

Terapia de grupo en niños

Una alternativa
de crecimiento emocional

Verónica Gazmuri M. y Neva Milicic M.



EDICIONES UC

Terapia de grupo en niños

una alternativa de crecimiento emocional

Verónica Gazmuri M. y Neva Milicic M.

CON LA COLABORACIÓN DE

Pilar Álamos V.



EDICIONES UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE

Vicerrectoría de Comunicaciones y Educación Continua

Alameda 390, Santiago, Chile

editorialedicionesuc@uc.cl

www.ediciones.uc.cl

**Terapia de grupo en niños.
Una alternativa de crecimiento emocional**

**María Verónica Gazmuri Mujica
Neva Milicic Müller**

© Inscripción N° 236.021

Derechos reservados

2013

ISBN edición impresa N°: 978-956-14-1402-0

ISBN edición digital N°: 978-956-14-2574-3

Primera edición

Diseño:

Manuel Francisco de la Maza

versión | producciones gráficas Ltda.

Diagramación digital:

ebooks Patagonia

www.ebookspatagonia.com

info@ebookspatagonia.com

CIP-Pontificia Universidad Católica de Chile

Gazmuri, Verónica.

Terapia de grupo en niños: una alternativa de crecimiento emocional / Verónica

Gazmuri M. y Neva Milicic M.; con la colaboración de Pilar Álamos V.

1. Psicoterapia de grupo - En lactancia y niñez.

2. Interacción social en niños.

I. t.

II. Milicic, Neva, 1943-

2013 616.89152+DDC22 RCAA2

A nuestros hijos e hijas:

*Javier, Jimena, Álvaro y Soledad.
Roberto y Marcela.*

A nuestros nietos y nietas:

*Magdalena, Beatriz, Constanza, Florencia,
Valentina, Victoria, Diego, Matias y Felipe
Joaquín, Felipe, Gaspar, Lorenzo y Emilio*

Niños y niñas que fueron llegando a nuestras vidas uno a uno, que nos dieron una enorme alegría, nos obligaron a la paciencia y nos transmiten vitalidad y energía, abriéndonos cotidianamente las ventanas al mundo de la infancia.

Y a Pablo Fontecilla, por su constante y estimulante compañía durante los años en que realizamos los grupos y escribimos este libro.

Neva y Verónica.

ÍNDICE

Introducción

Primera parte: Antecedentes teóricos

Fundamentos conceptuales de psicoterapia de grupo

Contexto e historia

Dinámica de los grupos

Fuerzas que operan en un grupo

Psicoterapia de grupo

Psicoterapia de grupo en niños

Aportes de las diferentes teorías psicológicas a la psicoterapia de grupo

Aportes de la teoría psicoanalítica

Aportes de la teoría cognitivo-conductual

Aportes de la teoría racional emotiva

Aportes de la teoría gestáltica

Aportes de la teoría humanista existencial

Aportes de la teoría narrativa

La experiencia grupal y la construcción de la narrativa personal

Aportes de la teoría sistémica

La persona del terapeuta, coterapia y supervisión

Coterapia

Supervisión

Las emociones

Qué son las emociones

Emociones básicas

Amor

Alegría

Rabia

Miedo

Tristeza

Emociones y terapia grupal

Identidad personal y emoción

Competencias relacionadas con la regulación emocional

Grupo y conciencia emocional

Variables sociales y emocionales en las terapias grupales

Apego y grupo

Terapia de grupo y redes sociales

La terapia de grupo como una experiencia que favorece la resiliencia

Factores protectores internos

Tipos de grupos de acuerdo a los problemas presentados

Modelo de tratamiento para las habilidades sociales de niños con Síndrome de Déficit Atencional (SDA)

Modelo de grupo para niños con trastornos de conducta

Modelo terapéutico para situaciones traumáticas

Modelo terapéutico para niños víctimas de abuso sexual

Modelo terapéutico para niños víctimas de maltrato

Programas grupales en unidades de crisis para adolescentes

Grupos para trastornos de alimentación

Modelo terapéutico para niños con problemas médicos (diabetes)

Nuestro enfoque teórico

Objetivos generales del grupo

Favorecer el autoconocimiento, la comunicación y la autoestima

Favorecer la vinculación con los otros de manera clara y honesta

Aprender a enfrentar los conflictos en forma pacífica

Favorecer una actitud positiva frente al aprendizaje

Etapas en el desarrollo de un grupo

Estrategias de intervención-técnicas terapéuticas

Actitudes y conductas de los terapeutas que favorecen la integración de los niños al grupo

Técnicas terapéuticas utilizadas más frecuentemente

Actividades Terapéuticas

El juego

El dibujo

Las dramatizaciones

Las imagerías

El relato de sueños

Los collages

Los cuentos

Mecanismos Terapéuticos

Componentes interaccionales asociados al cambio terapéutico

Cambios intragrupales y extragrupales

Ámbitos de cambio

En relación consigo mismo
Relación con los otros

Segunda parte:

