

EL GRUPO INTERNO FAMILIAR EN LA FORMACIÓN DEL PSICOTERAPEUTA

Elisa López Barberá
Psicóloga clínica. Trabajadora Social
Psicodramatista. Terapeuta familiar Sistémica.
Instituto de Técnicas de grupo y Psicodrama. (ITGP). Madrid

Publicado en el boletín de la Sociedad Española de Psicoterapia y técnicas de Grupo.
Num.24 Abril 2006.
ISSN 1133-1593

RESUMEN

Cualquier proceso de formación, supone siempre un entrenamiento con el que se intenta dotar al formando para el ejercicio del rol de terapeuta. El procedimiento específico será secundario si el objetivo se consigue: llegar a un momento del proceso formativo a partir del cual, en base a la manifestación de una conducta coherente con unos criterios establecidos por los diversos modelos para tal fin, el profesional en formación pasa a incorporar en su repertorio de roles, el de TERAPEUTA, con el que se va a relacionar con distintas entidades psicosociales, además de consigo mismo. ¹

La formación surge en un espacio de aprendizaje contenedor, que facilita la apertura de un nivel emocional como base de aprendizaje de manejo de procesos que se mueven en el mismo nivel. Se trata de fomentar, entre otras formas de aprendizaje, un aprendizaje vivencial, a través de la implicación personal, presente en toda relación interpersonal.

El desplazamiento de lo intrapsíquico a lo relacional, de la causalidad lineal a la circularidad ha ido cobrando un gran relieve, no solo en lo concerniente al salto epistemológico sino además en la construcción de diversas vías de acceso al cuestionamiento personal, teniendo en cuenta los sistemas de pertenencia.

Partiendo de la experiencia llevada a cabo en el programa de formación en psicodrama en el Instituto de Técnicas de grupo y psicodrama (ITGP), se plantea la puesta en práctica de la inclusión de un trabajo semiestructurado con el grupo interno familiar en la formación del psicoterapeuta. Y se reflexiona sobre la utilidad del mismo como una vía de refuerzo de un entrenamiento integrador del rol de psicoterapeuta

▪ ¹ Lopez Barberá E. (1994) La implicación personal en la formación Ponencia XV Jornadas Nacionales de Terapia Familiar. Asociación Vasca de Terapia Familiar, Federación Española de Asociaciones de Terapia Familiar (FEATF). Vitoria. Publicado en Actas de las Jornadas.

En esta aportación transmito la experiencia desarrollada en el primer nivel de formación en Psicodrama, en el Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama (ITGP). El programa consta de 4 años de Formación.

Esta experiencia se realiza dentro de la parte vivencial –experiencial, llevada a cabo en el seno del grupo de formación. En ella, y desde hace dos años, hemos intercalado tres seminarios temáticos semiestructurados, con el objetivo limitado al abordaje de la familia de origen del psicoterapeuta en formación.

La incorporación de esta vía de trabajo psicodramático surge:

Desde la demanda expresa de los alumnos de disponer de un espacio-tiempo grupal exclusivo, de dedicación a la temática de la familia de origen.

Y por parte de los formadores², para ampliar el espacio psicoterapéutico grupal, (en el que se parte de un vacío estructural que se va preñando de escenas grupales e individuales, configuradoras de la historia y el momento grupal y de la evolución individual), con espacios intercalares en los que, mediante un proceso de recursividad, surjan contenidos catalizadores de escenas individuales (que conectan con el sistema interno familiar) y grupales (desde el grupo concebido como una matriz simbólica social y familiar reestructurante de roles y relaciones).

El trabajo psicoterapéutico con la familia de origen es una constante en los enfoques psicodinámicos (psicodramáticos, modelos de orientación analítica, de orientación humanística) y en los modelos sistémicos. Si bien a estos últimos se les reconoce la aportación de encuadres sistematizados, facilitadores de un abordaje más puntual y concreto en la temática familiar de origen.

