

Universidad de La Laguna
Facultad de Ciencias De la Salud, Sección de Psicología



Trastorno del Espectro del Autismo y familia: revisión teórica sobre intervenciones basadas en la Psicología Positiva y la Terapia Narrativa

Trabajo de Fin de Grado

Grupo 9. Psicología Evolutiva y de la Educación I

**Autores/as: Leticia García Pérez
Mónica Pérez Suárez**

Curso académico: 2015-2016

**Tutoras: María Dolores García Hernández
María Carmen Muñoz de Bustillo Díaz**

Resumen

Mediante el presente estudio se buscan evidencias sobre intervenciones terapéuticas basadas en la Psicología Positiva y la Terapia Narrativa y focalizadas en familias con niños/as con Trastorno del Espectro del Autismo. A través de las principales bases de datos científicas, como el WOS (Web of Science) y Academia.edu, y las páginas web de asociaciones y entidades relacionadas con el TEA, hemos obtenido pocos resultados. Aun siendo escasos los resultados encontrados, ambos enfoques han demostrado ser beneficiosos en la reducción del estrés, la depresión y la ansiedad de los padres y madres, así como en la mejora de la comunicación y la interacción familiar. También potencian las fortalezas de los padres y madres, facilitan el aumento de la confianza en sí mismos y en la práctica parental. Debido a los resultados obtenidos, se persigue acercar las técnicas de ambos enfoques a los padres y madres de estos niños, para aportarles una visión centrada en la solución y que proporcione bienestar personal y familiar. Además, se propone la utilización de grupos de apoyo para trabajar las fortalezas y la confianza individual y grupal.

Palabras clave: Autismo, familia, terapia narrativa, psicología positiva, revisión bibliográfica.

Abstract

Through this study, we seek evidence of therapeutic interventions based on Positive Psychology and Narrative Therapy and focused on families with children with Autism Spectrum Disorder. Through major scientific databases, such as the WOS (Web of Science) and Academia.edu, and the websites of associations and organizations related to the ASD, we have obtained a reduced number of results. Even still scarce results, both approaches have proved beneficial in reducing stress, depression and anxiety of parents, as well as improving communication and family interaction. Also they enhance the strengths of parent, facilitate increased confidence in themselves and in parental practice. Due to the results obtained, it aims to bring the techniques of both approaches to the parents of these children, to provide them a solution-focused vision and to provide personal and family well-being. In addition, we propose the use of support groups to work the strengths and individual and group confidence.

Key words: Autism, Family, Narrative Therapy, Positive Psychology, literature review.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo pretende obtener información acerca de las intervenciones que podrían ofrecerse o que se utilizan en la actualidad, a padres y madres con niños y niñas con Trastorno del Espectro Autista (a partir de ahora TEA), desde los enfoques de la Psicología Positiva y la Terapia Narrativa. El TEA está compuesto por una serie de trastornos que comparten características tales como dificultades en las habilidades sociales, la comunicación y la conducta, siendo característicos los patrones restrictivos y repetitivos.

Como comenta Pozo (2010), el papel de la familia es muy importante en el abordaje del autismo. Esta autora, ya mencionaba las tres etapas del papel de la familia con niños y niñas con autismo propuestas por Riviére (2001). En una primera etapa, se enfatiza la importancia del ambiente social en el desarrollo del autismo, asumiendo la causa de éste en las relaciones inadecuadas entre los niños/as y las figuras de crianza. En una segunda etapa se asocia el autismo con los trastornos neurobiológicos, dejando a un lado la responsabilidad de los progenitores. En la actualidad se plantea la existencia de una “alteración cualitativa del desarrollo de áreas fundamentales como la relación social, la comunicación, el lenguaje, la flexibilidad y participación, y la simbolización” (Riviére, 1997b). En esta última etapa, se considera la formación de los padres para mejorar tanto la enseñanza de los niños/as como el bienestar familiar.

Gray (2006), explica el proceso de adaptación que pasan los padres y madres de niños y niñas con autismo y que comienza con la búsqueda del diagnóstico, período que se caracteriza por el estrés de estos ante la incertidumbre de la situación. Esta situación se agrava con los problemas conductuales y de comunicación característicos de los niños/as con TEA.

En la tesis de Pozo (2010), se menciona que el efecto más estudiado en relación a las familias con niños/as con TEA ha sido el estrés, aunque también se ha estudiado la ansiedad. Por otra parte, algunas investigaciones, además de los aspectos negativos, han tenido en cuenta también variables positivas, como el bienestar psicológico (Phetrasuwan, 2003; Carter, Greenberg, Seltzer, Smith y Tager-Flusber, 2008) y la calidad de vida familiar (Altiere, 2006; Darling y Seligman, 1997; Powers y Singer, 1993).

El estrés es el fenómeno más trabajado en las intervenciones dirigidas a familias con hijos/as con TEA, ya que se ha podido comprobar que la alteración tanto en el desarrollo social como en la comunicación, así como la inflexibilidad en los patrones de conducta e intereses (que justamente corresponden con los principales rasgos del TEA), tienen un efecto claro en la dinámica familiar. Además de esto, debemos añadir que las familias deben enfrentarse a otras problemáticas como alteraciones en el sueño, hipersensibilidad, problemas de conducta, hiperactividad y trastornos alimentarios, que generan estrés en la familia. Además, la gravedad del trastorno (Cuxart, 1997) y los problemas de

conducta (Gottlieb, 1998) han demostrado ser las variables que mejor explican el estrés parental.

Un estudio realizado por Cruz y Martínez (2008), afirma que el estrés familiar es el resultado de la interacción de tres factores: las características propias del niño/a, los apoyos con los que cuenta la familia y la percepción que la familia tiene del problema. Por otro lado también afirma que aquellos padres y madres que comprenden mejor el problema de sus hijos/as y que confían más en sí mismos a la hora de solucionar los problemas que surgen diariamente, muestran un mejor ajuste y adaptación al estrés. Con esto podemos decir que es importante no sólo tratar al niño/a, sino que también es relevante que su familia pueda disponer de servicios que los apoyen y ayuden a comprender el trastorno y a aprender nuevas estrategias educativas con las que se potencian tanto el sentido de eficacia como la competencia.

Como se puede observar en la tabla 1 (ver anexo 1), si atendemos a la descripción de la segunda columna estos programas buscan la consecución de diversos objetivos, desde el apoyo a las familias, la disminución del estrés parental, o la mejora de la interacción familiar. En la tercera columna diferenciamos programas referidos solo a padres y madres, otros que incluyen a los hijos e hijas y por último otros donde puede participar toda la familia. A partir de estos programas en los que el foco de atención está centrado en el problema, nos preguntamos si se han utilizado o si se están utilizando en la actualidad, programas desde un enfoque más afirmativo y centrado en las capacidades y fortalezas, para ayudar a las familias con niños/as con autismo.

Nos centraremos, en primer lugar, en averiguar si existen trabajos desde los enfoques Narrativo y Positivo en el campo de actuación con familias con niños/as con TEA y, en su caso, trataremos de descubrir qué pueden aportar estos enfoques a los profesionales que trabajan con este tipo de familias.

La Psicología Positiva (Seligman, 1990) es una rama de la psicología que busca comprender las bases del bienestar psicológico y la felicidad, centrándose en las fortalezas y emociones positivas de las personas. Enfatiza la importancia de estudiar la salud, el bienestar y la felicidad, sin restar importancia a la parte negativa del ser humano.

Desde este enfoque, se nos presentan conceptos muy importantes para disminuir el estrés y la ansiedad que presentan los padres y madres de niños/as con autismo, como son el “Fluir” (Csikszentmihályi, 1975) estado en el que la persona se encuentra sumida en una actividad que le proporciona placer, mientras las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unos a otros sin pausa, pero no parecen importarle, ya que mantiene un grado de concentración absoluto; el optimismo, el sentido del humor y la risa ejercen efectos positivos y a partir de estos beneficios observados en las personas, se ha desarrollado la “risoterapia”, que proporciona ejercicio físico y mental y disminuye el estrés al mismo tiempo que divierte; y también es importante para estos padres y madres la “resiliencia” (Bowlby, 1992) que asume que las

personas tenemos escudos protectores que nos permiten enfrentarnos a las adversidades y superarlas, favoreciendo así nuestro crecimiento personal.

Por otro lado, la Terapia Narrativa se encuentra dentro del marco del construccionismo social cuya idea fundamental es que no definimos el mundo que vemos, sino que vemos el mundo que definimos. Así una historia saturada de problemas es solo una forma de contar el problema. Desde el enfoque narrativo se ofrecen claves para mantener conversaciones liberadoras y se anima a las personas a ser protagonistas de su historia y que transformen su situación saturada de problemas (White, 2002; White y Epston, 1993).

Los principales aportes que podría traer la terapia narrativa para los padres y madres de niños/as con TEA serían: separar el problema de la persona y considerarlos como dos aspectos diferentes, es decir el niño/a es el niño/a y el trastorno es el problema, por otro lado considerar las fortalezas que tenemos para enfrentarnos al problema y que nos hacen más autocompetentes. También es de utilidad la invitación a construir una historia alternativa al problema, donde se acompaña a los padres y madres a crear la situación que ellos desean (Epston, Lovoti y White, 1993).

En definitiva, ambos enfoques, se presentan como alternativas positivas que dan importancia a las fortalezas que tiene la persona ante las adversidades, es decir, se centran en la persona y no en el problema. Por ello el objetivo de este estudio es conocer si se han aportado intervenciones basadas en estos enfoques al campo de las familias con niños/as con TEA y, en ese caso, comprobar si han sido beneficiosas.

MÉTODO

En base a lo que hemos mencionado anteriormente, iniciamos una búsqueda de programas terapéuticos basados en estos enfoques, para comprobar si existen trabajos publicados con esta temática y averiguar si presentan utilidad terapéutica.

Comenzamos a realizar nuestro estudio a través del buscador de internet Google. Se utilizaron las palabras clave “terapia narrativa” y/o “psicología positiva” relacionándolas con los términos “autismo”, “familia”, “terapia”, “trastorno del espectro autista (TEA)” y posteriormente concretando con términos propios de cada enfoque como “fluir”, “mindfulness”, “risoterapia”, “externalización” y “deconstrucción”. Dado los escasos resultados que se han obtenido, se ha procedido a añadir en la búsqueda los términos “terapia breve” y “terapia centrada en soluciones”, ya que estas comparten con la Terapia Narrativa algunos aspectos como que no se centran en el problema.

Continuamos nuestra labor realizando una búsqueda más específica a través del punto Q de la Biblioteca de la Universidad de La Laguna, este es una

herramienta de búsqueda de artículos científicos y bases de datos que ofrece la ULL , de esta forma accedemos a la base de datos WOS (Web of Science, una gran base de datos que recoge numerosas publicaciones de carácter científico internacional), en la que se utilizaron términos como “autism” and “autism spectrum disorder” unido (\$) a “family” y esto a su vez a términos como “positive psychology”, “positive therapy”, “flow”, “mindfulness”, “resilience”; “brief therapy”, “narrative therapy”, “colaborative discourse”, “clinical conversations”, “co-construction”, “therapeutic conversations” and “ solution focused therapy”.

Además, se ha acotado la búsqueda a artículos publicados entre 2010 y 2016, que son los años en los que más se ha trabajado desde estos enfoques, debido al interés actual que se tiene de ellos.

Hemos tenido en cuenta que el texto se encuentre disponible de forma gratuita y completa. Asimismo, las páginas visitadas deben ser de acceso público, pudiendo incluirse aquellas que requieran de una inscripción pero que sean gratuitas. Además, el texto debía estar en español o inglés.

