

EL PROCESO DE GRUPO COMO MEDIO DE CAMBIO TERAPEUTICO

Marco A. Muñoz*

I. INTRODUCCION

La presente *exposición* tiene como objetivo dar una visión general sobre las utilidades terapéuticas del fenómeno de grupo, sus principales variantes y enfoques actuales. Para ello realizaremos, en primera instancia, una corta revisión histórica sobre el desarrollo de los estudios y reportes acerca del grupo terapéutico y del grupo en general. Luego presentaremos una caracterización y ubicación filosófico-teórica del fenómeno de grupo, para posteriormente centrarnos en las características de los grupos psicoterapéuticos actuales. Por último nos referiremos al grupo dentro de los grandes enfoques actuales de la terapia, haciendo énfasis especialmente en la concepción vivencial y experiencial.

II. APROXIMACION HISTORICA

Tradicionalmente se ha considerado al grupo como un poderoso factor de cambio que influye de manera directa sobre la actividad, las percepciones, las actitudes y los procesos intelectuales de los individuos: Sheriff, (1935); Roethlisberger & Dickson, (1939); Lewin, (1947); Asch, (1951).

Son suficientemente conocidas experiencias tales como la de Lewin (1947) en la cual, empleando como base de operación el grupo pequeño logró cambiar rápida y efectivamente algo tan arraigado, como son los hábitos alimenticios de una población tan numerosa como la norteamericana. O las experiencias sobre percepción de Sheriff, (1935) y Asch (1951), en donde se demostró que el consenso de grupo influye en forma definitiva en tareas perceptuales aparentemente poco influenciables como es la apreciación de tamaños.

*Profesor asistente de medio tiempo. Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Colombia. Psicólogo. Magister en Filosofía.

También podría citarse como experiencia pionera en el área organizacional, el trabajo de Roethlisberger & Dickson, (1939) en donde muestra cómo fue posible subir ostensiblemente la producción industrial por medio de procedimientos de grupo, siendo éstos más efectivos que el dinero y tiempo libre como incentivos.

Actualmente está bastante extendida la utilización del grupo como factor y medio de cambio en la mayor parte de los campos de aplicación de investigación en psicología, desde los trabajos en neurofisiología y percepción en donde emplea cada vez más el concepto de percepción social que el de percepción como fenómeno aislado, hasta la gran diversidad de aplicaciones en psicología industrial y organizacional en donde se trabaja con el grupo en tareas que van desde el entrenamiento de comandos, la preparación de operativos militares, hasta la formación de equipos de trabajo altamente eficientes, organizativos y ágiles como una junta directiva de una corporación o un estado mayor.

Como puede apreciarse, el grupo es actualmente reconocido y utilizado como un poderoso factor de cambio en la mayor parte de las áreas de actividad humana.

En lo que concierne al empleo del grupo como medio terapéutico, los primeros reportes se remontan a la antigüedad con los romanos Celso y Sorano, quienes utilizaron representaciones en grupo, recomendando comedias para los deprimidos y tragedias para los maniacos. Posteriormente, en el siglo XIX, en Francia, Pinel trabajó con actividades grupales como parte central de su terapéutica moral.

En la época actual se emplea en forma de dos tendencias principales: comunidad terapéutica y psicoterapia de grupo.

La comunidad terapéutica se desarrolla a partir de experiencias como la de Sullivan, (1930-1931), que construyó una sala experimental de tratamiento para jóvenes esquizofrénicos, en donde la terapia estaba basada en la interacción de los pacientes. Posteriormente, otros autores como Rowland, (1938) señalan la importancia del medio social hospitalario como factor determinante de la patología; el impulso definitivo a la comunidad terapéutica lo proporcionó la II Guerra Mundial, ante la necesidad de incorporar a la producción la mano de obra de los hospitales psiquiátricos. Es entonces cuando Maxwell Jones funda la primera comunidad terapéutica. Actualmente los diferentes autores coinciden en que la comunidad terapéutica es un sistema en el cual se convierte la institución en una organización con la participación de los pacientes y el personal; por medio de la instauración de grupos de discusión y participación en el gobierno de la comunidad, se programan y realizan conjuntamente diversos tipos de actividades que van desde la solución de problemas diarios de la comunidad, pasando por los problemas personales de los pacientes, hasta la programación de actividades recreativas y de reeducación social. La psicoterapia de grupo en nuestro siglo, surge impulsada por dos factores principales: la escasez de terapeutas individuales y los nuevos enfoques en psicología y psicoterapia que hacen énfasis en la comprensión del individuo, no como ente aislado, sino como miembro de un grupo y cuya actividad está determinada por sus múltiples relaciones.

