

“LA NIÑA JULIA Y EL ESCRIBIDOR: UNA FORMA NO-HABITUAL DE EXTERNALIZACIÓN”

Autor: Jordi Freixas

Recibí la llamada telefónica de un amigo que me contó que la hija de su socio había tenido un accidente y me preguntó si yo accedía a verla. Le respondí que por supuesto.

Al día siguiente llamó el socio y me contó que su hija, la mediana, había sufrido un accidente en una atracción de una feria. Una barra de hierro mal sujeta se le había caído sobre un dedo y le había causado una herida seria. Por suerte, no le habían amputado el dedo –como muy bien hubiera podido suceder-, pero su hija había pasado por un tratamiento que había durado un mes y medio, con una intervención quirúrgica e inmovilización. Después había hecho rehabilitación. La familia quería obtener, por lo menos, una compensación económica y puesto que además del daño físico su hija –Julia- había sufrido un daño psicológico, me pedía si yo, como especialista en psiquiatría, podía redactar un informe al respecto.

Le pregunté un poco por las consecuencias y, entre otras cosas, me dijo que Julia estaba preocupada por el crecimiento de la uña, que se le había caído y le volvía a crecer de forma “rara”. Además, me dijo, sus compañeros de escuela bromeaban a propósito de ello y le decían que lo que tenía era “una pezuña”.

Por supuesto, accedí a ver a Julia y convinimos una cita a una hora que fuera compatible con su horario escolar.

Una vez en mi consulta, el padre se sentó en una silla y Julia en mi diván. “No sabía que tuvieras un diván”, comentó el padre. “Creo que a Julia le ha gustado”, dije. Y el padre le preguntó a Julia: “¿Quieres tenderte en el diván?” Julia dijo que no.

Le pregunté a Julia si sabía porque estábamos juntos en ese lugar. “Por mi dedo”, dijo.

Le pregunté qué le ocurría a su dedo y me dijo que no lo movía.

Le pedí que me lo mostrara y lo hizo. “Se me pone azul de no moverlo”, dijo. “Y mantiene los otros dedos separados de él”, añadió el padre.

Entonces le pregunté a Julia cómo había sido el accidente. Empezó a contarme que se había subido a un pulpo... y se echó a llorar.

Yo me senté a su lado y la abracé. Le di un Kleenex y, en cuanto se tranquilizó un poco le pregunté cuántos años tenía (“10”) y si iba a 5º curso (“sí”).

Y qué actividad de la escuela le gustaba más (“La danza”).

“Supongo que es una actividad extraescolar, dije. ¿La haces en la escuela?”

Julia y su padre me contaron que sí, que la escuela tenía una profesora de psicomotricidad que era bailarina y que después del horario escolar daba clases de danza.

Seguí preguntando y me contó que hacía danza moderna y que había empezado a los 5 años, hacía 5 años.

También le pregunté quiénes eran sus amigos en la escuela (eran sobre todo las niñas de la clase; los niños eran bastante tontos) y qué le gustaría ser de mayor. “Profesora de bebés”, me contestó. Aclaré que si se refería a trabajar en una guardería y le pregunté si también le gustaría ser bailarina (“Sí”).

Con sus amigas le gustaba sobre todo hablar. Comentamos los programas de televisión que le gustaban.

Le pregunté a Julia cómo serían las cosas si lo del dedo dejara de preocuparla. “No sé”, respondió. Yo le pregunté cómo empezaría el día. Sugerí que levantándose. Y a continuación ¿se ducharía? (“No”).

“Somos cinco en casa, dijo el padre y sólo tenemos 2 cuartos de baño. Yo creo que lo primero que harías –dijo dirigiéndose a Julia- sería ir a molestar a tu hermano, como antes.” Julia asintió.

Entonces le dije que sabía que le habían tenido que coser el dedo y que se lo habían vendado e inmovilizado con una férula. Me dirigí a su dedo y le pregunté si lo había pasado mal. Julia pareció sorprendida. Su padre dijo:

“¿Qué te parece?”

Yo le propuse a Julia que ayudase a su dedo a expresarse, porque a su dedo le resultaba difícil.

Julia estuvo de acuerdo en que el dedo diría que lo había pasado mal.

