

PRESENTACIÓN DEL LIBRO “LA PSICOTERAPIA DE GRUPO EN LOS SERVICIOS DE SALUD MENTAL”

Rosa Gómez Esteban,
Madrid, 18 diciembre de 2018

Los padecimientos subjetivos, que se denominan paradójicamente “**enfermedades mentales**”, son procesos muy complejos producidos por una multiplicidad de factores biológicos/psicológicos/grupales y sociales que requieren ser abordados desde diferentes **disciplinas** en estrecha colaboración y con los **instrumentos terapéuticos** adecuados.

Uno de los instrumentos más eficaces han sido **las prácticas grupales terapéuticas**, que se han desarrollado en paralelo a la constitución de “lo grupal” como campo de conocimiento, a lo largo de casi un siglo.

La psicoterapia grupal adquiere difusión y relevancia a partir de la segunda guerra mundial, y se **inscribe en la historia del siglo XX** con los nombres de Bion, Foulkes, Moreno, Pichon-Rivière, Anzieu, Kaes, Bauleo, Lemoine, Quiroga, Odonnell, Pavlosky, Kesselman, Scherzer, y otros muchos autores que han generado diversas líneas de pensamiento a lo largo de estos años.

Los profesionales que integramos la Sección de Psicoterapia de Grupo de la A.E.N. sabemos que el sufrimiento de las personas y **la mayoría de los problemas psicopatológicos** que atendemos en los Servicios de Salud Mental se producen en grupo, en la red de relaciones sociales y familiares, y son **efecto de vínculos patógenos**.

Por ello **en el tratamiento del sufrimiento colectivo priorizamos lo grupal, la psicoterapia de grupo**, porque sabemos que el sujeto se enferma en sus grupos de pertenencia, y puede mejorarse de ese malestar, de ese “goce sufriente”, en grupo.

La práctica clínica grupal ha evidenciado su potencialidad terapéutica en el sufrimiento individual, en todo tipo de psicopatologías, edades y dispositivos de salud mental. Los compañeros de la Sección de Psicoterapia de Grupo compartimos estas prácticas porque pensamos que **los grupos terapéuticos son imprescindibles para producir cambios subjetivos**, tanto por su teoría y técnica,

SECCIÓN DE PSICOTERAPIA DE GRUPO DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA

y porque además posibilita ofrecer encuadres semanales de psicoterapia en las instituciones de salud mental, y más frecuentes en las psicosis agudas o en las más graves.

Los grupos terapéuticos se constituyen como **espacios de gran interés terapéutico** al lograr que los pacientes **hablen, dialoguen, reflexionen y analicen** sobre las problemáticas que les hacen sufrir en su vida cotidiana. Ya sea, la familia, la pareja, los hijos, el trabajo, la sexualidad, la agresividad, las pérdidas, el desfallecimiento del deseo, la imposibilidad de hacer vínculos, etc.

La psicoterapia de grupo en los servicios públicos ha mostrado ser el instrumento más pertinente para abordar los conflictos intrapsíquicos e interpersonales, porque facilita diversos objetos transferenciales, y múltiples y **complejas transferencias grupales** que enriquecen el proceso terapéutico y permiten analizar la multiplicidad de factores implicados.

En la dinámica grupal, los integrantes se identifican, se distancian, se internalizan unos a otros para generar “**la realidad psíquica grupal**” que es a la vez interior y exterior, aunque en los sujetos Pichón la denomine “grupo interno” (internalización del grupo familiar). En los grupos Kaes lo nombra “Aparato Psíquico grupal”, y Quiroga, “mutua representación interna”, que junto a la tarea son los dos elementos fundantes de la instancia grupal.

El encuadre grupal es un factor terapéutico grupal importante, que va limitando y generando un espacio alejado de las percepciones del mundo exterior. Un espacio que se rige por los tiempos subjetivos, por los tiempos de la historia singular de cada integrante, sin embargo, el coordinador estará en el tiempo objetivo que le permitirá realizar sus intervenciones e interpretaciones, y finalizar el grupo para que vuelvan al mundo real.

Lo grupal se da en un espacio transicional que no es interior ni exterior pero que, a su vez, es interior y exterior, que se genera por la confluencia de las subjetividades y de sus discursos, es una “zona común que incluye la articulación entre los inconscientes de los sujetos” (incluido el equipo terapéutico). Un espacio común, transicional en el que transitan los objetos internos, los vínculos, los modos de relación, pero también los objetos y modos de relación del grupo real, el externo.

SECCIÓN DE PSICOTERAPIA DE GRUPO DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA

Esta “realidad psíquica grupal” compartida es inconsciente para cada sujeto, y es el “latente grupal” que ha de ser develado por el coordinador. Una realidad psíquica grupal que tendrá un funcionamiento relativamente independiente de los sujetos, pero que influirá sobre ellos. Los mecanismos de identificación y los procesos transferenciales facilitarán estos movimientos de externalización del “grupo interno”, y la internalización del grupo real.

