque está agobiada, responden la pareja, Sandra, María y Mònica diciendo que a ellos también.

Comentan que el confinamiento empeora la situación, ya que se sale menos al haber el peligro del virus. Marga comenta que ellos deben vivirlo como que estar en casa es lo más seguro, su hijo tampoco pide salir. La psicóloga comenta que no es solo el Covid, pero el virus representa todo lo que les da miedo de salir a la calle, enfrentándose a todos los estresores de fuera que ellos deben vivir más peligrosos, y con la Covid se ha aumentado.

Mònica comenta que Lluís siempre ha sido así, nunca sale de su habitación el fin de semana, es como si no estuviera en casa. (Elena se conecta la cámara con la ayuda de su hijo). Mònica pregunta si necesitan tener una cueva. Carmen le pregunta si dentro de casa está con las pantallas o conectado, Mònica dice que no, las máquinas no le gustan y si se conecta a internet es sólo para hacer algún trabajo. Mònica le propone hacer cosas y él no quiere, y tampoco le toca nunca ni se le acerca, no le gusta que le toque nadie. Dice que de ella lo soporta porque es un “coñazo” y al final no le queda opción.

Gisela dice que Anna con ella es muy cariñosa, pero hay días donde no quiere que le toquen y se aparta. Marga dice que Gerard al contrario que Lluís, es muy cariñoso, Carmen y María dicen que el suyo es igual. Mònica comenta que tienen suerte y Marga comenta que al final también cansa tenerlo pegado.

Mònica comenta que con su hija le pasa que es muy pegada a ella, muchas veces le pregunta si la quiere. Ella dice que igualmente, la sensación de tener un hijo que para él no existe es muy duro, llega a casa y no le da tiempo a preguntarle que tal y ya se va a su

habitación. Dice que él necesita que no le molesten, el Covid a él le ha venido bien. María comenta que Ian también le gusta cuando toca confinarse.

La psicóloga dice que al final todos están hablando de la dificultad para regular la proximidad social, ya sea por exceso o por falta. Gisela comenta que cuando va a casa de su madre tiene un respiro, ya que Anna busca también la atención de la abuela y la deja descansar. La psicóloga pregunta si en la Navidad también estarán con familiares, Gisela comenta que sí, la pareja de Toni y Marga dicen que no. Elena explica que ellos estarán solos, ya que su marido es de riesgo y su hijo no quiere salir ni entiende estas fiestas.

María comenta que para ellos es una época muy estresante, con las luces, regalos, etc. La psicóloga comenta que también hay cosas buenas para ellos, como los regalos y el turrón, María dice que le sorprendió Ian porque ya descubrió todo lo de los reyes y no le ha contado nada a su hermana (8 años), sigue bien el rollo dice. Comenta que aún sigue con la ilusión, ahora hace de “paje” pensando ideas de regalo para su hermana, también explica que el día de los inocentes hace “llufes” y las esconde por la casa, luego todos van buscándolas.

Gisela dice que le da miedo el día que Anna sepa lo de los reyes, ya que ella cree mucho. Carmen dice que Raúl el año pasado le dijo “*mamá ya está, ya lo sé*”, pero igualmente sigue yendo a la cabalgata. Dice que para Halloween le sorprendió porque quiso hacer truco o trato con los amigos yendo casa por casa a pedir chuches, volvieron a casa con muchas cosas.

Sandra comenta que como tiene 2 hijos, con el grande (12 años) hacen una carta como los reyes magos y le esconden los regalos con pistas para encontrarlos, y lo hacen todos así. Comentan que en el colegio van diciendo cosas, la pareja dice que en el colegio se lo dijeron pero no los creyó, al final tuvieron que explicárselo ellos como un cuento para que no se rieran de él en el colegio. La pareja comenta que es muy inocente y le costó creerlo, aunque

se lo tomó bien, este año han hecho amigo invisible entre la familia, pero a él le fue imposible callárselo. La psicóloga dice que les cuesta mucho guardar los secretos, todos asienten.

La terapeuta aprovecha que hablan de navidad para decir que el grupo lo haremos hasta el 17 de diciembre y volveremos el 14 de enero. La psicóloga comenta que, por lo que han dicho, por un lado hay ganas de las vacaciones pero a la vez miedo de que pasara al estar tiempo en casa. Marga comenta que ahora es más complicado, porque antes podían hacer más actividades y organizarlo bien, pero ahora con la Covid es difícil. Gisela dice que está aprovechando que tiene tiempo para decorar la casa de navidad y a Anna le está gustando mucho, ya que dice que ahora está en ERTE, antes trabajaba de lunes a sábado y estaba agotada.

La psicóloga pregunta si todos colaboran en la decoración de la casa, la mayoría dicen que sí, María dice que depende del año. Gisela dice que su hija empieza y lo va dejando a ratos, comenta que también a veces dice que la ayudará a cocinar y a los 2 minutos se va, dice que las texturas no le gustan. Gisela también dice que empieza los juegos pero luego los deja, Toni responde que Gerard hace lo mismo. Sandra dice que a Pol le gusta bastante. Carmen comenta que Raúl dice que quiere mucho un juego, al comprarlo lo empieza pero luego se cansa y no quiere más, ella dice que es frustrante intentar que tenga interés.

Sesión 12. Miedo al aislamiento (10/12/20)

Se conectan Marga, María, Elena, Carmen, Gisela y Mònica.

Marga explica que Gerard dio positivo en Covid y han tenido que aislarlo, al hacer las pruebas los demás miembros familiares dieron negativo, más adelante dio positivo Toni también. Comenta que es duro porque tienen que llevar siempre mascarilla, tienen que hacer turnos para comer, tener la casa ventilada, etc. Ella dice que Gerard destapó el Covid en el colegio porque al hacerles las pruebas a los demás la mitad dieron positivo, hasta enero no podrán volver a la escuela ni Gerard ni sus hermanas. Marga dice que está molesta con la

escuela porque vieron que varios alumnos faltaban a clase y desde la escuela no hicieron nada.

María le da ánimos a Marga, ella dice que los primeros días de aislamiento de Gerard fueron muy duros porque estaba solo, pero ahora al menos tiene a su padre también. Dice que a partir del día 15 Gerard ya podrá hacer vida normal, y a partir del 18 Toni. María comenta que cuando pasan estas cosas valoramos mucho más las pequeñas cosas como comer juntos, abrazarse. La psicóloga comenta que la parte positiva es que ahora podremos valorar más esos momentos.

La psicóloga dice que la psiquiatra hoy no podrá conectarse porque está de guardia en el hospital, y Sandra también se ha excusado.

La psicóloga pregunta si los demás del grupo están bien de salud y todos dicen que sí. Luego pregunta por los ánimos y pocos responden, algunos dicen que bueno. Gisela dice que este año ha sido diferente, ya que siempre trabaja en comercio y no está en casa, y ahora que no está trabajando se le está haciendo más cuesta arriba porque siempre está la hija con ella, no sabe qué pasará cuando empiece a trabajar. La psicóloga comenta que podría ir preparándola con tiempo para que lo asimile, como dejarla algún día a comer en el cole antes de que vuelva a quedarse siempre, ella dice que ya lo hace. Explica que se puede quedar pero luego le comenta que mañana en casa, dice que ahora empieza a quejarse más de los ruidos, la psicóloga le pregunta a que lo atribuye, Gisela dice que desde pequeña el secador o la aspiradora le molestaban, pero ahora de más mayor tolera menos los demás ruidos, no sabe porque. Explica que le dieron unos cascos para los ruidos fuertes como los petardos, pero cuando está con gente quiere quitárselos para integrarse más con el grupo. María le comenta que a Ian le dan unos tapones para los oídos, que quedan más disimulados que los cascos, Gisela comenta que no lo había pensado.

La terapeuta pregunta si a los demás también les pasa, Elena dice que a Albert los petardos no le molestan, pero luego la televisión se la pone a muy poco volumen. María dice que Ian no tolera los ruidos fuertes del exterior, pero los ruidos fuertes que hace él no le molestan, aunque con el tiempo ha ido tolerándolo mejor, a Gisela le extraña que su hija cada vez lo tolere menos. La psicóloga lo relaciona con la situación extraña que estamos viviendo y la poca capacidad de control que tienen del exterior y menor tolerancia.

La psicóloga comenta que es una situación complicada, como la que están viviendo Marga y Toni, es lo que todos los niños temen que les pase. Marga comenta que ojalá pudieran pasarlo todos a la vez y así se inmunizan, pero como tampoco saben si lo pasarán bien como ellos o mal, pues no lo harán. Gisela explica que su madre lo pasó asintomática siendo persona de riesgo, pero no fabricó antígenos por lo que podría volverlo a coger, por lo que no se sabe. Marga comenta que esto tardará años en pasar, comenta las complicaciones que hay en las vacunas y efectos secundarios que están saliendo, comenta que ella no quiere ponerse la vacuna y lo ve un riesgo.

La psicóloga comenta que son las incertidumbres de la época en la que vivimos, María comenta que se nos va de las manos y crea inseguridad, la psicóloga dice que así pueden entender mejor a sus hijos por esa incertidumbre e inseguridad que sentimos, es diferente algo externo que el secador que tienen ellos y puede regularlo. Carmen dice que su hijo tiene mucho miedo de las tormentas y se pega a ella porque tiene miedo, María dice que Ian tiene un saco para esconderse de los ruidos, Marga dice que Gerard se pone la capucha y se muerde los puños, Gisela comenta que Anna se muerde las uñas. Gisela dice que toda la angustia que tiene la saca por la boca, se muerde las uñas, el pelo, etc., pero con la mascarilla no puede llevar los mordedores y chupa la mascarilla. La psicóloga pregunta si también muerde en casa, Gisela dice que sí, depende de los ratos, cuando está nerviosa se pone a

morder más, desde que era pequeña ya mordía el chupete y cuando se lo quitaron lo fue sustituyendo por otras cosas.

La psicóloga comenta el poder hacer algo con ella en ese momento de nerviosismo para favorecer la expresión emocional, como jugar, dibujar algo, etc., reconduciendo la mordida a otra cosa sin fijarse en eso concretamente ni hacerlo consciente diciéndole que no lo haga. Gisela dice que ella usa el cuento de la tortuga.

Marga comenta que los días que Gerard ha estado aislado solo lloraba y no sabían porque, suponen que es por la situación en la que esta, veían que él necesitaba un abrazo pero no podrían dárselo. Dice que lo que ha comentado la psicóloga de cuando se está mordiendo las uñas distraerlo con otras cosas sin reñirlo si les ha funcionado, pero estos días les ha faltado recursos porque es muy duro y no sabían que decirle, tampoco podría acercarse. Gerard la buscaba a ella y ella tenía que decirle que no, él lloraba y tampoco entendía lo que le pasaba, Marga dice que explicarle algo que no entiende y no poderlo tocar es difícil. Al comentarlo podrían decirle que no pasa nada por llorar, porque es normal con lo que le está pasando. Marga dice que también se preguntan que pueden haber hecho mal para llegar a donde están, es duro cuando les dan el diagnóstico y pensar que se tienen que proteger de él, le invadió la tristeza y todos lloraban, las hijas también lloraban por rabia por no poder ir a clase y encima tener que hacer la selectividad. Dice que al menos cada día es un día menos, en navidad podrán comer todos juntos.

La psicóloga dice que es un día menos de sufrimiento y un día más de valorar las cosas que tenemos. María dice que cuando el padre dejó de estar aislado por Covid Ian fue corriendo a abrazarlo cómo nunca lo había hecho. Gisela comenta que a su hija también le pasó con una amiga suya que tuvo Covid, cuando volvió a clase fue corriendo a querer abrazarla.

María dice que Ian no acaba de llevar bien lo de la mascarilla, la tolera a ratos y cuando puede se la quita. Ella explica que envuelve su trapo y lo calienta en la calefacción del coche, lo necesita para sentirse seguro, dice que le gustaría llevar el trapo dentro de la mascarilla, la abuela le va haciendo diferentes mascarillas para intentar buscar una que le vaya bien pero le cuesta. La psicóloga le recomienda coger un trocito de tela de su propia ropa o con su olor para que le dé seguridad. Gisela dice que cuando no hay gente le deja bajarse la mascarilla, pero cuando hay gente sabe que se la tiene que volver a subir. María dice que cree que Ian se siente desprotegido porque ya no le dejan llevar el trapo ni el cochecito que llevaba antes, está muy cansado y va haciendo la cuenta atrás para las vacaciones.

La psicóloga le pregunta a Mònica que si estaba liada hoy (está en el trabajo), ella dice que se había silenciado por el ruido pero iba escuchando.

Sesión 13. El tiempo y no poder coger distancia del otro (17/12/20)

Se conectan Sandra, María, Gisela, Marga y Elena. Gerard se acercó a abrazar a Marga durante la videollamada, ya que ha terminado el confinamiento por Covid.

Sandra explica su situación al separarse de su marido después de 25 años por una infidelidad por parte de él, comenta que está siendo muy duro pagar los gastos ella sola y cuando los niños van con él no les deja hacer videollamadas con ella y les dice cosas malas de ella. Explica que ya tiene su piso y está saliendo con un chico, rehaciendo las cosas, pero que ahora que le ha llegado la petición de divorcio el ex marido, la ha bloqueado de todos sitios.

La psicóloga dice que al menos los hijos se llevan bien con su padre, pero Sandra dice que le tienen miedo cuando se enfada. Explica la situación de que sus hijos le dijeron que el padre les dejó encerrados fuera en el balcón de noche y pasaron frío. Sandra dice que Gisela

lo conoce por el otro grupo, ella comenta que lo vio raro. Sandra dice que nunca se vio venir que les pasara algo así porque se llevaban bien, pero dice que ahora está mucho mejor.

Sandra explica que a su hijo mayor si le afecta más cuando está con el padre, una vez le dijo a su abuela "*mi madre es una zorra*". La psicóloga dice que ella no puede hacer nada con lo que ocurre en el otro lado, sólo puede hacerlo en su lado, si lo ayuda a recolocarse al volver es que las cosas no habrán ido tan mal.

La psicóloga pregunta si el grande sabe lo que le pasa al pequeño, Sandra dice que sí pero siempre le ha tenido rabia y lo chincha mucho. Comenta que podría ayudarla pero en vez de eso sólo se pelean y el pequeño se pica mucho y se enfrenta. Ella comenta que le gustaría llevar al hijo mayor a un psicólogo. También comenta que su pareja tiene otro hijo de 11 años y se llevan muy bien.

Sandra explica que además a su padre se lo llevaron al hospital diciéndoles que en pocas horas se moría y tuvo que dejar a sus hijos para ir a verlo, pero al final se está recuperando. Dice que ha sido un mes complicado. La psicóloga dice que lo está explicando muy bien y con tanta endereza, pero ha debido de pasarlo muy mal, ella explica que sí. Gisela dice que si la necesita va corriendo, ya que viven muy cerca.

Gisela dice que Anna no entiende la diferencia entre hoy y mañana, ella ya dice que es navidad y quiere acabar el colegio, no entiende que aún faltan unos días. La psicóloga dice que el tiempo en adultos y niños es diferente, hasta que no cojan bien la dimensión, podría darle un calendario de adviento para ir viendo los días que faltan y señalar que día es navidad. Gisela dice que ya tiene calendario de adviento y en otro calendario normal va tachando los días, la psicóloga le propone que lo marque poniendo gomets o pegatinas de luna. María comenta que su hija tiene un calendario donde hace dibujos de los días importantes, como un pastel de cumpleaños, el tío, etc.

La psicóloga comenta que el tiempo se aprende del todo al inicio de la pubertad, ya que al iniciar los cambios del cuerpo se empieza a ver que el tiempo pasa y no es lo mismo ahora que antes, entonces es momento de ansiedades por crecer, lo extrapolan a los papás ya que el tiempo pasa por ellos también. Entonces se les empieza a parecer más al tiempo de los adultos. Gisela dice que Anna no dice mañana, dice al día siguiente, la psicóloga le dice que use el día siguiente como expresión para contar los días que faltan para navidad.

Gisela explica una situación donde se saturó con Anna en un bucle de que juguete elegir para jugar, además estaban esperando al padre a que las fuera a buscar y vino media hora tarde aunque ella lo había avisado con tiempo. Al llegar, Gisela estaba tan saturada que el padre tuvo que gestionar la situación y contener a la niña, entonces pudo calmarse ella. Ella comenta que muchas veces entran en bucle los dos, ya que su marido tiene rasgos TEA también.

Marga dice que cuando se ponen así cierra la puerta y se va, también necesita su espacio a veces (riendo), las demás del grupo se ríen. Aunque ahora no pueden porque están encerrados en casa, dice que ha sido largo y duro pero falta poco, mañana ya sale Toni, Gerard en los primeros días le costaba pero luego con su padre ha estado mejor. La psicóloga le pregunta si el reencuentro padre e hijo les ha ido bien, ella espera que si porque Gerard está muy enganchado a ella, ha podido descansar, dice que ahora está aquí con ella (Gerard aparece y saluda).

Comenta María que no sabe cuándo volverán al cole después de navidad, ya que la situación está complicada. Marga comenta que podrían comenzar con clases telemáticas. El grupo habla de que se deberían tomar más medidas y restricciones para controlar la situación, pero comentan que no hay una solución fácil y que la gente no tiene consciencia del problema.

La psicóloga despide el grupo y desea una feliz navidad.

Sesi3n 14. Vuelta de vacaciones (14/01/21)

Se conectan la madre de Albert, Toni y Marga, Gisela y Mar3a.

Gisela ha explicado que estas vacaciones han estado bien con su hija y parte de la familia en burbuja, con los abuelos y 3 primos, dice que ha estado un poco m3s alterada de la cuenta pero se lo ha pasado bien. Comenta que ella aparte de pas3rsele bien tambi3n le hace trabajar, algunos conceptos b3sicos de lenguaje en lectura, ya que la hija se lo pide. Mar3a comenta que el aprendizaje lo estructuraba, pero en vacaciones no le toca. Toni ha hablado de que se encontraba bien, las navidades las han podido pasar bien porque les dieron el alta, aunque de secuela le ha quedado problemas en el olfato.

Gisela ha excusado a Sandra diciendo que se iba a conectar m3s tarde.

Marga explica la situaci3n complicada que han pasado con el Covid en su familia, dice que Gerard se qued3 con miedo de volver a contagiarse y le cost3 volver a la escuela por el miedo. La psic3loga dice que el salir de su base segura le cuesta, Marga dice que ahora es diferente, parece que de momento va mejor, la psic3loga les pregunta a qu3 atribuyen la mejora y la pareja responde que no lo saben, Marga dice que viene contento del colegio aunque sigue sin explicar nada, pero est3n contentos. La psic3loga dice que eso significa que ha podido estar bien sin ellos en el colegio y no esta tan angustiado como otras veces, igual la experiencia dura que han vivido haya puesto una parte positiva, porque se han tenido que reorganizar a nivel familiar.

Marga dice que primero es que est3 bien y luego ya lo acad3mico, dice que es como Ian, que cuando sale de clase se olvida. Mar3a responde que Ian cuenta todos los d3as que le faltan de colegio, dice que este a3o ha sido m3s tranquilo para Ian, al no reunirse tanto con los familiares, adem3s est3 muy contento y le hizo mucha ilusi3n los reyes y el t3o, no le dijo a su hermana peque3a el secreto, aunque est3 cansado.

María dice que a Ian le sigue costando lo de la mascarilla, usaba la que le hizo su abuela pero ya estaba muy gastada, así que lo alargaron hasta final del trimestre y ahora se pone el buff hasta la nariz y encima la mascarilla. María explica que hubo un día que se dejó la chaqueta y la perdió, ella le hizo bronca y él acabó llorando, a ella le supo mal. Dice que después de eso se dio cuenta que llevaba la chaqueta siempre en la mochila para no dejársela, entonces pasa frío y María dice que le sabe mal porque ella sin querer le puso esa presión, pero lo habló con él y ahora ya si se lo pone. La psicóloga dice que es normal que se moleste y puede que haya sentido presión, pero debe entenderlo, María dice que hay que encontrar el punto medio.

Marga comenta que Gerard ha encontrado una solución para llevar en clase cuando hace frío porque las ventilan, desde que han empezado va con gorro, guantes, sudadera y chaqueta, así se siente seguro, Marga dice que quizá por eso vaya más contento. Ella dice que en el colegio hay la normativa de no ponerse la capucha en clase y en la calle siempre se la pone, y ahora con el gorro se siente más protegido en clase.

Gisela dice que podrían hablar con el colegio para dejarle ponerse la capucha, ella pone el ejemplo de que su hija lleva un peluche para sentirse segura, pero Marga comenta que eso quizá crearía distinción con los otros niños y crearía un estigma. La psicóloga dice que es diferente la situación de Gerard que es un adolescente y no hay que crearle distinciones, que Anna que es más pequeña y necesita esa seguridad. Gisela dice que Anna antes llevaba un mordedor, pero ahora con la mascarilla no puede, entonces pidió el peluche. María comenta que Ian tenía una caja con el trapo y unos coches, le daba seguridad en el colegio.

Se conecta Sandra y le comentan que están hablando del arranque después de vacaciones. Sandra dice que antes Pol llevaba un juguete a clase y ahora no, en navidad le han regalado guantes y los lleva a clase para darle seguridad. La psicóloga dice que le da

seguridad porque le recuerda a ellos. Sandra dice que conjunta la ropa que lleva con los guantes, si lleva un jersey naranja coge los guantes naranja.

María explica que al Ian lo vacunaron en el instituto y pidió llevar el trapo, ese día se lo permitieron porque lo necesitaba, porque el resto de días lo deja en el coche y al volver lo recoge. María dice que supone que va bien que tengan un recurso que poder coger para tranquilizarse.

Gisela enseña su peluche reversible, por un lado está enfadado y por otro contento, como el pulpo pero este es un unicornio. Explica que el otro día le llamó la atención porque estaba jugando con unas niñas con el peluche enfadado, pero al llegar a casa lo puso contento, esto le va bien para poder expresar sus emociones y que los demás lo vean. La psicóloga pregunta porque cree que lo puso enfadado, Gisela dice que a esas niñas les gusta chincharla y que las persiga, entonces Anna se acaba estresando. Enseña que está haciendo con ganchillo un pulpo más pequeño para poder llevarlo al bolsillo. La psicóloga dice que es una ayuda para el reconocimiento emocional. Sandra dice que para Pol tiene unos muñecos de colores para expresar emociones, depende del día se lo enseña diciendo "*mamá estoy contento*". La psicóloga dice que también venden títeres que tienen dos caras y María comenta unas cartas que tienen emociones con el nombre.

María dice que para que Ian conectara con la mirada, de pequeño se ponían el objeto al lado del ojo para que conectara con el objeto y la mirada. Gisela dice que a veces cuando tiene que hablar de algo importante o regañarla tiene que agacharse para mirarla a los ojos, porque si no a veces no retiene lo que le dice. Marga dice que con Gerard también lo hacen pero sigue en su mundo, intentan que pare y escuche, poniéndose a su altura para mirarse, pero no lo retiene y se va, hace una mirada momentánea y no conecta.

Marga comenta que el diagnóstico llegó quizá tarde, porque son cosas que ya hacía de antes pero les dijeron que era hiperactividad, encima en la adolescencia. "*Ahora en navidad*

le han traído un móvil y tiene que empezar a aprender a comunicarse, porque lo primero que piensa lo dice, tiene que ir con cuidado porque no gestiona e internet es muy peligroso”.

Explican que ellos le miran los mensajes antes de enviarlos, sobretodo en grupos con otros chicos, o los mails, para corregirle alguna palabra. La psicóloga pregunta si les permite ver los mensajes y Marga dice que sí, le da igual porque es muy inocente. Marga dice que todo lo que se enfadan a veces lo compensa porque es muy cariñoso, pero no entiende que hay gente mala y no se puede ir con todo el mundo. La psicóloga dice que mirarle los mensajes a veces le ayuda a vehicular las emociones, Marga dice que los mensajes de WhatsApp casi no los revisan, es sobretodo cosas de la escuela y los mails. La psicóloga dice que le ayudan a tener en cuenta al otro y como encajar las cosas que dicen.

Sesión 15. Ansiedades de separación y falta de autonomía (21/01/21)

Se conectan Gisela, Toni y Marga, Elena y María.

Gisela comenta que a Anna le cuesta el momento de salir de casa para ir al colegio, la psicóloga le dice que eso debe ser porque le cuesta separarse de ella. En el colegio Gisela dice que tuvo un problema porque la niña que estaba con ella no quería sentarse más a su lado porque decía que hablaban mucho y se distraían, Anna pudo pensar que era porque tiene un problema con ella. La psicóloga dice que ese suceso con la amiga seguro que ha influido, ya que debía darle seguridad, y pregunta al grupo si podrían sugerir algo que hacer con la situación de Anna.

Marga y Toni comentan que en su caso Gerard no ha tenido problema al momento de ir al colegio, como es tan riguroso con las horas todo lo hace en su momento. La psicóloga les pregunta por problemas relacionados con dificultad para separarse de ellos, ellos responden que al contrario, de pequeño se iba con cualquiera.

María comenta que Ian siempre lleva su objeto que le da seguridad, Gisela responde que Anna también se lleva un objeto, pero al momento de salir no quiere. La psicóloga dice

que antes de salir aparte de comentarle a todos los que se va a encontrar en el colegio que le dan seguridad, es importante asegurarle la vuelta, diciendo que lo que deje en casa va a estar cuando vuelva, al igual que su madre estará. Gisela comenta que le extrañó el otro día cuando le dijo Anna que volviera pronto a buscarla, la psicóloga le dice que debe decir *“te iré a buscar como siempre, que ya sabes que siempre estoy, y cuando no estés pensaré en ti”*, también decirle que te deje un objeto y cuando vuelva se lo devolverá, Gisela dice que eso ya lo hace, la psicóloga responde que eso lo hace para reafirmar su vuelta. La psicóloga comenta que debe notar la ausencia de su amigo, que es un vínculo seguro.

Gisela comenta que ese amigo de Anna es un niño, que hasta ahora no le gustaban los chicos porque de más pequeña la chinchaban, además ahora tiene un profesor hombre, con el cual se lleva bien pero no es lo mismo. Dice que en general la ve contenta, es solo el momento de la salida cuando le cuesta. Gisela dice que le ha servido comentarlo para darse cuenta que quizá le está afectando más separarse de su amiga.

La psicóloga les pregunta a Marga y Toni si con Gerard no les pasa que les busque para estar con ellos, primero responden que no, luego la psicóloga les pregunta por la situación que tuvieron de Covid, dicen que en ese momento sí, sobre todo con su madre, pero porque era una situación extraña dicen. Gisela comenta que Anna no llora, sino que ella nota por su expresión si le pasa algo, explica que una vez en el colegio se hizo daño y no se lo dijo a nadie, hasta que ella llegó a buscarla y al verla se puso a llorar. Marga comenta que Gerard también lo hace, si le ha pasado algo al subir al coche se pone a llorar, pero no explica nada, tienen que indagar ellos. María comenta que Ian donde se expresa más es en la bañera, dice que se desnuda por fuera y por dentro. La pareja y Gisela comentan que a sus hijos les cuesta mucho explicar lo que les ha pasado, tienen que indagar mucho para averiguarlo, ya que solo expresan que están mal pero no porque, dicen *“no me acuerdo”* o *“no sé”*.

Se conecta Sandra, la psicóloga le introduce explicándole que están hablando de las ansiedades de separación, ya que Gisela ha iniciado comentando que a Anna le cuesta mucho salir de casa para ir al colegio, y Toni y Marga comentaron que a Gerard no le pasa tanto. Sandra dice que a Pol no le pasa al ir al colegio, pero si le pasa más cuando tiene que hacer los cambios de ir con ella o con su padre, porque no quiere ir con su padre dice. Le comenta a Gisela que ha comprado el pulpo que comentó en la última sesión, para ayudarle a expresarse. Explica que Pol siempre quiere estar en contacto con alguien, la terapeuta comenta que es para sentirse más seguro.

María dice que Ian a medida que se ha ido haciendo mayor busca más estar solo en su habitación, incluso cerrando la puerta, Toni comenta que eso Gerard también lo hace. María dice que eso lo hace a ratos, cuando juega al ordenador o lee. Gisela dice que para eso le ha comprado una casita de jardín, para que Anna tenga su espacio.

La psicóloga pregunta si Albert también hace alguna cosa que le dé seguridad, Elena se lo piensa, dice que también se mete en su habitación y cierra, ahora cuando va al lavabo se desnuda todo para hacer sus necesidades y cierra la puerta. María comenta que Ian también lo hace, dice que es para no ensuciarse la camiseta. La psicóloga dice que es un espacio de intimidad de él, ella dice que lo hace sin luz y le preocupa, la psicóloga responde que se sentirá más tranquilo. Sandra dice que podría poner en el lavabo una lucecita de noche para cuando vaya. Marga pregunta qué edad tiene y Elena responde que ahora ha cumplido 13 años, “*como Ian*” dice María, Marga comenta que debe estar haciendo el cambio ahora. Elena dice que tiene que meterse en la ducha con él para ducharlo porque no es capaz, la psicóloga comenta que tiene cosas de más pequeño y otras de chico de su edad, María comenta que eso es muy confuso.

Marga comenta que Gerard también hacía sus necesidades mal, antes iba al lavabo y estaba todo sucio, le dijo que si lo ensucia lo tiene que limpiar él y al final dejó de hacerlo. La

psicóloga dice que les funcionó porque supieron manejarlo y no engancharse en eso, porque ya vieron que enfadarse y discutir no les sirve. Gisela comenta que Anna quiere hacerlo ella sola el aseo, se prepara todo para ducharse y quiere hacerlo sola, pero de momento Gisela le lava el pelo porque si no no le queda bien. María comenta que Ian está empezando a interesarse por la ropa, dice que ahora ya le importa más su imagen y está más pendiente. La psicóloga comenta que quizá por eso Albert apaga la luz del lavabo, para no ver su imagen. La madre de Albert comenta que a él no le importa nada la ropa, dice que tiene que cambiarlo ella. Marga le dice que por qué no a decirle de que se ponga la ropa de calle y si no ira en pijama, dice que con Gerard lo hicieron y así empezó a hacerlo él. Marga le comenta a Elena que al ducharse podría tratar de enseñarle como lavarse la cabeza él, ella le responde que lo intenta pero él lo prueba y dice que no puede.

Gisela y Toni comentan que sus hijos utilizaba mucho el “*no puedo*” antes de hacer las cosas, al decirles que lo intentarían al final lo hacían solos. Sandra comenta que Pol se viste solo y ahora quiere empezar a enseñarle a tener más autonomía en la cocina, que pueda prepararse un bocadillo o algo básico. Gisela dice que puede ser contraproducente, ya que Anna sabe hacerlo, pero luego por su cuenta coge cualquier cosa de comer. María dice que les ha puesto una lista en la nevera de cosas que podrían hacer, como cuando lleva la compra ayudarle a ordenarla, poner la mesa y quitarla, guardar la ropa en su sitio, etc.

La psicóloga concluye sesión diciendo que Mònica se ha excusado diciendo que no podía venir, pero el próximo día si vendrá.

Sesión 16. Pinchar la burbuja y cohesionar (28/01/21)

Se conectan Gisela, Toni y Marga. Se excusa a Elena, que ha notificado que no podía asistir. Gisela dice que ha avisado a Sandra porque a veces se le olvida y dice que ahora se conectará. Esperamos 5 minutos por si falta alguien, se conecta María.

La psicóloga pregunta por donde quieren empezar, Gisela dice que le fue muy bien hablar la semana pasada con el grupo, ya que se dio cuenta de lo que le pasaba a Anna y pudo redirigirlo, ahora ya sale de casa normal. La psicóloga dice que explicar algo nos pasa a todos que ayuda a representarlo mejor, dice que el sentido de los grupos es abrir puntos de mira. Gisela comenta que hablarlo en voz alta les ayuda a darse cuenta de las cosas, María comenta que no hay varita mágica, es ir probando. La psicóloga comenta que no es que se equivoquen, quizá con otros hijos funcionaria, cuando tienes tantas cosas es normal que no se den cuenta del todo de lo que pasa. Gisela comenta la situación de que su hija habla mucho, se dio cuenta de que en clase dos niñas se quejaban de que hablaba demasiado, al hablarlo con el profesor le dijo que lo hace bien y realmente las que hablan mucho son las compañeras.

Gisela dice que Anna cuando le cuentan cuentos se los cree, no le puedes decir que no es real porque si no se frustra diciendo que ella no miente. María comenta que a Ian también le pasa con los chistes, la psicóloga dice que todo lo que no es literal les cuesta.

La psicóloga pregunta que si alguna vez les pinchan la burbuja de una idea concreta, como pasarse mucho rato con algún juego concreto o hablando de eso. Toni comenta que cuesta mucho, hasta que no termina no sale del tema, María comenta que con Ian también es complicado. Marga dice que luego se enfada diciendo que no lo escuchas, cuando puede llevar una hora hablando de lo mismo y no se da cuenta, dice que es complicado porque él sigue con mentalidad infantil y los demás están más en adolescencia y lo apartan.

Marga comenta que Gerard jugaba a Fortnite con un niño y niña de la clase, el finde tuvo una llamada a la 1am para jugar y él no lo vio, luego al verlo al medio día quiso llamarles pero el otro chico estaba durmiendo porque estuvo toda la noche jugando, se enfadó mucho por haberlo despertado y empezaron a insultarle. Comenta que ahora tienen grabadora en el móvil para grabar las llamadas y lo que le decían, le llamaron 5 veces desde número privado para insultarlo, hablaron con la escuela y con los mossos para ver si era legal, al ser

privado si lo era. Con la escuela fue muy bien y lo aclararon todo, les pusieron penalización. Marga dice que al volver a la escuela el lunes lo pasó muy mal y fue a buscar a la psicopedagoga, en el momento de las llamadas no sabía que responder, es muy inocente dice, iba preguntándole quien eres.

En el grupo Marga y Gisela comentan varias apps para tenerlos localizados y para seguridad. María comenta que no ve a su hijo suficientemente maduro para tener móvil, aunque tiene aún 13 años, pero ya empieza a pedirlo porque en su clase todos deben tener. La psicóloga dice que a esta edad hay mucha inseguridad y lo acaban poniendo en los más débiles por las redes sociales, que los pisan, esto pasa sobre todo al inicio puberal y luego va pasando. Gisela dice que en la clase de su hija hay niños de 5 años que se burlan de ella y le hacen bullying, la psicóloga comenta que a esa edad hay el pensamiento egocéntrico y cuesta ponerse en la piel del otro, también puede ser que reproduzcan las conductas que ven en casa.

Sandra comenta que sus hijos se chinchán mucho, el pequeño le dice que el mayor no le quiere y le insulta, ella no lo entiende porque ya es mayor y debería llevarse bien con él, aunque a veces lo chincha. La psicóloga le dice que los celos entre hermanos son normales, se quieren pero pueden tener estas situaciones. María dice que Ian a veces le dice a su hermana pequeña por qué ha tenido que existir, la pequeña se queda sin saber que decir, María dice que le sabe mal y le ha explicado la situación de duelo al tener antes los padres solo con ella y ahora tener otra hermana. También comenta que su hermana ahora está más crítica con Ian y se devuelve si le dice algo, la psicóloga dice que quizá por eso Ian se siente más atacado en su espacio. La psicóloga dice es bueno en esos momentos decirle que les quiere a los dos por igual, como Ian es de números le dice al 50%. María le dice que tuvo la suerte de estar 5 años solo con ellos, la psicóloga responde que debe añadir que ahora tiene

también suerte de tener a su hermana que le acompañe, lo tiene que ver como una ganancia, no como una pérdida de espacio.

Marga dice que las hermanas de Gerard también son como la hija de María y le hacen comentarios, pero son más duros a veces, como decirle que tiene que crecer más porque ellas no lo ayudaran y tendrá que vivir debajo de un puente. Ella dice que ahora lo viven como una carga, tienen casi 18 años y en el instituto les da vergüenza. Piensa que cuando no estén ellos serán ellas las que se tendrán que hacerse cargo, no sabe qué pasará, pero espera que al menos sea un poco más autónomo. La psicóloga dice que quizá en el futuro pueda estar en un piso tutelado. Toni dice que haga lo que haga siempre mira a quien tenga delante, Marga dice que busca la aprobación del otro. Explican que hace eso cuando usa el cuchillo, además le cuesta mucho la motricidad fina. Gisela dice que podrían probar ponerse a su lado y hacerlo a la vez, porque Anna imita mucho.

La psicóloga comenta que en relación a las hermanas, no le diría a Gerard que se tiene que espabilar diciendo que algún día no estarán, encima con las hermanas rematándolo diciendo que ellas tampoco, ya que es importante que ahora se sienta seguro y que sepa que lo van a acompañar, pero que sepa que poco a poco se tiene que ir espabilando, porque él puede y se sentirá mejor. Marga dice que solo se lo han dicho alguna vez cuando están muy saturados, pero ahora ya no se enfadan porque saben que es peor. Gisela dice que Anna manipula a la gente diciéndole que no puede, así los otros le ayudan.

Sesión 17. Importancia del apoyo y equipo (04/02/21)

Se conectan Sandra, Elena, Toni y Marga y María. Gisela ha notificado que no podría conectarse.

Sandra explica su situación con su marido, ya que tienen problemas con el hijo mayor y el padre no lo lleva al psicólogo, pero la tiene bloqueada y no puede hablar con él. Ella comenta que ella está rehaciendo su vida y tiene nueva pareja, pero él dice que sigue así

porque le debe dinero y además usa a los niños para que ella se gaste más. Sandra comenta que le sienta mal por los niños, dice que su hijo mayor está mal con la situación con el padre, mientras que a Pol lo ve bien, aunque cuando vuelve de casa del padre está más revoltoso. Explica que el padre no les deja hablar por teléfono con ella cuando están en su casa, sólo en situaciones como el cumpleaños de ella o cuando se cayó, también que les pone menos ropa para que ella se vaya quedando sin o les corta el pelo mal.

La psicóloga comenta que desde la escuela se podría acompañar al padre para hacerle comprender las cosas básicas como no hablar mal del otro delante de los niños ni meterlos por el medio. Toni comenta que por mucho que se lo explique otro, si quiere fastidiar va a seguir, usando a los niños o lo que sea. Sandra dice que todos le dicen que él le va a dar por saco hasta que se muera, hasta el abogado. Marga comenta que los niños a una edad ya pueden decidir si ir con el padre o no, Sandra dice que igualmente quiere que puedan estar con el padre. Marga explica su situación de su hermano separado de la cuñada, lo llevaron muy mal y ella siempre los ha hecho servir de moneda de cambio a los niños, además dice que los niños no querían volver con su madre y estuvieron muy mal. Sandra dice que de momento ha dado la alarma al colegio, porque si lo hace ella no es lo mismo.

La psicóloga comenta la importancia de tener equipo en la pareja, poniendo como ejemplo a Toni y Marga. María comenta que se le ha juntado todo a Sandra, la edad de los niños, la situación, etc. Sandra comenta que el pequeño tiene más personalidad y cuando dice no es no, y eso le gusta dice, mientras que el mayor es más influenciado.

La psicóloga resalta la importancia de tener apoyo, Sandra dice que lo ha pasado muy mal, con la Covid, trabajo, cambio de vivienda, la situación con su expareja. Dice que ahora está muy bien, ha podido encontrar una pareja que de verdad la quiera y la pueda ayudar, un compañero. La psicóloga dice que la situación que veía tan mala al final ha resultado dar algo positivo. Sandra comenta que su ex está así porque ve que ha rehecho su vida.

La psicóloga pregunta al grupo si los demás notan cuando tienen a su apoyo al lado, María comenta que sí, pero es verdad que cada uno lleva su mochila y cuando tienes hijos cada uno es diferente, a veces cuesta buscar la conexión, aunque bien. La psicóloga dice que aunque cueste lo importante es tener la intención de buscar la conexión, Marga dice que es importante que cuando un padre dice que no el otro también, aunque no te parezca bien. Toni dice que es más estricto que ella y normalmente Gerard va a pedirle cosas a ella, Marga siempre le pregunta que le ha dicho el papa. María dice que nadie te enseña a hacer de padre, cada hijo es único y a medida que van pasando cosas aprendes. La psicóloga comenta la importancia del equipo unificado, Sandra comenta que lo tiene mal el equipo (entre risas), la psicóloga le dice que ella lo tiene remodelado.

Sandra dice que Pol está muy enganchado a la Tablet viendo youtubers, cuando se lo quitas se ponen en la tele, dice que quiere ser youtuber. Toni comenta que en eso Gerard es igual. Sandra dice que ve que ahora sus hijos no salen a la calle, les cuesta mucho. Toni comenta que si le dices de salir le cuesta un poco pero sale, pero si no le dijera nada se quedaría dentro. María dice que Ian se siente más cómodo en casa. La madre de Albert dice que siempre está dentro, si le dicen de salir está muy poco tiempo fuera, aunque tienen jardín. Sandra dice que ella antes también estaba en una casa con piscina y tampoco salían nunca a jugar fuera, les ha pasado siempre no solo ahora. Marga dice que Gerard en verano siempre está fuera en la piscina, María dice que su hijo igual.

Marga dice que sus hijas ahora les cuesta más salir a la piscina, Gerard muchas veces iba a bañarse desnudo, dice que antes hasta salía de casa así para ir a ver quién había, pero ahora ya no saldría desnudo. Además, ahora para ir al lavabo cierra la puerta, la psicóloga dice que está bien que haya ganado intimidad. Marga comenta que ellos no cierran la puerta para ir al lavabo ni ducharse, la psicóloga dice que para ayudar a Gerard a tener claros los

límites de la intimidad le ayudaría que ajustaran la puerta del lavabo y tuviera que llamar antes de entrar, así le facilitará hacerlo fuera de casa.

Sesión 18. Ampliación del círculo social (11/02/21)

Se conectan Gisela, Toni y Marga, María y Sandra.

Al iniciar el grupo se comenta la ausencia de Mònica y se ha echado en falta. Los padres comentan que se nota la ausencia cuando alguien falta, entonces Gisela se ha excusado por no venir la semana pasada porque estaban celebrando el cumpleaños del marido.

Gisela explica que la hija echaba de menos al marido y han pasado más tiempo juntos. Comenta que está preocupada por cuando vuelva a trabajar, ya que Anna está muy acostumbrada a estar con ella, aunque desde el año pasado ha empezado a hacer más vínculo con su padre. Dice que nota su energía y antes estaba muy estresada, ahora está más calmada al estar en casa y ella lo percibe. Comenta que ahora su marido le ha valorado que antes no paraba ni vivía, pero dice que lo ha dicho ahora que ha parado. María comenta que mejor tarde que nunca.

Gisela comenta que le chocó mucho porque es bastante TEA su marido, la psicóloga le comenta que en ese momento no actuaba como TEA. Gisela dice que los 3 son acuario y tienen caracteres muy fuertes, entonces chocan mucho, dice que su padre también era acuario y le pasaba. La psicóloga le dice que puede que su marido también estuviera frustrado al no saber cómo aproximarse a su hija, Gisela comenta que él hay veces que no le mira a los ojos para hablar y desconecta, además siempre ha tenido miedo de coger a los bebés en brazos y con Anna le costó. La psicóloga comenta que él se ha debido angustiar en algunos momentos, Gisela comenta que es porque no se entienden, la psicóloga dice que hay gente a quien le cuesta sostener a un bebé por lo frágiles que son.

Gisela dice que cuando no sabía que su marido tenía rasgos TEA muchas cosas le sacaban de quicio, desde que diagnosticaron a Anna entiende mejor a su marido y aplica

también cosas de Anna en él. Ella comenta que su marido no lo sabe del todo, no quiere que le hagan las pruebas porque no quiere que le llamen tonto, ella ya le comenta que ser TEA no tiene que ver con ser tonto. La psicóloga comenta que no tiene nada que ver la cognición del TEA, a no ser que sea muy grave que desconecta del entorno. Gisela comenta que hay gente que conoce a su marido de toda la vida y le comentan que lo ha cambiado, ella lo ve más tranquilo porque antes le costaba más hablar y se encasquillaba. Dice que él es muy influenciable, explica que la llamaron de su trabajo para decirle que se juntaba con uno que “cuidado”, entonces ella tuvo que hablar con él y reconducirlo, porque si no se aprovechan.

La psicóloga vuelve al inicio de la conversación, comentando que es bueno que su hija mejore el vínculo con su marido, es bueno que la tenga a ella pero cuanto más se amplíe el vínculo mejor. La psicóloga pregunta a los demás del grupo si tienen la sensación de que sus hijos hayan ampliado el círculo, Sandra comenta que Pol es muy sociable, ahora está con la medicación y está más tranquilo, pero antes desde P5 los niños lo veían muy movido y le llevaban al lavabo a pegarle, él también pegaba porque le chinchaban y se defendía. Comenta que ahora le ha tocado una clase muy maja y le apoyan. Dice también que desde pequeño lloraba mucho y solo quería estar con ella, solo le calmaba darle el pecho y estuvo hasta los 2 años y medio así, de su padre no quería saber nada. Cuando empezó a ir al cole a los 3 años con su padre fue mejor, pero siempre ha sido mucho de su madre.

Se conecta Elena y se disculpa porque tenía una reunión en la escuela.

Sandra comenta que su hijo estaba en clase con un collar de enganchar el móvil, se estaba distrayendo con eso y no hizo nada de tareas del colegio. Ella comenta que dice que algunos niños le llaman tonto o que no tiene amigos, en cambio este año juega con los niños y está mejor, antes a la mínima pegaba y ahora está más tranquilo. Además, ahora no se agobia tanto cuando hay ruidos o mucho movimiento en clase, antes pedía salir de clase y ahora ya no.

Toni comenta que Gerard ahora tampoco sale de clase, pero se sigue agobiando con los ruidos, aunque cuando él habla grita. María dice que Ian también es sensible a los ruidos, pero cuando lo hace él no, supone que como es propio se autorregula. Marga dice que Gerard ha aprendido a silbar y lo hace sin darse cuenta, no sabe estar en silencio. María comenta que Ian dice que le pisan el turno de palabra. Gisela dice que Anna lo hace cuando está hablando con alguien, ella se mete en medio y se pone a hablar por encima del otro, no entiende que no es momento. Toni y Marga dicen que Gerard es igual, dice que si se espera pero no lo hace.

La psicóloga comenta que podría preguntar que es esperar, dice que no se conceptualiza de la misma forma que en los adultos. La psiquiatra dice que para que conceptualicen el tiempo pueden decir “*un ratito*”, también comenta que hay niños a los que les va bien usar un reloj de arena. María dice que el reloj de arena le fue muy bien para que aprendiera a lavarse los dientes, Elena y Marga comentan que a sus hijos también, pero Marga dice que lo usó los primeros días y luego ya no se los lavaba, dice que no es cuidadoso con la higiene bucal y no se lo hace bien, a veces le dan ganas de lavárselos ella pero le da cosa con la edad que tiene ya. Gisela dice que a Anna también le pasa, pero no deja que le lave los dientes.

Gisela comenta que los del EAP la conocieron en un día que estaba bastante mal y pensaron que estaba peor de lo que era, dijeron que lo irían trabajando poco a poco y cuando vieron que la mandaron a comer al cole la llamaron diciendo que no debía llevarla aun, Gisela le comentó que ella ya sabía comer sola, a los días la de educación especial le dijo que ahora todo bien. Comenta que Anna les toma el pelo a sus abuelos haciendo como que no sabe comer sola para que le den, al igual que en el comedor que también los manipula. Explica que Anna ha aprendido a manipular a la gente, hace a los demás hacerle cosas como si ella no supiera hacerlo, Gisela siempre les dice que puede más de lo que dice. La psicóloga dice que estaba teniendo un beneficio de sus dificultades, Gisela dice que en el colegio podría

dar más de lo que está dando, como con los números, que repasándolos dijo que no sabía cuál era el 5 mientras pasaba el dedo por encima, ella dice que no sabe porque.

La psicóloga dice que se hace la niña pequeña haciendo que no sabe cosas que si sabe, por alguna razón necesita esa pequeña regresión, Gisela dice que lo hace mucho con los números y letras, hay veces que se le olvida y otras lo hace a propósito. La psicóloga dice que no lo hacen de forma consciente con intención de manipular, lo hacen para que estén los demás encima y hacerse más de niña pequeña, por eso es importante que le dé una expectativa para progresar, así que lo hace muy bien. Lo de la manipulación puede tener muchos significados y les pasa a muchos niños pero luego no les sigue pasando de mayores. Gisela comenta que si le hace eso a ella, que ya se la conoce, que no le hará a los profesores. María comenta que a ella le tiene más confianza, la psicóloga dice que lo hace como un juego. Gisela dice que ya estaba acabando y se estaba frustrando, al final vino el padre y se lo dijo. La psicóloga le recomienda que cuando ella juegue así, ella también juegue y así la descoloca.

Sesión 19. De las mascarillas al disfraz de carnaval (18/02/21)

Se conectan Elena, Toni y Marga, Gisela y María. Se comenta que la semana que viene no habrá sesión y se les comunica al grupo que Mònica no pudo conectarse anteriormente, pero que después de esta pausa se conectará.

Se habla de la vacuna, ya que a algunos se las empezaran a poner pronto, como a María por ser profesora, y a la psicóloga. Marga comenta sus miedos a la vacuna y Gisela dice que una amiga suya enfermera está vacunada y le dolió. Marga explica que ella está en la gestión Covid del colegio y fue a hacer las pruebas PCR, se comenta la falta de recursos en sanidad.

María comenta que Ian participó en el carnaval del colegio, explicando que subió al escenario, la profesora hacía de Covid que mataba a todos los niños, Ian improvisó y se puso

a luchar con la profesora porque ya está harto del virus. Dice que valora mucho el hecho de que subiera al escenario y a él se le ve orgulloso, explica que este año lo ha vivido bien. Gisela comenta que en años anteriores, cuando iban los padres por carnaval, Anna se agobiaba y se quería ir, pero este año ha estado mejor porque con la Covid no ha habido tanta gente. Marga comenta que Gerard nunca había participado en el carnaval, dice que solo hubo un año que quiso porque iba con la máscara de Darth Vader para que no lo reconocieran, porque con tanta gente se agobiaba mucho. La psicóloga comenta que hay muchos estímulos que no se controlan y con los disfraces no reconoce a las personas. Gisela explica que a Anna tampoco le gusta disfrazarse, pero esta vez quiso ponerse la peluca, aunque al final del día de tanto tocársela casi la tenía caída.

María explica que Ian ahora lleva mejor la mascarilla, se pone un buff debajo y la mascarilla por encima, aunque lo están mentalizando de que en verano no se podrá poner el buff. También lleva mucho la gorra para taparse, comenta la psicóloga que son protecciones, María dice que él mismo lo dice. Gisela dice que hablando de taparse, Anna ahora pide dejarse el pelo largo y flequillo, pensándolo dice que nota que se tapa con el pelo. Marga comenta que Gerard usa capucha y en la cama se tapa hasta encima de la cabeza, María dice que Ian también lo hace, la psicóloga dice que es para sentirse seguro porque debe tener un poco de miedo por la noche. Marga dice que también usa dos peluches desde que era pequeño, la psicóloga dice que el momento de ir a dormir lo notan como soledad.

Gisela dice que su hija quiere dormir con ella porque dice que su habitación le trae sueños feos y le da miedo, dice que está cositiéndole una llave (la enseña en cámara), porque ella dice que no tiene una llave para abrir la puerta del mundo de los sueños bonitos, la psicóloga dice que a lo mejor le puede hacer otra para cerrar los sueños malos. Dice que ha intentado hacerle de todo para que se sienta segura pero no le funciona, siempre duerme con ella y cuando dice que quiere dormir en su cama le deja, pero luego a media noche vuelve

con ella. La psicóloga le aconseja que en vacaciones cuando ella le dice de ir a su cama y luego más tarde vuelve, puede reconducirla para volver a su habitación. Gisela dice que de momento ha conseguido que deje de jugar en la habitación de ella y de llevar los juguetes. La psicóloga dice que el siguiente paso sería acompañarla a su cama, pero sin meterse en la cama con ella, sino en una silla o sentada en la cama. La psicóloga dice que seguro que volverá a intentar dormir en su cama y con las manualidades que le hace le ayuda, ya que es algo simbólico que le ha transmitido ella.

Gisela explica que Anna se muerde mucho las uñas, en casa le da el mordedor pero en el colegio con la mascarilla no puede. Marga y Toni explican que Gerard también lo hace, tanto las uñas de las manos como de los pies. Gisela dice que ha probado ponerle el líquido, pero no le funciona, Marga y Toni también lo han probado pero no les ha funcionado, dicen que aún sigue haciendo lo de estirarse el pelo de las piernas. Gisela dice que cuando no puede morderse las uñas se chupa el pelo. La psicóloga dice que en caso de que sea solo las uñas es mejor no decir nada, ya que están expresando la ansiedad de forma inconsciente, sino que es mejor proponerles algo que hacer juntos conversando, favoreciendo que expresen la ansiedad de otra forma.

Gisela explica que Anna llevaba unos días actuando más ansiosa porque le pasaba algo, pero no sabía porque no sabe expresarlo, luego les dijo “*voy a coger las maletas y me mudaré a casa de mi amiga*” y ellos se rieron porque les hizo gracia, pero ella empezó a llorar de todo lo que llevaba. Gisela vio que necesitaba sacar lo que llevaba por dentro y dice que lo hace enfadándose con ellos. María dice que es porque es con los q tiene más confianza, la psicóloga dice que se prueban los vínculos más fuertes, por eso les dijo que se iba a ir cuando realmente lo que quería era un abrazo, porque seguramente en algún momento se debió sentir muy sola.

Marga dice que si Gerard les llega a decir que se va, ella le acompañaría a donde fuera con las maletas (en tono de broma). Comenta que ellos tienen mucha paciencia, pero llega un punto que se les acaba, y no es lo mismo los 8 años de Anna que su hijo que va a cumplir 15 años. Es muy diferente la experiencia que tienen con las 2 hijas, que si les llaman de colegio es para felicitarlos, que con el hijo. Explica que también es muy cansado tener que anticiparle todas las cosas, ahora lo que hacen es explicarlo todo al principio del día y no pensarlo más, porque si no, no vivirían dice.

La psicóloga anticipa que en la próxima sesión se habrá vacunado el día antes, por si acaso tiene efectos secundarios y no se puede conectar.

Sesión 20. La diferencia (04/03/21)

Se conectan María, Gisela, Toni y Marga y Elena. Se conecta también Mònica después de muchas sesiones sin asistir.

Gisela explica que Anna necesita llevar su juguete al comedor y en la situación de la Covid no le dejaban, por lo que tuvo que hablar ella con el colegio. María comenta que Ian está bastante tranquilo, cree que el grupo burbuja le da más estabilidad. También cuenta una anécdota de que le dieron dinero para ir de excursión, lo más importante para él fue poder comprarse una pizza y todos los coches que vio en la autopista. La psicóloga comenta la importancia de la autonomía al darle dinero.

Marga comenta que han tenido un cambio de veladora, lo cual le ha ido mejor ya que con la anterior no lo llevaba bien, la actual es una chica joven con la que se lleva bien. Gerard dice que ahora esta nueva veladora ya no lo trata como si fuera su madre y está muy contento. Explica Marga que lo demás está igual, ahora dice más “no” y dice mentiras con lo de lavarse los dientes o los deberes. Gisela pregunta a la pareja si la veladora la tiene todo el tiempo o solo un rato, ellos explican que la tiene 5 horas a la semana, cuando comparte clase ordinaria con los otros de 3ro. Gisela explica que Anna solo la tiene 3 horas a la semana pero

no sabe cuándo, la pareja dice que ellos saben cuándo le toca porque se lo explica Gerard, no porque se lo digan desde la escuela.

Marga comenta que lo que le cuesta a Gerard es la hora del patio en grupos burbuja, ya que antes se iba con los más pequeños o los mayores y ahora no puede, ya que los limitan por curso. María dice que a Ian también le cuesta la hora del patio porque no sabe qué hacer. Gisela explica que Anna le dice que tiene un grupo de amigas pero que a veces juega sola, ahora ha encontrado un niño con el que jugar porque también tiene necesidades especiales dice. Marga explica que Gerard antes se juntaba con otro niño con autismo severo que casi no hablaba, pero se toleraban bien entre ellos, pero ahora ya no está en su colegio.

Gisela comenta que desde el año pasado Anna le empezó a decir que era diferente a los demás, ya que ve que aprende diferente a los otros y cómo ve que el otro niño es diferente se junta. La psicóloga comenta la diferencia entre lo que es normal y lo que no, y que hay la necesidad de identificarse para sentir que no está sola. Se le puede decir que todos somos diferentes, tomándolo en positivo como que está desarrollando su individualidad. María comenta que son más conscientes, la psicóloga dice que están construyendo su identidad poco a poco.

Gisela dice que Anna es muy dulce pero tiene un carácter fuerte, cuando se enfada ya no quiere saber más de los demás y les dice que no son sus amigos, dice que no sabe cómo trabajar el intermedio, es blanco o negro. La psicóloga dice que con una sola persona interactúa con ella y sabe que le acepta, en grupo es más complicado. Además, dice que no hay dos niños con TEA iguales, cada uno de los del grupo son diferentes, entonces deben formar su identidad como un niño con cualidades especiales, pero no como TEA.

Gisela dice que Anna interrumpe mucho cuando ella está hablando con el marido, en vez de reñirla le explica que debe esperar a que acabe y luego se lo dice, así lo aprende. También le pasa cuando están por la calle hablando con otra gente, y Anna le va tirando del

brazo porque se quiere ir, la psicóloga comenta que quiere a mamá solo para ella y poco a poco va aprendiendo.

Marga y Toni comentan que Gerard lo hacía mucho y lo sigue haciendo, ahora ha aprendido a levantar el dedo e intenta esperar para decirlo, aunque luego fuera de casa no sirve dicen. Dice que fuera le pone muy nerviosa y termina gritando porque le agota la paciencia, la gente la mira pensando que está loca. Gisela dice que a veces Anna sale de casa y termina llorando, hasta que no llega a casa no se calma, luego la gente los mira mal. Marga dice que al final tienes que pasar de lo que piense la gente, porque si no acabas mal tú. La psicóloga dice que hay que hacer lo que se crea más oportuno independientemente de la mirada de los demás, aunque eso es fácil decirlo pero difícil hacerlo.

Gisela dice que cuando le dice “*iprou!*” porque ya no puede más con la situación, Anna se pone a llorar porque le sale el sentimiento de culpa por haberla hecho enfadar, entonces Gisela tiene que calmarse para poder calmarla a ella. Explica que en la ducha no le gusta lavarse el pelo para que no le caiga agua por la cara ni en las orejas, ni tampoco el secador por el ruido. La psicóloga dice que necesitan tener un tope para conocer los límites del cuerpo, por eso son importantes esos momentos de contención en su base segura con sus personas seguras.

La psicóloga pregunta por Albert, Elena explica que ha notado el cambio de un colegio ordinario a Montserrat Montero, en este colegio le están haciendo trabajar y tiene que esforzarse en algo que no entiende, algún día cuando vuelve lo comenta y lo van trabajando, pero por lo demás el cambio ha ido bien. Con Albert son 3 o 4 en la clase, entonces tiene más atención. A veces le pregunta cuándo volverá al otro colegio, pero ha de entender que tiene que estar en este porque ya es más mayor. Elena explica que él ha notado el cambio porque los otros ya saben leer y él aún está aprendiendo. Ella comenta que no es comunicativo y no

le explica las cosas, a veces a sus hermanos si les dice algo, pero no puede ni abrazarlo y tiene que dejarlo, luego se le pasa como si no hubiera pasado nada.

La psicóloga le pregunta a Mònica como le va, ella se ríe y dice que mejor habla de Lluís, explicando que no sale de su habitación para nada, solo cuando va a estudiar, dice que le pasa igual que Albert, no le puede tocar ni abrazar ni le explica cosas. Mònica dice que ahora se ha enganchado a los juegos de matar y es un problema, porque lo pone muy nervioso y comenta que *“el problema es que cuando llora... no soy mala madre, pero es como cuando llora un perro”*, la psicóloga le pregunta si es de frustración y Mònica cree que sí, pero dice que no sabe llorar ni sonarse la nariz. Fue a verle y él le dijo que el problema es el internet, dice que ella cree que lo pone muy nervioso, los ojos se le mueven mucho, la boca tensa y llora mucho. La psicóloga le pregunta si es consciente de que llora, Mònica cree que no, porque no es consciente de que se pone nervioso ni de lo que le pasa, al igual que cuando se da un golpe y no tiene consciencia de dolor como cuando era pequeño, o quizá ve el llorar como algo diferente. Dice que es como si fuera otro mundo su vocabulario, su forma de hacer y pensar, que lo ve muy feliz de estar solo sin que le molesten.

La psicóloga le pregunta si le deja poner en palabras lo que ella ve, ella responde que Lluís la ve a ella como un caso perdido (riendo), como cuando ella va a abrazarlo él se controla para dejárselo hacer durante unos segundos. Cree que él se ha adaptado a ella, sabe que es su madre y la tiene que aguantar. Dice que ella lo ha machacado mucho con tocarlo, cuando era pequeño se habían pasado alguna noche sin dormir de quererle dar un beso y borrarlo, y así en bucle hasta que le dejaba besarlo sin borrarlo. La psicóloga dice que ese bucle también es para mantenerla cerca.

Mònica dice que es duro tener que escuchar como los otros hijos se calman con un abrazo porque Lluís no se deja desde pequeño, entonces ella ha tenido que aprender a cambiar el chip. Dice que *“es como un robot, lo ves en su habitación encerrado y tiene que ir*

a la cocina cuando no hay nadie porque si no le molesta, así es todo el día". La psicóloga dice que es duro para ella, ella dice que cuesta porque sabe mal que estén así, pero cree que es más feliz estando en su mundo que cuando ella quiere llevarlo al suyo. Dice que en la habitación lo deja todo tirado por el suelo y luego por la noche lo recoge, la psicóloga comenta que en eso al menos si le hace caso, y lo de la ropa tirada es muy adolescente. Dice que como tiene a la otra hija que es todo lo contrario, la descoloca. *"Nada que no se pueda superar"* comenta Mònica riendo, dice que hay que intentar cogerlo lo mejor posible.

Sesión 21. Reconocimiento emocional (11/03/21)

Se conectan Mònica y la pareja de Toni y Marga. Se les explica que después de semana santa se añadirán nuevos padres.

Mònica explica que Lluís está buscando donde ir a estudiar arte, irá a estudiar a una universidad de arte, ya que ella trabaja en Barcelona. Mònica explica que Lluís quiere estudiar dibujo artístico, comenta que está sacando muy buenas notas y se le ha notado el cambio a hacer lo que le gusta. Explica que desde que llegó de china le gustaba mucho dibujar, pinta cuadros al óleo e hizo un cuadro plasmando Palamós, dice se lo estaba pintando a su padre, pero nunca llegó a verlo acabado porque Lluís hasta que no termina no quiere enseñarlo. Explica que a ella le está pintando un dragón, porque sabe que a ella le gustan.

La psicóloga comenta que pintar para él es terapéutico, ya que el arte favorece la expresión emocional. Mònica dice que por aquí es donde quiere tirar y luego en el futuro ya verán que hace, ni que sea para enseñarlo como profesor, o haciendo clase a niños con el mismo problema que él, ya que se entienden. La psicóloga comenta que es muy expresivo y de expresión emocional, Mònica dice que lo que no puede expresar en palabras lo plasma en el dibujo, explica que con su padre iban cada fin de semana a Palamós y para ellos era muy importante, *"nunca ha dicho te quiero pero te lo hace con el dibujo"*.

La psicóloga dice que el hijo no se expresa con abrazos ni diciendo te quiero, pero esos dibujos ya significan que les quiere. Comenta que también les hizo un cuadro con corazones y flores que representaban a la familia, explica que a toda la familia que él quiere transmitir algo le hace algo de manualidades. La psicóloga le dice que tiene que recordar esas cosas que le hace cuando no quiera abrazarla, Mònica dice que ahora ya está acostumbrada, pero es muy duro como madre. Explica que hubo unos años que no quiso dibujar (3 años), pero ella siguió insistiendo y lo apuntó en otra clase de dibujo, al final él le dio las gracias por no tirar la toalla, porque a partir de ahí decidieron no hacer bachillerato e ir a hacer módulos de dibujo. Le dice la psicóloga que ese momento también fue un abrazo, Mònica comenta que fue un abrazo enorme, la psicóloga le dice que es importante que se acuerde de estos recuerdos porque cuando a ella le parece que no la quiere por no querer abrazarla, piense que si le quiere. Mònica comenta que es un trabajo complicado y lo comparte con Marga y Toni, ellos asienten.

Mònica comenta que llega un momento que tira por donde Lluís sea feliz, porque ve que ya ha sufrido mucho y además en la escuela lo trataban mal, comenta que algún día no estarán y tiene que hacer algo que le haga feliz. Explica que cuando solo es ella sola sin tener otra persona que la ayude cuesta más, porque siempre tiene que estar ella aguantando y es duro. La psicóloga le dice que ella si puede fallar, Mònica le dice que si pero no tiene recambio, pero si tiene el derecho a fallar mil veces dice, aunque ella siente que no tiene un repuesto por si falla, Marga comenta que es más carga, cuando uno está cansado y no puede más se puede ir y queda el otro de la pareja, pero Mònica no puede. Mònica comenta que su otra hija también tiene sus problemas de mujer, pubertad, hormonas... se junta todo dice.

Marga comenta que sus hijas aún no están en eso, pero están muy nerviosas por la selectividad y sacar nota, han dejado hasta de hacer deporte, dice que no ven nada más y a veces lo pagan con ellos, “*y tienen muy mal carácter*” dice Mònica. Marga dice que son muy

buenas niñas pero que eso les ponía de muy mal carácter. Mònica comenta que la selectividad es muy dura, recuerda cuando la hizo su hija y fue muy duro para las dos, estuvo dos meses su hija diciendo que seguro que suspendería, pero al final aprobó con buena nota. Dice Marga que ahora ellos están así, encima tienen 2 dice Toni, Mònica en broma comenta que en eso sí le dan el punto a ellos, en cambio en lo del niño es peor el suyo. Marga comenta que sus hijas necesitan mucha nota, Mònica comenta que deberían ser un poco más flexibles porque es muy duro. Marga explica que en su instituto desde 1ro de bachillerato ya los preparan para la selectividad, dice que en casa hay un silencio absoluto por no molestarlas.

La psicóloga le pregunta como lo lleva Gerard, la pareja dice que muy bien porque se pone a ver videos en el móvil con los auriculares. Mònica y Marga comentan que el sistema que están haciendo ahora en el colegio por la Covid no les va bien, dice que entre el grupo burbuja, la mascarilla y la ansiedad es muy complicado para todos. Además de no verse con nadie de la familia.

Comentan que las restricciones de la Covid y no poder salir de la comarca es muy duro para todos. Mònica lo siente como si les estuvieran poniendo pruebas a los padres, a ver si son capaces de superarlo, una detrás de otra dice, *“con niños así y con la pandemia es mucho más complicado, pero seguimos vivos”* dice riendo, Marga comenta que hay que aprender a pasar un poco, porque si no, no se puede. Mònica explica que su hija la llama para todo, dice que todo lo que no hace Lluís aprovecha para decirlo ella, comenta que *“a veces ella me dice ¿no me escuchas verdad? y yo sisisi”*.

Marga dice que hay que aprender a pasar y volverse más egoísta, le ha costado muchos años de salud aprender que primero es ella y después los otros, porque a veces necesita parar. Marga explica que ha estado muy mal y le ha costado muchos años poder hacer esto y explicarlo, si no lo hubiera hecho no estaría aquí ahora, porque con el hijo se ha ido haciendo una pelota muy grande y no podía más, *“si yo no estoy bien, no puedo cuidar a*

nadie". Mònica dice que le cuesta mucho, lo piensa desde hace mucho tiempo, todos los que la conocen la ven como una ONG andante, todo el día ayudando a todos, cuidando a sus padres, ayudando al hijo de su hermana, luego también en la empresa porque la hija adolescente del jefe tiene intentos suicidas y ella ayuda, después sus hijos. Mònica al final dice que tendrá que pensar por ella y a tomar por culo los demás, comenta que se toma muchas pastillas y le han salido muchas enfermedades por ello, pero como está sola no tiene a alguien de apoyo como Marga y Toni.

La psicóloga comenta que es cierto que lo tiene más complicado porque no tiene otro apoyo, pero no podemos ser una ONG, el dicho de que cada palo aguante su vela hay que aplicárselo, porque su vela es ella y luego sus hijos, hay veces que hay que delegar y quizá decirle a un hermano o alguien que ayude. Mònica explica que su hermano es complicado, ya que cuando sus padres estaban mal se acabó desentendiendo poniendo excusas, entonces tuvo que hacerlo todo ella, explica que debe ser el carácter de cada uno. Marga comenta que a ella al final tuvieron que darle la baja por burnout y está invalidada para trabajar, ella era enfermera y cuando llegaba al trabajo viendo las injusticias de sus compañeros que no hacían su trabajo bien, se lo cargaba todo ella hasta que petó. Tuvo que petar dos veces para que le invalidaran por burnout y desde 2014 ha estado trabajando en ella, aprendiendo que ella va primero.

La psicóloga dice que al final las ven como un imán de ONG y la gente las busca para ayudarles, tienen que aprender a decir no. Cuando la gente está tan acostumbrada a que lo hagan que no valoran lo que hacen, hay que aprender a decir no para que cuando diga si la gente lo valore. Mònica dice que al final son sus hijos como Gerard y Lluís los que acaban dando las gracias a su manera, Marga dice que son tan inocentes y lo dicen de buen corazón, que te acaba dando pena haberle dicho algo malo, Mònica dice que te matan por un lado pero

te empujan por el otro, dice que dentro de todo tienen mucha suerte de tenerlo, “*a ratos*” dice Marga, Mònica concuerda.

Marga dice que aprenden con ellos la paciencia y a ponerte a ti primero, porque si no vas entrando en bucle, y Mònica añade que te pones enfermo. Marga comenta que ella también se toma pastillas, Mònica dice que en un viaje de trabajo que hizo en avión se pensaron que era un camello y drogadicta entre las pastillas y lo inyectable.

Sesión 22. Acompañamiento en el sufrimiento (18/03/21)

Se conectan Elena, Toni y Marga y Gisela. La psicóloga excusa a Mònica, que no podrá conectarse.

Gisela explica que en la sesión pasada no pudo conectarse porque empezó a trabajar, pero ahora está confinada porque en su trabajo han dado positivo 4 compañeros, ella se ha hecho la PCR y es negativa. Marga explica que cuando Toni dio positivo y cumplió el periodo de cuarentena, no le volvieron a hacer una PCR para confinar si ya había pasado la Covid. Gisela comenta que a ella no le quisieron hacer la PCR y llamó al CAP para que se la hicieran, mientras dejó a su hija confinada con ella en casa también. La psicóloga le pregunta a Gisela si su hija lo lleva bien estar en casa, ella dice que no, porque quiere ir al parque. La psicóloga le dice que ir al parque sigue siendo estar con mamá, no es como ir al colegio.

La psicóloga pregunta por Gerard y Albert, la pareja dice que Gerard va mal y está rebotado, explican que mañana tienen reunión presencial en el colegio para hablarlo. Marga explica que les llegó un correo del instituto diciendo que llevó un láser a clase apuntando a los demás. Comentan que dice muchas mentiras para que no lo riñan. Dicen que la veladora vuelve a ser la de antes, ya que había estado de baja, y la que le iba tan bien ya no está, la psicóloga comenta que quizá por eso está mal últimamente, además no se despidió de él. Marga comenta que Gerard está todo el día con el móvil enganchado mirando “chorradas”, hay veces que se le olvida hasta comer. Explica que el otro día Gerard se pasó toda la tarde en

el sofá, por la noche recordó que tenía deberes para el día siguiente y les pidió ayuda, ellos le dijeron que ahora no iban a ayudarlo porque ya había tenido toda la tarde y era muy tarde, si quiere hacerlos los tendría que hacerlo solo, Gerard no quiso porque dijo que no sabría y se fue a dormir sin lavarse los dientes. Al preguntarle si se había lavado los dientes, mintió diciendo que si, por lo que Marga lo castigó sin móvil al día siguiente.

Marga dice que se están planteando proponer un ingreso a hospital de día, ya que esto no puede seguir así y necesitan ayuda. La psicóloga le pregunta si tienen más ayudas, ella explica que están en una cooperativa. La pareja explica que está mal desde el invierno que volvió a clase después de estar meses en confinamiento.

La psicóloga explica que hay cosas que se pueden evitar, como la cadena de sucesos que han pasado, Gerard ha iniciado con una mala actitud al no acordarse de hacer los deberes y necesitaba ayuda, al hacerlo mal no lo han ayudado y se ha enfadado yéndose a la cama sin lavarse los dientes, entonces ha venido otro castigo al prohibirle estar con el móvil al día siguiente. La psicóloga comenta que Gerard no debe entender por qué lo han castigado, ya que los niños si se han enfadado y revelado por un castigo, es muy difícil que al darle una orden le haga caso, entonces se debería crear un momento de buen rollo antes de darle la siguiente orden. La pareja reacciona con expresiones de complicación. La psicóloga les pregunta si creen que si le preguntaran a Gerard sabría porque le han castigado, ellos comentan que seguramente no, entonces la psicóloga les comenta que hay que romper la cadena de enfados porque no le sirve. Marga comenta que desde fuera es muy fácil pero es complicado, la psicóloga les valida la dificultad al vivirlo desde dentro, y que lo que ella dice solo son consejos para poder probarlos. La psicóloga les pone de ejemplo la situación que comentan, ya que como para él ya ha habido un castigo, cuando ven que les miente diciendo que se ha lavado los dientes, en vez de castigarlo otra vez, se le dice *“sé que no te has lavado los dientes, pero estoy seguro que mañana lo harás mejor”* y pasar un poco.

Marga expresa la dificultad del momento actual con la pandemia, sobre todo para los adolescentes, explican que en el caso de Gerard les ha sobrepasado y “les toma el pelo”, porque dice que tonto no es. Marga explica que esta mañana se ha pasado 1 hora para tomarse las pastillas, Toni dice que tiene mucha prisa para lo que le interesa solo, explica que es un problema porque no sabe cómo llegara al colegio justo después de tomarse las pastillas, ya que ella lo levanta una hora antes para que le haga efecto en casa. Marga dice que ya no saben cómo hacerlo, porque son humanos y les duele, además comentan que la reunión de mañana va a ir mal, además debe ser algo serio porque es presencial dice Marga. Explican que desde hace una semana tienen una medida nueva que al haber 3 avisos en clase lo envían a casa, de momento no lo han enviado a casa. La psicóloga les comenta que es importante que no tiren la toalla, porque aunque les parece que lo que hacen va a saco roto van quedando cosas, además actualmente se están juntando muchas cosas.

Gisela comenta que lo que le pasa a Gerard puede ser un grito de ayuda por la situación que está viviendo que le sobrepasa, la psicóloga dice que tiene razón, la misma rabia que tienen los padres por él también debe tenerla él por él mismo. Gisela pregunta si Gerard antes de la pandemia tenía algún amigo y ahora ya no, Toni explica que antes tenía libertad de movimiento en el patio para ir con los mayores a jugar o con los pequeños, y ahora lo tienen “encerrado” con los de su clase.

La psiquiatra pregunta si llevan mucho tiempo con la misma medicación, comentan que lo ajustaron hace poco y explican las dosis que toma a lo largo del día. La psiquiatra explica que a veces en momentos así se necesita regular la dosis, les pregunta también si hace ejercicio, los padres comentan que antes hacía natación y patinaje, pero ahora ya casi no puede hacerlo por la pandemia. La psicóloga comenta que son añadidos que terminaran pasando, Marga dice que al final acabará con ellos, Gisela dice que para eso están en el grupo, para darles apoyo. La pareja comenta que a nivel de saturación están igual, dice Marga

que si le dieran una semana de vacaciones pagadas se iba y los dejaba a todos ahí, también porque ahora ya no pueden salir de ocio ni lo que hacían antes.

La psicóloga le pregunta cómo lleva Albert la pandemia, Elena dice que bien, quiere estar en casa y se queja de la escuela, el otro día le dijo que porque no se queda él a limpiar, ella le dice que es pequeño y aún necesita ir a la escuela. Comenta que Albert tiene la obsesión de limpiar, sobre todo desde la pandemia. En el colegio a veces pregunta si vienen los que limpian las clases y vuelve a limpiar su mesa, además de tanto frotar las manos con la toalla se le quedan rojas.

Gisela comenta que ha escrito a Sandra para ver si se conectaba, le ha dicho que no podía porque han enterrado al padre hoy y que la semana que viene intentará conectarse. Gisela comenta que llevaba tiempo mal el padre. Comentan con el grupo que es una situación complicada y más en este momento, Gisela dice que su suegra falleció en enero y su marido no puedo desplazarse al estar en otro pueblo. Marga le dice que le dé un abrazo de su parte a Sandra, todo el grupo asintió. La psicóloga comenta que la vida son pone a prueba, pero si estas acompañado se lleva mejor. Gisela dice que a su marido le cuesta asimilar las pérdidas.

Sesión 23. Adicción a internet y problemas con los deberes (25/03/21)

Se conectan Elena, Toni y Marga, Gisela y María. Más tarde se conecta Sandra.

Se comenta el tema de la situación actual de pandemia y se crea polémica sobre a quién vacunar antes, Gisela comenta que como ella trabaja de cara al público deberían vacunarla, María explica que deberían haber vacunado a la franja de 55 a 60 años, se comenta que también se da por falta de dosis. La psicóloga comenta las incongruencias de la vacuna, cuando han encontrado vacunas escondidas en Italia para llevar a Reino Unido, explica que nos vamos adaptando como podemos y los niños también, ya que ellos lo padecen.

Gisela explica que ya ha dejado ir a Anna al colegio, porque ella seguro que es negativa de la Covid, ella le pregunta por qué aún sigue confinada y lo pasa mal. La

psicóloga dice que hay que protegerlos un poco para que no vayan siguiendo todas las noticias, además la demanda de salud mental ha aumentado mucho. Gisela dice que el profesor de Anna le comentaba que en general todos los niños de la clase han tenido que volver a adaptarse a socializar.

La psicóloga comenta que los grupos burbuja dificultan la socialización, María dice que sus hijos hablan marcando el antes y el después del coronavirus, echan de menos las cosas que hacían antes, como ver a los primos, salir más, etc. María comenta que ellos se han encerrado un poco para protegerse a ellos y a los demás. La psicóloga comenta que todos tenemos en cuenta lo que hacíamos antes de la pandemia. Gisela comenta que su hija también le dice que se quiere volver a reunir con toda la familia otra vez. La psicóloga dice que la tecnología lo palia un poco, si no fuera por eso este grupo no podría hacerse, comenta que ahora están volviendo a hacer algunos grupos presenciales más reducidos, pero no todo el mundo puede.

La psicóloga pregunta si hay alguna situación con los hijos más complicada esta semana o algún detalle que vaya mejor, Toni comenta que Gerard está más o menos igual. Marga dice que hicieron la reunión y hablaron de hacer un ingreso al hospital de día, pero hay cola y tendrán que esperarse. Comentan que en el instituto comentaban dificultades que ellos ya ven en casa, las dificultades, la rectitud, etc. Dice Marga que en el colegio no le fuerzan y le dan su espacio, en casa si lo ponen al límite para hacer las cosas y luego se pone violento, comenta que tiene una adicción a internet, le han dicho que en la reunión se han puesto de acuerdo en que no vea YouTube, va cumpliéndolo en parte aunque tienen que estarle encima. La psicóloga les dice que al haber tantas cosas complicadas juntas, es importante poner el foco en las pequeñas cosas que vayan mejor, como que esté cumpliendo lo de YouTube.

Marga comenta a ver cómo les irá en semana santa, ya que tendrá más tiempo y estarán en casa. Gisela pregunta si trabajan y ellos dicen que solo trabaja Toni y de noche,

entonces por la mañana tienen que hacer silencio. Marga explica que mañana quieren ir a la playa, al preguntarle la psicóloga si a Gerard le hace ilusión ir a la playa, la pareja responde que sí, *“él dice que se quiere bañar”*, aunque se preocupaba por la mascarilla en la playa.

María comenta que es buscar cosas para salir un poco de la rutina, le pregunta por si le gusta la bici, Marga dice que si le gustaba pero ahora no se atreven a dejarlo solo con la bici por la mascarilla.

Marga explica que cuando van en coche Gerard no quiere sacarse la mascarilla, María comenta que Ian le acompaña a buscar a su hermana con el coche, pero no quiere bajar por no ponerse la mascarilla. Marga comenta que en bici iba al pabellón a 1km de casa, pero le da miedo que se acerque a la gente sin mascarilla y además siempre hay un grupo de chicos haciendo botellón y él se acerca. Gisela comenta que cuando van por la calle Anna ve a gente con la mascarilla baja y no lo entiende, ella comenta que es porque no tienen hijos y son menos conscientes.

