

TAULA RODONA 4

"LAS RESPUESTAS TERAPEUTICAS GRUPALES COMO APORTACIÓN PARA LOS FENÓMENOS DE CAMBIO EN LA ASISTENCIA"

José Luís López Atienza.

Cuando escucho la idea de nuevas situaciones, nuevas necesidades de cura, de atención, pienso que las formas, de presentación de las demandas, posiblemente sean nuevas pero el fondo sigue siendo el mismo.

Seguimos siendo seres humanos que nos vemos probablemente en muchos momentos en situaciones de desconocimiento mutuo y cómo, cuando nos podemos parar a pensar, es decir, cuando incluimos la dimensión del tiempo, de la necesidad del tiempo para poder pensar: ¿qué es lo que le está pasando a la otra persona que necesita de nuestra ayuda?. Ahí nos damos cuenta que la materia humana está en ambas partes, tanto en el que demanda la ayuda como en los que nos disponemos para dar alguna respuesta, y que la materia humana está compuesta por duelos.

Yo creo que los duelos, tantos duelos por traslados culturales como duelos culturales que también sufrimos nosotros, se habla un poco de cómo interviene la sociedad actual, cómo interviene la ética y la moral, si esto está en cambio. Cómo intervienen a modo de generar duelos, cómo son referencias que se nos han perdido, todo lo político, lo económico, etc. Cómo los duelos están siempre atentando con lo que serían las necesidades básicas de los seres humanos, que son universales más allá de dónde vivamos y del contexto cultural en que nos hayamos desarrollado.

Cuando aparecen situaciones de duelo o de pérdida por seres queridos, por ambientes de referencia que nos han podido organizar o estructurar, cuando se ve la necesidad de cambiarlos, se generan situaciones muy regresivas en cada uno de nosotros y en estas situaciones regresivas cómo las necesidades básicas emocionales de cada uno van reclamando en la mayor medida de lo posible acompañamientos emocionales.

Cuando nos manejamos con referencias de grupo nos damos cuenta cómo el grupo es una organización interna que llevamos en cada uno de nosotros. Nuestra mente, nuestro psiquismo, nuestro mundo interno están constituidos por un grupo básico que es el grupo familiar, que es desde donde todos nos hemos construido, donde

hemos ido cogiendo nuestras identidades, nuestras referencias, etc. Ese grupo familiar forma parte del grupo interno de cada uno de nosotros. El grupo interno es un mundo muy complejo. Ese mundo interno se construye por procesos de identificación y por procesos de evolución y es un mundo que está siempre en recuestionamiento, que está siempre como atentado en su equilibrio. Es un mundo compuesto por una pluralidad de necesidades emocionales básicas.

Cuando los duelos en la vida nos afectan, aparecen las situaciones emocionales regresivas mostrando de manera abierta la complejidad del mundo interno, y en esas situaciones lo que más aparece es la necesidad de que a uno le acompañen emocionalmente para que vuelva a restituirse ese equilibrio interno, ese mundo interno y ese grupo interno.

Esto es lo que nos lleva a la construcción de grupos. No una idea económica, no una idea un poco más novedosa sino cómo a un ser humano en situación de regresión por los duelos lo ponemos en un contexto con otros, es para restablecer y reparar a través de los grupos externos los grupos internos.

¿Qué es lo que en un grupo externo de estas características va a posibilitar como acompañamiento emocional para que se reorganice en los sistemas mentales un poco más de equilibrio y lo que quizás deja más al aire en sus grupos internos luego vuelven a sentir el acompañamiento? ¿Qué es lo que aporta el grupo en sí? Cuando juntamos a una persona y le proponemos que puede estar acompañado por personas en situaciones más o menos semejantes y todo esto desde la mirada de un equipo de profesionales que van a cuidar ese encuentro.

Los elementos básicos de acompañamiento emocional reparativo que esa persona va a encontrar en el grupo son muchas veces aspectos que tienen que ver con la pérdida de la humanización de la relación porque está en juego siempre la interrelación entre seres humanos. Cómo cuando eso se pierde se pierden muchas cosas en los grupos internos de cada uno de los miembros. La reparación, la reconstrucción a través del grupo externo donde lo que se va a encontrar siempre son elementos de mucha sinceridad, de un compromiso emocional y personal muy intenso.