Organización del trabajo grupal y descripción de las sesiones

Constitución del grupo

- Indicaciones y criterios de conformación
- Tipo de grupo
- Edad y sexo
- Tamaño del grupo
- Frecuencia y duración
- Lugar en que se realiza la actividad

Preparación del grupo antes de las sesiones

- Preparación del grupo
- La motivación a la familia

Descripción de sesiones

Descripción de sesiones de la etapa inicial

- Acogida y presentación
- Expectativas y normas del grupo
- Atrapando los buenos recuerdos
- Sesión en la etapa inicial de una situación inesperada
- Juego de adivinar el animal

Descripción de sesiones de la etapa intermedia

- Un recuerdo triste
- Análisis de una sesión del recuerdo triste
- La autorregulación
- Emociones y sentimientos
- Los sueños
- Los temores y los miedos
- Imaginería dual de animales
- Si yo fuera un árbol
- Árbol de virtudes y frutos
- Imaginería del espacio interno
- Un día perfecto

Descripción de sesiones de la etapa de término

- Las metas
- Los sí mismos posibles
- Cómo solucionar los conflictos en la relación con otros
- Toma de decisiones

Sesión de término: evaluación y despedida
Cuadro síntesis de las sesiones

Entrevista con los padres al término del grupo

Bibliografía

Índice de autores

Indice temático

Introducción

Hace muchos años que nos veníamos planteando la necesidad de escribir un libro que sistematizara nuestra postura y experiencia en relación a la terapia de grupo con niños. Los comienzos de este proyecto no fueron fáciles. A poco andar caímos en cuenta que no resultaba fácil describir la riqueza y complejidad de los procesos terapéuticos que se dan al interior de un grupo.

Llevábamos varias décadas trabajando juntas en coterapia, habíamos realizado más de 100 grupos de terapia con niños, revisado exhaustivamente la literatura focalizada en el tema y de áreas afines y habíamos reflexionado, posteriormente a las sesiones y al término de cada grupo, acerca de la efectividad de nuestras intervenciones y los cambios que estimábamos necesarios de introducir.

Habíamos realizado cursos de formación de terapeutas que nos ayudaron a sistematizar lo realizado y los diálogos con los participantes de los cursos fueron enriqueciendo nuestro trabajo. Por todo ello estimamos que transmitir lo aprendido en todas estas instancias podría ser de utilidad para la formación de los psicólogos clínicos y educacionales que trabajan con temas de infancia.

La pregunta acerca de qué era lo relevante a transmitir nos hizo reescribir, eliminar y agregar. Al llegar al final de la tarea esperamos haber logrado, en la medida de lo posible, transmitir el espíritu y los conceptos que nos han animado a trabajar con los niños en terapia de grupo.

Los grupos son el contexto natural donde se desenvuelve la vida socioemocional de los niños. Pertenecer a ellos es clave para su bienestar; sentirse marginado es causa de un enorme sufrimiento para quienes tienen algún déficit en el desarrollo de sus competencias socioemocionales. Los grupos son un medio para favorecer en forma explícita e implícita estas competencias.

Este libro está organizado en dos partes:

La primera se refiere a los antecedentes teóricos que sustentan las terapias grupales. No pretende ser un estado del arte, pero sí describir en forma sucinta los principales aportes de los distintos enfoques recogidos a través de la revisión bibliográfica. Se ha puesto especial énfasis en aquellos autores que para nosotras resultaron claves para consolidar y enriquecer nuestra perspectiva terapéutica. En este sentido es una selección de lo leído, sesgada por el criterio de que los contenidos aportados hubieran resultado iluminadores del trabajo terapéutico realizado por nosotras.

En rigor, resulta difícil ser un buen terapeuta de grupo a quien no ha tenido formación y experiencia previa como terapeuta infantil, ya que el grupo es una modalidad orientada al crecimiento emocional y a la resolución de conflictos, la que se ve enriquecida por el aporte de los niños en el grupo. De alguna manera, si la experiencia terapéutica es bien guiada, los otros niños actúan como coterapeutas y al hacerlo experimentan un gran crecimiento emocional.

Algunos de los principios y las experiencias utilizadas en terapia grupal pueden resultar de utilidad en grupos de desarrollo emocional. La asistencia de los niños a un grupo, genera en ellos un crecimiento originado en la toma de conciencia de la importancia que revisten las competencias socioemocionales en la convivencia social.

Bisquerra (2006) plantea que a partir de los años 90 asistimos a una verdadera revolución emocional caracterizada por un aumento del estudio y las publicaciones en relación a las emociones, a la implicación de la neurociencia en los estudios del cerebro emocional, a la aplicación de la inteligencia emocional a distintas organizaciones y, especialmente, a la aplicación de los conceptos de inteligencia emocional a la educación de los niños.