Por otro lado se ha llevado a cabo un rastreo en las principales páginas webs relacionadas con la Psicología Positiva, el enfoque narrativo y el autismo. Para ello se han utilizado los buscadores Google y Yahoo!. Se inicia la búsqueda usando los términos “familia” y “autismo”, sin embargo, dados los numerosos resultados que se obtienen, se acota la búsqueda, añadiendo los conceptos “psicología positiva” / “terapia narrativa”. En este punto, los resultados disminuyeron, aunque seguían siendo numerosos.

Entre los criterios de exclusión en páginas web hemos estimado que la fuente fuera considerada fiable, que se trataran de páginas web con autor conocido, que fueran páginas de asociaciones o agrupaciones sobre familias con niños con TEA, que existiera una relación entre el enfoque, la familia y el autismo y que el idioma principal fuera el español o el inglés. Por otro lado, se ha estimado conveniente incluir los resultados relacionados con la terapia sistémica familiar, ya que se encuentran las mismas condiciones que en el caso de los resultados científicos.

El periodo de búsqueda comenzó el 1 de marzo de 2016 hasta 30 de abril del mismo año.

RESULTADOS

Los resultados se expondrán en tres apartados. En el primero se presenta los resultados brutos tanto de la revisión teórica como de páginas web. En el segundo se recogen los artículos relacionados con la intervención con familias con niños/as con TEA desde el enfoque Positivo y los resultados encontrados para la Terapia Narrativa. En el tercero se presentan los resultados

de la búsqueda de páginas webs, tanto para la Psicología Positiva como para la Terapia Narrativa.

Resultados brutos obtenidos en las búsquedas tanto de revisión teórica como de páginas web

En este apartado se comentarán los resultados brutos obtenidos tanto para la búsqueda teórica como para la búsqueda de páginas web. Se expondrán con cifras los resultados totales obtenidos y los que finalmente han sido escogidos por cumplir los criterios de selección.

El volumen de resultados encontrados para la psicología positiva han sido de 153 artículos de los que se han escogido 7 desde el WOS, 5 desde Google y desde el punto Q se obtuvieron 3 resultados que finalmente no resultaron útiles.

Los resultados encontrados para la terapia narrativa fueron 1 de 123 para Google, 2 de 156 en el punto Q y 2 de 230 en WOS.

Debemos comentar que los resultados encontrados en las páginas web, han sido en general diferentes fuentes que podrían ser de interés, como páginas científicas, páginas de asociaciones de padres y madres con descendencia con autismo, blogs, etc. De estos resultados solo se han seleccionado 1 para la Terapia Narrativa y en cuanto a la Psicología Positiva, los resultados obtenidos a través de los términos “autismo, familia y Psicología Positiva” coinciden con los obtenidos a partir de la búsqueda en bases de datos. Sí cabe destacar el hallazgo de páginas web sobre talleres de aplicación de técnicas de la psicología positiva, así como de cursos de entrenamiento e inteligencia emocional para padres, madres y cuidadores de niños con TEA.

Resultados obtenidos en la revisión científica

En este apartado se tratarán los resultados encontrados para ambos enfoques. Se presentará una breve descripción de los mismos en las tablas 2 y 3 y, posteriormente, se desarrollarán los principales hallazgos encontrados en los trabajos que se exponen en las tablas.

Los resultados expuestos en la tabla 2 (ver anexo 2) se ordenan en función de su relación, es decir, que las técnicas que utilicen se parezcan entre sí (por ejemplo, el “mindfulness”) y además en un gradiente ascendente en mirada más positiva. A continuación haremos una revisión acerca de los resultados obtenidos en estos estudios.

En primer lugar, mencionaremos al experimento llevado a cabo por Dykens, Fisher, Lambert, Miodrag y Taylor (2014), en el que se expuso a madres de niños y niñas con TEA y otros Trastornos del Desarrollo a dos

terapias: la Reducción del Estrés basado en Mindfulness (MBSR) y el Desarrollo Positivo Adulto (PAD). Los resultados de ambos grupos demostraron una reducción significativa del estrés, la ansiedad y la depresión, así como una mejora del sueño y la satisfacción vital. Asimismo, el tratamiento de MBSR produjo mejores resultados en ansiedad, depresión, sueño y bienestar. En el caso de las madres de niños y niñas con TEA, la atenuación de la ansiedad se hizo más perceptible durante el período de seguimiento. Por otro lado, ambos tratamientos resultaron efectivos en la reducción del estrés personal parental y en la mejora de las interacciones entre padres e hijos.

En otro programa que comparaba dos grupos de padres/madres, uno de adolescentes con TEA y otro sin TEA, la Terapia basada en mindfulness disminuyó los problemas de humor de los padres y madres de ambos grupos y produjo un aumento la salud de todos los participantes (González, Moya, Pérez, Ruiz, Sariñana, 2014).

En otro estudio, se encontró que el “mindfulness” y la crianza consciente mediaban los efectos de la depresión, ansiedad y el estrés maternal. El “mindfulness” y la aceptación les proporcionaron importantes beneficios positivos a los padres, los cuales informaron de mejoras en las relaciones con sus hijos. Esto podría deberse a que la crianza consciente y la aceptación de la situación, les permitiría ver de una forma más positiva las circunstancias (Hastings, Jones, Keane, Rhule y Totsika, 2014).

Otro estudio entrenó a madres de niños/as con TEA en la práctica del “mindfulness”, para que, posteriormente, entrenaran a sus hijos y estos pudieran usarlo para manejar sus problemas de comportamiento. Tras el entrenamiento disminuyó el estrés en la mayoría de las madres, al igual que tras el entrenamiento de sus hijos/as, incrementándose así la calidad de vida familiar. La información cualitativa sobre la familia y la vida personal, recogida a través de los grupos de discusión y de los diarios reflexivos personales de las madres durante el período de entrenamiento, resultó ser muy positiva. (Hwang, Kearney, Klieve, Lang y Roberts, 2015).