Las primeras experiencias en psicoterapia grupal se dan en los hospitales, en los cuales se realiza bajo la forma de consejos administrados grupalmente (Pratt,

1905). Posteriormente tuvo diversos enfoques: grupos de discusión, psicodrama, terapia de actividad, psicoanálisis de grupo y otros. Marsh, (1909); Moreno (1910); Slavson, (1920); Wender & Schilder, (1930). Pero en general, la psicoterapia de grupos consiste en reuniones de pacientes, en donde bajo la dirección de un terapeuta se discute, interpreta y/o representa la problemática de los diversos miembros.

III. CARACTERIZACION FILOSOFICO-TEORICA DEL FENOMENO DE GRUPO

Ante la necesidad de enmarcar el proceso de grupo dentro de una concepción total del hombre y sus relaciones, haremos a continuación, con base en los planteamientos de Asch, (1931) una breve caracterización global del grupo dentro del contexto social, para luego plantear algunas de las principales concepciones y modelos acerca de la vida de grupo.

Hombre y sociedad

El contexto en el cual ocurren las acciones humanas es una sociedad, la cual constituye una organización intrincada. Una de sus funciones fundamentales consiste en la producción de la vida material, producción que se hace por medio del trabajo y el cual está inscrito en una organización económica que regula las contribuciones y relaciones de los participantes, dependiendo del grado de desarrollo de la sociedad.

Este proceso productivo en el cual los hombres se enfrentan a la naturaleza, no lo realizan los hombres aislados sino en conjunto, y en tal encuentro se transforman en seres humanos. El ambiente de los demás y los productos de su labor se convierten en un poderoso campo de fuerzas dentro del cual se mueve, se transforma y existe todo individuo. En la dimensión social, la acción del hombre se extiende más allá de sus posibilidades físicas y psicológicas individuales. El individuo con su trabajo, aunado al trabajo de los demás, puede realizar obras en su beneficio y en el de los otros, imposibles de llevar a cabo aisladamente. Este proceso de producción social y las relaciones que genera al enfrentar al hombre con la naturaleza, no en forma separada, sino dentro de una estructura social, determina también su vida psicológica individual, moldeando y proporcionando contenido social a sus representaciones, necesidades y emociones. Estas transformaciones y los cambios que generan surgen en condiciones de vida de grupo, y sólo en estas condiciones los hombres solitarios no podrían producir los efectos que observamos en la sociedad.

La acción conjunta sobre la naturaleza por medio del trabajo, descansa sobre un fenómeno psicológico decisivo para la acción social, consistente en la capacidad individual para comprender y responder a las acciones y experiencias mutuas.

Esta capacidad pone al individuo en una relación de mutua dependencia y amplio alcance, lo que constituye la condición para que se transforme en ser humano, modificando la escena psicológica para todos y modificando la propia, puesto que vivir en sociedad es relacionar razonablemente la experiencia individual con la experiencia de los demás.

Interacción

Las relaciones sociales entre individuos o entre individuo y grupo, ya sean directamente productivas o no, se realizan a través de la interacción. Esta se refiere a hechos psicológicos representados en cada uno de los participantes, rasgo que la *diferencia* de la interacción animal y la caracteriza como hecho psicosocial, distinguiéndola de los procesos sociales generales. Así, pues, la interacción humana es una actividad psicológica en respuesta a la actividad psicológica de los demás, en donde los participantes se hallan en un campo psicológico común, sus actividades se interpenetran y por lo tanto se regulan recíprocamente.