Según este autor, la revolución emocional “trata de crear metas orientadas hacia la estructuración futura de la sociedad de tal manera que posibiliten un mundo más inteligente y feliz. Esto implica a las personas consideradas individualmente, pero también a la sociedad en general. La confluencia de ambas fuerzas (persona y sociedad) puede constituir una revolución más trascendental para el bienestar y la calidad de vida que las revoluciones industrial, tecnológica o informática” (p. 20).

Para los niños, asistir a una terapia de grupo es una experiencia terapéutica vivida habitualmente como positiva, es un lugar de encuentro con otros niños y con ellos mismos. Como plantea Violet Oaklander (2008), el proceso terapéutico debería ser algo natural al desarrollo de cada niño. El terapeuta solamente adapta este proceso a las necesidades del niño, teniendo en cuenta su singularidad y experiencias vitales particulares. Todo niño tiene el derecho inherente a desarrollar, fortalecer y expresar cada aspecto de su organismo: el cuerpo, los sentidos, las emociones y el

intelecto. En la medida que el niño empiece a conocer y sea capaz de conectarse con su mundo de manera satisfactoria y sana, su camino de vida y crecimiento será un camino gozoso.

Coincidimos con Oaklander (2008) cuando sostiene que “trabajar con grupos es una eficaz y gratificante manera de trabajar con niños”. El grupo se presta para desarrollar las competencias sociales y emocionales y la imaginación; da a los niños un sentido de pertenencia y aceptación, les permite un espacio para expresar sentimientos a veces inexpresados y para experimentar con nuevas conductas, en un ambiente contenedor y amigable, que opera como un lugar que permite experimentar un apego seguro.

Un grupo exitoso es aquel donde cada niño se siente lo suficientemente seguro como para permitirse ser vulnerable y que ayuda a los niños a hacer un reencuadre de experiencias emocionales que pudieren haber estancado su desarrollo emocional por lo dolorosas.

Estar en un grupo es una experiencia emocional potente, donde es necesario que exista un guión que oriente, pero dentro del cual los participantes tienen la libertad de exponer los contenidos, de hacer un enjuiciamiento de la experiencia y de atribuirle un significado y así integrarlo en su narrativa personal.

La segunda parte de este libro está orientada a hacer una descripción detallada de las sesiones, desde los objetivos y las experiencias terapéuticas diseñadas para las diferentes etapas del grupo. Se incluyen a modo de viñetas algunos ejemplos concretos de sesiones, para permitir al lector hacerse una imagen lo más nítida posible de lo que puede suceder en una sesión de grupo.

Esperamos que el esfuerzo desplegado para sintetizar y describir nuestra experiencia, permita visualizar la riqueza

de las interacciones de los niños y cómo a través de las diferentes modalidades, los niños van logrando niveles crecientes de autoexposición y de interacción. A medida que el grupo transcurre cada niño se va conectando más profundamente consigo mismo, fortaleciendo su identidad, dejando de lado miedos y mecanismos de defensa que los empobrecen. Este contacto consigo mismo es clave para un encuentro más real y auténtico con los otros.

Al terminar, quisiéramos agradecer en primer lugar a los niños que participaron en los grupos y a sus familias que dieron el consentimiento para su asistencia; también a nuestras familias, por el tiempo que les hemos quitado y por el afecto y el apoyo generoso que nos entregan cada día.

Verónica Gazmuri y Neva Milicic

Antecedentes teóricos

FUNDAMENTOS CONCEPTUALES DE PSICOTERAPIA DE GRUPO

Contexto e historia

Las terapias de grupo en niños son posteriores a las terapias de grupo en adultos, como ha sucedido con todos los enfoques terapéuticos, y se encuentran influenciadas fuertemente por las terapias de juego, que sin duda han sido un gran aporte. Shectman (2002) realizó una revisión de los estudios existentes en intervenciones grupales para niños y constató que prácticamente todo lo que se sabe del trabajo en grupo con niños está basado en grupos de adultos.

Con los trabajos de Caplan y Caplan (1974) y Ginott (1975) se observa un aumento significativo de las publicaciones sobre terapia de grupo a partir de los años ochenta, siendo especialmente relevantes los aportes de Sweeney y Homeyer (1999), de Berg y Landreth (1998) y de Van der Kolk (1985).

Sweeney y Homeyer (1995) plantean que los terapeutas de juego y los terapeutas de grupo comparten el compromiso con un proceso terapéutico creativo y dinámico y están centrados en el desarrollo y la mantención de una relación terapéutica segura.

Los grupos, según Berg y Landreth (1998), serían un microcosmos del mundo cotidiano del niño. En el espacio terapéutico los niños tienen la oportunidad de enfrentar las reacciones de sus compañeros y de aprender en forma vicaria otras modalidades de relación más adaptativas. En este sentido, muchos niños que asisten a terapia presentan estancamientos o regresiones en relación a la etapa evolutiva en que deberían encontrarse. La interacción con otros niños los estimula a pasar a la zona de desarrollo próximo. En este sentido no hay nada que sea tan estimulante para el desarrollo de un niño como lo es otro niño.

