

# Elementos Curativos en la Psicoterapia de Grupo

Dr. Andrés Castañón Rodríguez \*

Vamos a analizar en este trabajo, cada uno de los elementos que, en mi experiencia, intervienen en el proceso curativo de la Psicoterapia de grupo y están presentes, en una u otra proporción o combinación, en todos los estilos terapéuticos existentes.

No nos vamos a referir aquí a cada uno de los modelos psicoterapéuticos utilizados, pues ello nos llevaría a un análisis exhaustivo debido a la proliferación de las técnicas más diversas, que varían desde aquellas que trabajan con sensaciones y emociones primitivas, a las de concepción más resolutivas, en las que me incluyo, y que son coherentes con la idea de que el paciente identifique sus acciones fundamentales patógenas y las sustituya por acciones específicas ajustadas a la realidad, abandonando modos de conducta conflictivos.

Pasamos directamente a la enumeración y posterior descripción de cada uno de los elementos terapéuticos básicos que intervienen en la dinámica grupal:

1) Reconstrucción del grupo familiar primario.- 2) Concienciación de la problemática individual "Insight".- 3) Cohesión grupal.- 4) Catarsis y liberación de emociones.- 5) Imitación de formas de conductas sanas.- 6) Adaptación socio-ambiental.

1.—Reconstrucción del grupo familiar primario.-

Es de destacar la importancia que el grupo familiar primario tiene sobre el desarrollo de la personalidad. El paciente entrará en el grupo tratando de actuar de la misma forma que lo hizo en su grupo primario, percibirá la dirección del terapeuta y éste se convertirá en una figura de autoridad más, repetitiva de las de su infancia y percibirá también a los demás integrantes del grupo como sus propios hermanos, con los que tendrá que rivalizar como lo hizo en su infancia.

En este medio ambiente propicio tenderá, una vez más, a la repetición de su conflicto fundamental y nos hablará monotemáticamente "de la infinita variedad de lo mismo" ya que todo ser humano tiende a la repetición de ciertas estruc-

---

\* Psiquiatra, Miembro del Departamento de Medicina, Centro Médico de Caracas.

turas conflictivas fundamentales cualesquiera que sea su cultura. Como así lo ha demostrado la corriente estructuralista en su análisis exhaustivo de los relatos. Propp (1) Lévi-Strauss (2).

Como dice E. Liendo (3) "La realidad psíquica marxisista del paciente, su mundo simbólico, está estructurado diadicamente a partir de dos personajes interactuantes: el personaje ego, que el paciente tiende a asumir en todas las interacciones en que interviene y el personaje alter, que el paciente tiende a incluir y a percibir en cada persona que se lo permite o se lo estimula.

Dentro de la dinámica de grupo enseguida aparecerá este conflicto entre ego y alter, es decir entre el paciente mismo y la forma característica de percibir a los demás. Este mundo personalístico y diádico será trabajado por el terapeuta y demás miembros, y se elaborará una actitud correctiva de las experiencias primarias patológicas, que impiden el pleno desarrollo de la potencialidad del individuo.

## 2.—Concienciación de la problemática individual "Insight".-

Siguiendo el análisis histórico que el individuo emprende dentro de dinámica de grupo llega a la comprensión de su actitud fundamental patológica como un proceso derivado de su grupo primitivo, ahora revivido en el grupo terapéutico y corregido según experiencias más realísticas, que le conducen al reconocimiento de sí mismo y de su actuación fundamental con respecto a los demás. En este aprendizaje el paciente toma conciencia de él y su visión personalística del mundo circundante, modificando su conducta según una nueva aprehensión de la realidad, no actuando en función de experiencias pasadas sino adaptando su estructura psíquica interna a las nuevas experiencias que el grupo le va proporcionando.

## 3.—Cohesión grupal.-

Clásicamente la cohesión grupal es definida como la atracción de un grupo por sus miembros y sería la resultante del nivel de atracción y aceptación de cada uno de los individuos por el grupo.

La mayoría de los enfermos psiquiátricos se perciben a sí mismos como carentes de valores, en sus fantasías imaginan un rechazo continuo por parte de los demás que, evidentemente, ellos mismos hacen presente con su actitud de reserva y desconfianza. Para muchos el grupo es la primera experiencia vivencial en la que ellos son aceptados, comprendidos e integrados en un micro-cosmos. Ese sentido de pertenencia a una sociedad, que les comprende y les acepta, les da seguridad para interaccionar y explorar sus posibilidades en otros ambientes, y esa seguridad en sí mismos les hace comportarse de una forma más libre, menos centrada en su argumento patológico, obteniendo formas de conducta más eficientes. Es decir el grupo sirvió como un micro-cosmos donde el paciente pudo explorar sus posibilidades de interacción exitosas y proyectarse, más tarde al mundo exterior: macro-cosmos.

Yalom (4) realizó un trabajo de investigación en el cual examinó, al final de un año, a 40 pacientes que atendieron terapia en cinco grupos distintos. El grado de mejoría de sus síntomas, funcionamiento general y relaciones, fue comprobado por medio de un cuestionario y una entrevista psiquiátrica. Los resultados fueron relacionados con una serie de variables que habían sido medidas en los primeros tres meses de terapia. Resultados terapéuticos positivos se correlacionaban sola-

mente con dos variables predictivas que son: "cohesión grupal" y "popularidad". Es decir los pacientes que eran más atraídos por el grupo y los que gozaban de popularidad en él, eran los que tenían mejores posibilidades terapéuticas.