En la interacción completa cada individuo refiere su acción al otro y la acción de éste a sí mismo. Puede desarrollarse una conversación sólo cuando: a) El mismo contexto o uno similar se halla presente en los participantes. b) Cuando el contexto posee la propiedad de ser para cada uno el contexto del otro y existe una intencionalidad dada. Sólo los individuos que enmarcan de esta manera su situación común pueden producir actos psicosociales. Únicamente cuando lo hacen podemos decir que son socialmente conscientes.

Acción común

La relación transformadora de los hombres con la naturaleza, cuenta en la sociedad humana con el trabajo como intermediario, el que constituye la condición y la consecuencia del cambio histórico. Existen funciones del trabajo que sólo requieren el esfuerzo de un individuo aislado. El chimpancé puede procurarse una vara para alcanzar una fruta. Tal producción y empleo rudimentario de herramienta no exige un marco social. Pero el trabajo constituye algo más que una adaptación momentánea de los medios a una finalidad; surge cuando los hombres actúan en un conjunto sobre el medio y se dirigen intencionalmente hacia el futuro. Además, el trabajo produce grandes cambios en los hombres y en sus relaciones mutuas. El trabajo socializa e individualiza: no requiere sólo un dominio de los procesos, sino también la aplicación disciplinada de los propios poderes. De esta manera, el trabajo socialmente considerado se nos presenta como una forma de cooperación cuya base es la acción común.

La acción común consiste en la organización del esfuerzo realizado por varias personas con un mismo propósito. La acción común asume la forma de problematización, cuyos términos constituyen la tarea y la posibilidad de la ordenación de la actividad de las personas en relación recíproca. El resultado cooperativo se logra adaptando mutuamente la acción de los miembros para alcanzar un objetivo. Consecuentemente las operaciones de adaptación están dadas por los campos psicológicos similares de los miembros. En el grado en que el individuo aprende la tarea y su función, se ubica dentro de las exigencias del sistema; las necesidades de la tarea se convierten en el ambiente de requerimiento que subordina las acciones. Desde este momento ya no sigue meramente sus acciones personales; ocupa una posición y desempeña su función en el grupo. En la acción común, la resultante es un producto nuevo estructuralmente distinto de lo que cada participante haría en forma separada y diferente también de la suma de sus ejecuciones; el grupo y la tarea forman un sistema en el cual la modificación de una de sus partes altera las otras.

Con base en los anteriores conceptos sobre la vida de grupo, caracterización que muestra el grupo como elemento básico de la naturaleza humana, abordaremos a continuación algunos de los principales modelos y conceptos psicológicos sobre el grupo terapéutico.

IV. ALGUNOS ASPECTOS BASICOS ACERCA DEL GRUPO TERAPEUTICO

El grupo como agente socializante e individualizante

Las teorizaciones sobre el grupo, señalan su influencia sobre la persona en dirección a la dependencia, sugestibilidad, conformidad e irracionalidad, (Bión, 1948-1951) es decir, se veía al grupo como la antítesis del individuo racional e independiente: es el miedo a la disolución del individuo en el grupo.

Sin embargo, el grupo terapéutico es un poderoso factor de individualización en tanto busca que cada miembro perciba las fuerzas sociales que definen la amplitud de las acciones y sus límites de movimiento como persona. La actividad en el grupo permite que el participante reconozca, en la práctica, multiplicidad de fuerzas psicosociales que lo afectan en un momento dado, así como su modo personal de responder a estas situaciones.

La continua relación entre los miembros del grupo en un plano íntimo de contacto interpersonal, permite el surgimiento de atmósferas primitivas que facilitan la reactivación de experiencias hostiles y tabúes con miembros de la familia original (retrogresión), experiencias sobre las cuales se han montado los conflictos y modos de funcionamiento actuales. Es entonces cuando el grupo puede ejercer su acción terapéutica dentro de un proceso que sigue estas etapas:

- Retrogresión y reactivación en respuesta a la situación de grupo
- Catarsis de emociones reprimidas
- Asociación histórica con miembros de la familia
- Encuentro de nuevos modos de solución del conflicto
- Reelaboración de las situaciones actuales.

Todo este proceso se da sin consecuencias aversivas, en situación de seguridad, con el soporte y la resonancia afectiva de todo el grupo.