Le pregunté si ahora estaba un poco mejor. El padre de Julia iba a intervenir pero le pedí que dejara que el dedo se expresara por sí mismo. Julia creía que el dedo diría que sí.

También le pregunté si le gustaría moverse más: “sí”.

Julia se iba recostando cada vez más en el diván y le hice notar que en los pies del diván había un felpudo, para que la gente apoyara en él los pies sin necesidad de descalzarse. Le invité a que ella también lo hiciera. La idea le gustó y lo hizo.

Así tendida, mantenía la mano a la altura de la cabeza, lo cual me permitía hablar bien con su dedo mientras ella, relajadamente, ayudaba a su dedo a contestar.

Le pregunté al dedo si se sentía muy enfermo. Me contestó que algo, pero no mucho.

Le pregunté si consideraba que estaba mejor que cuando le habían quitado el vendaje. “Sí”. Y que cuando la rehabilitación había terminado.

Aquí intervino el padre para explicar que la rehabilitación no había terminado todavía y que seguían haciendo ejercicios con una pelotita de goma. Le pregunté al dedo si le gustaba hacer los ejercicios o si le parecían un poco aburridos “Un poco aburridos”. Quién le ayudaba a hacer los ejercicios. “Los padres de Julia”.

“Y Julia también, dije yo”. “Sí”. Le pregunté si cada día estaba más fuerte. “Sí”. Y cómo le había ayudado Julia. Yo creía que Julia era una buena cuidadora porque de mayor quería ser profesora de bebés.

El padre intervino diciendo que Julia podría coger el dedo y acariciarlo, como se hace con un bebé. Julia pareció estar de acuerdo, aunque le daba un poco de risa.

Entonces le dije al dedo que era un dedo muy valiente porque, a pesar de que hubiera tenido un susto muy grande y hubiera estado inmovilizado durante un mes y medio y que el susto hubiera hecho que tuviera miedo de moverse, cada día se movía cuando se ejercitaba con la pelotita y que esto lo hacía para poder moverse más adelante, aunque ahora le costaba un poco porque todavía tenía algo de miedo.

También felicité a Julia por haber sido tan valiente y haber podido ayudar a su dedo y le dije que tenía confianza en que podía seguir ayudándole como lo había hecho hasta entonces y que esto bastaría para que el dedo pudiera moverse como una bailarina.

Julia pareció estar de acuerdo y con esto terminamos la entrevista.

Al cabo de un par de días llamé al padre de Julia que me dijo que le había parecido muy bien lo que yo había hecho, pero que él lo había pasado muy mal. Le pregunté qué le había ocurrido y me dijo que no tenía idea de que el sufrimiento de Julia fuera tan grande. Quedé sorprendido al oír esto de un fornido hombre de negocios. Yo le llamaba para anunciarle que le mandaría un cuento por e-mail y pedirle que lo leyera para ver si le parecía adecuado para Julia y si contenía alguna información inexacta.

Mandé el cuento y recibí en respuesta este e-mail:

Hola Jordi

Muchísimas gracias por tu

Emotivo y magnifico cuento. Ahora se lo

Paso a Julia, pues esta todavía

En clase de ingles.

Creo que le puede ayudar

Muchisimo, tu apoyo

Te llamo mañana

Saludos

Enviado desde mi iPhone

Hablo de una forma no-habitual de externalización porque habitualmente lo que se externaliza es el problema. En este caso decidí externalizar al que sufría el miedo que era el problema. De esta forma, en el relato Julia quedaba reconocida y capacitada (empowered) y se ponía en primer plano su agencia personal, lo cual me pareció que sería lo más útil. De haber externalizado el miedo, creo que el camino a seguir hubiera sido mucho más largo y complicado –es sólo una opinión.

He aquí el cuento que le mandé a Julia:

EL DEDO QUE TENÍA MIEDO

Había una vez un dedo que se subió a un pulpo en un parque de atracciones. Y le cayó una barra de hierro encima y le hizo mucho daño. Le hizo una herida de la que salía mucha sangre y el dedo pensó que tal vez se moriría.