Para entender la terapia de grupo se hace necesario conocer cómo se gestaron los movimientos de dinámica de grupo, que son los orígenes de la terapia de grupo.

Existe consenso que una de las figuras más importantes es Kurt Lewin, quien trabajó en el MIT en Boston en 1946, realizando seminarios de grupos cuando recién terminaba la segunda guerra mundial, época en que el espíritu que impregnaba el mundo intelectual era trabajar en reconstruir y evitar nuevas guerras. Este movimiento generado a partir de la figura de Lewin, que se desarrolló en un pequeño pueblo llamado Bethel, originó una asociación llamada National Training Laboratories (NTL), cuyo objetivo era capacitar a monitores en ciertas habilidades básicas que les permitieran actuar como agentes de cambio. Kurt Lewin (1935), científico social, planteó una metateoría de la conducta humana. Desde su perspectiva, los procesos de grupo son campos estructurados que están constituidos por

elementos que se relacionan entre sí. Él concibió el grupo social como una totalidad dinámica, donde observar cada elemento por separado carece de sentido. Para el autor, el conjunto y sus partes son igualmente relevantes y la totalidad posee características propias definidas (Lewin, 1951). Así, la conducta del grupo se distingue de la de sus miembros aunque funcionalmente se asocie a ella. Es común ver que los niños se comportan en un grupo de modo muy diferente a como lo hacen en otros contextos.

La teoría de campo y la *Gestalt* cambiaron la visión del grupo como un agregado, percibiéndolo como un sistema. Además, según la teoría de campo, la conducta de grupo está influida por la interacción con el medio ambiente, un subsistema dentro de una jerarquía de sistemas. Lewin (1951) además subrayaba la importancia del contexto y del aquí y ahora para predecir un comportamiento.

Kaplan y Sadock (1996) señalan que la influencia de Lewin sobre la psicología social fue notable, sin embargo, su impacto no fue tanto sobre la psicoterapia. La mayoría de los psicoterapeutas de grupo no están influidos por la teoría de campo.

Por ese mismo tiempo, el psicoanalista británico Wilfred Bion (1961) formuló sus ideas acerca del grupo como totalidad. Bion postuló también que los conflictos intragrupalles difieren de los conflictos propios de cada sujeto. Su supuesto básico en relación al comportamiento de los sujetos en el grupo es que la conducta es una defensa coherente frente a los conflictos del grupo y se manifiesta en respuestas de dependencia, emparejamiento y ataque-fuga.

Bion trabajó en la Clínica Tavistock tratando pacientes en grupo, donde el terapeuta atendía a la dinámica del grupo como totalidad. Las investigaciones señalaron que este

método no daba los resultados deseados; al parecer, las interpretaciones estrictamente globales referidas al grupo como un todo les dejaban a los pacientes un sentimiento de deshumanización y minusvalía (Malan, Balfour, Hood y Shooter, 1976). Posteriormente los terapeutas modificaron las intervenciones apuntando a dar apoyo individual a la vez que hacían la interpretación en el grupo como totalidad y esta modalidad produjo los logros esperados en los pacientes, lo que contribuyó a fortalecer la práctica de la terapia grupal.

En los adultos, la terapia de grupo es una modalidad de intervención cuyo objetivo es solucionar en un contexto grupal problemas emocionales mediante recursos terapéuticos. En los niños, el objetivo de un grupo de este tipo es ayudar a sus participantes a lograr un cambio en la dirección de un normal desarrollo (Noshpitz, 1979).

Dinámica de los grupos

Cuando dos o más personas se reúnen y conforman un grupo siempre habrá fuerzas que operan y que afectan-influyan poderosamente lo que sucede al interior de ese grupo y, en gran parte, la conducta de sus miembros. Este conjunto de fenómenos que suceden en un grupo cualquiera recibe el nombre de dinámica de grupos.

A diferencia de las dinámicas de grupos, la psicoterapia de grupo es un tipo de terapia que moviliza las fuerzas que operan al interior de un grupo, con fines terapéuticos.

Fuerzas que operan en un grupo

Cartwright y Zander (1968) postulan que los grupos movilizan fuerzas muy poderosas que pueden producir efectos muy positivos o muy negativos en sus miembros.

Frente a la pregunta ¿qué hace que un grupo funcione como funciona? Las respuestas posibles son múltiples. Nos llama la atención que por muy semejantes que sean los grupos de niños que hemos realizado (en cuanto a las edades, la problemática que presentan, la distribución por sexo, el nivel socioeconómico y las actividades propuestas), la dinámica que se produce en cada uno es diferente y, por lo tanto, demanda de los terapeutas intervenciones y acciones distintas. Pero en todos los grupos se produce un aumento de los vínculos entre los niños, una sensación de aceptación y pertenencia que en alguna medida se transfieren a sus contextos familiares y escolares.