El grupo como asociación de iguales adultos

A pesar de la gran analogía existente entre el grupo y la familia, no consideramos adecuado tomarla como modelo explicativo puesto que en el grupo la relación entre los miembros se da voluntariamente y su objetivo es diferente. Además, la máxima autoridad no es el padre sino todo el grupo. Por esto entendemos el grupo como una asociación de iguales en donde las fronteras son más fluidas, el contacto interpersonal íntimo se da de una manera más discriminada y

hay un mayor grado de libertad en las aproximaciones y rechazos entre los miembros.

En el grupo de iguales hay más interés en la creatividad y crecimiento personal que en la dependencia, pues ésta pasa a segundo plano ante la insistencia en la autenticidad y libre expresión emocional.

El grupo psicoterapéutico se reúne con un objetivo explícito: la terapia. Se desarrolla a partir de una situación en la cual los miembros tienen pocas relaciones afectivas entre sí y están centrados en la tarea (Sociogrupo), y evolucionan a un nuevo estado en donde los participantes desarrollan lazos emocionales entre sí y con el grupo como totalidad (Psicogrupo). En este proceso se producen elecciones y rechazos que estructuran el grupo y proporcionan material de análisis, por cuanto ilustran sobre los estilos de contacto interpersonal de los miembros y les permite darse cuenta del tipo de relaciones que establecen, así como de la significación que éstas tienen en el contexto de su problemática personal.

El grupo, además, se constituye en un medio de reaprendizaje y experimentación de nuevas formas de relación en un clima de aceptación y apoyo.

V. EL GRUPO EN EL CONTEXTO DE LOS ENFOQUES PSICOTERAPEUTICOS ACTUALES

La praxis psicoterapéutica, ya sea individual o de grupo, está determinada por la concepción general del terapeuta que la aplique y de acuerdo con ella estructura la situación de la terapia; siguiendo el esquema de Karasu, (1977) podemos agrupar los sistemas psicoterapéuticos actuales en tres grandes tendencias dentro de las cuales se inscriben las diversas formas de psicoterapia de grupo.

Esta agrupación en tendencias no persigue una clasificación tajante, sino el señalar el privilegio que hacen unas y otras psicoterapias, de ciertos elementos técnicos y/o teóricos sin que esto implique una diferenciación total, pues consideramos que no existen psicoterapias en estado puro.

Psicoterapias dinámicas: implican un modelo energético de base, en el cual diversas fuerzas se encuentran en acción, contradicción y desarrollo. La mayoría de estas psicoterapias apuntan hacia el análisis de las defensas contra la ansiedad, así como de las resistencias y transferencias; la relación con el terapeuta es autoritaria y asimétrica, éste analiza e interpreta en función del pasado, según un enfoque histórico.

El grupo terapéutico analítico funciona con las relaciones anteriores de base operando además con un modelo según el cual la situación de grupo reproduce la situación familiar, con un terapeuta-padre, y en donde las relaciones se dan de manera análoga a la de la horda primitiva, es decir, mantiene los parámetros básicos del análisis individual, operando con ellos en una situación de familia-grupo.

Psicoterapias conductuales: basadas en el enfoque de Eisenck, según el cual no hay neurosis sino síntomas y suprimidos éstos, se suprimirán las neurosis.

De acuerdo con esto, toda terapia deberá centrarse en los comportamientos problema que existan en el paciente, pues la patología está dada por malos aprendizajes que generan un déficit o un exceso comportamental en una situación dada. La acción terapéutica sobrevendrá cuando el sujeto aprende a emitir las respuestas correctas en el lugar correcto.

De acuerdo con esta concepción, el grupo es un lugar en donde el sujeto reaprende gracias al reforzamiento social de la respuesta correcta y/o el aprendizaje observacional. Este enfoque puede verse claramente en el diseño de situaciones sociales institucionales según el modelo de economía de fichas. Como se puede deducir, el enfoque es ahistórico y la relación con el terapeuta es asimétrica, autoritaria, directiva y con marcada tendencia impersonal.

Psicoterapias vivenciales: hacen énfasis en la vivencia como eje de la terapia. Vivencia es la experiencia total, única, irrepetible e indivisible que un hombre siente en un momento dado, todo aquello que es para nosotros real, presente y significativo en un instante.