El equipo terapéutico, desde su posición de escucha, promueve la elaboración de aquellas experiencias traumáticas que les ha hecho enfermar. A través de la **asociación y lectura de las palabras** de los pacientes realiza la observación e interpretación de las dinámicas grupales, intersubjetivas e intrapsíquicas. Y, de esta manera, permite que los integrantes conozcan la función de los síntomas en su economía intrapsíquica.

En el proceso y a través de la interacción, interrelación, comunicación, cooperación y creación de vínculos entre los miembros y con el equipo terapéutico se posibilita la organización de una **estructura grupal, una red, un tejido vincular** que ofrece apoyo y contención a los movimientos pulsionales de los integrantes, y que generará una dinámica propia que está en función de los momentos del proceso.

La estructura de grupo se va construyendo en el interjuego constante entre lo individual y lo grupal, entre lo idéntico y lo diferente, y en sucesivos movimientos de lo individual a lo grupal y de lo grupal a lo individual, y asimismo en movimientos temporales del aquí-ahora al pasado, y del pasado al aquí-ahora. Las diversas interacciones, relaciones y vínculos intersubjetivos conforman los diferentes subgrupos y el objeto grupal, que además de ser un objeto libidinal es, a su vez, sujeto de un discurso colectivo.

A este discurso colectivo lo denominamos “**discurso grupal**” que se produce a partir de la dialéctica de la palabra y del entrecruzamiento de los discursos subjetivos en el grupo. Un discurso que se produce en el encuentro y en la articulación de los diversos discursos que se generan y en los procesos de significación resultantes de la dinámica grupal. Es un discurso de lo común y de lo diferente que va a tener gran influencia en las elaboraciones de cada sujeto.

SECCIÓN DE PSICOTERAPIA DE GRUPO DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA

El discurso grupal se produce en la asociación en cadena de los **emergentes/significantes grupales**, que son los elementos más significativos acontecidos durante el encuentro grupal; una cadena asociativa que es construida por el equipo terapéutico en base a lo latente grupal y al inconsciente de los sujetos. El discurso del grupo **se lee en la lectura de emergentes** y tiene importantes efectos terapéuticos en los integrantes, ya que las elaboraciones grupales facilitan las individuales y generan nuevas transformaciones subjetivas.

En los grupos terapéuticos se promueve **la capacidad de análisis** y elaboración de los participantes, se da una multiplicación de sentidos que facilitan los procesos de significación y resignificación en un proceso dialéctico de transformación. El diálogo grupal posibilita que aquellos elementos que no pudieron ser significados, porque fueron traumáticos para el sujeto, entren en la cadena asociativa, y esto permite que aquellas representaciones que quedaron reprimidas, denegadas o forcluidas entren en los procesos de simbolización.

En la continuada observación del equipo terapéutico y de la dinámica grupal, los integrantes aprehenden los fenómenos inconscientes que hacen enfermar al sujeto. En el trabajo en común generan un espacio de confianza mutua donde intercambian, sobre todo, palabras, pero también afectos y acciones que favorecen la elaboración de las problemáticas intra, intersubjetivas y grupales. El trabajo grupal produce un “**plus terapéutico**” porque las intervenciones de unos producen “efectos terapéuticos” en los otros; un factor terapéutico grupal derivado de la instancia grupal y de los integrantes como parte de este todo.

Las investigaciones realizadas por autores muy significativos en el campo de la psicoterapia grupal, entre ellos Yalom, muestran los buenos resultados de las terapias de grupo. En lo público se optimizan si son organizados por un **equipo interdisciplinar**, que es la herramienta imprescindible para generar procesos de cambio en los Servicios de Salud Mental. Un equipo que tenga como objetivo ofrecer encuadres terapéuticos que se adecúen a la subjetividad, demanda y psicopatología del paciente.

La Sección se propuso como objetivo desde su fundación que el grupo terapéutico fuera **uno de los principales instrumentos terapéuticos** en los servicios públicos, combinado con psicofármacos cuando se precisara. Esta prioridad se propone por numerosos motivos, porque **permite abordar los**

conflictos interpersonales, aminorar o evitar las repercusiones somáticas de los conflictos emocionales, disminuir las conductas adictivas, el consumo de tóxicos y psicofármacos, reducir las urgencias y hospitalizaciones, acortar los días de hospitalización y decrecer los intentos y actos suicidas.

Y asimismo porque mejora las evoluciones y el pronóstico, reduce la cronicidad y **mitiga el sufrimiento** subjetivo, familiar y social (conflictividad laboral, días de baja, y el ingente gasto en psicofármacos que se da en el momento actual). Y, por otro lado, atenúa el aislamiento familiar y social que es fundamental en las psicosis.

