

Segunda Jornada de Lectura de Ensayos de los Docentes del Programa de Psicología-Funlam

Los grupos, ¿una alternativa para la salud mental?

Asistimos a una época donde el lazo social sufre profundas fracturas éstas constantemente denunciadas por el colectivo, el cual a su vez sufre un evidente y significativo malestar, no sólo por las exigencias de la cultura respecto a la restricción de la satisfacción de sus pulsiones, sino también por el profundo desequilibrio entre lo que está demanda y lo que otorga. Colette Soler al respecto afirma: "...tenemos ahora una conciencia histórica que empezó en el siglo XVIII y que desemboca siempre más en un cuestionamiento de la cultura actual" [1]. Esa conciencia histórica revela los diferentes ámbitos desde los cuales los sujetos se ven profundamente afectados y vulnerados en todos sus derechos y posibilidades: lo económico, lo político, lo laboral, lo recreativo, la libertad, la violencia en sus múltiples expresiones: asesinatos, hurtos, secuestros, entre otras modalidades, todo ello contribuyendo aún más, al deterioro de la salud mental de la comunidad

Es de aceptación universal en las diversas disciplinas que se ocupan del carácter de lo humano, cómo éste se hace, cómo se estructura y en ese estructurarse el contexto, el lenguaje, la cultura y todo lo que ella involucra hace sus grandes aportes; así el nacimiento, el ingreso a la cultura por parte del infante constituye un acto fundamental que marca la existencia del sujeto tanto en su parte interna en la estructuración psíquica y la representación de imaginaria de los otros, como en la externa en la relación con el semejante. Desde el inicio de la vida extrauterina, el nuevo ser debe librar grandes batallas interiores, enfrentando sus propias pulsiones destructivas y sus pulsiones amorosas; las primeras lo confrontan con el aniquilamiento, la persecución y la destrucción, las segundas con el deseo de vivir, amar y ser amado. Esta dualidad interna avasallante entre una tendencia y otra no sólo se vive como realidad interna psíquica, sino que se ve reforzada en el medio, dependiendo de la respuesta externa oportuna o no del otro, el alivio y el origen de cálidos sentimientos o por el contrario el surgimiento de sentimientos hostiles que generan profundo malestar y angustia.

El otro, la madre o quien asume dichas funciones ante el llanto del niño, - que no posee inicialmente intencionalidad alguna - responderá de acuerdo a su propia historia, construida a su vez en interacción con otros en un contexto cultural y humanizado, dándole así significaciones a sus comportamientos. De esta manera subjetividad y sociedad se articulan mutuamente pues la madre le otorga al hijo las significaciones aprendidas e introyectadas de su cultura.

Ante lo difícil que ya resulta la realidad psíquica interna por los conflictos a los cuales cada sujeto se debe enfrentar y resolver, le sumamos la realidad de la cotidianidad que le demanda unas condiciones particulares para no desfallecer y continuar enfrentando los retos que le depara la existencia. Freud en su texto: El malestar en la cultura propone como los síntomas más peculiares del sujeto tienen cada uno parte de sus condiciones en la civilización, (Colette Soler, 1998) y complementa " al bárbaro le resulta fácil ser sano; para el hombre de cultura es una tarea dura" [2].

Si vivimos en un momento histórico particular, qué significa hablar de salud mental en dicho lapso de tiempo?, de qué salud mental se habla, acaso equivale al concepto de salud mental postulado desde el discurso médico o, en su defecto en las ciencias sociales éste se ha transformado?, de cuáles espacios dispone el colectivo para la promoción de la salud mental y prevención de los factores de riesgo que afectan la salud mental? Con qué técnicas de intervención se cuenta hoy para la promoción de la salud mental desde las ciencias sociales y concretamente desde la psicología social?, Es acaso el grupo un medio privilegiado para lograrlo? qué medios tiene el grupo para contribuir a la salud mental de quienes participan de la experiencia grupal?, cuáles enfoques grupales posibilitan la construcción de la palabra, del discurso grupal para mejorar la salud mental?.

Los interrogantes son múltiples, tratar de responder a ellos de manera clara y locuaz excede el propósito de este ensayo, pero aún así se procurará de bosquejar líneas de aproximación aunque incompletas; para tal efecto es necesario recurrir a algunos desarrollos teóricos sobre los enfoques grupales que han marcado los avances actuales.

La historia nos muestra como el hombre no puede prescindir del vínculo con otros para diversos fines, oscilando así entre lo individual y lo grupal, por tanto los grupos siempre han existido, y esto se evidencia en diversos contextos: en la mitología, en la religión, en la política, en la familia, en la economía y en la ciencia, entre otros. Sin embargo, es sólo en 1905 cuando PRATT descubre que el grupo podía tener otros campos de aplicación diferentes a los ya conocidos y que sería de amplia utilidad en el campo de la salud, específicamente, en el proceso terapéutico de los pacientes con tuberculosis al introducir el método de "clases colectivas", que consistía en una breve conferencia en la cual el terapeuta disertaba sobre la higiene y los problemas propios del tratamiento de la tuberculosis, a continuación, los pacientes formulaban sus preguntas o debatían con el médico. Su objetivo era acelerar la recuperación física de los

Fabiola Restrepo Ruiz

Psicóloga U. de A.,
Profesora del programa de Psicología
de la Funlam



Fernando Botero
Naturaleza muerta
1994

Lápiz y acuarela sobre lienzo
115 x 98 cm
Registro 3393

enfermos, mediante una serie de medidas sugestivas encaminadas a que los enfermos cumplieran de la mejor forma posible su régimen, dentro de un clima de cooperación. Su técnica se apoyaba por tanto en dos ejes, siendo el primero la activación controlada de la aparición de sentimientos de rivalidad, emulación y solidaridad en el grupo; y el segundo el terapeuta quien ocupa el lugar de la figura paternal idealizada.

Los métodos que continúan vigentes y se orientan bajo los lineamientos de PRATT, se les denomina *terapias exhortativas paternas*, éstas actúan "por" el grupo, es decir, incitan y se valen de las emociones colectivas sin tratar de comprenderlas, el grupo es empleado como un medio adecuado y económico para influir en numerosas personas.

Surge una segunda corriente cuyas directrices metodológicas grupales se oponen a las creadas por PRATT, donde el terapeuta ocupa un lugar diametralmente opuesto, pero continuando las ligazones afectivas entre los miembros del grupo, destacándose una estructura fraternal que homogeniza al máximo a sus miembros, disminuyendo el liderazgo del terapeuta al mínimo.

Una tercera corriente se inspira en los postulados psicoanalíticos, iniciándose así un nuevo momento en la historia de los grupos. La interpretación de corte psicoanalítico es implementada en la dinámica grupal, dando como resultado la comprensión y modificación de los dinamismos más profundos de la vida grupal y transformando por tanto su estructura.

A partir de la orientación psicoanalítica diversas líneas de trabajo grupal se estructuran, toman auge y empiezan a ser utilizadas en el trabajo con los grupos, cada una de ellas retoma los desarrollos teóricos considerados fundamentales para explicar los fenómenos allí presentados. Algunos autores conceptualizan al grupo como la reproducción transferencial de los vínculos emocionales dados en la vida familiar de sus integrantes, consistiendo el trabajo en el esclarecimiento de los verdaderos lazos transferenciales desplazados a los integrantes y al terapeuta, repitiendo lo ocurrido en el grupo familiar primario.

Otros autores en el desarrollo de sus postulados sobre los grupos y las formas de intervención del coordinador, retoman el lugar que ocupa el psicoanalista en el proceso analítico y reproducen en el grupo desde la coordinación el lugar de no saber para que emerja la palabra de sus integrantes y se de la construcción grupal a partir de la palabra propia de éstos poniendo en juego su subjetividad y su verdad. Dichas orientaciones logran un efecto diferente en sus integrantes al no convertirse el coordinador en amo y es la restitución de su lugar como sujetos en un contexto grupal, reconociendo su forma singular de concebir y explicar la relación consigo mismo, con los otros y con el mundo.

También las intervenciones de los otros miembros del grupo y las significaciones devenidas de ellas, producen un efecto de resonancia en los demás que les lleva a ampliar el marco referencial de su mundo; a considerar otras interpretaciones de los conflictos objeto de análisis en la vivencia grupal; a obtener otros aprendizajes que los conducen a considerar los suyos para modificarlos o reafirmarlos, igualmente a considerar la parcialidad de sus concepciones y por tanto, lo poco funcionales para explicar la realidad y lograr una acomodación más adecuada a ella.