Esto es lo que les pedimos cuando vienen a un grupo, que puedan ir no solamente escuchando sino animándose a poder participar hacia otros sus experiencias a modo que uno empieza a darse cuenta de que en la vida relacional no sólo ocupa un lugar de recepción sino que también puede aportar de sus experiencias muchas cosas de las que los otros puedan estar necesitados. Este

intercambio, esta resonancia que se da, este acompañamiento intenso emocional que se da cuando personas que forman parte del grupo necesitan hablar de sus historias con la máxima sinceridad y con la máxima confianza. Esto abre una dimensión a la mente donde muchos de los aspectos de humillación, de vergüenza que han dañado, que forman parte de las situaciones regresivas en muchos momentos, toda esta parte puede ser explicada, puede ser escuchada y puede ser acompañada. No se utiliza para el daño, se utiliza para la comprensión, probablemente para la restitución y la recuperación de esta persona como persona pensante. La posibilidad también de darnos tiempo para pensar qué está pasando en el grupo, tiempo sobre todo para no actuar porque las reacciones se producen en muchos momentos desde la acción, no desde la reflexión. Los momentos regresivos necesitan de tiempo para ser analizados y para ser atendidos, no para volver a la actuación que es desde donde es necesario ir saliendo.

Otro aspecto que el grupo aporta a un cambio en el contexto de grupo interno de cada uno de sus miembros, sería la apertura a un mundo social, a un encuentro con otros.

Normalmente, la patología inhibe, reduce la situación de encuentro, produciéndose una dinámica de “meterse para adentro” en contraposición de una apertura mental. Sin embargo, en el contexto grupal lo que van a encontrar sus integrantes es que esa apertura mental es beneficiosa. La situación de retraimiento es como un episodio en el que todo lo que aparece de ese mundo interno en los momentos regresivos tiene que ser custodiado para no perder más. Este retraimiento protector se rompe cuando uno se da cuenta que hay unos semejantes con situaciones muy próximas. Que lo particular, lo vergonzoso se abre a las dinámicas de otros, a las historias de otros. Que las historias particulares se concatenan con las historias particulares de otros. Pueden comprobar cómo en esa dimensión hay un fenómeno de resonancia, muy de igualdad de unos a otros. Desde ahí podemos ir aprendiendo unas personas de otras, en este dar y recibir desequilibrándose siempre o mejor dicho intentando ajustar este desequilibrio de sentirnos únicos y diferentes que lo regresivo tiene. Parece que en las situaciones regresivas hay alguien que tiene que recibir y otro que se tiene que colocar como donante. Esta situación desequilibra siempre las relaciones pues las coloca en una posición vertical. La cohesión sin embargo, que es un fenómeno importante que se consigue en los grupos, permite una horizontalización, saliendo de una situación, de diferenciación de víctimas y verdugos, que tanto daño hace.

Las situaciones regresivas son vivencias muy profundas desde donde se recuestionan muchos aspectos de la vida y de la

existencia en general. Son momentos donde buscamos explicaciones no solo a lo que nos está ocurriendo si no a encontrarle un sentido a todo lo que nos está pasando, engarzándolo en nuestra historia personal y en nuestra trascendencia. Por eso los pacientes graves, con menos propiedad de su vida, "utilizan" esta necesidad de dar un sentido al momento regresivo que viven para construir metáforas existenciales (delirios) donde ellos tienen una existencia trascendente, importante, frente al sentimiento de impersonalidad y de vacío con el que viven. El grupo de iguales facilita la revisión de lo existencial. En muchos momentos estas dimensiones más existencialistas, nos permite revisar qué sentido tiene lo que hacemos, nuestra vida, dónde estamos, con quiénes estamos, hacia dónde necesitamos dirigir nuestra vida etc. Estas cuestiones no suele tener en el ámbito externo, social, familiar, etc. mucho acogimiento. Son como recuestionamientos que por cómo toca aspectos más íntimos y personales de todos nosotros no son fáciles de ser escuchados. Cuando alguien acompaña en esos momentos a otra persona que se está revisando y recuestionando todo lo que ha hecho hasta ese momento en su vida, todo esto no está ajeno a que nosotros tengamos que hacer algo semejante. Como si adentrarnos en ese mundo existencial, nos llevase también a un momento regresivo, y no estuviésemos dispuestos. Por eso esta revisión de lo existencial tiene un campo propio en los grupos de iguales, al compartirse los momentos regresivos por parte de todos los participantes.