También se observa que los niños van desinhibiéndose progresivamente, que se descomprimen en relación a sus emociones negativas, sus miedos y sus ansiedades, lo que además de tener un efecto catártico mejora sus niveles de comunicación y favorece su capacidad de expresión emocional, tanto de las emociones positivas como de aquellas que son percibidas por ellos como conflictivas.

López-Yarto (1997), en su libro *La dinámica de grupos cincuenta años después*, basándose en las ideas que Cartwright escribiera en su clásico libro *Groups Dynamics* (1968), plantea que en todo grupo operan fuerzas muy poderosas que producen efectos en sus miembros. Por supuesto, los grupos de terapia infantil no son una excepción sino que muy por el contrario, en la medida que los terapeutas intencionan el cambio tomando en consideración estas fuerzas que actúan en el grupo, estos cambios se potencian y se orientan en una dirección positiva.

El modelo que se presenta a continuación describe el propuesto por López-Yarto (1997), basándose en las ideas Knowles y Knowles (1972).

Fuerzas interpersonales

En todo grupo la sola proximidad física genera necesidad de conectarse con los otros, lo que se produce desde los inicios del grupo. Prácticamente desde la primera sesión es posible visualizar que hay fuerzas de atracción y rechazo entre los distintos niños. Es necesario registrar la forma en que los niños interactúan en el grupo, ya que sin duda esta conducta tiene una alta correlación con la forma en que se comportan con sus compañeros en sus contextos naturales.

También se distinguen las fuerzas centrífugas o centrípetas que aglutinan al sujeto con otros o lo segregan. Estas fuerzas determinan la distancia física y psicológica con que los niños se sitúan unos de otros.

En las fuerzas interpersonales aparecen claramente las necesidades de cercanía o distancia de ciertas personas y las conductas de sumisión y dominio. Algunos asumen más activamente la búsqueda de comunicación con los otros y los que son solicitados tienden a asumir una actitud respondiente.

Es posible encontrar situaciones de triangulación entre los miembros que generan conflictos y a las que es necesario estar alerta para lograr su utilización con fines terapéuticos.

Una situación a la que es necesario prestar especial atención es la de los niños que asisten al grupo derivados por un cuadro de inhibición. Estos niños tienden a repetir el sentimiento de sentirse excluidos, y la situación de grupo terapéutico debería constituir para ellos una experiencia emocional correctora y no una confirmación de sus temores a ser socialmente incompetentes. Estos niños, en nuestra experiencia, son los que experimentan mayor progreso en la medida en que ven normalizadas sus dificultades al conocer las emociones de los otros.

Fuerzas intrapersonales

Son fuerzas no biológicas que nacen de necesidades de carácter interno y que empujan desde dentro. Se relacionan con necesidades de aceptación, comunicación, seguridad y pertenencia, y marcan en forma importante los vínculos que las personas mantienen con el grupo. Por ejemplo, una persona con carencias afectivas que pueden impulsarla a asumir una actitud muy protagónica dentro del grupo, derivada de su inseguridad, o bien un niño podría tener mucha dificultad en compartir los juguetes y materiales con los otros miembros del grupo por haber sido muy consentido en su familia.

Estas fuerzas tienen que ver con las necesidades psicológicas individuales que el niño trae al grupo. Así, un niño que ha experimentado una sensación de rechazo, va a repetir los mismos comportamientos que utiliza en sus contextos habituales, a pesar de que esas conductas hayan mostrado no ser eficientes para conseguir la aceptación del grupo. Con sus acciones va a modificar la dinámica del grupo, por ejemplo, siendo muy disruptivo del trabajo de los otros en la búsqueda de no sentirse excluido, produciendo un efecto de desorganización en el grupo.

Lo mismo puede ocurrir en el caso de una niña con problemas de autoestima, que puede actuar en relación a sus compañeros en forma muy seductora en la búsqueda de seguridad, lo que genera en el grupo interacciones basadas en las capacidades de seducir y ser seducido, constituyéndose una dinámica en que el grupo se erotiza.

Otro ejemplo en relación a las fuerzas intrapersonales lo constituyen los niños con problemas de rendimiento escolar. Estos estudiantes, que por su historia de fracaso académico tienen mucha ansiedad en lo que se refiere a temas escolares, generan una actitud de evitación y rechazo frente

a cualquier actividad de lápiz y papel u otra que aparezca levemente escolarizada, actitud a la que otros miembros del grupo pueden sumarse. En tanto que un niño en cuya identidad el conocimiento y lo que sabe es muy central, puede generar en el grupo una dinámica competitiva orientada a conocer quién sabe más.

