

# PSICOTERAPIA DE GRUPO

Dr. ALEJANDRO VILLALOBOS FERNANDEZ



La Psicoterapia de grupo nació como una necesidad de aportar tratamiento para las neurosis a grandes masas de pacientes, como fue el caso de los soldados en la segunda guerra mundial. La experiencia de esos años llevó a la conclusión que si bien a veces era solo complemento de la psicoterapia individual, en ciertos casos, bastante numerosos, constituía por sí misma, una terapéutica efectiva ya que el apoyo del grupo facilitaba la curación del individuo, lo que en ocasiones se hace difícil en la terapia individual.

Existe además la ventaja del menor costo de tratamiento para el paciente y la posibilidad de extender los beneficios de la terapéutica a un mayor número de personas. Se ha demostrado que el paciente que paga su tratamiento psicoterápico, obtiene mayor beneficio de él, esto, por otra parte, ocurre casi en todos los demás campos de la actividad humana.

El grupo terapéutico está constituido por un conjunto de personas que se reúnen en un lugar determinado (el consultorio de un médico) a una hora establecida de común acuerdo y comparten una serie de normas tendientes a la consecución de un objetivo común: la curación. Todas estas personas desempeñarán inconscientemente ciertos roles o funciones en

estrecha relación de interdependencia, que llevan al esclarecimiento de las motivaciones de sus actitudes ante el grupo terapéutico y por consiguiente ante cualquier grupo en el que tengan que actuar en el mundo exterior.

El grupo heterogéneo y mixto es el más indicado por su similitud con los que el paciente encontrará por fuera de la situación terapéutica; el número ideal de integrantes oscila entre seis y ocho, uno más chico podría resultar empobrecido y uno más grande ineficaz. Las sesiones pueden hacerse entre una y tres por semana, el término de duración es de una a una hora y media. La participación en un grupo por un período de uno a dos años, representa un buen promedio para valorar el logro de mejoras concretas.

El terapeuta es el líder formal del grupo; es indispensable que esté bien analizado para que no interfiera con sus propios conflictos; su situación será únicamente interpretativa, absteniéndose de dar consejos o impartir normas.

Al establecerse la situación transfereencial dentro del grupo, los integrantes proyectarán en sus compañeros el bagaje de sus problemas inconscientes y por este medio podrán dar-

se cuenta de sus sentimientos al verlos reflejados en los demás.

La confrontación de aspectos proyectados, con aspectos internos, da un conocimiento más discriminado de la realidad psíquica y facilita al individuo una mejor adaptación dentro del grupo, en la medida que pueda valorar los hechos objetivos con sus propios sentimientos subjetivos; el poder ubicar y encontrar lo interno en lo externo en forma corporizada, conjuntamente con la multiplicidad y simultaneidad con que se desarrollan los procesos psicodinámicos del grupo, contribuyen a consolidar su eficacia terapéutica.

En la medida en que el grupo evoluciona y va adquiriendo comprensión profunda de sus problemas y ansiedades, se va integrando y sus miembros logran salir del círculo neurótico de sus conflictos.

El efecto benéfico de la Psicoterapia de grupo no se limita solamente a aquellas personas que tienen como principal motivo el factor terapéutico, sino a aquellas, generalmente profesionales, que integran grupos con

el objeto de adquirir no solo a través de clases y libros, sino en forma vivencial, conocimientos psicológicos y sociológicos; sin estar totalmente excluido claro está, el factor terapéutico.

En algunos países la formación de grupos en la Universidad está perfectamente organizada. Tal es el caso, en Latinoamérica por ejemplo, de las Universidades de Buenos Aires y de Santiago de Chile. Los estudiantes de todas las carreras, especialmente medicina, derecho psicología y economía, han respondido en forma entusiasta a este nuevo sistema que indudablemente les trae grandes beneficios en la práctica de sus profesiones.

Para los miembros de las Fuerzas Armadas, aparte de las consideraciones anteriores sobre los beneficios que como individuos, pueden recibir de este tipo de Psicoterapia, hay dos puntos que interesan en una forma más directa.

1º La Psicoterapia de Grupo, como tratamiento de la neurosis de guerra. Es sabido que durante la Primera Guerra Mundial, el soldado que iniciaba una sintomatología neurótica, era catalogado por los médicos como cobarde y en consecuencia, se le trataba como tal; con el progreso registrado posteriormente en el conocimiento de los mecanismos y de la génesis de las neurosis, se pudo dar en la segunda guerra con un tratamiento psicoterápico, que permitía tratar simultáneamente varios pacientes, ya que no había médicos suficientes para hacer la psicoterapia individual, lográndose con este nuevo sistema, la reincorporación de los hombres ya curados al servicio activo o su adaptación a la vida civil.

2º Como en todo grupo terapéutico o de investigación, sus miembros adoptan determinados roles, siempre aparece un líder que asume la dirección del grupo, bien sea hacia la cu-

---

#### DOCTOR

##### ALEJANDRO VILLALOBOS FERNANDEZ

Adelantó Bachillerato en el Colegio de San Pedro Claver de Bucaramanga. Estudios de Medicina en la Universidad de Buenos Aires (Arg.) Fecha de grado: 11 de julio de 1960. Estudios de especialización en Psicología Médica y Dermatología. Miembro de la Sociedad Colombiana de Dermatología, de la Sociedad Colombiana de Venerología; y de la Sociedad Santandereana de Hipnosis Médica. Trabajos y artículos: Psicoanálisis y Medicina; El impacto del Psicoanálisis en la sociedad moderna; Factores Psicósomáticos en las enfermedades de la piel; Tratamiento de las neurodermatitis con Ciproheptadina; Tratamiento del Chancro Blando; Valoración Clínica de algunos tratamientos antisifilíticos; La Psicoterapia de grupo. Actualmente ocupa el cargo de Jefe del Servicio de Dermatología de Mujeres del Hospital de San Juan de Dios de Bucaramanga.

ración o la disociación, el segundo se llama anti-líder y es un individuo que teniendo toda la capacidad del líder, solo puede usarla en forma negativa; aunque este sistema de descubrir los líderes, o sea las personas con capacidad de mando y capaces de aglutinar las masas en torno a ellas, todavía no ha sido puesto en práctica en ninguna asociación, considero que sería interesante, no solamente descubrir al verdadero dirigente, sino completar su formación psicológica por medio de la situación terapéutica, para acrecentar en él estas cualidades necesarias para la dirección.

Las anteriores observaciones esquemáticas sobre esta nueva forma de terapéutica, tienen por objeto dar a conocer uno de los avances más interesantes y de mayores posibilidades en los campos de la psicología médica, la psiquiatría y la sociología.

**Bibliografía:**

GRIMBERG: Psicoterapia de Grupo.  
El Grupo Terapéutico.

FREUD: Psicología de las Masas y  
Análisis del YO.