

Psicoterapia de grupo. ¿El tamaño importa?

Group psychotherapy. Does size matter?

Joan Coll.

Médico de Familia. Psicoterapeuta. Grupoanalista. Docente del Center for Group Studies de Nueva York. Palma, Mallorca.

Joseph Acosta.

Psicoterapeuta de grupo. Docente del Center for Group Studies de Nueva York. Fellow de la AGPA (Asociación Americana de Psicoterapia de Grupo). Berlín.

Resumen: Contraste entre las visiones grupoanalíticas clásica y moderna respecto al tamaño del grupo y a la dinámica grupal que en él se establece, desde la experiencia y formación teórica de los autores. Revisión de las resistencias, tanto del grupo como del conductor. Repaso del manejo de la agresividad en grupo. Exploración de las dinámicas de poder entre colegas. Concepto de grupo grande y sus connotaciones sociales y políticas.

Palabras clave: Grupoanálisis, análisis moderno, grupo grande, grupo mediano, grupo pequeño, resistencias, agresividad, poder, esperanza.

Abstract: Contrast between classic and modern group analytic views on group size and group dynamics, based on the authors' training and experience. Review of resistances, both from the group and the group leader. Management of aggression in group. Critique of power dynamics among colleagues. Concept of large group and its social and political connotations.

Keywords: Group analysis, modern analysis, large group, median group, small group, resistances, aggression, power, hope.

Era el curso 2011-2012 y estaba en Barcelona asistiendo a un seminario teórico sobre la obra de Foulkes organizado por el Instituto de Grupoanálisis de la Fundación OMIE, repartido en varios viernes, con ganas de empezar mi primer grupo terapéutico, y con todos los miedos que se conjuran alrededor de un proyecto como este. Un proyecto no precisamente menor y que iba a condicionar el futuro profesional del grupoanalista novato y, sobre todo, sin grupo, que era entonces.

El número mágico para configurar el grupo foulksiano perfecto de ocho miembros se me

resistía, lo cual me tenía paralizado y frustrado. En aquel momento "sólo" tenía tres pacientes dispuestos a embarcarse en la aventura de formar parte de un grupo de psicoterapia en el ámbito privado conducido por mí. Evidentemente, también suponía la excusa perfecta para no empezar el grupo. Potencialmente, para no empezar nunca: el antigro de Nitsum (1) caminando a sus anchas. Porque mientras nuevos potenciales miembros llegan a tu consulta, más de uno de los antiguos se descuelga, con lo que el ciclo resistencial se perpetúa. En definitiva, estamos hablando de la enorme resistencia interna con la que nos encontramos para empezar

a trabajar en algo que sabemos que nos gusta y nos atrae, que sabemos que el ser social que somos necesita para crecer y madurar de manera aceptablemente sana y de lo que tan a menudo carece, y en lo que sabemos que nos hemos formado medianamente bien tanto teórica como experiencialmente.

Afortunadamente el seminario en cuestión, convocado por el maestro Miquel Sunyer, tenía como invitado al no menos maestro Farhad Dalal, y en una conversación informal entre sesión y sesión, éste me ayudó a abrir los ojos y enfrentarme a mi resistencia (sin duda inducida por mi formación y por la literatura, pero felizmente asumida, y en ningún momento cuestionada, por mi parte) al decirme: si tienes tres miembros dispuestos, y sientes que estos tres miembros están de verdad comprometidos con el proyecto, empieza el grupo!

Esas pocas palabras, fueron el revulsivo que me llevó a empezar mi primer grupo: al final fueron cuatro los miembros fundadores, pero en más de una ocasión tuvimos sesiones de grupo con tres (o dos!), hasta poco a poco ir llegando a un número estable más cercano al ideal canónico. Pero también me sirvieron aquellas palabras, viniendo de quien venían, para leer, releer, y entender de manera crítica a nuestros predecesores en el campo del grupoanálisis (como Dalal mismo hizo con Foulkes, descubriéndonos al Foulkes radical (2), aún hoy en día demasiado poco conocido), y para darme permiso para enriquecer el abanico de referentes teóricos que me fueran útiles para mi trabajo como grupoanalista.