Lo llevaron al Hospital y lo curaron. Pero no fue fácil. Le cosieron las heridas, lo vendaron y lo inmovilizaron. Cuando le quitaron las vendas, se le había caído la uña. Pero sobre todo tenía muchísimo miedo. El miedo que había tenido cuando le cayó una barra de hierro encima no había disminuido.

Y lo que es peor, era un miedo tan fuerte que se contagiaba. El dedo estaba en la mano de una niña de 10 años que estudiaba 5^o que se llamaba Julia. Y el miedo subió por la mano y el brazo y se le contagió a Julia. Y de ahí se contagió también al padre y a la madre de Julia.

Después de curado, el dedo hizo rehabilitación. Le ayudaron Julia, que le movía y los padres de Julia que le decían cómo debía moverlo, tal como el traumatólogo les había explicado. Los padres de Julia iban teniendo cada vez menos miedo, a medida que veían que el dedo se iba curando bien.

Pero el dedo se había quedado paralizado de miedo. Casi no se movía. Tan poco que se ponía azul. Y se mantenía a distancia de sus hermanos, los otros dedos. Él era el hermano del medio, pero era el más alto de todos. El hermano mayor y el más pequeño eran los más cortos, pero el hermano mayor –y el más grande- era muy fuerte y muy diestro. Sabía y podía hacer cosas que los otros dedos no podían hacer. El hermano pequeño, en cambio, más bien tenía un poco de celos del dedo corazón.

Y así como se le había contagiado el miedo, a Julia también se le había contagiado la parálisis. El dedo estaba -casi- paralizado físicamente. Siempre inmóvil. Y a Julia se le habían paralizado las emociones. Era como si sólo pudiera pensar en su dedo y en el miedo. Como si una película se hubiera quedado atascada y sólo proyectara una imagen, siempre la misma.

Además, cuando el dedo volvió a la escuela con Julia, los niños y las niñas de la escuela se burlaban de él. Le decían que tenía una uña muy fea. Y eso empeoraba las cosas, porque hacía pensar a Julia que si los demás hacían tanto caso de todo esto, debía significar que la cosa era muy seria. De modo que el dedo no se atrevía a moverse, temiendo que cualquier movimiento que hiciera podía hacerle daño. A veces le parecía que era muy frágil y que se podía romper en cualquier momento, como si fuera de cristal o de porcelana.

Pero el dedo tenía mucha suerte: de mayor, Julia quería ser profesora de bebés porque le gustaban mucho los bebés y, además, le gustaba mucho la danza, por lo que también quería ser bailarina. Y había aprendido a moverse y sabía que al principio cuesta hacer según qué movimientos y qué pasos de danza, pero que después se aprende y uno tiene la impresión de que lo es lo más fácil del mundo.

Además, los padres de Julia la querían mucho y querían ayudarla tanto como pudieran.

Poco a poco la fueron ayudando a pensar en otras cosas que no fueran el dedo y el susto y así Julia empezó a no estar tan inmovilizada por el miedo.

Entonces Julia pudo empezar a cuidarse de su dedo que tenía tanto miedo como un bebé en la guardería cuando tiene hambre o tiene sed o tiene el culo escocido y no sabe lo que le pasa y por eso tiene mucho miedo y llora de miedo. Le acariciaba, le cantaba canciones y sobre todo le hacía sentir que se le pasaría y que un día, más adelante, sería un dedo mayor y sabría hacer muchas cosas.

Y poco a poco el dedo comenzó a moverse. Aprendió varios pasos de baile que le enseñaba Julia. Al principio le costaba mucho y pensaba que no le saldrían, pero luego aprendió un poco y vio que sí podía hacerlos.

Entonces Julia se puso muy contenta y tuvo mucho menos miedo. Y al ver que el dedo y Julia tenían menos miedo los padres de Julia también se pusieron más contentos y toda la familia se puso contenta porque así como el miedo se contagia, estar contento también se puede contagiar.

Y el dedo sabía bailar mejor cada vez, los padres tenían que insistir menos a la hora de levantarse para que todos en casa espabilaran. Decían "¡Venga, vamos!" Y "¡Vístanse!" y "¡Tómense la leche!" Menos veces y menos fuerte, de manera más relajada.

E incluso Julia por la mañana se levantaba a la primera e iba a molestar a su hermano mayor con tantas ganas como siempre.