Estas psicoterapias rechazan todo intento de tecnificar la relación interpersonal y de reducirla solamente a un complejo de variables, pues consideramos que la experiencia y relación entre dos seres es única e indivisible y como tal debe asumirse en la terapéutica.

El privilegio que hace de la vivencia no implica que ésta no esté presente en otras formas de terapia, pues la acción terapéutica pasa siempre a través de la vivencia.

En la psicoterapia vivencial se trabaja con la vida como realidad ontológica primaria, única e irrepetible, realidad que nos es dada pero al mismo tiempo tenemos que hacer. Por esto estas terapias fomentan la regresión y la catarsis; imponen más el qué y el cómo que el porqué. El terapeuta no impone esquemas sino trata de que cada cual a su manera encuentre su propia forma personal de comprender su vida dentro de una opción libre y responsable.

Lo trascendental es el aquí y ahora, lo histórico tiene importancia en la medida que sea real y opere actualizado en el presente. No se habla de cosas pasadas sino se reviven con intensidad dramática en el ahora grupal.

La expresión es libre y es tan importante la acción como la palabra; se insiste en la toma de conciencia sobre el propio cuerpo, así como de las formas de sentir.

Más que la cura (cuestión no siempre clara en psicoterapia), el objetivo es el reencuentro consigo mismo, el crecimiento personal y el despliegue de las potencialidades.

El terapeuta, a diferencia de las otras terapias, trabaja inmerso en el grupo, no analiza ni interpreta, su función consiste en crear un ambiente de confianza y seguridad que favorezca la regresión y la catarsis. Es más un compañero que un director y sumergido en el grupo participa al igual que los demás de atracciones y rechazos. Vale más por lo que es que por lo que dice o hace.

En suma, las psicoterapias vivenciales van dirigidas a facilitar un reencuentro con la propia vida a través de una íntima y calurosa experiencia con los demás.

BIBLIOGRAFIA

- ASCH, S. Effects of group pressure upon the modification and distortion of judgement. En: Guetzkow, H. (Eds.), *Groups, leadership and men*. Pittsburgo, the Carnegie Press, 1951.
- BACH, G. *Psicoterapia intensiva de grupo*. Buenos Aires: Hormé, 1958.
- BION, W. R. 1948-1951. Experiences in groups: I-VII. *Hum. Relat.*, Vols. 1-4.
- KARASU, T.B. *Psychotherapies: An Overview*. *AM. J. Psychiat.* 1977, 134, 851.
- LEWIN, K. *Group decision and social change*. En: Newcomb, T., & Hartley, E. *Reading in social psychology*, Henry old, 1947.
- MARSH, 1909, citado por: Millon, Th. *Psicopatología moderna*. Barcelona; Salvat, 1976.
- MORENO, J. 1910, Citado por: Millon, Th. *Psicopatología moderna*. Barcelona: Salvat, 1976.
- PRATT, 1905, citado por: Millon, Th. *Psicopatología moderna*. Barcelona: Salvat, 1976.
- ROETHLISBERGER, F. & DICKSON, W. Management and worker. *Bus. Res. Stud.*, 1939, (9).
- ROWLAND, H. Interaction process in the state mental hospital. *Psychiatry*, 1938, Vol. 1, y Friendship patterns in the state mental hospital, *Ibid.* Vol. II, 1939.
- SHERIFF, M. As study of some social factors in perception. *Archives Psychology*, 1935, 187.
- SLAVSON, S. 1920, citado por: Millon, Th. *Psicopatología moderna*. Barcelona: Salvat, 1976.
- SULLIVAN, H. Socio psychiatric research: Problem and for mental hygiene. *American Journal of psychiatry*, Vol. X, 1930.
- SULLIVAN, H. The modified psychoanalytic treatment of schizophrenia. *American Journal Psychiatry*, XI, 1931.
- VIDAL, G. *Hacia una terapia más vivencial*. *Acta psiquiátrica y psicología de América Latina*. 1978, 24, 279.
- WENDER & SCHILDER. 1930, citados por: Millon, Th. (Op. cit).