Los modelos sistémicos parten de una posición relativamente reciente acerca del “descubrimiento” de la incorporación del “trabajo con las emociones del terapeuta” a las áreas cognitivas y pragmáticas, para el enriquecimiento de la formación global del terapeuta. Desde la orientación sistémica empezaron a proliferar diversas experiencias para dar cabida al trabajo personal desde la perspectiva emocional. Inicialmente, en ocasiones, mediante un reconocimiento de carencia de herramientas específicas, recurriendo a profesionales de otras orientaciones (psicodramatistas, psicoanalistas...) para habilitar estos espacios.

En la actualidad existen numerosos diseños, todos ellos con una finalidad común: la sensibilización y toma de conciencia a través de una experiencia vivencial, de la influencia ejercida en cada uno de nosotros por nuestros propios sistemas de pertenencia.

En estos seminarios el proceso puede desembocar en una mera reflexión clarificadora sobre el reconocimiento de la incidencia que el sistema interno familiar tiene en la forma de establecer vínculos y relaciones actuales. Pero se puede incorporar una opción

² Hago mención a mis compañeros de Formación en este nivel, M^a Angeles Egido y Ricardo Álvarez, con quienes comparto este espacio de formación, de manera lúdica, rigurosa y afectiva.

reestructuradora, que permite además del esclarecimiento, la construcción de nuevas opciones vinculares.³

Igualmente, en la orientación sistémica y ya desde Mara Selvini (1988), se defiende la inclusión del contexto grupal y el aprovechamiento de sus recursos, como un gran potencial de aprendizaje que brinda la doble opción de un cuestionamiento de modos vinculares constitutivos de la historia del sujeto y de una sensibilización a los fenómenos puestos en juego en la construcción de una estructura relacional- que es el grupo de formación-.. Todo ello desde la experiencia que ofrece el presente del grupo considerado como contexto de aprendizaje, entendido como conjunción entre pasado y presente.

Estos “hallazgos” en los modelos sistémicos nos resultan “obvios” en la cotidianeidad de nuestro quehacer psicodramático. Recordemos que Moreno tiene una visión eminentemente relacional del ser humano, que condiciona la manera de percibir, dar cuenta e intervenir en los procesos psicosociales y por lo tanto en los psicoterapéuticos.

El psicodrama, brinda una propuesta de reelaboración y de reestructuración de roles y relaciones en el campo de la acción dramática, para lo cual debe existir un espacio-tiempo que constituya una matriz grupal continente⁴

Quiero hacer una mención especial al Taller del FOT (Familia de Origen del Terapeuta), diseñado hace años por los terapeutas sistémicos, Estela Troya y Nacho Maldonado (México), extendido por numerosos países, respetado en su originalidad y cada vez mas recreado en los escenarios de la terapia familiar sistémica⁵

³ López Barberá, E. :(1994)."La Implicación Personal en la Formación". XV Jornadas Nacionales de Terapia Familiar. Asociación Vasca de Terapia Familiar, Federación Española de Asociaciones de Terapia Familiar (FEATF). Vitoria Ponencia ublicada en Actas de las Jornadas.

⁴ Zuretti, M. (1995). “El hombre en los grupos. Sociopsicodraama” Ed. Lumen-Hormé. Argentina

⁵ me atrevo a decir que esto último se inició en los talleres del FOT llevados a cabo en la formación en terapia familiar sistémica en la Escuela Vasco Navarra de terapia Familiar, coordinados por Itziar.Landaburu y por mí misma, al incorporar elementos del modelo psicodramático, (incorporación de la lectura relacional desde la teoría de matrices y roles, y la inclusión de técnicas psicodramáticas,). Y a la recreación del FOT llevada a cabo, en el equipo de Terapia familiar del ITGP, (promovido y creado por Susana Baer, Danilo Ubrí y Elisa López y ampliado posteriormente)

PLANTEAMIENTO GENERAL DE LOS SEMINARIOS

OBJETIVO GENERAL:

- Acercamiento comprensivo al átomo familiar, desde la visión de la teoría del sistema –escena⁶ que implica reconocer:
 - Como se han puesto en juego los roles familiares.
 - Su dinámica.
 - