

Terapia de Grupo: Fuerzas Grupales

Psicología y Psicoterapia

14/06/2012

Universidad para la Cooperación Internacional
Maestría en Psicología Clínica Grupal

Terapia de Grupo: Fuerzas Grupales

Cada miembro que compone el grupo se encuentra en principio en situación de ansiedad, no están claros los límites personales y hay un doble deseo de autonomía propia e integración grupal.

Hay expectativas prematuras que son satisfechas mediante el orden grupal: la propia cultura y normativa grupal, la cohesión interna, la identificación con determinados roles, y el aspecto interrelacional.

Pero hay otras necesidades que no son satisfechas y son las que tiene que ver con el temor y el deseo ante la autoridad, necesidades que dan origen al orden jerárquico dentro del grupo y al trabajo intrapersonal.

Fuerzas interpersonales:

Son las que surgen por la proximidad psicológica de varios miembros del grupo. En la cercanía de otros compañeros se producen fuerzas interpersonales de atracción / rechazo, ante las que la propia necesidad sitúa a cada quien cerca o lejos del o de los otros.

Otras fuerzas que nos hacen situarnos por encima o por debajo de otro / otros. Fuerzas de dominio o de sumisión.

A través de estas fuerzas interpersonales se pueden satisfacer la atribución de roles, el ordenamiento interior de miembros, la frontera y la cohesión grupal y una cultura grupal compartida. A Moreno le debemos la "sociometría" para medir la atracción y el rechazo, los patrones de amistad, la formación de subgrupos, de manera general la estructura informal, aplicando un cuestionario sobre atracción / rechazo entre miembros podemos elaborar un mapa de estado de las relaciones socioafectivas en el grupo: sociograma.

Los grupos formados para el trabajo interpersonal pretenden ayudar a que los participantes se sensibilicen para que puedan reconocer el efecto de su conducta en los demás y el efecto de la conducta de los demás en ellos mismos. Les interesa sobre todo que aprendan a comunicarse bien, y a funcionar mejor en colaboración con los demás. Se supone que la conducta en el grupo refleja el estilo habitual de cada persona en sus relaciones sociales e interpersonales, cabe esperar que un feedback adecuado permita al paciente adoptar conductas más apropiadas, en tanto que el clima grupal es cohesivo y le presta apoyo (H. Kaplan).

Para E. Fried el grupo terapéutico es el entorno ideal para activar conflictos latentes, a veces los miembros del grupo se sorprenden cuando sus estallidos emocionales quiebran sus defensas, con el tiempo el grupo favorece la disminución de estas.

La atmósfera de interacción del grupo supone una experiencia reparadora, Fried cita cómo las respuestas de sostén, facilitación, aceptación y realidad conllevan un reforzamiento del yo, y un fortalecimiento de los vínculos grupales.

Saul Scheidlinger habla de la operatividad grupal en dos niveles, uno genético-regresivo de motivaciones inconscientes, y otro dinámico-contemporáneo, relacionado con estas fuerzas interpersonales y que pertenece a las necesidades conscientes.

Son modelos adaptativos, roles grupales y la estructura grupal, a este nivel los miembros perciben al grupo como un medio de pertenencia, aprendizaje y satisfacción personal.

Fuerzas intrapersonales:

Son fuerzas relacionadas con las necesidades psicológicas personales. Por el hecho mismo de pertenencia al grupo surgen en los miembros necesidades, no biológicas, que empujan desde el interior con fuerza: necesidad de arraigo, pertenencia, comunicación, crecimiento/ desarrollo, seguridad aceptación... Son fuerzas que están dentro de la persona pero que no se fijan necesariamente a nadie, conflictos de valores, rivalidad por la atención de la autoridad y la ocupación del tiempo grupal. La salida terapéutica estriba en la aparición de sentimientos que corrijan las emociones aflictivas internalizadas a través de la interacción de los miembros.

Son las fuerzas de la propia historia personal, fuerzas depositadas en el fondo o base de nuestra experiencia, nuestro pasado más antiguo, las primeras relaciones parentales y fraternales. Son las fuerzas más íntimas que son activadas por la pertenencia grupal. En el modelo intrapersonal la identificación inicial de cada miembro del grupo es con el terapeuta yendo con posterioridad hacia otros miembros del grupo. En este modelo se utiliza la asociación libre, transferencia, sueños y resistencias, siendo la finalidad del trabajo el hacer ver a cada miembro del grupo como es su conducta grupal en el mismo como reflejo de sentimientos y actitudes provenientes de la primera infancia.

Formas / Fuerzas grupales (transferencia-contratransferencia):

En la ontogénesis del psiquismo juega un papel crucial la capacidad de reverie aportada por la función materna estructurando una relación continente-contenido. Ya desde Bion (1963) conocemos esta formulación por la cual se explica cómo se posibilita la transformación de las identificaciones proyectivas del bebe favoreciendo la maduración e integración de los elementos de la experiencia que no pueden ser pensados ni representados (a los que Bion denominó elementos Beta) en unidades mentales integradas que son dotadas de significación en el mundo interno del sujeto (las representaciones alfa).

El denominado "grupo familiar" es el dispositivo natural de contención y ámbito privilegiado para que los fenómenos transicionales conformen el escenario del crecimiento psicológico, que hace posible la estructuración de un sujeto y configura la individualidad. Esa "familia de origen", con sus peculiar transmisión de lo histórico, estructurada en torno a presencias y carencias, será soporte para la constitución de la constelación de representaciones / significados que incorporarán los sujetos que se "crían" en ella, deviniendo a través de la integración de relaciones de objeto en grupo interno que se diferenciará en el desarrollo psicológico normal del grupo externo en el que se inscribe. Y así el dispositivo "artificial" que denominamos grupo terapéutico (véase Avila, 1993),

reactualización en la transferencia del grupo familiar, y por extensión de todos los demás grupos, ofrece una serie de posibilidades de experimentar escenas privilegiadas que remiten a aspectos centrales del desarrollo psicológico, re-actualizando total o parcialmente fenómenos transicionales y experiencias cuya integración y elaboración no pudo ser completada en lo vivido en el pasado por el sujeto.

E. Fried: Los tres aspectos de la transferencia:

1. -El contenido o la naturaleza de los sentimientos transferenciales
2. -El enmascaramiento defensivo de sentimientos inaceptables pasados y presentes.
3. -El desplazamiento de las características percibidas en los miembros de la familia de origen, que evocan los sentimientos inadecuados.

En el grupo es donde vivimos y convivimos las experiencias infantiles. Es el nuevo "hogar" donde podemos resolver conflictos básicos de nuestra historia individual: represión, sublimación, castración, frustración dependencia, rivalidad...

Son las fuerzas que desde el contexto más íntimo funcionan en tres grandes campos:

1. "Relación de autoridad", aquello que quedó fijado en la figura del padre y la relación que a partir de ahí quedó establecida con la autoridad. Es la transferencia con el conductor del grupo.
Anna Freud dejó dicho que las fantasías de transferencia tienen su origen, con frecuencia, en las relaciones objetales de los primeros años, y que son revividas mediante la compulsión a la repetición, cuando estas necesidades, que no son nuevas, aparecen en el grupo nos proporcionan información sobre las experiencias emocionales vividas en esos años. Ya que las relaciones infantiles se dan prioritariamente con los padres, en consecuencia la relación con el terapeuta puede ser similar a la que se mantuvo en la niñez. Nunberg escribió: Los pacientes actúan la transferencia..... y a veces lleva mucho tiempo ver la irracionalidad de las conductas basadas en ella, que están profundamente enraizadas en la vida inconsciente infantil.
2. "Relación con la norma", lo sustentado en la aplicación de la normativa interna o externa. El cómo son las cosas y el cómo deben de ser, y cómo los miembros del grupo se sitúan ante ellas. Relacionado con la figura materna y en el grupo en las normas que lo rigen. Cada grupo tiene su propio actuar y discurrir en función de su propia normativa interna. La matriz grupal al mismo tiempo nutre y apoya, crea una atmósfera de exploración abierta y segura, y puede generar adaptaciones más sanas y cambios estructurales en la personalidad de los miembros (E. Fried)

Scheidlinger describió el potencial nutriente de la madre-grupo, término de claras implicaciones transferenciales.

Habla de un nivel de operatividad grupal genético-regresivo, y cita las motivaciones inconscientes y preconscientes, los patrones defensivos y el conflicto, transferencia y contratransferencia, resistencia e identificación.

Este nivel regresivo tiende a liberar emociones reprimidas y sugiere que el grupo a niveles simbólicos arcaicos nos lleva a la madre nutrizante, dice que la necesidad humana de pertenencia representa el deseo encubierto de restablecer el estado previo de bienestar exento de conflictos, propio de la unión exclusiva con la madre, la elaboración adecuada de las transferencias, el trabajo con resistencias y la comprensión de las contratransferencias refuerza la matriz terapéutica grupal.

El concepto de grupo madre aparece tarde en la literatura ya que siguiendo a Freud nos encontramos el líder paterno.

Siguiendo a Scheidlinger los miembros del grupo se identifican con la entidad grupal con una connotación emocional, incluyendo la necesidad de un símbolo materno, ya que quedan activadas formas de relación con el objeto precoces, siendo parte de estas la búsqueda de la madre de la infancia, libre de conflictos y gratificadora de todas las necesidades.

3. "Relación entre iguales". Los vínculos fraternos transferidos a miembros del grupo, donde la relación interpersonal de dominio/sumisión, atracción/rechazo con otros miembros del grupo queda fijada en función de mi vivencia como hermano, y a través de la propia fuerza grupal tiendo a repetir el mismo esquema ya conocido de funcionamiento. Para Yalom los miembros del grupo reproducen relaciones de autoridad y relaciones fraternales dentro del propio grupo, y Ezriel apuntó que las transferencias entre iguales son desplazamientos realizados por los miembros del grupo, que se sienten más seguros desplazando hacia otros en vez de hacia el terapeuta, ya que desafiarle a este podría ser más peligroso, de esta forma las devoluciones de otros miembros generan menos resistencias que las del terapeuta, pudiendo verse a los otros miembros como aliados protectores. Aaron Stein: En las transferencias entre miembros se desarrollan roles basados en fantasías inconscientes, convirtiéndose los miembros en objeto de transferencia múltiple para los demás. Aunque las transferencias fraternales pueden ser negativas, es bueno que haya un compañero que ayude a interpretarlas, ya que generan reacciones más suaves que las provenientes del propio terapeuta.

Estas tres fuerzas van operando continuamente en el grupo, son cíclicas. Es cometido del conductor grupal el ir dejando surgir en libertad la fuerza emergente sin dejar de vista las demás, ya que el hecho de adoptar una postura condiciona la percepción global.

Contratransferencia grupal:

Freud y Ferenczi desarrollaron este concepto en el contexto analítico individual, y han sido los terapeutas de orientación dinámica quienes lo han ido desarrollando y aplicando al trabajo grupal.

El terapeuta de grupo no debe actuar sus reacciones contratransferenciales, más bien su trabajo consiste en respetar el trabajo grupal, orientándolo hacia la realidad mediante las observación y la experimentación. Para que esto ocurra necesita comprender las relaciones transferenciales y contratransferenciales que operan en el grupo.

Decía Freud: "Nos hemos visto llevados a prestar atención a la contratransferencia que se instala en el analista por el influjo, incluidos los sentimientos de transferencia, que el paciente ejerce en su sentir inconsciente", y añadió "hemos notado que cada analista solo llega hasta donde se lo permiten sus propias resistencias interiores".

