

## ENTREVISTA.

TRABAJANDO CON GRUPOS  
TERAPEUTICOS

*ROBERT BARKER, Doctor en Trabajo Social, tiene gran trayectoria profesional en el campo de la terapia de pareja y terapia grupal. Es profesor de la Universidad Católica de América, Washington D.C., en el programa de master y doctorado. Se ha desempeñado como profesor de diversas asignaturas. Aprovechando su paso por nuestro país, la Revista Trabajo Social le realizó una pequeña entrevista con el fin de conocer sus planteamientos respecto al trabajo con grupos terapéuticos, realidad en que él tiene una experiencia de veinte años.*

R.T.S.: A partir de su experiencia con grupos terapéuticos podría describirnos algunas características y elementos importantes de considerar en los procesos grupales que se desarrollan.

R.B.: Mi experiencia me ha permitido percibir la importancia que tiene el trabajo de grupo para tratar problemas familiares y personales. Es por esto que mi percepción del trabajo grupal, tiene un enfoque de tipo terapéutico. Es un trabajo que se ha ido legitimando para todo tipo de personas sean adultos, jóvenes o niños que presenten diversos problemas.

El grupo está formado por el terapeuta y un conjunto de personas que **presentan problemas individuales o compartidos.** Pueden tratar con entera libertad una vasta gama de temas que sean de interés para sus integrantes. En mi opinión deben darse ciertas **reglas o normas de funcionamiento al grupo para que sean respetadas y acogidas por todos.**

Personalmente planteo cuatro reglas básicas a considerar en cualquier grupo. Como primera regla señalo que los miembros deben comprometer su persona en el grupo por todo el tiempo que estén participando. Según esta norma la persona debe aportar lo mejor de sí al grupo y se compromete a no hablar con personas ajenas a él, lo que ocurra en las sesiones. La segunda norma tiene que ver con la necesaria confidencialidad. La persona que participa sólo conoce de las otras su primer nombre y no el apellido, para que los miembros del grupo no tengan contacto entre ellos fuera de las sesiones. Al respecto creo cada vez más importante la necesidad de sostener un contrato escrito con cada integrante, donde se señalen claramente las reglas y las obligaciones mutuas. Se trata de un documento muy sencillo y corto que en su reverso es conveniente anotar los objetivos individuales de la terapia.

La tercera regla se refiere a la honestidad. Es necesario solicitarle a los integrantes del grupo el compromiso de la verdad, de forma que no hay temas prohibidos, pero sí lo que se dice debe ser verdadero. El no a la violencia física constituye la cuarta norma. Es importante el respecto tratar esta norma con el grupo, discutirla y socializarla.

Como éstas pueden darse otras reglas que sean importantes para el grupo, pero no es bueno que sean muchas para que puedan internalizarse.

En general en el trabajo con grupo la mayor dificultad está en el desarrollo de la habilidad que el terapeuta requiere para hacer que el grupo realice lo que se supone el terapeuta debe hacer. Como terapeuta se tiene un rol sumamente activo, no en palabras sino en movimiento, expresiones faciales y atención constante. Es necesario cuidarse de no hablar mucho, de no decir directamente ciertas cosas, o de hacer determinadas preguntas, sino



**“EN GENERAL EN EL TRABAJO CON GRUPO LA MAYOR DIFICULTAD ESTA EN EL DESARROLLO DE LA HABILIDAD QUE EL TERAPEUTA REQUIERE PARA HACER QUE EL GRUPO REALICE LO QUE SE SUPONE EL TERAPEUTA DEBE HACER”.**

de actuar en forma que favorezca el comportamiento deseado. Así por ejemplo, cuando me preguntan en una sesión algo directamente a mí, miro a otro, o le hago una señal para que él de la respuesta. Al hacer de esta conducta una constante, es frecuente que cualquier integrante responda espontáneamente “no le preguntes a él porque no te va a contestar”. Lo importante en esto, es estimular a otros a hablar, a preguntarse y a responder tratando de sacar las fuerzas del grupo y trabajarlas. En esta actividad el terapeuta debe ser un “igual”. Si percibe por ejemplo que una persona está nerviosa no lo interroga directamente, puede hacerle preguntas respecto a otros, lo que lo estimula a hablar y salir de sí.

**R.T.S.:** ¿Qué tipo de consideraciones prácticas estima importantes para la formación y trabajo con grupos terapéuticos?

