

# Un manual de referencia en psicoterapia grupal

## A Reference Manual in Group Psychotherapy

FERNANDO LACASA SALUDAS

*Sección de Grupos de la AEN. Psicoterapeuta y doctor en Psicología. Hospital Sant Joan de Déu, Barcelona. ORCID iD: 0000-0002-3178-7630.*

*Correspondencia: felacasa@gmail.com*

José RIBÉ BUITRÓN (2021). *Técnica en psicoterapia analítica grupal. Experiencia desde la asistencia pública*. Barcelona: Herder. ISBN: 978-8425447044, 280 páginas.

Los contenidos de este artículo están bajo una Licencia Creative Commons CC BY-NC-SA 4.0 (Atribución-No Comercial-Compartir igual).



JOSÉ RIBÉ NOS PRESENTA UN MANUAL de técnica en psicoterapia analítica grupal que viene a ocupar un espacio no cubierto en nuestro país, pues apenas llegan a media docena los manuales o similares publicados en los últimos veinte años. Es un buen libro de referencia para todos aquellos profesionales que se acercan a la terapia de grupos. Es un libro bien escrito, claro, bien estructurado y que recoge los temas esenciales para iniciarse en la terapia de grupos: el encuadre, la selección de los participantes, la relación terapéutica, el proceso, etc. Y lo hace desde el consenso, es decir, tomando aquellos elementos comunes a la mayoría de las orientaciones grupales de orientación psicodinámica. Ribé hace una apuesta por la integración en psicoterapia de grupos a partir del eje central del grupoanálisis y afirma que lo hace introduciendo los elementos que mejor se adaptan a la terapia, con independencia de su orientación teórica.

Actualmente, la psicoterapia de grupos está desaparecida de los programas de formación pese al interés que esta modalidad terapéutica despierta en los clínicos, los residentes y los estudiantes. Un interés que parte del criterio de realidad, pues los grupos son una respuesta necesaria en un momento de creciente presión asistencial, presión que está sobrecargando a los equipos y agotando a los profesionales. Como es sabido, los grupos permiten tratar a más personas con menos recursos. Además, el tratamiento grupal devuelve a los profesionales un sentido de continuidad y eficacia psicoterapéutica que se pierde fácilmente cuando el espacio entre visitas individuales o familiares es distante.

José Ribé fue uno de los primeros miembros de la Sección de Grupos de la AEN en Catalunya. En las reuniones mensuales de esta sección hemos reflexionado, compartido intereses y trabajado por la promoción de los grupos en la asistencia pública. Se trata de una sección creativa y prolífica en la que, por ejemplo, otro miembro de este grupo, Enrique Tomás Ger y colaboradores han publicado un interesante libro titulado *Psicoterapia en grupo paralelo de madres y padres: focalizando en la función parental* (1).

Volviendo al libro que nos ocupa, he de decir que, aun siendo un libro de psicoterapia de grupos de adultos, recoge muchos temas que son aplicables a los grupos de adolescentes e incluso de niños. Así ocurre con gran parte de los capítulos sobre el encuadre, la formación del grupo, el terapeuta, coterapeuta, el inicio y la terminación, etc. En cuanto al subtítulo, “Experiencia desde la asistencia pública”, el autor relata en la introducción su trayectoria y su formación, y, a lo largo del libro, hace referencia en varias ocasiones a su propia experiencia grupal: sabemos así desde dónde nos habla.

El primer capítulo está dedicado al encuadre. Es un capítulo amplio donde el autor realiza una revisión de todos los aspectos del encuadre grupal. Lo hace de forma detallada, con respuestas concretas a la mayoría de las cuestiones de encuadre presentes en un grupo de adultos. Es, sin duda, enormemente útil y práctico de cara a las primeras veces que los profesionales se enfrentan a la tarea de diseñar un grupo terapéutico.

En el capítulo siguiente, dedicado a la formación del grupo, continúa detallando los elementos técnicos a tener en cuenta a la hora de idear, diseñar y emprender un grupo psicoterapéutico: las motivaciones del terapeuta, el contexto y la institución, las indicaciones y contraindicaciones de los pacientes, el diagnóstico, las características de los pacientes, etc. Aquí encontramos algunos elementos diferenciales entre los grupos de adultos y los de niños y adolescentes. Por ejemplo, para Ribé, el grupo no estaría indicado para pacientes autistas adultos por carecer estos de capacidad de mentalización. Sin embargo, si tenemos en cuenta la variabilidad en los niños y adolescentes autistas, encontramos que el grupo también puede ser un recurso te-

rapéutico valioso, pues ayuda a mejorar la tolerancia al grupo, a la frustración y a la espera, aumenta la colaboración entre ellos y reduce su aislamiento, lo que redundará en una mejor comprensión, expresión y regulación de sus afectos.