No todas las personas tenemos la misma capacidad de afrontamiento ante situaciones adversas. Esto se presenta en el estudio de Dorstyn, Ward y Whitehead (2015), en el que se estudió a un grupo de mujeres que habían cuidado durante años de un niño/a con TEA, en base a variables como la ansiedad, depresión, resiliencia o el locus de control. Los resultados muestran que las personas que creían que su estrés dependía de las situaciones y que estaba más allá de su control o que evitaban afrontar las situaciones adversas, presentaban peor salud mental. El estrés que presentaban estas personas aumentaba debido a las necesidades de los niños/as a los que cuidaban y las dificultades de acceso a los servicios de apoyo. Por el contrario, aquellas personas que intentaron identificar y reducir ese estrés y accedieron a los servicios de apoyo, mostraron mayor resiliencia.

Con respecto a la pareja y los efectos de tener un niño/a con TEA en la familia, también se han realizado estudios. Tal como mencionaba Weiss (2004; en Alessandri, Ekas, Ghilain, Pruitt y Timmons, 2015), es posible que los cambios que sufren estos padres y madres al descubrir el diagnóstico de sus hijos/as, les acerque más como pareja.

En referencia a esto, podemos mencionar también otro estudio que se centró en la relación entre las fortalezas individuales y la satisfacción de la pareja en los padres y madres de niños/as con TEA. La importancia de este estudio se encuentra en que se centra en las fortalezas para mejorar la calidad de la relación y no en la reducción del estrés parental. Enseñar a los padres y madres a buscar apoyo emocional puede ser beneficioso para aumentar el bienestar de ambos miembros de la pareja. Además, los resultados indicaban que los programas dedicados a enseñar a los padres y madres maneras de interpretar positivamente las circunstancias acerca del diagnóstico de sus hijos/as, podrían ser importantes para ambos (Alessandri, Ekas, Ghilain, Pruitt y Timmons, 2015).

Por otro lado, Chalmers, Fung, Lunsky, Robinson, Tint, y Weiss (2013), estudiaron la relación entre las fortalezas familiares, el apoyo social y la autoeficacia de las madres de niños/as con TEA. Se encontró que las fortalezas mediaban entre las situaciones estresantes, como eventos negativos o problemas de conducta de los niños, y el estrés familiar. Asimismo, se demostró que el apoyo social informal y la percepción de autoeficacia de estas madres podían explicar los cambios en las fortalezas.

Con respecto a la tabla 3 (ver anexo 3). En primer lugar, cabe destacar la importancia de la narrativa conversacional como un apoyo que puede ayudar a dar sentido a las decisiones. Por otro lado también afirmar la importancia que tiene la familia para una interpretación rica de la conversación y una interpretación de la conducta (Sirota, 2010). Se ha visto que esta terapia proporciona a los niños y sus familias una mejora en la socialización de las emociones, actitudes e identidades; en el desarrollo de las relaciones interpersonales; y en la constitución de pertenencia a una comunidad (Sirota, 2010).

En el estudio realizado por Avdi (2005) se da constancia de que el uso de técnicas como la creación de una perspectiva alternativa, la pregunta expansiva, disminuir la percepción del problema, deconstrucción del discurso... ayudan a producir cambios en la charla de los padres aportando una mayor flexibilidad y fluidez en el discurso, además ayuda a que haya un cambio en la relación de toda la familia a partir de una de mayor facilidad para la comprensión y realización de los comportamientos de interacción del niño/a dentro y fuera del ámbito familiar. En general con este tipo de terapia se espera que se den cambios positivos tanto en los niños como en sus familias y en la relación entre ambos, (Dallos y Hamilton–Brown, 2000; en Avdi, 2005).

Brockman, Hussain, Sanchez y Turns (2015) encontraron que es importante que antes de comenzar una terapia la familia debe liberarse de los estresores, por eso según la terapia centrada en las soluciones el primer paso debe ser realizar preguntas y evaluaciones para conocer cuáles son los retos principales para la familia, un segundo paso consiste en identificar el apoyo social que la familia tiene y considera que tiene, para ello el terapeuta considera que es importante que los padres tengan una fuente de desconexión ya que educar a un niño/a con TEA requiere de mucho esfuerzo y energía, un tercer paso sería aumentar la confianza en su labor como padres y, por otro lado también es importante validar y empoderar a los padres y madres por todo el esfuerzo que estos están haciendo. A partir de este punto según esta terapia comenzaría una segunda fase en la que los progenitores ya tendrían un menor nivel de estrés por lo que se usarían técnicas de autocuidado y autorelajación para potenciar lo bueno de la paternidad, luego mediante el discurso se averigua cuáles son las percepciones que tienen estos sobre el niño/a para posteriormente mediante descubrir las soluciones para los problemas conductuales que puede mostrar el niño/a; para finalizar el terapeuta les ayuda a descubrir los éxitos que están teniendo y les enseña a fomentar conversaciones liberadoras del problemas (Molnar y Shazer, 1984; en Brockman, Hussain, Sanchez y Turns, 2015), estos éxitos son puntuados para que la familia sepa cómo lo está haciendo realmente y qué es lo que tiene que mejorar. En definitiva esta terapia lo que nos enseña es a usar el diálogo, la validación y el empoderamiento para hacer que los padres y madres mejoren su confianza en su labor como educadores.