**R.B.:** Todo grupo de terapia se plantea en términos de ciertos objetivos, y luego se van diseñando paulatinamente las actividades en función de ellos. En su formación, creo que es positivo que los grupos tengan cierta heterogeneidad, respecto a las características de las personas que lo componen, compartiendo sí ciertas dificultades o problemas y una capacidad intelectual relativamente pareja. Específicamente con estas características me estoy refiriendo a grupos de tipo “final abierto”, formados por siete a nueve personas, todos adultos que van ingresando y egresando en forma paulatina, manteniéndose el grupo como tal. Son grupos que pueden durar mucho tiempo, pero la asistencia de cada uno de los integrantes va más allá de un año. En los grupos de “final cerrado” los principales problemas factibles de tratar se refieren a problemas de entendimiento entre padres e hijos, casos de depresión reactiva u otros similares, siendo lo más importante en estos grupos el tener un problema focal que sea compartido o de interés para todos los miembros.

En general estimo conveniente tener en los grupos personas con alguna patología, ya que aporta a sanos y enfermos. Puede ser nocivo sí, la existencia en ellos de personas histéricas o narcisistas, por toda la captación de atención y afecto que hacen del grupo. En todo caso el narcisista aprende a compartir y a salir de sí mismo, y poner más atención en los otros. Incluso pueden formarse grupos en que todos tengan esa característica. Por otro lado la esquizofrenia no debe utilizarse como criterio de exclusión de un grupo, puede ser útil tanto para el grupo, como para la persona su inclusión; el grupo se entrena en tratar personas con esas características, y la persona se entrena en convivir y tratar con otros. El criterio a utilizar es más bien si el proceso de grupo se facilitará o se entorpecerá al incorporar a personas con tales o cuales características.

Es básico que la persona que esté en terapia individual esté motivada para participar en una terapia grupal y al igual que el resto de los miembros de un grupo se comprometa a asistir por un tiempo determinado. Incluso deben pagar igual si asisten o no a la terapia, respetándose el mismo principio de racionalidad vigente en una universidad por ejemplo.

Otro aspecto que tiene relación con la formación está referido al reclutamiento de los integrantes. Es frecuente que las personas que han estado antes en un grupo, les recomienden a otros su participación. Esta recomendación puede provenir también de sacerdotes,

**“LO IMPORTANTE EN ESTE TRABAJO ES CREAR LAS CONDICIONES PARA QUE LAS PERSONAS PUEDAN SALIR DE SI MISMAS Y PUEDAN MIRAR A OTRAS PERSONAS QUE LES APORTAN PUNTOS DE VISTA SOBRE LO MISMO”.**



psicólogos, orientadores o profesores, entre otros, a quienes previamente se les ha informado de la formación de un grupo de determinadas características.

Lo importante en este trabajo es crear las condiciones para que las personas puedan salir de sí mismas y puedan mirar a otras personas que les aporten puntos de vista sobre lo mismo.

**R.T.S.:** Creemos de gran interés para nuestros lectores, el conocer aspectos de la vida de los grupos y las formas cómo se inician.

**R.B.:** Es necesario distinguir primero que existen dos vías principales para integrarse a estos grupos. Una persona puede incorporarse a un grupo ya formado o iniciarse conjuntamente con otros, en que todos son nuevos. Cuando una persona ingresa a un grupo se desarrolla todo un proceso de socialización que se constituye en el núcleo central para el que ingresa. Es frecuente que la persona esté un tiempo en terapia individual y se le plantea que es un buen candidato para participar en un grupo. El cliente manifiesta invariablemente estar bien con la terapia individual y expresa que no quiere escuchar problemas de otros. El terapeuta le explica como funcionan los grupos, y señala la importancia de compartir un problema común. Se obtiene buenos resultados si se le dice al cliente que él tiene mucho que compartir con el grupo, y que ayudando a crecer a otros, crece el mismo. Luego se le plantean las reglas básicas y se invita al cliente a participar como observador en dos sesiones, manifestándosele que si al final de la segunda sesión no quiere participar en el grupo, puede volver a la terapia individual. El paso siguiente es avisar al grupo que una nueva persona puede incorporarse, para que luego éste discuta y vote en forma democrática su incorporación. En el grupo terapéutico se establece que la persona que ingresa en un primer momento viene a observar, de forma que no se detenga el propio proceso, incorporándose paulatinamente al nuevo integrante. Se hace una rueda en la primera sesión de grupo, en que cada participante señala como percibe al miembro nuevo, como se le imagina, qué características percibe en él, etc... Por ejemplo se le dice "yo me imagino que es casado", "yo creo que está triste", expresándose la propia percepción que muchas veces puede ser muy asertiva y en otros casos puede constituir una proyección de los propios problemas. El que personas puedan dar opiniones muy alejadas de la realidad permite al nuevo miembro preguntar por qué esa persona manifestó tal o cual cosa y así pasa a hablar de sí misma en función de lo que otros dicen de ella. Hay una tendencia del nuevo miembro a contestar cada una de las observaciones, pero se le pide que no diga nada hasta el final. De esta forma se cumple también otro objetivo; el que los miembros del grupo se preocupen de la persona que ingresa, resguardándose así que el grupo sea acogedor.