"Y así quedó demostrado que Julia era una chica muy valiente y que su dedo era un dedo muy valiente; porque hay que ser muy valiente para vencer un miedo tan fuerte."

Una semana después de mandar el cuento por e-mail recibí una llamada telefónica del padre de Julia en la que me dio las gracias y me dijo que a Julia le había hecho mucha ilusión recibir el cuento. Se había puesto muy contenta, le había pedido mi e-mail a su padre y había corrido a mandarme ella un e-mail. Su padre le había preguntado: "Y ¿qué le has escrito?" y Julia había respondido "¡A ti te lo voy a contar!".

El padre había estado muy contento de que a los 10 años Julia tuviese una noción tan clara de lo privado de su relación conmigo.

Por desgracia, yo no había recibido su e-mail, lo cual el padre atribuyó a que Julia podía haber escrito incorrectamente mi dirección electrónica. Y me dijo que le ayudaría a teclearla correctamente, sin querer averiguar nada del contenido del mail.

También añadió que se veía a Julia más contenta y que movía bastante más el dedo. Según él, el hecho de que yo hubiera definido el problema como "miedo" y que le hubiese dicho que ella era valiente y tenía la capacidad para vencer ese miedo debía de ser lo que a Julia le había gustado de mi carta.

Para entonces, yo estaba en la cama con gripe, se lo dije a su padre –por mi voz era bastante evidente–, y él me deseó que me mejorara pronto. Ese día por la noche recibí un e-mail de Julia que decía:

Sara escribió:

Mañana te envío el Mail.besos. Que te mejores julia
Enviado desde mi iPhone

(Enviado, pues desde el iPhone de la madre de Julia). Ahora Julia me lo había podido mandar a mi dirección electrónica correcta

A lo cual respondí en seguida:
MUCHAS GRACIAS, JULIA. Trataré mejorarme lo antes que pueda
Espero el mail con impaciencia.
Un beso.

Y el Cabo de 24 horas recibí la respuesta de Julia:

Hola k tal? Ya he leído el cuento lo del principio (habia una vez un dedo k subió a un pulpo) esto cuando lo leí me puse a llorar por k yo creo k me recordó todo lo k pasé. Pero todo lo otro fue súper lindo!! Gracias Pora hacer me este cuento. Ahora yo t haré otro para ti: Habia Una vez un señor k se llamaba Jordi freixas era un señor muy amable kon la gente y un Día una niña k se llamaba Julia y k fue a su consulta y la trató muy bien su padre y Jordi ya se conocían entonces cuando terminaron le dio las gracias por ayudar-la. Y al cabo de unos días Jordi estaba resfriado y Julia como k él la ayudo ella decidió llevarle una poción para k se le pasara y se la dio y se curó UN CUENTO PARA JORDI!!
Dios Kissss Juliaaaa!
k igual a k!

Yo me sentí Muy contento y le contesté:

Hola Julia!
¿Qué cuento tan bonito!
Sí, necesito una poción para curarme. Pero me ha gustado tanto tu cuento y me ha hecho tanta ilusión recibirlo, que ahora ya me siento mejor. Creo que tu cuento funciona un poco como una poción.
Me sabe mal que al comenzar a leer mi cuento te hiciera llorar lo que recordaste del accidente. Y estoy contento de que la continuación la encontraras linda.
Ahora se me ocurre que mi cuento quizás también podría funcionar un poco como una poción para tu dedo y eso también sería súper lindo!! A ver ...
Y si quieres que volvamos a vernos, dímelo o díselo a tus padres. Y muchos besos. Dios.

A partir de entonces, Julia y yo nos fuimos mandando e-mails.
He aquí los que ella me mandó:

02/25/

Hola Jordi tienes rason tu cuento si k es como una posion!! a y k tu as dicho k te sabía mal k el principio me hiciera pena tu cuento pero no pasa nada. A si y otra que si k te quiero volver a ver nose cuando podre venir pero tengo muchas ganas de verte, ¿sabes k? k te agregado en el msn pero dice el papi k no me recibiste! Bueno ESTE mensaje es mucho más corto k el del otro día!! dios muchos bsos Juliaaaa!