Tener una actitud que visibilice y valore estas características, permite la utilización de estas fuerzas intrapersonales para los objetivos terapéuticos individuales y grupales.

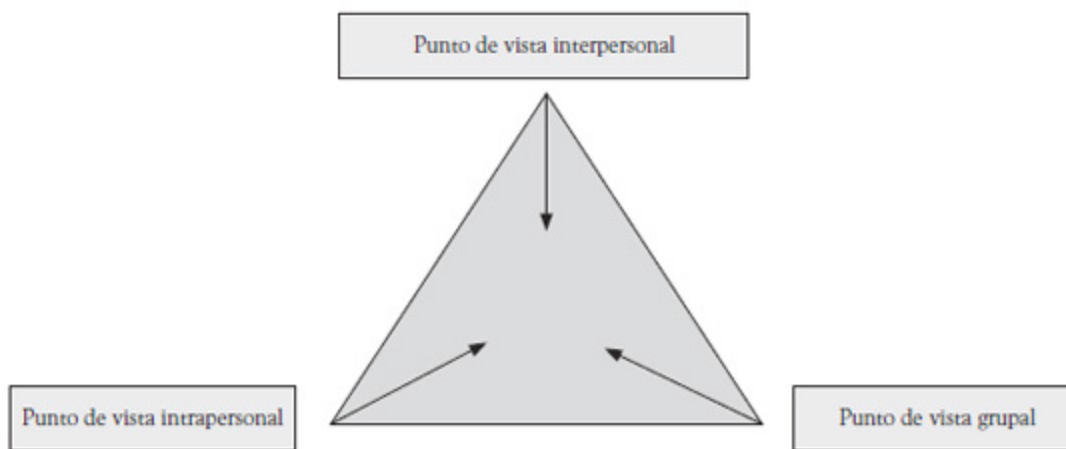
Fuerzas grupales

Cualquier relación con un grupo se asemeja mucho a la relación que se tuvo en la primera experiencia grupal que, en general, es la familia y desde allí se configura la relación que se establece con el grupo. En otras palabras, se refiere a la transferencia que las personas tienden a realizar de sus primeras experiencias en el grupo primario que es la familia y que están registradas a nivel no consciente. Esta definición de las fuerzas grupales aparece dentro de la tradición psicoanalítica y a decir de López-Yarto (1997), en los grupos se re-viven antiguas y profundas experiencias infantiles. Sería como una matriz que fuerza a reproducir los conflictos individuales. Estos conflictos se pueden relacionar con represión de sentimientos, rivalidades no resueltas y conflictos con la dependencia.

Las relaciones con los padres como figuras que son fuente de afecto y de autoridad y la relación con los hermanos, tienen su impacto en cómo los niños se relacionan en el grupo con los terapeutas y con los compañeros. Así, por ejemplo, un niño sobreprotegido y dependiente va a estar constantemente demandando atención y guía de parte de los terapeutas, con lo que será poco autónomo y ocupará mucho del espacio y el tiempo de éstos, si no se realizan

intervenciones terapéuticas orientadas a revertir esta situación. Otro ejemplo lo constituyen los hijos únicos, los que presentan habitualmente más dificultad para hacer alianza y asociarse con otros niños para hacer las tareas de grupo, compartir materiales, juguetes y dulces.

A modo de síntesis, a continuación se entrega el siguiente cuadro de la propuesta de Knowles y Knowles (1972) acerca de las fuerzas que mueven los grupos:



PSICOTERAPIA DE GRUPO

Speier (1977) identifica tres procesos en la psicoterapia grupal, que si bien no son separables, son posibles de distinguir:

1. Procesos propios de la psicoterapia en general:

Se refieren fundamentalmente a la disminución de la ansiedad, la catarsis, la solución de problemas de personalidad, fortalecimiento y desarrollo del yo.

2. Procesos propios de la interacción en el grupo:

Es posible observar una desinhibición más rápida, un clima emocional más intenso, una mayor rapidez en la resolución de la culpa, en la disminución de la ansiedad, en el encuentro de soluciones positivas y en el cambio a través de la percepción de un problema desde distintos puntos de vista.

3. Procesos basados específicamente en la vivencia y participación grupal:

Existen tres procesos que surgen particularmente en la interrelación grupal:

- La vivencia común: el sentimiento de compartir problemas aliviándose más rápidamente por la vivencia de generalidad.
- El proceso de socialización y maduración de la personalidad a través de la interacción: se realiza en su medio natural, ampliándose la relación en la interacción con el terapeuta y en la relación con los miembros del grupo. Se produce un desarrollo de los rasgos positivos que llevan al equilibrio, permitiendo una buena convivencia.
- El proceso de diferenciación e individuación a través de la interrelación grupal: los rasgos positivos dentro de la relación social se integran en un desarrollo más completo de la personalidad.