En el capítulo sobre la relación terapéutica, transferencia y contratransferencia, Ribé nos aconseja trabajar con la transferencia hacia los otros miembros o la transferencia hacia el grupo como conjunto, más que con la transferencia hacia el conductor, pues así se disminuye la dependencia de este. En cuanto a la contratransferencia del terapeuta, defiende cierta espontaneidad, en lugar de una excesiva neutralidad analítica, pues esto puede generar una atmósfera grupal de rigidez.

No es habitual un capítulo dedicado a la coterapia en los escritos técnicos, pero Ribé sabe por experiencia que gran parte de los grupos terapéuticos en la asistencia pública se realizan de este modo. Como dice el autor, la coterapia es imprescindible en grupos de pacientes “que poseen características relacionales y psicopatológicas intensas, que exigen mucho compromiso emocional”. La coterapia permite pensar mejor durante y después de la sesión. La coterapia es aconsejable siempre, ya que la complejidad de las interacciones grupales es tal que se necesita más de una mente para tratar de comprenderlas.

Vienen a continuación dos capítulos que no pueden faltar en todo buen libro de técnica psicoterapéutica: la descripción de las fases inicial y final del proceso terapéutico y los fenómenos grupales típicos del inicio y final de un grupo terapéutico. Aunque aquí se refiere a los grupos de adultos de media y larga duración, muchos elementos serían también aplicables, en mi opinión, a grupos más cortos, pues en estos también existe un proceso terapéutico aunque se desarrolla de forma más rápida. Uno de los momentos más delicados del grupo y de cualquier terapia es la terminación. Las ansiedades de pérdida y separación con frecuencia dificultan una buena despedida y el reconocimiento del trabajo realizado.

En el tema de la interpretación, Ribé no toma partido por ninguna de las posiciones técnicas tradicionales, a saber, interpretar el grupo en su totalidad o a los individuos dentro del grupo. Aconseja elegir una modalidad u otra en función del contexto. El autor es más partidario de explorar y estimular la participación de todos los miembros del grupo y de los sentimientos en juego. Más partidario, en definitiva, de ayudar a pensar que de interpretar.

Aborda la cuestión del silencio, reconoce la incomodidad que este produce en el grupo, pero se muestra partidario de ayudar al grupo a tolerarlo, como un elemento que puede conectar a los participantes con su interior. Ribé profundiza en su significado y orienta respecto al manejo del silencio grupal. Por otro lado, este es sin duda uno de los puntos en que también diferencia la terapia de grupo de adultos de la de niños o adolescentes. En estos últimos, el silencio se convierte pronto en un elemento persecutorio e inhibe la participación.

Uno de los capítulos que me ha resultado más novedoso es el que dedica al humor y al contacto físico. Tiene mucho sentido que ponga juntos ambos aspectos, humor y contacto físico. Una de las funciones del humor, dice el autor, es disminuir la distancia emocional entre el terapeuta y los miembros del grupo. Tanto el humor como el acercamiento físico favorecen un clima de distensión, de confianza y de sentimiento de seguridad del grupo. El humor no deja de ser una forma de jugar, dice Ribé. Podemos recordar aquí las palabras de Winnicott sobre el juego: “La psicoterapia se hace en la sobreposición de dos áreas de juego, la del paciente y la del terapeuta. (...) La razón por la que jugar es esencial es que en el jugar el paciente está siendo creativo” (2). Cuando un grupo acoge y tolera el humor está más cerca del alta.

El último capítulo Ribé lo dedica a la investigación en psicoterapia grupal. En la actualidad la mayor parte de las universidades y servicios de salud mental públicos están entregados al paradigma biomédico, un paradigma que prioriza un modo de investigación positivista centrado exclusivamente en los estudios de resultados. El autor señala con acierto las limitaciones de este tipo de estudios para ayudar a comprender cómo funcionan los grupos y propone potenciar en su lugar los estudios de proceso, más adecuados para captar la complejidad de los grupos y más interesantes para los clínicos.

En resumen, se trata de un libro de técnica en psicoterapia de grupos de orientación analítica claro y bien escrito, que recoge la mayor parte de los aspectos a tener en cuenta en una psicoterapia de grupos de adultos. Es muy recomendable para todos los profesionales que trabajan con grupos: los que se inician encontrarán una base teórica suficiente para entender y diseñar sus primeros grupos y los que ya tienen práctica en ellos encontrarán también algunos capítulos originales, como los dedicados al humor, la coterapia o el silencio, que no son tratados habitualmente con esta amplitud y profundidad.

## BIBLIOGRAFÍA

- 1 Ger E, Trullén E, Clarós E. Psicoterapia en grupo paralelo de madres y padres: focalizando en la función parental. Buenos Aires: Editorial Psicolibro, 2021.
- 2 Winnicott DW. Realidad y juego. Barcelona: Gedisa, 1982.