Contratransferencia es pues el conjunto de reacciones inconscientes del terapeuta frente al miembro del grupo, y, especialmente, frente a la transferencia de este. Pero esto a nivel de grupo se amplía más ya que interviene el vínculo terapeuta-con cada miembro del grupo, el vínculo terapeuta-grupo como un todo y entre los propios miembros del grupo.

Según Racker:

“El terapeuta grupal debe estar bien preparado para responder terapéuticamente sin actuar la contratransferencia.”

Grinberg utilizó el término contraidentificación proyectiva y señaló la diferencia de la respuesta del terapeuta cuando se trata de una reacción específica a las proyecciones de los miembros del grupo, o bien, cuando es una reacción contratransferencial proveniente de las propias actitudes emocionales del terapeuta activadas por el conflicto de los miembros del grupo.

Fuerzas grupales. La resistencia

En estudios sobre la histeria, 1895, Freud comenzó a hablar sobre el término resistencia....."a través de mi trabajo he tenido que superar una fuerza psíquica del paciente que se oponía a que la idea patógena se hiciera consciente".....

En 1.912 describió la naturaleza de la resistencia...."cada paso del tratamiento va acompañado de la resistencia; cada pensamiento, cada acto mental del paciente, debe rendir tributo a la resistencia y representa un compromiso entre fuerzas que empujan hacia la cura y aquellas que se unen en su contra".....

Greenson en 1.978 escribió: La resistencia se opone al tratamiento analítico, al analista y al yo razonable del paciente.

La resistencia defiende la neurosis, lo antiguo, lo familiar y lo infantil de su emergencia y cambio.

Freud definió cinco tipos básicos de resistencia:----- (Grupo Spotnitz 1.968)

1.-Resistencia destructiva para el tratamiento. Terapia Individual y de Grupo (proceso) Individual y Grupo: Oposición proveniente del yo a recordar y verbalizar material significativo emocionalmente.

2.-Resistencia por beneficio secundario (terapia individual)----- (Resistencia de status-quo) (Grupo) Individual: El yo manipula para mantener cualquier ventaja obtenida causa de su carácter. El grupo es un mar en calma y se junta para pasar un buen rato.

3.-Resistencia al progreso. Terapia individual y (Grupo). Individual: Resistencia del super-yo. Sentimientos de culpa o vergüenza y necesidad de castigo. Grupo indeciso y de constantes demandas al terapeuta.

4.-Resistencia de compulsión-repetición. -----Resistencia al equipo de trabajo (Grupo). Individual: Resistencia de compulsión-repetición, una lucha por alguna forma de acción, sea agresiva o sexual, resistencia proveniente del ello. Grupo: Indiferencia de unos miembros con otros y una necesidad de satisfacción narcisista.

5.- Resistencia de transferencia (individual)-----Resistencia a la terminación (Grupo)

Al acercarse el final del grupo hay miembros que hacen una regresión hacia el estado anímico y de cognición que les trajo al grupo.

En grupo los miembros se enfrentan a las resistencias de los otros miembros, lo que conlleva que, a veces, el terapeuta no tenga por qué manejarla ya que el propio grupo la aborda, o bien, el terapeuta puede recibir la ayuda de unos miembros para contrarrestar la resistencia de otros. A este respecto, decía Slavson en 1.964: "Los grupos facilitan el insight ya que los pacientes se enfrentan a sus defensas y a su carácter, mucho antes que en terapia individual, y de manera más relevante debido a las reacciones de sus propios compañeros".

La otra resistencia característica del grupo es la tendencia del grupo para organizar su funcionamiento con el terapeuta, bien sea de una manera agresiva, o dependiente, o libidinal, el acercarse de la misma manera produce resistencia. Ya en 1921 Freud nos hablaba de la actuación del grupo ante el terapeuta en base a emociones compartidas, con lo que este comparte el mismo modelo de resistencia.

El grupo de la mutua admiración, el grupo que únicamente aconseja, el grupo que no confronta y solo admite el apoyo y los sentimientos de calidez, el grupo que en su conjunto ignora al terapeuta.....

