

LA TERAPIA DE GRUPO COMO ESPACIO TERAPEUTICO

Alejandro Guajardo C.¹

Cualquier aproximación terapéutica a la persona víctima de la represión política debe considerar que los efectos del daño producido tiene profundas repercusiones en todos los planos del ser personal. Así en el caso de la tortura, no sólo hay secuelas físicas y psicológicas, sino también alteraciones familiares, grupales económicas, laborales, etc.

Esto exige que, por otro lado, para abordar la problemática derivada de la represión se debe asumir un amplio espectro de recursos terapéuticos que intente cubrir el máximo de necesidades psicológicas de nuestros consultantes.

La aproximación a esas necesidades debe ser flexible, oportuna y adecuada.

El quehacer reparador no debe estar sólo centrado en el encuadre clásico de tratamientos: la psicoterapia individual, sino que debe recoger con un diagnóstico oportuno y claro aquellas facetas del paciente que con otros instrumentos terapéuticos puedan favorecer el proceso de reparación.

Claro ejemplo de éste son los variados recursos que CINTRAS ha desarrollado desde una perspectiva multi e interdisciplinaria, tendientes a asumir la totalidad de la persona. En lo concreto esto se ha reflejado en programas de atención kinésica que han ido más allá de la rehabilitación física y han enriquecido su quehacer en un plano directamente psicoterapéutico al trabajar sobre el stress, autoestima, imagen corporal, etc., aspectos seriamente dañados cuando se tortura.

Igual cosa sucede con los programas de terapia ocupacional, cuya tarea fundamental es que el paciente a través de actividades ya sea en talleres, dinámicas de grupo, técnicas recreativas, etc. logre alcanzar una experiencia que le muestre la posibilidad de rescatar áreas no dañadas y desarrollar destrezas personales que reordenen la identidad y propicien finalmente un proceso de inserción social y laboral lo más sano posible.

¹ Terapeuta ocupacional, CINTRAS.

De importancia también es todo lo desarrollado en las terapias de familia y de pareja, básicamente de orientación sistémica que intenta cubrir necesidades terapéuticas específicas.

Todo lo anterior ha sido desarrollado en diversos trabajos científicos de nuestra institución por los respectivos profesionales.

Sin embargo queremos resaltar en este trabajo otras técnicas terapéuticas que cumplen al igual que las otras con este criterio de flexibilidad y de acoger las diferentes necesidades de nuestros consultantes. Nos referimos a la terapia de grupo; la que analizaremos desde una perspectiva orientada hacia la persona torturada, ya que experiencias de otras vivencias represivas han sido sistematizadas por los equipos de trabajos de CINTRAS y se encuentran en diversas publicaciones de nuestra institución (psicoterapia de grupo en retornados y en familiares de detenidos desaparecidos).

Para hablar de psicoterapia de equipos necesariamente debemos rescatar los aspectos positivos que entrega el proceso terapéutico.

El espacio grupal es el lugar donde se compromete un tiempo y donde las personas se perciben recíprocamente, donde se intercambian mensajes, donde se reconstruye la trama vincular que se ha destruido, dañado, que ha sufrido pérdidas, que se ha refugiado en sí mismo en el lugar donde los integrantes de el grupo se abocan a una tarea en común.

En el grupo se reconocen necesidades y objetivos comunes. Cuando esta tarea se concretiza se posibilita que cada uno de los integrantes pueda plantear sus necesidades y desarrollar potencialidades que permiten enfrentarse a sí mismo, aprendiendo o re-aprendiendo a vincular con los otros, con la realidad y con su propia historia. Es decir, se permite un aprendizaje que es esencial en la construcción de la subjetividad, aspecto básico en el proceso de recuperación del daño en la persona torturada.

Si se comparte el hecho de que en la tortura el principal objetivo de esta experiencia límite no es obtener información sino alterar la organización de representaciones psíquicas que lleven al quiebre del sistema identificador, de ideales y valores, en el fondo al quiebre de la identidad, se comprenderá que la psicoterapia de grupo permite rescatar, por medio de la interacción la identidad de pertenencia en un colectivo que tiene similares propósitos y valores.

La posibilidad que tiene el torturado de testimoniar su experiencia permite que éste se sienta acogido y acompañado en un proceso basado fundamentalmente en la solidaridad y en la confirmación que hacen los otros con respecto al sí mismo del paciente. Su experiencia no es una fantasía, ni una mentira. Es una dolorosa realidad que se ha intentado desconfirmar o negar por parte de la dictadura militar y que encuentra en este espacio colectivo la posibilidad de ser socializada y percibida como un

hecho real y objetivo.

El trabajo psicoterapéutico de grupo además presenta otras dimensiones igualmente significativas que se hace necesario rescatar.

Tal vez uno de los elementos más importantes es reestructurar la experiencia de tortura en el sentido de que sea contextualizada como un fenómeno histórico-social. El darse cuenta de que no se torturó a la persona concreta por ser ella misma sino por ser representante de sectores sociales que están en pugna con los sectores dominantes, da claridad en cuanto no fue sólo una experiencia individual sino que afectó al conjunto de personas representantes de una clase social determinada. Entender la tortura como un instrumento de dominación política es favorablemente alcanzado en el grupo ya que en el se ven reflejadas las diferentes experiencias personales que permiten descubrir a la tortura como una experiencia totalizadora: "y viví la que otros también vivieron".