Hola Jordi siempre estoy esperando tu Mail cual es tu serie favorita? Dios

26

Hola Jordi k tal? Mi serie favorita se física o química y tú ves el barco? Yo si

también es muy wai como se llama tu hija? Tú también nos puedes venir a ver a cxxx pxxx nose cuando te pudre venir a beber pk mis padres están en China!! Dios espero k me contestes pronto bsos Juliaaa! k = que, pk = a porque ok?
Dios

26

No es una urbanizcion cxxx pxxx es donde vibo yo esta un poco lejos de Barcelona pero bueno vendrás? Yo y el papi si tú quieres venir te vendremos a buscar en donde trabajas y te traeremos en nuestra casa "en cxxx pxxx" ok?
Dios bsos julia me dices si quieres venir o no ok? Dios bsos julia!

2 / 3

Hola Jordi mis padres volvieron ayer de China! dios bsos julia

7

Hola Jordi mis padres de China me han traído un disfraz de China con unas sapatos y mhe lo puse para carnaval "El disfraz"

Bueno dios bsos Julia

19

Hola Jordi k tal? espero k mb bueno lo k te quería decir era k mi padre ya me ha dicho cuando vamos ha ver será, dentro de poco ahora no te puedo decir el día exacto pero bueno dios muchos bsos Julia

30

Hola Jordi que tal? espero k mmuuyybieen! qué día es tu cumple? Espero tu mail con impaciencia adios muchos besos Julia = D Jordi eso = D ponlo derecho adios

5 / 4

Hola Jordi no sabía que era el cumple de tu hija Dile felicidades de mi parte

Un mes después de este e-mail, Julia acudió con su padre a mi consulta. Tuvimos una conversación y le propuse a Julia que la resumiéramos en otro cuento. Así lo hicimos, con aportaciones del padre de Julia. Fui tomando notas y le dije que le mandaría el cuento por e-mail, pero Julia quiso que se lo leyera en seguida, de modo que le leí un borrador que se parecía mucho a la versión definitiva. Hela aquí:

"EL DEDO Y SU CLUB

Después de que le cayera una barra de hierro encima, a comienzos dicho estaba muy preocupado.

Al cabo de un mes del accidente, un traumatólogo que se llamaba Alexis le raspó la costra, y el dedo tuvo mucho miedo y Julia se mareó. Alexis le enseñó el dedo a su jefe, un traumatólogo de Rxxxx, esperando que le felicitara por lo bien que había atendido al dedo. Y el traumatólogo de Rxxxx, que supuestamente muy inteligente se miró el dedo y dijo:

-Esto está muy mal! La uña no crecerá y tendremos que poner una uña de plástico.

Esto, al dedo le asustó mucho y a Julia la puso de mal humor y triste.

Al principio, la mano lo cogía todo con los demás dedos y el dedo se subía hacia arriba. Estaba muy solo y pedía "Ayuda!, Ayuda!".

Pero no sabía a quién se la pedía, la ayuda.

Y cuando a Julia le hablaban del dedo, ella se enfadaba y lloraba.

Pero al cabo de un tiempo, llegó un momento en que cuando le hablaban del dedo, Julia no hacía caso de lo que le decían. O bien respondía riéndose de los que se burlaban del dedo y recordándoles a ellos que también tenían defectos. A Pol, su hermano mayor -que tiene que llevar gafas-, le decía "!Cuatro ojos!". Y a su hermana Raquel, que ya empieza a entrar en la pubertad y tiene granos, le decía "!Granizado!"

Y eso era porque Julia ya se sentía con ánimos para ayudar el dedo y el dedo se había podido dar cuenta de que a quien le pedía " Ayuda!, Ayuda!", era a Julia. Julia se miraba el dedo y cuidaba de que no le ocurriera nada, que no se diera ningún golpe con las puertas o con la mesa o que no se rozara con los cubiertos a la hora de las comidas. Además de defenderlo cuando lo criticaban de otras personas -sobre todo los hermanos de Julia.

Después, Raquel comenzó a ayudar a defender al dedo cuando Pol le criticaba.