Es innegable entonces, como el grupo a partir de la palabra, de las significaciones que allí circulan y dependiendo del enfoque, el manejo de quién oriente el trabajo proporcionará en mayor o menor medida - pero también considerando las particularidades de los sujetos que intervienen- un alivio de las dificultades propias de lo humano, constituyéndose en un medio que ayuda a la salud mental, entendida no como la ausencia de enfermedad sino como la opción de cada sujeto en particular y de la comunidad en general de vivir y buscar una forma menos conflictiva y angustiante para estar consigo mismo, con los otros y con el mundo a nivel psicoemocional, que aún siendo inestable, porque vivir ya lo es, no le acarree más sufrimiento que el inherente para conservar cierto equilibrio que le permita enfrentar y resolver las nuevas circunstancias que le depara su realidad.

Lo descrito a continuación, es el resultado de la experiencia grupal, realizada por los estudiantes de tercer semestre de la jornada diurna y mixta, del semestre 01y 02 del 2001, los cuales ejecutaron su trabajo de campo con la metodología de Taller Reflexivo, cuya técnica posibilita la puesta en evidencia de los saberes y la posición de los sujetos derivada de éstos, siendo esencial la escucha por parte del coordinador para devolver y ubicar lo producido a nivel grupal. Dicho trabajo fue adelantado en diversas instituciones de la ciudad de Medellín, con diferentes grupos y los resultados obtenidos contribuyen indudablemente a reafirmar los efectos de la palabra en el campo de la subjetividad, disminuyendo el malestar y la angustia propia de lo humano.

▷ Hablar y ser escuchado en los talleres sobre las dificultades familiares con los hijos, proporciona un gran alivio respecto al sentimiento de ser madre, llevando a asumir actitudes más adecuadas en la relación con ellos. Al respecto una madre participante comenta:

"estoy muy feliz ya que mis hijos tienen en cuenta lo que les digo y es que en vez de alegar, llego más tranquila, más relajada y en vez de "cantaletiar" como antes, me pongo a hablar con ellos y me escuchan".

Lo registrado no significa que el manejo de dicha escena sea siempre igual en otros momentos, pero le brinda un elemento de diferenciación al sujeto para ser objetivo y mirar los efectos de su posición, no tocando aspectos profundos de su estructura psicodinámica, lo cual implicaría un trabajo en otro nivel y de corte psicoterapéutico.

▷ Escuchar y reconocer la posición de sus pares:

"Como jóvenes pocas veces nos escuchamos y de esta manera aprendemos a saber lo que piensa el otro, a conocerlo y a valorarlo"

▷ Reconocerse en el discurso grupal como sujeto particular cuya historia de vida determina su singular posición y evidenciar la trascendencia de los lazos de solidaridad en el vínculo y construcción de saberes.

“Ahí todas fuimos importantes, ninguna sabía más que las otras”

▷ El trabajo grupal posibilita asumir una actitud más responsable frente a las vicisitudes que cada sujeto enfrenta consigo mismo y con otros.

▷ Mayor seguridad para expresar las ideas y las opiniones respecto a los temas trabajados, confrontando así su posición.

▷ Reconocerse como mujeres adolescentes con temores particulares condicionantes del vínculo amoroso con el otro.

▷ Considerar nuevos puntos de vista, flexibilizando la rigidez de su pensamiento a partir de la exposición de los saberes de los otros participantes.

“Esto es compartir ideas, decir las cosas, lo que uno siente es muy difícil, pero uno cae en cuenta de muchas cosas que no sabía o no entendía”. Otra continúa argumentando: “es muy enriquecedor, se encuentran soluciones a los problemas, pues a veces uno se ahoga en un vaso de agua y luego las ideas le salen”

▷ Para algunas mujeres que aún continúan en posición de objeto y no de sujeto en la relación con el otro, les brinda la posibilidad de cuestionarse su actitud y encontrar una posibilidad donde son escuchadas y esto parece incrementar un sentimiento de valoración personal:

“Nunca había tenido oportunidad de hablar y decir lo que pienso, se siente mucho susto, pero luego surge la confianza”. Otra continúa diciendo: “ uno se va como embellecida para la casa”.

▷ Reconocer el conflicto como una dimensión propia de lo humano y relativizar el malestar y el sufrimiento.