La psicóloga comenta que hay que ir buscando actividades para hacer con ellos, porque lo que les sale a ellos es ponerse en las máquinas, ya que les aísla y hay que ir con cuidado, pueden quedarse un poco obsesionados con el mundo de los videojuegos. Para poder sacarlos de ese mundo siempre hay que tener alternativas, porque si no, decirles que no hagan algo y ya no funciona, hay que darle la vuelta para tener otra cosa que hacer. Comenta que uno de los problemas de la pandemia es la adicción a las máquinas, Gisela dice que eso le ve mucho en los primos de Anna. María comenta que Ian no tiene móvil pero tiene el portátil para la escuela y juega ahí, Gisela comenta que hay un programa para captar internet en las horas de clase. Marga comenta que a ellos la Generalitat les da un portátil capado donde solo puede hacer las cosas de clase. María explica que alguna vez que estaba jugando y se lo han quitado ha llegado a ponerse violento, cosa que nunca había hecho. La psicóloga comenta que hay veces que se ponen muy nerviosos si están metidos en un juego y se les quita, si no se les

ha dicho o no se les ofrecen alternativas. Es importante negociar antes de que se pongan en la pantalla, diciendo que le avisaras.

Se conecta Sandra, se le comenta que están hablando del tema de las adicciones a las máquinas que ha aumentado en la pandemia. María comenta que su hijo aun juega con el gusano y hace unos monólogos con eso, para él es muy importante. Ella comenta que lo va pactando y cuando termina los deberes le deja jugar un rato. Sandra comenta que Marc también está muy enganchado y se lo tiene que quitar. La psicóloga comenta que si se puede pactar antes mucho mejor, decir que *“le avisarás 5 minutos antes y ya tendrá que cerrarlo, sino contarás hasta 3 y lo tendrá que quitar, ¿lo aceptas?”*. Siempre es mejor que sea él quien dé el aparato y no quitárselo, en caso de que se pueda, intentando hacerlo con buen humor. Como tienen conductas de oposición por la edad, si se les quita algo sin ellos decidirlo les da rabia. También comenta que les puede poner nerviosos porque son juegos muy repetitivos, tiene que hacer X cosas para conseguir una vida, entonces pasas de nivel y tienes que hacer lo mismo para la siguiente.

Sandra pregunta como lo hacen los demás para que estudien, porque el Pol no quiere hacerlo. Explica que ahora va a tercero y ahora ya le toca hacer exámenes, ella llega de trabajar a las 7 y cuando está con su padre no estudia. Explica que da igual de que sea el examen, a la que ve un folio de clase dice que no, ahora tiene 8 años casi 9. Comenta que está estudiando y esta tocándolo todo, ella intenta crearle un ambiente relajado pero no hay manera, aunque esté tiempo con él y lo vaya leyendo y repitiendo, no se le queda nada. Sandra comenta que en el último examen sacó un notable, pero no entiende que es un notable, ella le dice que lo hizo muy bien. Gisela comenta que con Anna cuando no quiere no le entra nada, María dice que con Ian le funciona más por la mañana que por la tarde. Sandra comenta que le gustaría quedarse con Pol el finde para poder estudiar con él, pero el padre no quiere cambiarlo.

María explica que le dijo a Ian de hacer los deberes y él le dijo que los viernes no trabaja, se hizo esa norma y lo hizo el sábado por la mañana, aunque fue un día más tarde. María comenta que antes no sabían que tenía exámenes y sacaba muy malas notas, luego se pusieron muy encima y ya sacó mejor nota, pero ahora se ha acostumbrado a que estén encima estudiando y le extraña si no se le ponen encima para estudiar juntos, no entiende que el examen es de él. María explica que ella antes se enfadaba al hacer los deberes y tenía que hacerlo con su padre, ahora cuando él no puede ella se pone a ayudarlo y les va mejor, el hijo se lo reconoce.

Toni dice que a Gerard le falta hacer este “clic” que han hecho Ian y María. Marga comenta que tuvo “las narices” de decir en clase que no pudo hacer los deberes porque su padre le hizo ir a buscar espárragos, la maestra no se lo creyó. La psicóloga comenta que son mentiras muy inocentes y no están elaboradas, es para salir del problema, comenta que es de un periodo evolutivo y no será así siempre, ya que si entra en una dinámica como en la que está entrando Ian no necesitará la mentira. La profesora les dice que inglés y las hojas de cálculo se le da muy bien, si se esforzara un poco sacaría buenas notas, pero dice Marga que cree que se ha acostumbrado a que le ayuden demasiado. La psicóloga dice que es lo que decía María, se acostumbran a las ayudas y se tienen que ir retirando poco a poco.

Gisela dice que a Anna siempre le ha promovido la independencia y quiere hacer cosas que no le tocan, tiene que ir frenándola. La psicóloga dice que hay que encontrar el punto medio.

Se despiden y volverán después de semana santa.

Sesión 24. Toma de consciencia y rol de los padres (08/04/21)

Se conectan Gisela, Elena y Marga sin Toni. María se conecta 15 minutos más tarde y Sandra 30 minutos después.

Se comenta el descanso que han hecho en semana santa. La psicóloga explica que la semana que viene no habrá sesión ya que les han puesto una reunión en el CSMIJ, después ya podrán volver a retomar las sesiones con normalidad y seguramente con alguna persona nueva.

Gisela comenta que Anna ha estado tranquila, explica que han estado trabajando el tema de la lectura, con la escuela ha hablado y le dicen que está avanzando bastante bien, le han puesto una hora más con la veladora para que la ayude con la lectoescritura, ya que inicialmente era para trabajar la autonomía pero ella ya es suficiente autónoma. Gisela intenta organizarse con la escuela para poder enseñarle en casa de la misma manera que lo hacen en la escuela. Anna interrumpe en la videollamada de Gisela.

La psicóloga le pregunta a Marga por Toni, ella le explica que ha ido al médico por la revisión del accidente que tuvo, como tuvo tantas fracturas tiene que ir controlándolo. Explica que se cayó 12 metros, antes era paleta, cuando estaba en una obra el material cedió antes de estar atado, en la empresa justificaron que si no lo veía seguro no debería haberse subido, así se excusaron para no pagarle lo que debían de indemnización, ocurrió en el 2017. Explica que menos la cabeza se le rompió todo, tuvo que ir medio año en silla de ruedas y aprender a volver a andar. Ya no ha podido volver a trabajar de lo suyo, le dieron una incapacidad y ahora reparte pan de noche. Comenta que fue muy duro, pero ya ha pasado, de momento los controles que le hacen salen bien.

Gisela pregunta cómo está Gerard, Marga explica que ya han hecho la solicitud de ingreso de hospital de día, en semana santa ha ido mal, todo el día en la habitación hablando siempre lo mismo. Comenta que está contenta porque lo necesita y le irá bien ir al hospital, a la familia también le irá bien, porque es muy complicado estar en casa con la Covid y ahora en la adolescencia, *“pero bueno, ha de salir bien”*, las demás familias le dicen que seguro que irá bien. La psicóloga dice que el equipo del hospital lo tratará bien, Marga dice que él es

muy simpático, se deja abrazar y habla mucho, cae bien. Marga dice que ya se lo han explicado de forma positiva, diciéndole que podrá ir unos días donde está la doctora que conoce y aunque quizá no sepa del todo lo que es, parece que está contento.

Marga dice que estos días han ido a la playa y lo han pasado bien, Gerard se quedó con la idea de que quería un helado pero llevaban galletas y las tiendas estaban cerradas. Explica que Gerard se bañó, aunque estaba muy fría. María explica que fueron a la playa también un miércoles, a Ian le gustó mucho porque había muy poca gente. Gisela comenta que ella también fue a la playa con su hija y estuvo bien porque había poca gente.

La psicóloga pregunta si Albert fue, Elena explica que no fueron porque a él la arena no le gusta, ni la gente tampoco, explica que en semana santa estuvo tranquilo como siempre y le iba avisando de los días que faltaban para empezar el colegio. El último día era el de la mona y también el cumpleaños de su hermano, por eso también lo tenía presente, aunque le costó entender que empezaba un martes. Explica que ahora ya le hacen ilusión estas cosas del cumpleaños y la mona, ahora quiere hacerse la foto con los hermanos y hacer tonterías, ha avanzado porque antes nunca quería. La psicóloga le comenta que va creciendo un poquito, no solo por fuera sino por dentro.

Se conecta Sandra y explica que estaba haciendo unos papeleos y lo siente por llegar tarde. La psicóloga le explica que estaban hablando de cómo han ido las vacaciones, ella explica que alquilaron una casa en la playa con la familia de su pareja, su hijo se lo ha pasado bien porque ha estado con los hijos de la familia de su pareja, aunque el último día se pelearon un poco. La psicóloga explica que como les cuesta despedirse, si se enfadan parece que duele menos despedirse. Sandra explica que también celebraron la mona.

La psicóloga les explica, para las que se conectaron más tarde, que la semana que viene no habrá sesión porque tiene reunión. Gisela explica que a ella también le cuesta cuadrarse las reuniones e intenta que no le coincidan con el grupo, pero a veces es difícil.

Explica que va también a revisiones del médico porque Anna estaba baja de peso, ahora ha llegado al percentil 50 y cree que era por cuando comía en el comedor, porque en casa come muy bien. María y Marga le dicen que no se preocupe por eso porque con la edad ya irá cogiendo peso, al Gerard también le pasó y comía mucho dice Marga.

Sandra enfoca a su madre que está con ella sentada en el sofá para que salude, dice que ella cuida mucho de Pol. Gisela explica que sus padres se contagiaron de la Covid, pero que no lo han cogido fuerte y lo van pasando en casa, dice que les hacen revisiones telefónicas porque son de riesgo. La psicóloga le comenta que no tiene el apoyo de sus padres, sino que es ella quien tiene que cuidar de ellos, Gisela asiente aunque comenta que su madre es muy fuerte y por fuera no parece que le pase nada, aunque lo lleva por dentro, *“como Toni”* dice.

La psicóloga comenta que llevamos una mochila, pero si la compartimos se lleva mejor, como en el caso de Toni, que todos se tuvieron que poner las pilas para cuidar de él y compensar las cosas que no podía hacer, eso también les sirvió a los hijos para ponerse las pilas. Marga explica que hay que sacar lo positivo de lo que pasa, aunque cuesta, María dice que a veces te hace crecer como persona y te fortalece, Marga dice que así las cosas pequeñas no las ves tan importantes.

Gisela comenta que una amiga le dijo que tenía mucha paciencia, ella dice que no se imagina cuando, otro compañero le comentó que como solo hace turno de mañana debe descansar por la tarde, ella dice que por la tarde tiene otro trabajo cuidando de su hija, porque le hace de profesora y de logopeda adaptándose a lo que van haciendo en el colegio. La psicóloga le comenta que su hija de momento lo va encajando bien, pero quizá cuando entre en la adolescencia necesitará separar más a mamá de la escuela, Gisela comenta que no lo hace todos los días sino cuando está más receptiva, si la ve alterada no lo hacen. Dice que hay días que le dice *“mamá es que tú no eres mi profesora, eres mi madre, esto no es el colegio”*,

la psicóloga le comenta que ahí es cuando se rebota, entonces Gisela dice que esos días no hacen nada. Gisela comenta que Anna con los demás se muestra como quiere, y con ella en cambio ve como es realmente. La psicóloga le comenta que eso es una arma de doble filo, a veces es mejor que sea una persona no familiar para que se lo tome como algo más pedagógico y no se cuestione tanto, Gisela dice que ha hablado con el profesor sobre que los manipula sin malicia haciéndose ver más pequeña y dulce para que la ayuden, el profesor le da la razón dice, *“es una arma de doble filo como dices”* le comenta a la psicóloga, pero dice que luego cuando hace que lo haga sola y lo consigue se pone contenta. María comenta que seguro que más adelante buscará otras estrategias. La psicóloga comenta que con el tiempo le hará nuevas propuestas, María dice que irá cogiendo su espacio y estará más en su cuarto.

Sandra comenta que sus hijos también están ya con sus espacios solos en su habitación. Explica que le ha comprado una pizarra grande a Pol y se la ha puesto en su habitación, le va bien para pintar, aunque muchos deberes no hacen dice.

Se despide el grupo.