Todo esto viene a cuento de pensar un poco sobre el tamaño de los grupos, y, más en concreto, sobre cuán grande tiene que ser un grupo grande para que deje de ser un espacio donde se pueda llevar a cabo el tipo de proceso que se da en lo que conocemos como grupo “pequeño”.

Y en este punto no puedo evitar acordarme de la reacción de mi amigo y colega Joseph Acosta cuando por primera vez se encontró en un grupo oficialmente considerado “grande”:

“Me acuerdo del primer grupo grande que asistí: el del simposio de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo, celebrado en Bilbao en 2010.

Era la primera vez que asistía a este simposio, y el último espacio del primer día había llegado: era el grupo grande. Empezó tarde, con muchos de los participantes aún por llegar. Los presentes empezaron a hablar de cómo se sentían: lo bueno de verse de nuevo, el deseo de encontrarse con más frecuencia, y las esperanzas depositadas en los días de congreso que quedaban.

Mientras tanto, seguía llegando gente al grupo. “Pero, ¿qué es esto?”, pensaba yo. Nos vimos forzados a tener que ampliar el círculo de sillas varias veces para incorporar a las personas que llegaban tarde. “Disculpad” y “Perdón”, se oía.

Me formé como psicoterapeuta de grupo con un enfoque centrado en los intercambios interpersonales dentro del proceso grupal. Desde el punto de vista clínico, las relaciones afectivas entre participantes de grupos psicoterapéuticos son el aspecto más importante de un proceso grupal. Nos centramos en el desarrollo del carácter de cada participante en nuestros grupos y queremos ver cambios como:

- 1) la capacidad de tolerar todos nuestros sentimientos*
- 2) un aumento en las capacidades de autorregularse y co-regularse*
- 3) la resiliencia sostenida en situaciones estresantes dentro del grupo, así como en el mundo real.*

“Pero, ¿qué es esto?” seguía resonándome en la cabeza. Lo que estaba experimentando en ese grupo grande era algo diferente. Los participantes hablaban de manera aleatoria y sobre temas inconexos. A la mitad del tiempo programado me di cuenta que había mucha gente en aquel salón grande. “¿De dónde salieron todas estas personas?” pensaba yo. Un psicólogo bien conocido lamentaba la cantidad de participantes que habían llegado tarde y denunciaba “la falta de respeto” de dicha acción. Otros miembros hacían comentarios dirigidos hacia las personas consideradas importantes en el grupo. Como diría un amigo, “Caos total!”

Más de una década más tarde, puedo ver la gran importancia de este espacio llamado

grupo grande. Especialmente en los congresos nacionales e internacionales, el espacio de grupo grande al final del día nos ofrece la oportunidad de entender procesos grupales y vivenciar el proceso psíquico del grupo”.

Parece claro que el concepto de grupo grande confunde y asusta.

En el congreso de APAG celebrado en Palma en 2016 el comité organizador optó por realizar todos los espacios del congreso, tanto teóricos como experienciales, en formato de grupo grande, exceptuando, obviamente, los tradicionales grupos pequeños que llevamos a cabo en este tipo de jornadas y congresos. En reuniones y encuentros anteriores había ido saliendo la idea de que el grupo ofrece una horizontalidad de la que carece el encuadre clásico de ponente en un podio y filas de asistentes escuchándole/contemplándole, a modo de maestro vs. aprendices necesitados de conocimiento, casi siempre sumidos en la oscuridad en busca de la luz del powerpoint... porque claro, prescindir del powerpoint hoy en día supone casi un sacrilegio. Para gente que nos dedicamos a, más allá de teorizar, trabajar en grupos, parecía que la idea de conseguir esa horizontalidad, viéndonos todos las caras en lugar de los cogotes, e integrando al ponente en el seno del grupo en lugar de tenerle separado del mismo y, a menudo, elevado, podía resultar, además de atractiva, congruente. Después de todo, en grupo estamos todos a un mismo nivel, y aunque el rol del conductor sea obviamente diferente, Foulkes dejó meridianamente claro que en grupoanálisis el conductor queda “incluido” en la matriz grupal (3). No por el hecho de no estar en un grupo experiencial, del tamaño que sea, tenemos que dejar de ver y experimentar al ponente en un nivel diferente al nuestro. Pero a pesar de poderlo tener claro conceptualmente, en la práctica, recolocarse en este “nuevo” paradigma generó una resistencia considerable en muchos de los asistentes al congreso, a pesar de disponer de un espacio diáfano donde los noventa asistentes podíamos colarnos cómodamente en un único círculo.