Otro estudio que usó la terapia centrada en soluciones fue el de Dallos y Lloyd (2008) en este participaron madres con hijos/as con diferentes patologías asociadas a discapacidad intelectual entre las que se encontraban niños autistas, tras una reflexión de estas se ve que lo más importante para ellas fue el trabajo de la idea de hacer lo mejor de ellas, el trabajo de las ilusiones y la relación terapéutica. Por otro lado comentar que los contenidos trabajados en desde este estudio son numerosos, alguno de ellos son: la idea de hacer lo mejor del momento, aceptar las cosas que están fuera del control, la creencia de que uno puede elegir cómo valorar la situación, centrarse en el presente y en el futuro inmediato, examinar las ilusiones, la pregunta milagro, creer que los cambios se producen por los esfuerzos que realizamos, etc. Todos tienen en común el enfoque positivo de aceptación y de centrarse en el presente. El estudio concluye que las madres encontraron utilidad a esta terapia, además de que los contenidos en su mayoría estaban en sincronía con lo que ellas pensaban que era la adecuado para enfrentarse a esta situación, por otro lado se vio mejorada la autoeficacia de las madres, además de la confianza, el orgullo, la resistencia y alto locus de control (Dallos y Lloyd, 2008). Finalmente de este estudio cabe destacar que se encontró que la técnica de la pregunta milagro no fue muy útil según las madres, esto se puede explicar porque re-evoca los sentimientos de los progenitores de pérdida que han estado tratando de resolver y que no pueden haber sido expresados durante las sesiones, por lo que para que pueda darse un uso útil y efectivo se debería primero resolver esos problemas (Dallos y Lloyd, 2008).

El trabajo con la familia también se puede llevar a cabo desde la terapia familiar sistémica, desde este enfoque se proponen diferentes técnicas, como la de Chung y Solomon (2012; en Nuñez, 2013); en la que menciona que la familia debe poder hacer una vida cotidiana normal, para ello propone el uso de esquemas, estructuras y rutinas para facilitar la convivencia con el niño, por otra parte se busca trabajar sobre las prioridades y las expectativas que tienen los padres acerca de ellos mismos así como también de sus hijos, asimismo se busca fomentar que los padres realicen actividades para el cuidado propio. Pero sin duda el objetivo principal de esta terapia es co-construir una historia acerca de cómo es el autismo de su hijo, quién es este y quiénes son ellos, de este modo se facilita el diálogo, la exploración y la expresión de las emociones.

Zappella (1992; en Nuñez, 2013) crea el método sistémico de orientación etológica, este tiene como objetivos: a) Generar una comunicación directa entre los padres y madres y el niño/a, aumentando la expresividad emotiva de cada uno en las relaciones recíprocas, b) Lograr que el niño/a colabore con sus padres y madres por medio del planteo de actividades y c) eliminar los conflictos motivacionales y las reacciones de defensa-ataque del niño/a, desplegando en lugar de estas modalidades amistosas, explorativas, afectuosas y de apego. Para ello usa la exploración de nuevas formas de comunicación más directas y comunicativas.

Finalmente Cirillo, Selvini, Selvini Palazzoli, y Sorrentino (1988; en Nuñez, 2013) crean un método cuyo principal objetivo es mejorar las interacciones de los padres y madres, creando un equilibrio en las actitudes que éstos tienen hacia el niño/a, por medio de tratamientos de grupos en los que la historia familiar se va descubriendo poco a poco. De esta forma el trabajo con los padres y madres produce aceptación de responsabilidades y con ello el uso de la prescripción invariante que consiste en separarse del niño/a con problemas durante un tiempo, y mantener en secreto lo que pase mientras se realice esto. Además, tienen que tomar nota de las reacciones de sus hijos/as ante esto. Esta técnica pretende poner de manifiesto la superioridad de la pareja parental, establecer la jerarquización de los subsistemas, hacer que se genere un vínculo de colaboración y compromiso en la pareja para buscar el beneficio del niño/a y su familia. Se observa que con esta técnica se abandona el sometimiento a la patología de sus hijos/as y los padres ganan en confianza para continuar la labor con sus hijos/as.

Resultados obtenidos en el rastreo de páginas web

Los resultados que se expondrán a continuación harán referencia a las páginas web encontradas en los buscadores Yahoo! y Google que han cumplido los criterios.

En la tabla 4 (ver anexo 4) observamos los diferentes resultados en la búsqueda de páginas webs que relacionan el autismo, la familia y la psicología positiva/terapia narrativa.

Con respecto al resultado encontrado para la Terapia Narrativa, en este caso la terapia sistémica familiar explica la importancia de trabajar con la familia del niño/a con TEA, ya que un buen desarrollo dentro del ambiente familiar ayuda a una mejora en las conductas de este y la disminución del estrés y la ansiedad en la familia (Huncal, 2015).

Con respecto a la Psicología Positiva, hemos encontrado artículos que resaltan la importancia de las interacciones familiares, las fortalezas individuales y las técnicas positivas para mejorar la calidad de vida y el bienestar parental y familiar. Así como, páginas que presenta cursos para entrenar a niño/as, padres, madres, profesores y profesionales de la educación en inteligencia emocional y psicología positiva, tanto para familias con niños/as con TEA como para otras familias con niños/as con dificultades del lenguaje o problemas de autoestima.

DISCUSIÓN

Como hemos indicado a lo largo de esta revisión, nuestro objetivo ha sido conocer si se está trabajando o si se han realizado intervenciones desde el enfoque de la Psicología Positiva y la Terapia Narrativa para mejorar la situación de familias con hijos/as con TEA. Iniciamos este estudio, por un lado, haciendo mención al interés acerca de esta visión centrada en la solución que presentan ambos enfoques, es decir, la forma de abordar las adversidades desde una perspectiva positiva; y por otro lado, en el caso de que se estén utilizando este tipo de terapias en este campo, reflexionar, a partir de los resultados obtenidos, acerca de qué es lo que se puede aportar a los profesionales que trabajan con estas familias. Como ya señalaba Pozo (2010), el trabajo con las familias que tienen un niño/a con autismo es de vital importancia, ya que las dificultades que presentan estos niños y niñas suelen provocar problemas de convivencia, de comunicación, aumentan el estrés de los progenitores, ocasionando que estos se vean incapaces de afrontar la situación, perdiendo la confianza en sus propias capacidades y en su labor como padres y madres. Por ello se ha visto que la participación de la familia en diferentes programas terapéuticos, desde programas centrados en el problema, hasta los que proponemos en este estudio de corte más positivo y centrado en la búsqueda de la solución, ha tenido un papel fundamental en las mejoras tanto a nivel de salud mental de los padres, como de conducta de los niños y niñas.