Por su parte, Kaplan y Sadock (1996) plantean que las terapias grupales, según la forma en que enfrentan el proceso terapéutico, podrían clasificarse en tres tipos:

- Terapia grupal centrada en el paciente.
- Terapia grupal centrada en el líder o terapeuta.
- Terapia grupal centrada en el grupo.

En las terapias centradas en el paciente y en el terapeuta, el individuo es la unidad básica del grupo y el cambio terapéutico se relaciona con el insight que la persona va haciendo respecto de su dinámica intra e interpersonal.

En las terapias centradas en el grupo, la unidad básica es el rol que la persona juega consigo misma y con el grupo. El cambio terapéutico se produce una vez que el sujeto comprende que los roles sociales están gobernados por fuerzas inconscientes primitivas, que determinan la conducta individual tanto como la grupal.

El trabajo de grupo permite elaborar los conflictos internos que dificultan funcionar en el nivel de capacidad de cada persona, como plantea Alonso (1995).

Los grupos son como un laboratorio para comprender que las relaciones y confrontaciones nutricias y cuidadosas por parte de otros, alimentan en lugar de obstruir el proceso de individuación y el logro de las propias metas.

El concepto central de una terapia grupal se fundamenta en que en el grupo los integrantes tienen la oportunidad de ver los efectos que su conducta genera en los otros. La tarea del coordinador del grupo es que las personas se enfrenten de manera no defensiva con lo que se les dice, y así puedan tener un conocimiento más profundo de ellos mismos y de cuáles son las reacciones de los otros ante ellos. Otro objetivo de esta modalidad terapéutica es que los participantes logren una comprensión de cómo funcionan los grupos en general.

A través de la terapia de grupo se intenta integrar las emociones y las cogniciones. Los niños viven experiencias emocionales en el grupo a partir de las cuales hacen una reflexión, aprenden a reconocer sus emociones, a tratarlas y orientarlas de un modo adecuado y a hacer un juicio sobre ellas. Como plantea Solomon (2007): “vivimos en y

mediante nuestras emociones” (p. 26). Este autor señala que es importante hablar acerca de lo que hacemos con las emociones y no simplemente de lo que las provocan, porque a través de las emociones los niños intentan manejar su realidad. Cuando un niño llora busca comprensión, cuando se enoja busca asustar a los otros. El autor plantea que los seres humanos dotados de lenguaje y reflexivos, no sólo tenemos emociones sino que tenemos juicios sobre ellas. Las aprobamos o las desaprobamos. Estamos orgullosos o avergonzados de ellas.

Esto que sostiene Solomon sucede también en los niños y ellos intentan, a veces con estrategias poco exitosas, mandar sus miedos o controlar sus rabias. En este proceso reflexivo de aprendizaje, el grupo los ayuda a expresar sus emociones en el momento apropiado, con la persona apropiada y en la intensidad apropiada.

En el grupo trabajamos para que el niño no haga lo que no tiene que hacer, no para que no sienta lo que él siente. El niño aprende a regular su capacidad de autoexposición, aprende a leer el contexto en el cual se autoexpone. El ambiente lúdico ayuda a los niños en la autoexposición.

Klykylo, Kay y Rube (1998), plantean que la terapia de grupo partió de un modelo analítico y ha ido evolucionando hacia el desarrollo de actividades terapéuticas focalizadas en las conductas comunicativas de un grupo particular.

Las terapias grupales dan una oportunidad para que los niños exploren, descubran, aprendan y se comuniquen entre sí en un ambiente terapéutico seguro y estimulante; también permiten entregar estrategias para el desarrollo de habilidades interpersonales que le facilitarán la convivencia social. Como sostienen White y Epston (1993): “las personas dan sentido a sus vidas y estos relatos modelan sus propias vidas y relaciones” (p. 30). Para estos autores, un resultado

aceptable de un proceso terapéutico sería generar relatos alternativos, que les brinden posibilidades más deseables en su desarrollo.

PSICOTERAPIA DE GRUPO EN NIÑOS

En nuestra experiencia, el grupo da una posibilidad real para que los niños puedan expresarse, en la medida que están dadas las condiciones necesarias y que pueden hacerlo sin presión ni temor a equivocarse; también les permite razonar sobre las cosas que les conciernen, sobre su mundo interno, sobre sus deseos y sus emociones y acerca de sus vínculos afectivos.

Uno de los aportes del trabajo de grupos en niños es la idea de permitir que sus integrantes se contemplen desde una perspectiva más objetiva, esto significa que el niño salga de sí mismo y se transforme en un yo que se mira reflexivamente. En las terapias de grupo en niños, esta mirada sobre sí mismo es de algún modo enriquecida por la interacción de los otros niños y por el aporte de los terapeutas que le reflejan aquellos aspectos más positivos de sí mismo, le señalan las competencias que tiene para cambiar aquellos aspectos del sí mismo que el niño o la niña quisieran cambiar o que les perturba su interacción con los otros o con las tareas que deben cumplir.