Y así como al principio Raquel decía "!Qué dedo tan feo!" y Julia defendía al dedo diciéndole a ella "!Granizado!", después Raquel empezó a decirle "Este dedo es muy bonito". Una vez le preguntó a Julia "¿Cuál es el dedo que te lastimaste?" Julia se lo enseñó y Raquel dijo: "No veo la diferencia con los demás. No sabía cuál era la mano del dedo que te habías lastimado".

A finales de Abril, al dedo se le cayó la uña. Tanto él como Julia se asustaron. Pensaron que el dedo se quedaría sin uña y que tendrían que ponerle una uña de plástico. Pero se dieron cuenta de que debajo de la uña muerta que se había caído estaba saliendo otra uña mucho más delgada y mucho más tierna, que iba creciendo y haciéndose mas fuerte cada día.

Mientras tanto, y como ya no tenía tanto miedo, Julia fue hablando de dedos con otros niños y niñas y así se formó el CLUB DE LOS DEDOS.

Lo formaban:

-Alberto, que ya estudia ESO y que en 6^o se había pillado el dedo con una puerta y le había quedado la uña que sólo se le aguantaba por un hilo de uña y a finales de 6^o ya se le había curado.

-Una niña que también se llamaba Raquel -como la hermana de Julia-, que era pariente del marido de la hermana del padre de Julia e iba al cole en Barcelona, que se había hecho daño con una silla plegable en el mismo dedo de la misma mano que Julia, pero la herida en lugar de longitudinal había sido transversal. Esta Raquel explicó que le había saltado la uña y se había quedado sin uña, y luego le había vuelto a crecer.

- Una niña que se llama Tania, que es un poco tonta y que iba al Instituto del lado de la escuela de Julia. Tania dijo que se había pillado un dedo con la puerta del coche, pero no quiso mostrárselo a Julia.

E incluso la madre de Julia, parecía que quisiera formar parte del CLUB DE LOS DEDOS, porque fabricando un árbol de papel para el Festival de Canto de a escuela de Julia, se hizo un corte en el dedo con un cutter.

Después de tantas aventuras y ayudado por Julia, su hermana, y los miembros del CLUB DE LOS DEDOS, el dedo de Julia se sintió más fuerte y tuvo mucha menos miedo y el día 8 de Mayo, Julia hizo el pino y la rueda, lo cual Julia no había hecho nunca, porque Julia se había hecho mayor y el dedo ya no tenía miedo de hacerse daño, y pudieron ayudarse uno a otra para hacer el pino y la rueda."

Al día siguiente recibí un nuevo mail de Julia, que decía:

"6 / 6

Holaaa Joordii qquuee ttaal? yyoo mmmuuyybbieeen ii eessppeerroo qquuee ttuuu ttaaammmbbieen y tee quueriiaa ddeciirr qquuee mmeiis mmaaadrree ttaammmbbieen TTIEENEE qquuee sseer ddeel ccluubb ddeel ddeeddo ii nnoo ppoorr Loo ddeel ccuuttee SSII nnoo ppoorquuee ttaammmbbee SSEE ccoortto ccoonn uunn ccuucchiilloo ii mmii aavvuelooo ttaammmbbieen TTIEENEE qquuee ssseer ddeel ccluubbb ppoorquuee ttaammmbbieen SSEE aaabrrriiooo eel ddeeddo ccoonn unnaa ppuerrraa ddee uuunn cccocchee"

DE modo que tuve que modificar el penúltimo párrafo del cuento que quedó así:

"E incluso parecía que la madre de Julia quisiera formar parte del CLUB DE LOS DEDOS, porque fabricando un árbol de papel para el Festival de Canto de la escuela de Julia, se hizo un corte en el dedo con un cutter. Y también era del CLUB DE LOS DEDOS porque se cortó un dedo con un cuchillo y resultó que el abuelo de Julia también era del CLUB porque se había abierto el dedo con una puerta de un coche."

Durante nuestra última conversación, habíamos acordado con Julia y su padre que Julia ya estaba bien y que no era necesario que volviera a verme. Pero que si en cualquier momento sentía el deseo de comunicarme lo que fuera, me mandaría un e-mail y si aparecía alguna situación que preocupara a sus padres ellos me llamarían por teléfono.

Lo cual a todos les (nos) pareció bien.