

# Trabajando con grupos

Albert Briansó Solé<sup>1</sup>

## Resumen

Este artículo tiene como objetivo destacar la importancia de promocionar el Tratamiento Grupal Terapéutico en el ámbito de atención a la salud mental en los diferentes equipamientos de la Red de Salud Mental que atienden a las personas con trastornos mentales en Cataluña.

El uso de esta metodología de intervención, en combinación con el trabajo social individualizado, el familiar y el trabajo social comunitario, nos permite a menudo realizar tratamientos más adecuados a las necesidades siempre cambiantes de las personas atendidas en estos dispositivos y de sus familiares.

**Palabras clave:** Tratamiento grupal, globalidad, observación, escucha y psicosocial.

*Para citar el artículo:* BRIANSÓ SOLÉ, Albert. "Trabajando con grupos", en *Revista de Treball Social*, núm. 201 (abril 2014). Col·legi Oficial de Treball Social de Catalunya. Pàgines 65-69. ISSN 0212-7210.

## Abstract

This article aims to underline the importance of promoting Group Therapeutical Treatment in mental health services in Catalonia. This methodology, combined with casework, family work and community work, frequently allows more appropriate treatments for the changing needs of individuals and families attended by these services.

**Key words:** Group treatment, globality, observation, listen, psychosocial.

<sup>1</sup>Trabajador social. Máster en psicoterapia grupal analítica. Fundació Sanitària Sant Pere Claver como CPI (coordinador del programa individual) del ESMESS (equipo de salud mental para personas sin techo). Correo electrónico: albert@briansomaure.jazztel.es

En la atención a personas con problemáticas de salud mental se hace necesario, en mi opinión, poder utilizar con minuciosidad un aspecto fundamental en nuestras intervenciones profesionales: el uso cuidadoso de la observación y la escucha. Es a través del uso adecuado de estas técnicas que los pacientes nos van expresando su situación y sus necesidades y/o conflictos.

Hay que crear un clima emocional que favorezca la escucha y el proceso de trabajo. En este caso mi experiencia es en la aplicación de tratamiento grupal terapéutico para personas con trastornos mentales graves y sus familiares, ya sea en intervenciones de grupo pequeño, grande o multifamiliar.

Pese a que a menudo sabemos qué tipos de intervenciones (individual, familiar, grupal y/o comunitaria) son las más necesarias o favorecedoras para la persona y su grupo familiar, las actuaciones de la mayor parte de los servicios de salud mental se siguen centrando en la atención y el tratamiento individual y la correspondiente dispensación individual de fármacos, ofreciendo un tratamiento estándar a la población centrado en el fármaco como regulador del estado anímico de la persona, no poniendo siempre a su disposición otros posibles tratamientos terapéuticos, ya sean en forma de tratamientos individuales, familiares y/o grupales que atiendan de manera más precisa la situación global de la persona.

Esta atención centrada en el tratamiento farmacológico (excepto las situaciones) hace que no se tengan en cuenta las diferentes características personales y de procedencia de la población atendida, ni su situación económica y social, ni sus aspectos culturales. Es fácil derrochar entonces el sufrimiento

ajeno, el de la persona que en esos momentos necesita ser ayudada.

En este inicio de siglo se está volviendo a un enfoque médico que prioriza la institucionalización y la medicalización en lugar de desarrollar recursos de carácter psicoterapéutico y dispositivos orientados a la rehabilitación y a la reinserción social.

En la atención a las personas con trastornos mentales y a sus grupos familiares, entre otros aspectos, debemos poder trabajar a diario con ansiedades, tensiones, depresión, el aislamiento de la persona, la agresividad, los cambios de humor y con habilidades poco adecuadas para la vida cotidiana.

Es básico, pues, el trabajo en equipo con el resto de compañeros que pertenecen a otras disciplinas (psiquiatras, enfermeras, psicólogos, educadores) para poner en común qué referentes teóricos guían nuestra práctica clínica.

En el siglo XXI todavía hay que defender la metodología del equipo de trabajo en muchos equipos, a menudo nos encontramos más con una “serialidad” de profesionales de diferentes disciplinas que con auténticos equipos de trabajo formados por profesionales que realizan sus tareas utilizando la metodología del equipo de trabajo.

Esto adquiere especial relevancia sobre todo cuando ponemos en marcha un grupo terapéutico, ya sea como terapeutas o co-terapeutas; es básico consensuar con el compañero ciertos aspectos como:

- ¿cómo entendemos el proceso de salud?
- ¿y el proceso de enfermar?
- ¿y el trastorno?

Nos es necesario como equipo de trabajo compartir un modelo de comprensión del binomio salud/enfermedad en relación al trastorno mental grave.

■ **Nos es necesario como equipo de trabajo compartir un modelo de comprensión del binomio salud/enfermedad en relación al trastorno mental grave.**

Otro aspecto son los objetivos del Tratamiento Grupal, y será necesario que estos objetivos sean en función de la población tratada y de sus necesidades y no en función de la institución o dispositivo determinado.

Los servicios sanitarios de salud mental no son organizaciones orientadas al trabajo social, es decir, no tienen como objetivo principal atender las vinculaciones entre la persona y su ambiente social.

Hay que analizar la población atendida no de manera estándar (clasificaciones diagnósticas) sino aplicando el conocimiento existente desde nuestra y de otras disciplinas, para mejorar la atención a las personas que requieren atención en salud mental.