“A veces hay dificultades en la familia y pensamos que no le está pasando sino a uno y en el momento que comparte estas situaciones y experiencias con otros, se da cuenta que todos tenemos problemas y hasta similares y esto ayuda por que la solución la puede encontrar también ahí”.

▷ Igualmente permite reconocer a otros las dificultades que manejan respecto a la participación y cómo ésto los afecta en el vínculo con los otros.

“Participo muy poquito, es que no soy capaz de hablar en público; es más fácil escribir que hablar cuando se hace el círculo”.

Lo anterior podría indicar como la técnica encubre una dificultad , pero a su vez le proporciona una salida al sujeto para arreglárselas con su malestar.

▷ La experiencia grupal promueve espacios de reflexión colectivos que permiten repensar la cotidianidad y fortalecerse para enfrentarla.

▷ A la familia ingenuamente se le responsabiliza de los conflictos psicosociales existentes hoy, el espacio grupal permite reconocer otros aspectos que también contribuyen a éstos y además que expresen los elementos subjetivos que se juegan en la interacción familiar que apuntan a crear el conflicto y así reconocerlo para enfrentarlo.

Resulta evidente para los propósitos de este texto como retomando elementos de orden conceptual sobre los grupos y los correlatos de experiencias de quienes se inician en su formación en Psicología Social, hay un enorme potencial por redescubrir en torno al acercamiento entre los grupos y la salud mental, justamente en una coyuntura como la que hoy se presenta en los múltiples escenarios de la vida cotidiana que compartimos en Colombia, o en cualquier país que viva los rigores de la violencia, de la guerra, del terrorismo o de las políticas económicas neoliberales entre otros, situaciones que por demás, reclaman alternativas nuevas - si se quiere llamarlas así - a problemas viejos que van de la mano con la condición humana, y es ahí precisamente donde encaja el reto de la academia, para interpretar esas “nuevas realidades” y brindar estrategias, metodologías como es el caso de los GRUPOS con sus múltiples vertientes y posibilidades, que permitan encarar las complejidades sociales que hoy parecen desbordar cualquier nivel de racionalidad y por supuesto, donde la salud mental para muchos todavía es asunto de unos pocos expertos, cuando no una colección de estadísticas que reposan en los anaqueles de las bibliotecas.

[1] SOLER, Colette. Enfermedades del lazo social. En: Síntomas. Asociación del Campo Freudiano de Colombia. Santa Fe de Bogotá, 1998. Pág. 67.

[2] FREUD, Sigmund. Esquema del psicoanálisis. En: Obras completas, tom. XXIII. Buenos Aires: Amorrortu. 1976. Pág. 185.

BIBLIOGRAFÍA

- * ANZIEU, Didier y otros. El trabajo psicoanalítico en los grupos. México: Siglo Veintiuno Editores. 1978.
- * FIORINI, Héctor J. Estructuras y abordajes en psicoterapias psicoanalíticas. Buenos Aires: Nueva Visión. 1993.
- * FREUD, Sigmund. El malestar en la cultura. En: obras completas, tom. XXI. Buenos Aires: Amorrortu editores. 1976.
- * _____ . Esquema del psicoanálisis. En: obras completas, tom. XXIII. Buenos Aires: Amorrortu editores. 1976.
- * GONZÁLEZ, José de J. Psicoterapia de grupo: teoría y técnica a partir de diferentes escuelas psicológicas. México: Manual Moderno. 1999.
- * GUTIÉRREZ, Guillermo. El Taller Reflexivo. Medellín: Universidad Pontificia Bolivariana. 2002.
- * LACAN, Jacques. Escritos 1. México: Siglo Veintiuno editores. 1984.
- * MOISE, Cecilia. Prevención y psicoanálisis: propuestas en salud comunitaria. Buenos Aires: Paidós. 1998.
- * MUSITU, Gonzalo. BERJANO, Enrique y otros. Intervención psicosocial: programas y experiencias. Madrid: editorial Popular s. a. 1993.
- * SOLER, Colette. Síntomas. Santa Fe de Bogotá: Asociación del Campo Freudiano de Colombia. 1998.

[INICIO](#) | [PRESENTACIÓN](#) | [EVENTOS](#) | [SITIOS RECOMENDADOS](#) | [STAFF](#) | [CONTÁCTENOS](#) | [CORREO](#) | [FUNLAM](#)

© 2000 - 2001