Un elemento que resulta especialmente enriquecedor es dar un espacio para que los niños, como dijeron Markus y Nurius (1998), oigan las voces de sus “posibles selves”.

Estos autores definieron los sí mismos posibles como concepciones de sí en estado futuro, esto es, sí mismos ideales de lo que nos gustaría ser, de lo que podríamos ser y de lo que tenemos miedo de ser. A su vez plantean que los

sí mismos posibles pueden ser entendidos como una manifestación cognitiva de metas, aspiraciones, motivaciones y amenazas. Reflejan cómo la persona percibe su potencial y su futuro y constituyen un elemento fundamental en la relación entre autoconcepto y motivación. Además, funcionan como incentivos para la conducta futura y entregan un contexto evaluativo e interpretativo de la visión de sí mismo. En los grupos de niños se favorece la comparación social dando a los participantes de los grupos la posibilidad de contrastar sus sentimientos, pensamientos, características y conductas con las de otros. Es decir, los niños no se evalúan aisladamente sino que en función del contexto, y así sus autorrepresentaciones pasan a ser un potencial hacia el futuro.

Markus y Nurius (1986) plantean que el paciente pasa de una postura de “experimentador” a una postura de “autocontemplación”, posibilitando la disminución de la implicación emocional original y un distanciamiento que permite la reelaboración cognitiva de las experiencias anteriores. El autor plantea que la posibilidad de asimilar distintas perspectivas constituye un mecanismo eficaz para la generación de constructos o narrativas alternativas.

Algunas de las preguntas que facilitan a las personas asimilar diferentes narrativas o significados, son: “si pudiera ver la situación desde fuera, ¿qué vería de diferente?” o “¿qué pensaría en esa situación una persona a la que admira?”.

El grupo está diseñado para que los niños, a través de diferentes actividades que les permiten conectarse con sus sentimientos, puedan ir expresándolos y elaborándolos en un contexto que resuena y acoge sus emociones.

En el grupo, los terapeutas deben estar conscientes de la necesidad de visibilizar los mensajes de todos los niños, no sólo de los que más se destacan. En sus intervenciones deben ir recibiendo por respuesta la idea que hay personas capaces de escucharlos. Cuando se crea este clima, los niños comienzan a hablar de lo que realmente les importa y la comunicación entre ellos se da en otro nivel de intimidad. En el grupo los niños aprenden a escuchar y a expresarse emocionalmente. Al compartir los recuerdos y las experiencias personales se van produciendo vínculos de proximidad y cercanía entre los que comparten vivencias similares, como por ejemplo, haberse sentido rechazado, tener intereses comunes, experimentar dificultades parecidas (problemas de aprendizaje, situaciones de pérdidas familiares, entre otras). La vinculación produce un soporte emocional en las situaciones difíciles y actúa fortaleciendo cuando se trata de aspectos que se relacionan con intereses.

Al ver cómo actúan los demás frente a las dificultades, las personas toman conciencia de cómo lo hacen también ellas y esto las estimula a buscar mejores maneras de relacionarse.

Los aportes del proceso grupal a los niños podrían sintetizarse, según Schamess (1998), en que la terapia los ayuda a:

- Aceptar y contener la expresión conductual de los impulsos regresivos intensos.
- Ofrecer un ambiente sostenedor y gratificante a los participantes.
- Favorecer las interacciones correctivas entre los niños que participan en el grupo.
- Ofrecer a los niños nuevos modelos adaptativos de identificación.

El participar en un grupo favorece en los niños y niñas el aprendizaje implícito y explícito de las competencias necesarias para el bienestar socioemocional y para integrarse en forma armónica a la convivencia social. Es por ello que los grupos terapéuticos son una indicación para aquellos niños que de diversas maneras presentan problemas en la interacción con otros.

Desde sus inicios los grupos terapéuticos están intencionados para desarrollar la pertenencia y la integración con los demás y para transferir las competencias adquiridas a sus contextos naturales.

APORTES DE LAS DIFERENTES TEORÍAS PSICOLÓGICAS A LA PSICOTERAPIA DE GRUPO

Aportes de la teoría psicoanalítica

El psicoanálisis es quizás una de las teorías psicológicas más ampliamente difundidas. Sus orígenes se remontan hace poco más de cien años, cuando Sigmund Freud comenzó a trabajar y estudiar la psicopatología, entendiéndola como el resultado de conflictos intrapsíquicos cuyo tratamiento consistía en analizar al paciente como individuo. La historia del psicoanálisis en grupo comienza con los trabajos de Burrow, Adler y Metzger, siendo Samuel Slavson, a comienzos de los años treinta, el precursor de la terapia psicoanalítica de grupo con niños (Kaplan y Sadock, 1996).

Quizás el concepto más importante descrito por Freud es el inconsciente, el cual alude a un mundo ajeno a la