La discapacidad provocada por la enfermedad mental es un proceso dinámico entre la persona y su grupo social, y refleja las consecuencias culturales, sociales, económicas y ambientales que la persona recibe como consecuencia de su discapacidad.

El tratamiento grupal terapéutico lo entiendo como proceso grupal de trabajo, que promueve la convivencia, la capacidad de pensar, la resolución de conflictos y el aprendizaje recíproco. Esto a través de la explicitación de sus objetivos y su evaluación posterior conjuntamente con la población atendida.

Es en estos tratamientos grupales donde el potencial terapéutico de nuestras intervenciones se desarrolla en función de cómo

estén conducidos los grupos, es decir, en función de la relación terapéutica que se establece en el grupo y el modelo teórico utilizado.

Las intervenciones grupales ayudan a sus miembros a recuperar aspectos fundamentales de sus personalidades, que les permitirán hacer frente a su situación de salud de manera más global, es decir, tanto a nivel físico como mental y social, ayudando así a la persona a entender su trastorno como un conflicto no resuelto con su medio inmediato, ya sea familiar, laboral o social.

El trabajo grupal permite un espacio terapéutico de socialización que puede contrarrestar la soledad y el aislamiento en que se encuentran las personas con trastorno de salud mental y de las familias que conviven con personas con trastornos mentales graves.

Además de contar con el equipo de trabajo, se hace necesario ayudarse a uno mismo como profesional desde espacios de supervisión grupal y otros espacios de formación continuada.

Es en estos espacios donde podremos analizar y comprender mucho mejor los efectos de nuestras intervenciones profesionales y nuestra persona como herramienta de relación terapéutica.

Como destaca José Ramón Ubieto (Ubieto J.R., 2009), “no hay salud y bienestar sin los vínculos sociales colectivos”.

Ya hace años que existe una excesiva patologización de los conflictos sociales. Socialmente, las dinámicas institucionales actuales terminan ofreciendo el tratamiento estándar (esta medicalización y farmacologización de la situación dada garantiza la continuidad del proceso mercantil, no tanto la atención y el tratamiento más adecuado a los pacientes, ni a sus familiares).

Es desde nuestro rol profesional de agen-



te de cambio, desde nosotros como instrumento de relación con el otro, desde donde tenemos que velar por una relación terapéutica que comienza por una comunicación clara y honesta tanto a nivel de contenido como de relación.

Es a través de nuestra relación terapéutica que podemos dotar a la persona o los grupos atendidos de un vínculo estructurante que nos ponga en situación profesional de poder rescatar a las personas tratadas, estimulándolas y teniendo en cuenta sus aspectos sanos potenciales y no únicamente las diferencias que marca su patología.

Las personas con trastornos mentales a menudo precisan de un apoyo psicosocial que facilite su proceso individual de maduración.

El trabajo que realizamos en los grupos terapéuticos es principalmente favorecer los procesos de diferenciación e individuación, que son aspectos muy deteriorados en estos grupos familiares y en las personas con problemas de salud mental.

Entre las ventajas que la experiencia grupal proporciona, quiero destacar las interacciones

de apoyo que se producen durante la vida del grupo, el sentimiento de pertenencia que opera sobre todos los miembros y el aprendizaje mutuo de funciones adaptativas.

El hombre se conoce a sí mismo a través de los otros, en el juego de relaciones con las otras personas.

Como dice J. G. Badaracco (Badaracco, J.G.): “las dificultades que el paciente afronta en su proceso terapéutico tienen que ver en particular con la condición básica de falta de recursos yoicos genuinos para afrontar la vida psíquica y poder armonizar emociones en relación con la realidad que a cada persona le toca vivir”.

En los últimos 19 años he experimentado, a través del trabajo grupal terapéutico con pacientes y familiares, cómo los pacientes atendidos y sus familias obtienen mejoras significativas en su estado de salud global (físico, mental y social).

Estos tratamientos proporcionan un espacio donde poder compartir con otros aquellos aspectos importantes para ellos, y es en estos espacios de trabajo donde nosotros como profesionales de la salud mental

debemos aportar nuestra profesionalidad compartiendo y contrastando informaciones con el fin de favorecer al máximo la autonomía de la persona en su proceso de crecimiento psicosocial.

El individuo contemplado desde su globalidad es el objeto de estudio de la disciplina del trabajo social en cualquier ámbito de aplicación, concretándose en la tarea interdisciplinar en nuestros equipos de trabajo.

Dentro del ámbito de la salud mental

debemos velar porque esta perspectiva de la globalidad de la persona se mantenga, para intentar evitar la iatrogenia que provocan determinadas intervenciones y categorías patológicas donde la persona puede quedar constreñida, dejando de ser vista como ser global y siendo vertida a ser solo el paciente pasivo diana de las intervenciones parciales (farmacológicas), no siempre integradoras de todos los aspectos que intervienen en la creación del sufrimiento psíquico del ser humano en nuestra sociedad actual.

## Bibliografía

- BADARACCO, Jorge García. *Comunidad Terapéutica Psicoanalítica de estructura multifamiliar*. Madrid: Editorial Tecnipublicaciones, 1990. ISBN: 84-86104-30-0.
- UBIETO, José Ramón. *El trabajo en red. Usos posibles en Educación, Salud Mental y Servicios Sociales*. Barcelona: Editorial Gedisa, 2009. ISBN: 978-84-9784-360-7.