Con respecto a las intervenciones relacionadas con los enfoques que planteamos al comienzo de esta revisión, hemos encontrado escasos resultados de base científica, al igual que de páginas web relacionadas con el Trastornos del Espectro del Autismo, las familias y la Psicología Positiva y la Terapia Narrativa. Esto nos podría indicar que no se están realizando muchos estudios desde estos enfoques, lo que a su vez, da lugar a que las asociaciones de familias con niños/as con TEA no conozcan las técnicas positivas que plantean estas terapias.

En base a los resultados obtenidos en los diferentes estudios se ha visto que estos programas han demostrado su eficacia según la experiencia descrita por los padres y madres que participaron en los diferentes trabajos. Se ha comprobado que ambos enfoques son efectivos en la reducción del estrés, la depresión y la ansiedad parentales, en la mejora de la comunicación tanto dentro de la pareja como dentro de la familia en general, disminuyen los problemas conductuales de los niños y niñas y a su vez, produce una menor reactividad de los padres.

Debemos hacer hincapié en los resultados obtenidos con las técnicas de “mindfulness”, que ayudan a concienciar a los padres y madres y a mejorar las actitudes que presentan hacia los niños/as, así como a enriquecer la práctica parental. La aceptación también tiene un papel fundamental, permitiendo a los padres ser conscientes de lo que supone tratar con un niño con TEA, aceptar lo que conlleva y ver la situación desde una perspectiva más positiva. Asimismo, también se ha demostrado que las personas que presentan mayor resiliencia o capacidad para afrontar las adversidades, superan mejor los desafíos que conlleva el tener un niño/a con autismo que aquellas personas que consideran que el estrés está fuera de su control.

Podemos pensar que la escasez de resultados que hemos encontrado sea debido a que, pese a que la visión de la psicología positiva está en auge y en la actualidad está cobrando importancia (Csikszentmihalyi y Seligman, 2000), podemos observar que la sociedad no está del todo dispuesta a abandonar los métodos centrados en el problema. Muchos padres y madres se niegan a abandonar la mirada en el problema de sus hijos/as sin pensar en que además de la atención especial que van a necesitar sus hijos/as. Lo que proponen estos enfoques centrados en lo positivo, es buscar las fortalezas que tiene la persona para enfrentarse al problema. Por ello, creemos que es una perspectiva interesante a la que deberían tener acceso los padres y madres, ya que, como hemos visto, les ayuda tanto en su vida conyugal, como en la relación con su hijo/a y en la interacción familiar.

Por ello, consideramos que si un profesional quisiera trabajar con estas familias desde estos enfoques tendría que hacer un buen uso del lenguaje, ya que ante esta situación, el diálogo, la discusión y la formulación de preguntas, permiten a los padres y madres ver la situación desde una perspectiva diferente, menos centrada en el problema y focalizada en el bienestar familiar, es decir, estos métodos, facilitan que los padres y madres puedan liberarse de los problemas, ser conscientes de sus fortalezas y capacidades y sientan que son capaces de afrontar las situaciones adversas de forma eficiente. También resaltamos la importancia de las técnicas como el “mindfulness” y la aceptación, que permitan abordar la situación de forma adecuada y ver que primero deben aceptarla, para luego afrontarla siendo conscientes del momento presente, mejorando de esta forma las actitudes que muestran hacia sus hijos/as y la interacción familiar.

Consideramos que podría ser de ayuda que los científicos realizaran un mayor número de investigaciones en este campo ya que como se ha visto en los estudios la aplicación de estos enfoques ha sido muy beneficioso para los padres y madres, a su vez una mayor aportación científica ayudaría a que los profesionales que trabajan en este campo opten por intervenir desde estos enfoques más alejados del problema.

Asimismo, creemos que sería adecuado la introducción de grupos de apoyo para padres y madres de niños con TEA, para que relaten sus vivencias y puedan sentirse identificados con los demás miembros del grupo. En ellos, se potenciaría las fortalezas individuales y grupales, de manera que vean la situación desde diferentes perspectivas y aprendan cómo abordarlas de forma positiva, sintiendo que son capaces de afrontar por sí mismos las adversidades que se les presentan en la vida cotidiana. Además, podrían utilizarse en estos grupos otras técnicas de la Psicología Positiva como son la “risoterapia” o la “musicoterapia”, las cuales permitirían a estos padres y madres liberar lo negativo para reducir el estrés y relajarse y para lograr la satisfacción de las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.

REFERENCIAS

- Albendea, C. (2010). Emotiva. Centro para el cambio. Recuperado de <http://www.emotivacpc.es/>
- Alessandri, M., Ekas, N., Ghilain, C., Pruitt, M., Timmons, L. (2015). The Power of Positivity: Predictors of Relationship Satisfaction for Parents of Children with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(7), 1997-2007.
- Alonso, I. (2015). *Trastorno del espectro del autismo y familia. Una propuesta de intervención: grupos de encuentro* (Tesis de Maestría). Universidad de Valladolid. Valladolid.
- Avdi, E. (2005). Negotiating a pathological identity in the clinical dialogue: Discourse analysis of a family therapy. *Psychology And Psychotherapy: Theory, Research And Practice*, 78(4), 493-511.
- Ayuda, R., Llorente, M., Martos, J., Olmo, L. y Rodríguez, L. (2012). Medidas de estrés e impacto familiar en padres de niños con trastornos del espectro autista antes y después de su participación en un programa de formación. *Revista de Neurología*, 54(1), 73-80.
- Brockman, M., Hussain, K., Sanchez, B. y Turns, B. (2015). Managing Child Behavior Problems in Children With Autism Spectrum Disorders: Utilizing Structural and Solution Focused Therapy With Primary Caregivers. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 1-10.
- Chalmers, P., Fung, S., Lunsky, Y., Robinson, S., Tint, A. y Weiss, J.A. (2013). Family hardiness, social support and self-efficacy in mothers of individuals with Autism Spectrum Disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 7(11), 1310-1317
- Dallos, R. y Lloyd, H. (2006). Solution-focused Brief Therapy with Families Who Have a Child with Intellectual Disabilities: A Description of the Content of Initial Sessions and the Processes. *Clinical Child Psychology And Psychiatry*, 11(3), 367-386.
- Dorstyn, D., Ward, L. y Whitehead, K. (2015). Psychological Adjustment in Families Affected by Autism Spectrum Disorder. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 27(5), 703-717.
- Dykens, E., Fisher, M., Lambert, W., Miodrag, N. y Taylor, J. (2014). Reducing Distress in Mothers of Children With Autism and Other Disabilities: A Randomized Trial. *Pediatrics*, 134(2), 454-463.