En esta misma línea trabajaba a nivel teórico, y ponía en práctica, Hyman Spotnitz, psiquiatra americano establecido en Nueva York y creador del psicoanálisis moderno, su relación con los grupos grandes (4):

Por una parte, al ver que llegaba a su consulta un número ingente de pacientes y que el número fouldsiano ideal de ocho miembros no le permitía acoger a tanto potencial paciente de grupo que le iba llegando, al final de los años ochenta se mudó a un despacho en donde poder conducir grupos terapéuticos de treinta o cuarenta pacientes.

Por otra, en encuadres diferentes donde el círculo físico no es factible por el número de participantes (conferencias, clases magistrales, etc.) su actitud hacia el “público” continuaba siendo la misma: sin “círculo”, pero igualmente “en grupo”. Cuando algún discípulo se acercaba a él para que le ayudara a aplacar la ansiedad previa a tener que hacer una presentación en público, su consejo era simplemente: “trátales como si de un paciente se tratara, o un grupo de terapia!”. En definitiva, le estaba quitando hierro a la supuesta diferencia de nivel entre ponente y público, y estaba poniendo en valor el hecho de que los asistentes a la ponencia (o “charla”) hablaran e interaccionaran con él. A cuántas conferencias hemos asistido en las que, por un supuesto imperativo de tiempo, los “ruegos” (curiosa palabra) y preguntas, siempre relegadas al final, se quedan literalmente en nada y, una vez más, en lugar de participar en un intercambio de ideas y conocimiento (una verdadera charla entre colegas) nos quedamos con haber asistido, nuevamente de manera pasiva, a otra más o menos brillante perorata.

Entonces parece legítimo poder preguntarnos hasta qué punto tiene que condicionar el tamaño del grupo el tipo de dinámica que se va a establecer en él:

En el Center for Group Studies (CGS) de Nueva York, lo que empezaron siendo grupos de tamaño clásicamente pequeño en el despacho del fundador del CGS Louis Ormont (seguidor en EEUU de la obra de Foulkes), se fueron convirtiendo progresivamente, debido al aluvión de estudiantes, en grupos de entre 12 y 20 participantes en las salas que le ofrecía al CGS el hotel Warwick de Nueva York. Doy fe que durante los fines de semana formativos que pasé allí la dinámica que se desarrolló en estos grupos, que en Europa catalogaríamos de “medianos” fue, como mínimo, igual de intensa y emocionalmente significativa

que mi querido grupo pequeño de entre siete y nueve participantes del máster de OMIE que había cursado años atrás en Barcelona.

De la misma manera me consta, por el testimonio en primera persona de varios participantes, que los grupos de Spotnitz en su despacho ampliado, que para nosotros serían ya “grandes”, seguían siendo grupos de dinámica de grupo pequeño o, como los llaman ellos, “process groups”. Mi amigo y colega docente del CGS Joseph Acosta y yo los hemos rebautizado como “grupos interpersonales” para el programa formativo paralelo al de Nueva York que inauguramos en Palma, Mallorca, en 2017. Teniendo, por tanto, esta manera de trabajar in mente, el grupo interpersonal se centraría en la puesta en palabras de los sentimientos, pensamientos, e impulsos de los miembros del grupo en el aquí y ahora grupal, especialmente los dirigidos a, o inspirados por, otros miembros del mismo, *independientemente* del número de participantes en el grupo.

Evidentemente, cuanto mayor sea el grupo, mayor será habitualmente la carga agresiva que se despierte en él, al tener que repartirse mucho el tiempo de participación activa en el mismo entre tantos “hermanos”, en lo que constituiría, siguiendo la analogía que habitualmente se utiliza al hablar del “grupo pequeño”, una “familia” especialmente numerosa. El conductor, o “líder”, como se dice más habitualmente en EEUU, de un grupo interpersonal de estas características, se ha formado para esperar que surja esta agresividad y lidiar con ella de la manera que resulte lo más productiva posible para el grupo, a menudo dirigiéndola hacia él mismo (5), o redirigiéndola en el mismo sentido en caso de que el objeto de la misma sea otro miembro del grupo particularmente frágil. En muchos casos, además, estos grupos grandes con dinámica de trabajo interpersonal, no constan de una pareja, o equipo, de conductores, como estamos más acostumbrados a ver en Europa, sino que el peso del liderazgo recae en un único conductor.*

* En el último congreso presencial de GASi (Sociedad Grupoanalítica Internacional), de tradición grupoanalítica europea, celebrado en Berlín en 2017, el grupo grande también fue conducido por un “líder” único.