La psicoterapia de grupo ha mostrado **ser muy eficaz en las patologías médicas y en la psicopatología leve/moderada**, pero también en las más graves, en los denominados **trastornos de la personalidad y en todas las psicosis**.

- En las patologías médicas graves mejora la evolución del proceso orgánico y de los síntomas psicopatológicos y les ayuda a **resignificar la enfermedad, el cuerpo y su identidad**.

- En las psicosis, el grupo les ofrece **apoyo en las carencias subjetivas** y un espacio de relación con los otros donde pueden **compartir lo más propio, sus alucinaciones y delirios**, y mostrar la gran ambivalencia en sus relaciones. Les ayuda a construirse un cierto interior, discriminado del exterior; y les ayuda a disminuir su aislamiento y a salir de su encierro personal y social, elementos que son fundamentales para su mejoría.

- En los trastornos de personalidad, el grupo es un lugar de pertenencia, un espacio para hablar de los malos tratos físicos, psicológicos y de los abusos sexuales recibidos por sus figuras significativas. Las diversas situaciones grupales les permite **mejorar de su descontrol pulsional, disminuir su compulsión a la repetición y aminorar sus deseos de autodestrucción**. A través del grupo y en el encuentro con los otros pueden conectar sus afectos con sus actuaciones y representaciones, lo que consigue decrecer sus intentos de suicidio, el consumo de drogas, y los conflictos interpersonales y familiares.

- En los trastornos afectivos ya sea, dentro del campo de la neurosis o de la psicosis, son también de mucha utilidad, el grupo les ayuda a salir de la posición

SECCIÓN DE PSICOTERAPIA DE GRUPO DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA

suficiente, a identificar las pérdidas, a reconocer los conflictos de ambivalencia con los otros y a **elaborar los duelos pendientes o no simbolizados**. En las formas más graves les ayuda a salir de su retraimiento narcisista y a volver a reanudar sus vínculos con los objetos.

- Y en los trastornos neuróticos, el grupo terapéutico les ayuda a disminuir las angustias e inhibiciones, a separarse de las identificaciones imaginarias y alienantes, y a animarles en la **búsqueda de su deseo singular**. El proceso terapéutico les permite observar el inconsciente de los otros y desear conocer el suyo propio.

Los grupos terapéuticos, a través de la **producción conjunta de situaciones vinculares, subgrupales y grupales**, funcionan como lugares de reconocimiento de los otros y de apertura al deseo y conocimiento de uno mismo. La complejidad de vínculos con los otros produce **articulaciones entre el pensamiento, afecto y acción** que genera fenómenos de subjetivación en cada integrante.

El grupo facilita la toma de conciencia de las dimensiones psicológicas y sociales que atraviesan a cada uno, y **a través de un proceso de diferenciación y subjetivación** transforma las identificaciones patógenas familiares en otras menos alienantes. En el **grupo terapéutico se da un proceso de aprendizaje en común con otros que permite** la observación y elaboración de los diferentes modos de relación y vinculación con los otros.

Desde la Sección proponemos que los Centros de Salud Mental, como eje de la asistencia, ofrezcan un **“Programa de Psicoterapia de Grupo”** con grupos terapéuticos dirigidos a todas las patologías, en la niñez y adolescencia, la edad adulta, y la vejez. Un programa que se responsabilice de la formación clínica de los futuros terapeutas grupales y siempre articulado a los programas de formación de la especialidad.

La psicoterapia de grupo ha de ocupar el **lugar central que le corresponde en los Programas Asistenciales y en los de Formación** porque ayuda a elaborar lo traumático y a sostener los procesos de transformación subjetiva.

Termino subrayando los **tres grandes objetivos** que se propuso la Sección en su fundación: el primero, era **potenciar la Psicoterapia de Grupo en los**

SECCIÓN DE PSICOTERAPIA DE GRUPO DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA

programas asistenciales de la red de Salud Mental; el segundo, incluir la clínica grupal, y las teorías y técnicas grupales en **la formación de los futuros psiquiatras y psicólogos clínicos, y en la formación de los especialistas**; y el tercero, promover la **investigación de los encuadres grupales terapéuticos** a nivel intercentros en los dispositivos de salud mental.

“**La Psicoterapia de Grupo en los Servicios de Salud Mental** “ es fruto del trabajo de la Sección y con él conseguimos dar un paso más para avanzar en el cumplimiento del principal objetivo de la Sección; “ lograr una atención psicoterapéutica de mayor calidad en los Servicios de Salud Mental”. Por eso mi mayor agradecimiento al esfuerzo y trabajo de María Jesús de Castro Oller y Ángela de la Hoz Martínez, con las que he tenido la suerte de compartir, editar, y hacer realidad este libro. Y doy la bienvenida a todos los compañeros que os habéis acercado a la Fundación Jiménez Díaz para asistir a la presentación.