//

**"PERIODICAMENTE SE DISCUTE EN EL GRUPO COMO SE ESTAN TRABAJANDO LOS OBJETIVOS. EN ESTA DISCUSION, LOS PARTICIPANTES PUEDEN DECIR A UNO DE SUS MIEMBROS, "TU ESTAS LISTO PUEDES IRTE".**

Una vez terminada la rueda, las personas están ansiosas por conocer que tan asertivas fueron, siendo el momento preciso para que el cliente empiece a hablar. En la segunda sesión la persona ya es considerada miembro del grupo.

En la práctica cuando se produce una vacante en un grupo, recién se empieza a pensar cual de los clientes de terapia individual podría incorporarse. El grupo no detiene su propio proceso al incorporar al nuevo integrante. En este sentido es revelador un estudio que hizo un investigador al respecto, que detectó que si un grupo detiene su trabajo para incorporar a una nueva persona, y ella empieza a hablar de sus problemas, es frecuente que se origine cierta hostilidad a esa persona, lo que es altamente perjudicial.

En el caso de los grupos completamente nuevos es importante reunirse con todos sus in-



tegrantes en forma individual primero, al menos una vez, antes de la iniciación del grupo, para conocer algunas características de las personas. En esta sesión individual, se le explica al cliente el tipo de grupo que va a formar y se explicitan las cuatro reglas que mencioné anteriormente. Se les da una información general respecto al funcionamiento del grupo. En la primera sesión todos están silenciosos, el terapeuta invita a las personas a pasar y a sentarse donde quieran. Plantea que él los conoce a todos en forma individual, pero que entre ellos no se conocen. En diez minutos se les explica como funciona la terapia grupal. Luego se procede a discutir las reglas o normas que deberán cuidarse. Plantea que en la primera sesión, no quiere que nadie cuente su problema, les pide que durante un minuto se observen unos a otros y que se imaginen cuales son los problemas de los otros, y los objetivos que tienen para la actividad grupal. Luego se deja que libremente las personas vayan hablando de los otros y de si mismos, en la medida que quieran hacerlo. Estos grupos pueden ser de final abierto o cerrado. Los primeros pueden durar mucho tiempo. Si son de final cerrado, debe explicarse a las personas la fecha del término. Generalmente éstos están estipulados que duren 16 sesiones.

La persona que se ha incorporado a un grupo en funcionamiento puede retirarse cuando percibe que los objetivos por los cuales ingresó están alcanzados, o cuando el cliente no está ya más motivado por participar. No tiene ningún valor el trabajar con personas que no quieren hacerlo. Esta desmotivación se ve reflejada en el compromiso, por lo que no hay necesidad de decírselo directamente. Cuando la persona falta a dos sesiones, el terapeuta conversa en forma individual con ella. Si insiste en no asistir, se plantean tres alternativas. El término, el volver a la terapia individual o el reincorporarse al grupo. Periódicamente se discute en el grupo como se están trabajando los objetivos. En esta discusión, los participantes pueden decir a uno de sus miembros, "tú estás listo, puedes irte". Si acuerdan esto, se le dice a la persona que la próxima sesión será la última. Cada dos semanas más o menos, se va una persona, esperándose dos o tres semanas para que ingrese un nuevo integrante.

Obviamente esto supone que los objetivos estén claramente estipulados desde el principio. Si una persona estima que ha cumplido sus objetivos, se procede al término de su participación.