

DESTAPANDO EL TRAUMA CON IMAGEN GUIADA Y MÚSICA (GIM): Un caso clínico de trauma psíquico y recuperación

Sandra Azcona Ciriza – Musicoterapeuta y Terapeuta GIM (FAMI). Navarra

sandra.azcona.ciriza@gmail.com


Introducción

El método GIM es una psicoterapia de transformación que utiliza música específicamente programada para acceder y explorar la psique humana.

El trauma psíquico, es un acontecimiento que se caracteriza por su intensidad, por la incapacidad del sujeto para responder a él adecuadamente, así como por los trastornos y efectos patógenos duraderos que provocan en su organización psíquica.

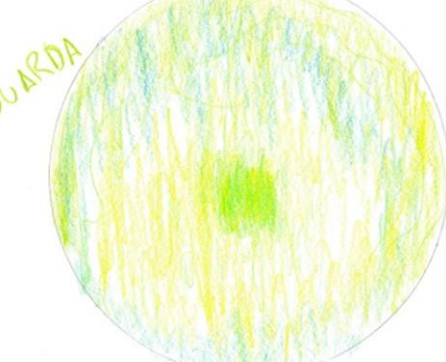



Sus síntomas principales son: depresión, ansiedad, odio hacia sí mismo, disociación, abuso de sustancias, conductas autolesivas y comportamientos de riesgo, revictimización, problemas interpersonales y en las relaciones íntimas (incluidos familiares), preocupaciones somáticas y desesperación o desesperanza (Herman, 2004).

Caso Clínico

| Historia del caso | Tratamiento | Metodología |
|--|---|--|
|  <p>Edad: 32 años Sexo: Varón Síntomas: Consumo de drogas, ansiedad, apatía, conductas autolesivas y problemas interpersonales.</p> | <p>Nº de sesiones: 10 Tiempo de cada sesión: 90 minutos Periodicidad: quincenal</p> | <p>Fases de las sesiones GIM:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversación • Relajación guiada y audición musical • Integración. |

Análisis del caso

El proceso de recuperación llevado a cabo por el cliente, se ajusta a las fases de recuperación del trauma que propone Herman (2004): Seguridad; Recuerdo y luto; Reconexión. Las fases pueden verse en los siguientes ejemplos:

| Fases | Conversación | Relajación guiada y audición musical | Integración |
|----------------------------|--|--|--|
| SEGURIDAD FASE 1: | Sesión 01: Mi fuerza Tema: Encontrar mi fuerza | <i>Veo una llama... son como pájaros en bandada sobre un fondo negro y una aurora boreal. Me reconforta, me apoya.</i> Durante la pieza: Haydn. Cello Concerto in D. Adagio | El guarda  |
| | Sesión 04: Protección de madre Tema: Estar en calma | <i>Fluye algo por dentro de los brazos y las piernas, es aire, como si estuviera hueco... En el pecho también... es como si me estuvieran meciendo. Me dan gananas de acurrucarme.</i> Durante la pieza: Debussy. String quartet. Andantino | Recogimiento  |
| RECUERDO Y LUTO FASE 2: | Sesión 06: Padre que asfixia Tema: Hay algo que no recuerdo | <i>Hay algo, hay alguien..., tengo miedo... Es negro, oscuro, aplasta, comprime, hace pequeño... Quiero intentar que la habitación no se siga haciendo pequeña, pero lo de afuera es mucho más grande.</i> Durante la pieza: Saint Saëns. The Swan. Carnival of animals | Entra la noche  |
| | Sesión 10: Integración Tema: Integrar el proceso | <i>Donde empieza un camino termina una vida, en un campo de trigo o al final de una vía. El camino se enreda entre noches y tormentas. De una pequeña semilla envuelta por una piedra, brota la verde yedra. Verde yedra que te guarda, verde yedra que en ti crece, verde yedra que se enreda en tu cuerpo cuando muere.</i> Durante la pieza: Mercedes Sosa. Volver a los 17 | Enredo  |

Resultados

Durante el proceso el cliente dejó de consumir y encontró la ilusión por retomar hobbies y aficiones. Conectó con el dolor por un padre maltratador, que le mostró una infancia carente de amor y cariño. El conectar con el sufrimiento, la tristeza y el anhelo de amor durante las primeras sesiones le llevó a sentir rabia, ira, miedo y traición haciéndole, finalmente, dar valor al dolor que supuso confiando en un nuevo comienzo del que tomó responsabilidad, mostrando su capacidad de perdonar y vivir en el amor.

Conclusiones

El proceso de terapia GIM proporcionó un medio seguro donde explorar y conectar con la fuerza interna, permitiendo acceder a recuerdos traumáticos y procesarlos iniciando de este modo el comienzo de la sanación. Este tratamiento especializado aplicando musicoterapia, resulta eficaz y rápido para abordar el trauma psíquico y su recuperación.

Bibliografía

1. HEARNS, M. (2009-2010). Journey beyond abuse. Healing through Music and Imagery. Journal of the Association for Music and Imagery, 12, 47-50
2. HEIDERSCHEIT, A. (2017) The effects of the Bonny Method of Guided Imagery and Music (GIM) on interpersonal problems, sense of coherence, and salivary Immunoglobulin A of adults in chemical dependency treatment. Music and medicine an interdisciplinary journal. Especial Edition: Music Therapy an Addictions. Vol 9, No 1. 24-36.
3. HERMAN, J. (2004). Trauma y recuperación: Cómo superar las consecuencias de la violencia. Madrid: Espasa-Calpe.