



# SOBREVIVIR A LAS ANSIEDADES DE SEPARACIÓN EN UN GRUPO DE ADOLESCENTES MAYORES

## Introducción

Las **ansiedades de separación propias de la adolescencia** se hacen presentes en la dificultad para enfrentarse a un grupo de terapia con otros adolescentes y la manera de gestionar estas ansiedades es uno de los fundamentos para la **supervivencia grupal**.

A través del material clínico de un grupo de adolescentes mayores de un CSMIJ se realizará una comprensión psicodinámica acerca de estas ansiedades individuales y la repercusión de las mismas en el proceso grupal.

## Metodología

Análisis de un **grupo psicoterapéutico heterogéneo** de nueve adolescentes de **entre 16 y 18 años** de un CSMIJ.

Criterios de inclusión de: crisis adolescente, trastorno del estado de ánimo, procesos de duelo, rasgos de personalidad y dificultades relacionales.

Sesiones individuales pregrupales con cada adolescente para valorar los criterios de inclusión y/o exclusión del grupo.

**Sesiones semanales de una hora** de duración durante nueve meses. Abordaje en coterapia por una psiquiatra y una trabajadora social.

Supervisión psicodinámica por un supervisor externo grupoanalista.

## Resultados

- El grupo comienza la primera sesión con una chica que escenifica las **ansiedades de separación primarias** al no poder participar de este encuentro múltiple, aterrorizada ante el mismo, y necesitar marchar a casa con su madre, que la acompaña.
- En las sesiones posteriores este nuevo grupo ha de enfrentarse a empezar a construir “algo” juntos, gestionando al mismo tiempo la **pérdida precoz** de uno de sus miembros, **emergente del propio proceso de duelo asociado a la etapa vital en la que se encuentran** y motivo (uno de ellos) por el que se les propone participar en esta experiencia terapéutica.
- En el grupo va apareciendo una alta emoción expresada en algunos miembros, paralela a la inhibición de otros. El **grupo como un “todo”** funciona, entonces, en **supuesto básico de ataque-fuga** ante la amenaza de un **cambio catastrófico** (Bion, 1943).
- Se pierden progresivamente tres miembros más quedando un **grupo superviviente de cinco miembros** en el que, pese a estas experiencias de pérdidas, persiste el **deseo de la cohesión** y la **esperanza** de mejora y de poder continuar compartiendo las dificultades a través del **aprendizaje interpersonal** (Yalom, 1996).

## Conclusiones

Los adolescentes llegan a un grupo en un momento de separación y diferenciación de su grupo primario y han de lidiar con tolerar la vivencia de una **primera experiencia de indiferenciación del grupo** en sí.

El grupo ha de ir construyendo un **continente** de estas ansiedades y, en función de los acontecimientos, se irá generando una **cultura grupal**.

Se ha de tener en cuenta que muchos de los sucesos importantes del grupo ocurren en “**zonas extra-grupales**” como la sala de espera o el grupo de whastapp, siendo este el **escenario que más descoloca** y que en la adolescencia puede ser más difícil de limitar. Se considera necesario darles un **espacio en la mente-grupal** para poder trabajar lo que aquí acontece.

Se propone, en relación a estas experiencias: tener en cuenta la importancia de realizar un **trabajo individual pregrupal** donde valorar el momento del adolescente y la capacidad para tolerar un grupo terapéutico y, también, ofrecer en **espacio individual post-grupal** a los miembros que abandonan el grupo para trabajar los motivos y las vivencias asociadas a este malestar, lo cual puede ayudar a su participación en otro proceso grupal futuro.

## Bibliografía

- Ayerra, J.M.: Del individuo al grupo. Boletín APAG, 1996; 5: 3-11.
- Bion, W.R.; Rickman, J. (1943). Intra-Groups tensions in therapy: their study as the task of the group. En McKenzie (1992) Classis in group psychotherapy. New York: Guilford.
- Vinogradov, S. y Yalom, I. D. (1996). Guía breve de psicoterapia de grupo. Paidós. Capítulo 2: Factores terapéuticos.
- Winnicott, D.W. (1979). El proceso de maduración en el niño. (2a Ed.). Barcelona: Laia

## EquipCSMIJ Sants-Montjuïc

Ortega Gutiérrez, Patricia Psiquiatra

- **Més informació**  
Tel. 93 000 00 00
- **Mail:** info@pereclaver.org
- **Web:** www.pereclaver.org