Sea como sea, el grupo grande clásico, con cientos de participantes, generalmente en el encuadre de grandes congresos, también se ha exportado, con más o menos fortuna, al otro lado del Atlántico. La Asociación Americana de Psicoterapia de Grupo (AGPA) lo ha incorporado en los últimos años al programa de sus encuentros anuales co-liderado, casi siempre, por alguien proveniente de la escuela grupoanalítica europea. La idea es permitir a los participantes experimentar el impacto del inconsciente social tal como surge en el encuadre de un macrogrupo grande de estas características. En el proceso que se establece se hace patente lo que al principio es sólo latente, reflejando no solamente la cultura de la asociación convocante, sino también las dinámicas políticas, sociales, y culturales del momento, tanto a nivel nacional como internacional. Desde el principio se ha intentado que el diálogo se base en la asociación libre y en la discusión libre flotante. No les ha resultado una tarea fácil. Muchos miembros lo consideran un grupo demasiado loco y frustrante. Pero como el mundo en que vivimos lo es, se ha seguido apostando por dar voz a toda esta confusión que a veces más que internacional parece interplanetaria.

Hasta este año, 2022, en que la organización tomó la chocante decisión de “tomarse una pausa” y no ofrecer su ya habitual grupo grande. El motivo es descorazonador. Estando los EEUU en una crisis social particularmente relevante, con grupos históricamente marginalizados que siguen buscando su voz y reclamando su espacio, los organizadores del congreso de AGPA consideraron que demasiados miembros pertenecientes a estos grupos se habían sentido de nuevo sin voz, re-marginalizados y re-traumatizados por la experiencia.

Consideraron que la vivencia formativa se había perdido, habiéndose convertido el grupo grande en algo nocivo y dañino. Pretenden, desconozco de qué manera, repensar el grupo grande para que en el futuro predomine lo “formativo” y se minimice lo traumático.

Mi experiencia, y mi esperanza, en base en parte a todo lo expuesto en este texto, es que en el macrogrupo grande podamos recuperar lo que sí parece que somos más capaces de conseguir

en grupos más pequeños: posicionarnos, en la medida de lo posible, desde lo más personal y no tanto desde lo político o intelectual, para que pueda surgir la capacidad de emocionarnos y sentirnos cercanos al otro más allá de banderas y fronteras.

Donne parecía tenerlo claro (“Ningún hombre es una isla, completo en sí mismo”), interpelándonos a todos en el sufrimiento de cada ser humano.

Contacto

Joan Coll ✉ joan.angel.coll@gmail.com

Ojalá que la quimera de de Maré, “padre” de los grupos grandes, siga viva y continúe inspirándonos en la creación de espacios de comprensión y crecimiento por parte de los grupoanalistas del siglo XXI, en la línea, tal vez, de lo que sugería el lema del seminario sobre el Grupo Grande en el Grupoanálisis Contemporáneo, organizado por GASi también este año: de muchedumbres a comunidades en diálogo.

Referencias bibliográficas

1. Nitsun, M. (1991). *The anti-group: Destructive forces in the group and their therapeutic potential*. London: Routledge.
2. Dalal, F., (1998). *Taking the Group Seriously. Towards a Post-Foulkesian GroupAnalytic Theory*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
3. Foulkes, S. H., (1964). *Therapeutic Group Analysis*. London: George Allen & Unwin Ltd. Later: reprint Karnac Books.
4. Marshall, Robert J. (2008). Hyman Spotnitz: Recollections. *Modern Psychoanalysis* Vol. XXXIII, No 2, pp. 23-39.
5. Kirman, J. (1995). Working with anger in groups: A modern analytic approach. *International Journal of Group Psychotherapy*, 45(3), 303-329.

- Recibido: 24/09/2021.
- Aceptado: 12/06/2022.