- Fantova, F. (2000). Trabajar con las familias de las personas con discapacidades. *Siglo Cero*, 31(6), 33-49.
- Gainer, K. (2010). Narratives of transformation: Family discourse, autism and trajectories of hope. *Discourse & Society*, 21(5), 544-564.
- García, J. (2014). *Técnicas Narrativas en Psicoterapia*. Madrid: Síntesis.
- García, M. D. (2010). Conversaciones liberadoras en la intervención psicosocial: resiliencia y terapia narrativa en acción. *Servicios Sociales Y Política Social*, 3, 67-80.
- González, E., Moya, L., Pérez, J., Ruiz, N. y Sariñana, P. (2014). A Mindfulness-Based Program Improves Health in Caregivers of People with Autism Spectrum Disorder: a Pilot Study. *Mindfulness*, 6(4), 767-777.
- Huncal, L. (2015). Terapia Familiar Sistémica para Familias de Personas con Autismo. Terapia familiar TEA. Recuperado en <https://terapiafamiliartea.wordpress.com>
- Hwang, Y., Kearney, P., Klieve, H., Lang, W. y Roberts, J. (2015). Cultivating Mind: Mindfulness Interventions for Children with Autism Spectrum Disorder and Problem Behaviours, and Their Mothers. *Journal of Child and Family Studies*, 24(10), 3093-3106.
- Hastings, R., Jones, L., Keane, L., Rhule, N. y Totsika, V. (2014). Child Behavior Problems and Parental Well-Being in Families of Children With Autism: The Mediating Role of Mindfulness and Acceptance. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 119(2), 171-185.
- Noel, M. (2013). Mindfulness para padres de Niños con trastornos del espectro autista. Sociedad Mindfulness y Salud. Recuperado de <http://www.mindfulness-salud.org/novedades/mindfulness-para-padres-de-ninos-con-trastornos-del-espectro-autista/>
- Núñez, D. (2013). *La inclusión de la familia en el tratamiento del niño autista*. (Tesina). Universidad de Belgrano. Recuperado de http://www.ub.edu.ar/investigaciones/tesinas/584_Nunez.pdf
- Pozo, M. (2010). *Adaptación psicológica en madres y padres de personas con trastornos del espectro autista: un estudio multidimensional* (Tesis doctoral). Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Ramisch, J. (2010). Marriage and Family Therapists Working With Couples Who Have Children With Autism. *Journal Of Marital And Family Therapy*, 38(2), 305-316.

Rodriguez, E. (2006). Atención a familias en los servicios para personas con trastornos del espectro autista. *Educación Y Futuro*, 14, 109-130.

Unamuno, R.C. (2014). El Cisne. Recuperado de <http://www.elcisne.org/noticia/familias-autismo-tema-olvidado-consultorios/3374.html>

Vera, B. (2006). *Psicología positiva. Una nueva forma de entender la psicología*. Madrid: Calamar Ediciones.

ANEXOS

Anexo 1

Tabla 1. Programas de intervención con familias con niños autistas.

Nombre	Descripción	A quién va dirigido
ABCX model (Modelo cognitivo - conductual)	-Trabaja el estrés, los recursos intrafamiliares y la definición y percepción de la familia para mejorar su interacción.	Familia
Terapia Familiar	-Tratamiento a los problemas humanos por medio de la reunión de la familia. -Ayuda a averiguar el origen de los conflictos y a cambiar la organización familiar.	Familia
Otros programas	-Enseñanza familiar para el trabajo de conducta.	Familia
Programa de formación de Hanen	-Enseñanza desde diferentes ángulos de capacitación e interiorización de un contenido de aplicación práctica en grupos reducidos, para aportar estrategias de afrontamiento familiar.	Padres y madres
Programa EarlyBird	-Trabaja de forma individual con los padres con visitas a domicilio. -Análisis de grabaciones para potenciar recursos útiles.	Padres y madres
Escuelas de padres y Asociaciones	-Aportar explicaciones teóricas, desarrollo de materiales y estrategias para el entrenamiento de habilidades sociales, comunicativas, control de esfínteres. - Se utilizan grupos de autoayuda, cafés para padres, etc.	Padres y madres

Anexo 2

Tabla 2. Artículos relacionados con la intervención en familias con niños y niñas con TEA desde el enfoque positivo.

Título	Autor y fecha	Lugar	Resumen	Fuente	Palabras Clave
Reducing Distress in Mothers of Children With Autism and Other Disabilities: A Randomized Trial	Dykens, Fisher, Lambert, Miodrag y Taylor Agosto 2014	Estados Unidos	Se realizó un estudio con 243 madres de niños con autismo utilizando la Reducción del estrés basado en Mindfulness o el Desarrollo Positivo Adulto.	Vanderbilt Kennedy Center for Research on Human Development and University Center of Excellence on Developmental Disabilities, Vanderbilt University, and Department of Child and Adolescent Development, California State University	“Autism Spectrum Disorder”, “Mindfulness”, “Family”
A Mindfulness-Based Program Improves Health in Caregivers of People with Autism Spectrum Disorder: a Pilot Study	González, Moya, Pérez, Ruiz, Sariñana Julio 2014	España	Se realizó un estudio con padres y madres de adolescentes con TEA y un grupo control de padres y madres de adolescentes sin TEA.	Universidad de Valencia	“Mindfulness-Based”, “Autism”