Son resistencias grupales, bien sea entre miembros, o de estos con el terapeuta, o con el grupo:

Hacer subgrupos entre miembros afines, (convertido en resistencia cuando un subgrupo se reúne aparte y no comparten con la totalidad del grupo sus contenidos), es un medio abonado para el Acting out, (cuando se pone fuera del grupo un impulso o una acción reprimida y se evita la vivencia emocional). Por ejemplo se lleva la rabia a la casa o a la pareja, o se manifiesta cualquier emoción aparte con otro miembro o compañero. También negarse a hablar, o prevenir a otros de hacerlo.

La transferencia, puede ser útil como elemento terapéutico, pero, puede limitar la acción terapéutica. (Vivir a un terapeuta cálido puede conllevar a un retiro de rabia y hostilidad para lograr su afecto), el terapeuta necesita desmarcarse de la transferencia de que es objeto, diferenciándose a sí mismo como persona- terapeuta, para destrabar lo emocional reprimido, siendo consciente de evitar su acting en lo contratransferencial.

El silencio grupal, el terapeuta necesita saber manejar el silencio. Hay silencios necesarios por el propio contenido de la experiencia, hay silencios como en cualquier grupo, de prevención ante la autoridad, hay silencios en los que el grupo desafía al terapeuta desde el propio silencio. Cuando se produce un largo y profundo silencio, en el grupo surge tensión o ansiedad, hay que saber contenerla, permitirla, domar la propia ansiedad y gradualmente volver a llevar a los miembros hacia la interacción.

La instigación a la disensión, obtener prebendas grupales para atentar contra el terapeuta e instigar al desorden, y tal vez a la disolución grupal, en el grupo hay miembros que se entregan a instigar agresión y desavenencias, se oponen al terapeuta, y no empatizan con situaciones emocionales, las evitan y critican abiertamente, son personas que no contienen su impulso agresivo, e ignoran por completo sus consecuencias en el grupo. Hay miembros que llegan inexorablemente tarde, otros que llegan puntualmente tarde, otros que faltan al grupo sin avisar, otros que avisan ante cualquier eventualidad que les surge, retrasos y ausencias son también parte del entramado de las resistencias grupales. Poner etiquetas, etiquetar a un miembro para que asuma un determinado rol, o para que el grupo lo etiquete como tal. Esto puede llevar hasta intentar que otros dejen el grupo, o que sea el propio grupo el que los expulse.

La competencia para recibir atención, intentar quedar por encima de los otros, competir para ser el más enfermo, el más sufriente y el más necesitado, son miembros que se quejan pero no permiten la ayuda, no quieren cambio en realidad. Otra forma de competir es el chupar cámara, la monopolización, ir usando espacio y participación en el grupo con continuidad, intervenir por el hecho de intervenir y alargar la intervención en exceso, con lo que no hay un reparto democrático del tiempo de intervención.

La resistencia desde el cansancio..... no quería venir porque estoy muy cansado...no sé si voy a trabajar algo.....es un decirle al grupo cuanto le supone a ese miembro el estar en el mismo, el cual debe estar agradecido ante tamaño esfuerzo, y ya avisa de una resistencia, que no ha venido a trabajar.

Por medio de la conversación, a través de la banalidad, evitando ir a manifestar algo en realidad, y la generalización, frases hechas, modismos, muletillas del lenguaje, para no

entrar en contacto con la experiencia a través de la expresión verbal: él siempre es así, a todos nos pasa lo mismo, si...pero..... ,antes era... ahora soy...., el no sé, esto ocurre en grupo, más fácilmente que en terapia individual, son básicamente resistencias al funcionamiento grupal, tanto entre miembros, como de los miembros hacia el terapeuta, o hacia el grupo..

El terapeuta siempre ha de estar atento a cualquier aspecto que apunte hacia la disolución del grupo, anticipándose para fomentar la expresión y el trabajo de sentimientos negativos