Ahora intentaría pensar que hacer con todo esto. Cómo se hace, es decir, nosotros animamos a personas a que en esos momentos regresivos por situaciones de duelo vengan a encontrar un acompañamiento emocional pero todo esto no viene dado sin mas. En realidad lo tenemos que hacer los profesionales pero esto no es fácil, sobre todo intentándolo desde un punto de vista individual. La dimensión grupal de las situaciones regresivas, al dejarnos ver los grupos internos, nos llevan a encontrar respuestas grupales y al trabajo en equipo.

Es muy importante la dimensión del poder trabajar acompañados con otras personas de nuestro mismo rango para poder tener un potencial de acompañamiento emocional intenso si queremos conseguir algunas de estas cosas que estamos planteando. Si es solamente una restitución muy puntual, muy concreta también porque detrás de estas manifestaciones sintomáticas se encuentra el sufrimiento humano y la necesidad del encuentro humano porque eso es lo que hace sufrir, la pérdida del encuentro humano.

Cuando nos interesamos para podernos acercar vemos rápidamente la necesidad de un acompañamiento, de un equipo

detrás. Esto es lo que convierte estos momentos en momentos bastante más complejos y delicados porque un equipo, un grupo llamado equipo, también tiene una estructura interna. Así como el paciente y cada uno de nosotros llevamos un grupo interno, también el equipo tiene un grupo interno, un grupo interno complejo normalmente formado por una estructura grupal.

Un equipo es un grupo que se reúne para una actividad muy manifiesta, muy concreta pero que como toda agrupación humana en lo latente, en lo inconsciente de ese grupo subyacen una pluralidad de situaciones y fenómenos emocionales. Puede estar atendiendo la tarea, cómo se organiza el día, qué ha pasado con un paciente, la propia coordinación del equipo, etc. Pero en lo latente del equipo se están dando muchos fenómenos que tienen que ver con los grupos internos de cada uno de nosotros como miembros de ese equipo. Con las familias que llevamos dentro y también con cómo dentro de nuestras propias familias hemos sido capaces de organizarnos grupalmente o no, o de escindirnos, de dividirnos y de estar como quistes o no, dentro de esa organización familiar. Esta organización familiar que cada uno de nosotros llevamos dentro se pone en actividad cuando trabajamos en equipos. Se pone en actividad sin darnos demasiada cuenta y esto forma parte de esa parte latente del equipo como grupo, esa parte inconsciente que está constantemente en movimiento. Aquí, inconscientemente, hay una especie de pacto de silencio entre todos los miembros, de que todo eso no emerja, no aparezca, no sea motivo de una reflexión, etc. También como en todo equipo, en todo grupo existen elementos más desestructurados de cada uno de nosotros que son los que nos unen. Los organizados, los estructurados, los conscientes son desde los que podemos trabajar, participar, etc. pero está toda esta parte desintegrada que siempre tiene una potencia muy importante.

Por último, como formante de esta estructura interna del equipo estaría también lo que cada uno de nosotros opinamos sobre la enfermedad y la salud mental. Esto no es científico, siempre es muy individual y muy personal: Aunque lo avalemos de cierto cientificismo, seguirán siendo conceptos que tienen más que ver con posicionamientos complejos del mundo interno de cada uno de nosotros. Qué idea tenemos de lo que es la salud, lo que es la enfermedad, cómo se organiza, que evolución tiene etc. Nos adscribimos a un montón de escuelas, hay explicaciones un poco para todo pero es un posicionamiento muy personal e individual. Cuando uno trabaja haciendo acompañamientos a compañeros para poder hacer sus reflexiones, más de análisis, más psicoterapéuticas encontramos por qué uno ha cogido cierta línea de pensamiento y se ha reforzado en ese modelo de interpretación de lo que es el malestar emocional y personal de cada una de las personas.