Una de las consecuencias de estas vivencias más abarcativas es que muchos de los consultantes disipan la culpa que paradójicamente ha generado la tortura. Nos hemos encontrado como tal experiencia se vive en soledad, privadamente y que es percibida como un hecho de responsabilidad individual.

La resignación que se produce a partir de los testimonios que gradualmente cada uno de los miembros del grupo ha entregado permite lograr otro aspecto importante: la desprivatización del dolor y socializar la experiencia, lo que se traduce en un favorecer la vinculación con otros (o disminuir la desvinculación como consecuencia de lo vivido secretamente) y además la desconfianza que genera el enfrentar la experiencia ante los demás y permite asumir el miedo que inevitablemente se ha depositado consciente o inconscientemente en el funcionamiento del paciente.

Todo este proceso finalmente conlleva la posibilidad de que el paciente puede recoger y asumir las nuevas alternativas de solución a partir de la experiencia de otros y clarificar o ampliar el grado de conciencia de sí mismo que le permita salir del conflicto con elaboraciones que desde su prisma eran imposibles de encontrar.

Así el conocer, el adquirir confianza en otros, el reordenar la experiencia de tortura y con ello el reestructurar la propia identidad, logrará consolidar una percepción de sí mismo que se traducirá en la confianza personal.

No podemos dejar de mencionar que también una actividad de grupo de esta naturaleza conlleva el ejercicio de estilos de interacción y comunicación nuevos, que den flexibilidad y oportunidades nuevas de integración a la persona torturada, ya que habitualmente dicha experiencia con los años se ve

acompañada de estilos de interacción rígidos, defensivos, muchas agresivos e inseguros que acrecientan aún más el deterioro personal.

La posibilidad del ejercicio práctico de la de hablar y aprender con ellos modelos de comunicación más sanos (verbales y no verbales) son de alta significación para la imagen personal.

Todo el proceso que se ha mencionado no puede ser llevado a efecto sin que la psicoterapia de grupo contemple una estructura y metodología consistente que favorezca la recomposición del paciente.

Necesariamente debe existir una etapa inicial en el proceso terapéutico que permita acercar, desinhibir y facilitar el contacto con otros (se pueden utilizar variadas técnicas para ello: juegos, dinámicas, técnicas corporales y de imaginaria, etc.), que posteriormente se traduzca en la posibilidad de que los pacientes puedan descargar los efectos negativos de la experiencia traumática permitiendo con ello una dimensión personal más sólida que en segunda instancia permita entrar en los fenómenos más profundos de la tortura sin provocar el derrumbe individual y colectivo.

Así la psicoterapia de grupo deberá finalmente obtener el reordenamiento de la identidad que se exprese en una imagen personal nueva y facilitar con ello un adecuado estar consigo mismo y con el mundo.

Santiago, octubre de 1992.

Unos comentarios finales al trabajo grupal:

Por todos los alcances que tiene un quehacer de esta naturaleza no se pueden dejar de aprovechar los espacios grupales que otras instancias terapéuticas propicien.

Nos referimos en particular a los fenómenos de grupo dados en terapia ocupacional, que sin constituir una psicoterapia en los términos señalados con anterioridad, si recoge una experiencia significativa de mencionar.

El funcionamiento de grupo en terapia ocupacional, permite abordar tres niveles de interacción colectiva.

Por una parte está todo el funcionamiento que se logra en lo que nosotros hemos estructurado como desayuno de pacientes. En él todas las mañanas el conjunto de consultantes más algunos terapeutas comparten el inicio de la jornada con un desayuno colectivo. En este instante se expresan habitualmente los fenómenos cotidianos o de vida diaria a nivel particular y nacional.

Sin que aquí los comentarios, diálogos y reflexiones en torno a hechos políticos significativos o sucesos espontáneos o personales que habitualmente no llama al análisis pero que en el fondo generan dinámicas y respuestas en los pacientes que en ese momento enfrentan de modo colectivo.

Es habitual encontrar las conversaciones sobre materias o sucesos vistos por TV (en general aquellas que originan rabias) que actualizan o intensifican sus conflictos. De aquí la importancia de transformar este desayuno en un contexto terapéutico que facilite el reordenar las percepciones y significaciones de sucesos cotidianos y modifique puntos de vista a veces rígidos o bien faciliten al paciente adquirir nuevas formas de enfrentar estas realidades haciendo un manejo y elaboración lo más ordenado posible de las rabias, miedos, o penas que surgen producto de la vida social.

Un segundo nivel está dado cuando se está trabajando en el taller donde habitualmente los pacientes están cada uno en su actividad, con largos silencios productivos. En este estar consigo mismo y el trabajo, conectado a emociones, sensaciones, recuerdos, etc., surgen intervenciones verbales, que son fuente de estimulación y que facilitan la socialización de lo interno, permitiendo de esta manera la expresión de conflictos y experiencias, que por el clima de confianza existente favorece una elaboración grupal, de las experiencias individuales.

Y finalmente el tercer nivel dado por la dinámica grupal semanal que evalúa los procesos individuales y colectivos que se dan en terapia ocupacional y también la utilización de este espacio para realizar técnicas dirigidas al aprendizaje de modelos de interacción y comunicación con otros.

Todos estos instantes grupales son permanentemente evaluados para coger oportunamente necesidades psicológicas que puedan ser resueltas y aquellas que por su complejidad no lo permitan serán derivadas a psicoterapia individual o bien a otras instancias terapéuticas como: la psicoterapia familiar, de pareja, de grupo o kinésica.

Santiago, octubre de 1992.