#### 4.—Catarsis y liberación de emociones.-

La liberación de las emociones es un factor importante en el proceso de curación que se inicia dentro de la dinámica de grupo pero, evidentemente, no es una meta en sí misma como quieren significar algunos de los sistemas terapéuticos que han proliferado en la actualidad, basándose únicamente en la expresión de las emociones, sin llegar a un entendimiento de la problemática presente. Ello no conduce a nada, por el contrario, hace más demostrativa la patología del paciente y en el caso de procesos psicóticos se les induce a la manifestación repetitiva de su mundo patológico delirante, como en el caso de algunos de mis pacientes que tras la asistencia a uno de estos grupos, experimentaron la exacerbación de sus síntomas psicóticos con el deterioro consiguiente en su equilibrio psicosocial.

Vemos, pues, que la liberación de las emociones siendo en sí un elemento curativo al ventilar las emociones reprimidas y crear un mayor nivel de comprensión y tolerancia, por parte de los demás, puede convertirse en un factor negativo cuando se utiliza únicamente como una repetición infructuosa del mundo primitivo y patológico del paciente.

#### 5.—Conducta Imitativa.-

La imitación de la conducta del terapeuta es un elemento muy significativo no solamente en psicoterapia individual sino también en el grupo. El Psicoanalista Inglés Bion (4), dice al respecto: "El primer supuesto básico consiste en que el grupo se reúne a fin de lograr el sostén de un líder para instruirse material y espiritualmente y para obtener protección". Igualmente la observación y posterior imitación del proceso curativo, que tiene lugar en algunos de los participantes es de suma importancia para el resto del grupo. Por eso considero interesante traer ocasionalmente al grupo, a pacientes que ya han mejorado y que pueden contribuir con sus experiencias a la mejoría de los demás. Ello no solamente les da unas metas a seguir sino que les crea esperanza en su propia curación y según investigaciones recientes (6) la alta esperanza en el tratamiento está correlacionada con la mejoría y curación. Es decir a mayor esperanza más posibilidades de curación.

De cualquier forma, aunque la conducta imitativa generalmente sea de corta duración, le sirve al paciente para salir de la rigidez de conducta anterior, rompiendo moldes neuróticos y ayudándole a identificar su forma auténtica de estar en el mundo. Permittedose realizar formas de conducta, observables en los demás, que el paciente antes evitaba porque temía, de manera inconsciente, las "desastrosas consecuencias" (7) que esas conductas podrían tener en su vida.

#### 6.—Adaptación Socio-ambiental.-

A través de la interacción en el grupo el paciente aprende a identificar ciertas conductas desajustadas que impiden su adaptación socio-ambiental. Una vez identificadas esas conductas conflictivas, se le estimula el aprendizaje de nuevos hábitos sociales y se le imparte información precisa acerca de como lograr esos cambios adaptativos en el medio ambiente, de una manera específica para cada paciente y para cada situación. En este sentido el terapeuta debe ser decidido,

buscando la ayuda necesaria, primeramente en el grupo pero también, si ello fuera necesario, en otras personas significativas que puedan influir decisivamente en la vida del paciente, invitándoles a actuar como aliados terapéuticos. Asimismo se deben utilizar todos los recursos sociales e institucionales al alcance, para la total recuperación del paciente en su adaptación socio-ambiental.

Con el análisis de cada uno de estos factores queremos crear cierto orden metodológico en el disperso panorama de la psicoterapia de grupo, identificando los elementos que pudieran ser básicamente curativos para cada una de las patologías a tratar y buscando así una interacción más específica para cada caso. Esquema que, por otra parte, queda abierto a las predicciones e hipótesis científicas emitidas dentro de la dinámica de grupo y su posterior validación, tal como sucedería en toda situación experimental.

## RESUMEN

En el presente trabajo, el autor hace un análisis de los elementos curativos en la psicoterapia de grupo, basado en la experiencia adquirida de su entrenamiento en la Tavistock Clinic de Londres y posterior experiencia personal.

En un intento de hacer los procedimientos psicoterapéuticos más científicos, se identifican, dentro de la psicoterapia de grupo, elementos curativos básicos con los que cuenta el terapeuta, pasando a enumerar cada uno de ellos:

1) Reconstrucción del grupo familiar primario.- 2) Concienciación de la problemática individual "Insight".- 3) Cohesión grupal.- 4) Catarsis y liberación de emociones.- 5) Imitación de formas de conductas sanas.- 6) Adaptación socio-ambiental.

A partir del análisis detallado de cada uno de estos elementos, se logra la creación de un esquema referencial, dentro del cual se puede utilizar una metodología de trabajo, abierta a hipótesis y validaciones científicas que daría un cierto orden al disperso panorama de la interacción psicoterapéutica grupal.

## REFERENCIAS

- 1 PROPP V. "Morfología del cuento". Ed. Fundamentos.
- 2 LEVI - STRAUSS, CL. "Antropologie Structurale" Plon, Paris 1959.
- 3 GEAR Y LIENDO "Psicoanálisis del paciente y del ambiente". Ed. Nueva Visión, 1976.
- 4 YALOM, I. D "The theory and practice of group psychotherapy". Basic Books, London 1970.
- 5 BION W. R. "Experiences in groups". Tavistock Publications.
- 6 GOLDSTEIN A. P. "Therapist patient expectancies in Psychotherapy". Pergamon Press, N. Y. 1962.
- 7 EZRIELI, H. "A psychoanalytic approach to groups treatment" British Journal of Medical Psychotherapy 123,59.