Todo esto es lo que forma el inconsciente de ese equipo. Todo ese inconsciente formado por la idea que cada uno tenemos de la enfermedad, la estructura de un grupo interno familiar que cada uno tenemos, toda esta parte y la parte más desorganizada de cada uno de nosotros que está ahí silenciada, es de lo que está compuesto el grupo interno del equipo. El equipo está en constante movimiento por la propia estructura latente que tiene, pero muchas veces la institución nos coloca y nos exige situaciones imposibles en muchos momentos. Con lo cual el grupo interno del equipo se tambaleará imposibilitando que el equipo se haga cargo de situaciones asistenciales complejas como son las que presentan los pacientes en momentos regresivos.

Cuando hablamos de institución, de sociedad, de política, de religión, estamos hablando de seres humanos. No es ningún invento de nadie. Somos seres humanos que desplazamos de esta manera nuestras dificultades de encontrarnos con nuestra parte interna e íntima. La institución, muchas veces, no facilita contextos donde el equipo pueda tener en cuenta esta dimensión latente. Cuando trabajamos con pacientes para ayudarles en un acompañamiento emocional, también nuestro mundo interno, lo mismo que el de ellos, se pone de manifiesto. Cuando uno intenta ayudar muy íntimamente y muy profundamente nuestras intimidades también se ponen de manifiesto. En muchos momentos el equipo no va a poder estar en una sensibilidad para que se nos muevan nuestros aspectos inconscientes junto con los de los pacientes y podamos hacer algo con ello, algo más creativo y constructivo. Aprender, es una comunicación, la terapia es una comunicación interpersonal donde aprendemos y enseñamos mutuamente. Si tenemos esta idea podremos ir en muchos momentos incorporando muchas cosas que ellos van y por donde van atravesando y revisando las nuestras. Si en el equipo hay un momento en donde seamos capaces de llegar a esta parte latente sin asustarnos puede ser un elemento de crecimiento, los equipos crecen así. Cuando se ven en situaciones más de movimiento hacia el acercamiento emocional quiere decir que el grupo interno de ese equipo está siendo utilizado para el crecimiento. Cuando la institución nos pone en situaciones muy complejas no se puede crecer. La regresión que se genera en ese equipo es para defender lo íntimo y personal, para no ser tocado. Aquí aparecen atomizaciones, rupturas del equipo donde cada uno se encierra en su medio. A modo de ejemplo metafórico cada uno se encierra en su despacho, en su espacio interno como una manera de preservar a través de los muros lo que íntimamente teme que va a ser utilizado malamente y para lo único que va a servir va a ser para una desorganización.

La posibilidad de organizar grupos terapéuticos en una institución es muy compleja. No es solamente que alguien diga que quiere hacer un grupo. Nosotros cuando hacemos supervisión a los alumnos que vienen a formarse en grupos muchas veces decimos "ya tienes la capacidad, ya puedes empezar a hacer grupos", y sin embargo tienen grandes dificultades para el inicio de experiencias grupales pero entonces ¿qué es lo que pasa?. Nos damos cuenta que cuando atravesamos esa barrera de lo individual que la institución que es el centro donde se quiere organizar el grupo no está preparada para albergar, para engendrar dentro de su "útero" asistencial un equipo que empiece a revisar las situaciones emocionales de los pacientes. En ese momento es como una amenaza institucional. Es una amenaza porque esa institución, ese equipo, no está en un momento donde lo regresivo pueda ser utilizado para la construcción. Entonces, ahí se cierra, no hay posibilidades, lo encontramos a veces en cosas muy "chuscas" como por ejemplo: "me han quitado las sillas", o bien en ese momento que se va a hacer el grupo entran los electricistas a cambiar bombillas u otro compañero no se había dado cuenta y había organizado en la misma sala otra actividad. Todos estos movimientos que no son ajenos son actuaciones que tienen que ver con que en ese momento, en la institución la posibilidad para hacer un grupo para todo esto que recuestiona mucho el ambiente institucional, recuestiona mucho lo que se sigue haciendo a otros niveles y no se ven cómo pueden ser complementarios sino que se ve como una amenaza.

Lo grupal tiene un algo que no quiero decir religioso por las connotaciones más peyorativas de la palabra, pero sí es cierto que compromete a los profesionales que lo hacen de una manera muy especial. Uno se puede olvidar de qué pacientes tiene el jueves pero no de que el jueves a la una y media tiene un grupo y quiénes componen ese grupo, etc. Cuando te vas te llevas el grupo, no como un elemento de pensamiento sino como una relación que ahí se da de otro orden.