Título	Autor y fecha	Lugar	Resumen	Fuente	Palabras Clave
Child Behavior Problems and Parental Well-Being in Families of Children With Autism: The Mediating Role of Mindfulness and Acceptance	Jones, Hastings, Keane, Rhule y Totsika Marzo 2014		Exploración sobre cómo la aceptación psicológica y el mindfulness median en las interacciones entre el comportamiento de los niños con TEA y el estrés de los padres.		"Autism Spectrum Disorder", "Mindfulness", "Family"
Cultivating Mind: Mindfulness Interventions for Children with Autism Spectrum Disorder and Problem Behaviours and Their Mothers	Hwang, Kearney, Klieve, Lang y Roberts Octubre 2015	Australia	Estudio dirigido a extender el alcance de la intervención de mindfulness, entrenando a los padres para que enseñen a sus hijos con TEA y problemas de comportamiento y así mejore su calidad de vida.	Universidad de Griffith y Profesora independiente de mindfulness	"Autism Spectrum Disorder", "Family", "Mindfulness"
Psychological Adjustment in Families Affected by Autism Spectrum Disorder	Dorstyn, Ward y Whitehead Octubre 2015	Australia	Estudio con cuidadoras de niños/as con TEA, evaluando estrés y resiliencia.	Universidad de Adelaide	"Autism Spectrum Disorder", "Family", "Resilience"

Título	Autor y fecha	Lugar	Resumen	Fuente	Palabras Clave
Family hardiness, social support and self-efficacy in mothers of individuals with Autism Spectrum Disorder	Chalmers, Fung, Lunsky, Robinson, Tint y Weiss Noviembre 2013	Estados Unidos	Estudio que examina los predictores de la satisfacción en la relación entre madres y padres de niños/as con TEA.	Universidades de Texas y Miami	"Autism Spectrum Disorder", "Family", "Positive Psychology"
The Power of Positivity: Predictors of Relationship Satisfaction for Parents of Children with Autism Spectrum Disorder	Alessandri, Ekas, Ghilain, Pruitt y Timmons Julio 2015	Estados Unidos	Estudio que examina los predictores de la satisfacción en la relación entre madres y padres de niños/as con TEA.	Universidades de Texas y Miami	"Autism Spectrum Disorder", "Family", "Positive Psychology"

Anexo 3

Tabla 3. Artículos relacionados con la intervención en familias con niños con autismo desde el enfoque narrativo.

Título	Autor/ Fecha	Lugar	Resumen	Fuente/ Entidad	Palabras clave
Narratives of family transformation: Family discourse, autism and trajectories of hope	Gainer 2010	EEUU	Ilustra cómo la familia usar la narrativa conversacional, co-crear con los niños futuros imaginados, meta, etc.	The State University of New Jersey,	"Family" "Autism" "Collaborative discourse"

Título	Autor/ Fecha	Lugar	Resumen	Fuente/ Entidad	Palabras clave
Negotiating a pathological identity in the clinical dialogue: discourse analysis of a family therapy.	Avdi 2005	Grecia	Se reconoce como el análisis del discurso y la narrativa son elementos importantes para definir un problema por lo que se analiza una conversación realizada a unos padres a los que su hijo ha sido recientemente diagnosticado de autismo.	University of Thessaloniki	“Family” “Autism”
Managing Child Behavior Problems in Children With Autism Spectrum Disorders: Utilizing Structural and Solution Focused Therapy With Primary Caregivers	Brockman, Hussain, Sanchez y Turns 2015	EEUU	Este modelo propone el uso de la terapia breve centrada en las soluciones y la terapia familiar estructural para mejorar el estrés y mejorar la autoeficacia de padres con niños autistas.	The American Journal of Family Therapy	“Family” “Autism” “Solution focused therapy”
bSolution-focused brief therapy with families who have a child with intellectual disabilities: A description of the content of initial sessions and the processes.	Dallos y Lloyd Julio 2006	Reino Unido	Uso de la terapia breve centrada en las soluciones para las familias con niños con alguna discapacidad incluida el autismo.	Clinical child psychology and psychiatry	“Autism” “Family” “Brief therapy”
La inclusión de la familia en el tratamiento del niño autista	Nuñez 2013	Argentina	Explicar la utilidad de la terapia familiar sistémica en familias con un niño autista.	Universidad de Belgrano	“Terapia narrativa” “Autismo” “Familia”

Anexo 4

Tabla 4. Resultados de páginas web.

Nombre de página	Tipo	Fuente	Resumen	Link
------------------	------	--------	---------	------

Nombre de página	Tipo	Fuente	Resumen	Link
Terapia Sistémica Familiar para familias de personas con autismo	Blog	Google/ Yahoo!	Trabajo desde el enfoque sistémico familiar con familias con niños/as con autismo	https://terapiafamiliarte.wordpress.com
Emotiva. Centro para el cambio	Página web	Google/ Yahoo!	Cursos de intervención multidisciplinarios, desde una perspectiva más centrada en las emociones y la Psicología Positiva para padres, madres, niños/as, profesores y profesionales de la educación	http://www.emotivacpc.es/autismo/
Programa MBSR para padres de niños con condiciones del espectro autista.	Página web	Google/ Yahoo!	El Programa Argentino para Niños, Adolescentes y Adultos con Condiciones del Espectro Autista y la Sociedad Mindfulness y Salud desarrollan un programa MBSR para mejorar la calidad de vida y el bienestar parental y el bienestar de los niños/as	http://www.mindfulness-salud.org/novedades/mindfulness-para-padres-de-ninos-con-trastornos-del-espectro-autista/
Familias y autismo, un tema olvidado en el consultorio	Periódico Digital	Google/ Yahoo!	Artículo sobre el autismo, la relación parental y los factores de estrés y el poder de la resiliencia	http://www.elcisne.org/noticia/familias-autismo-tema-olvidado-consultorios/3374.html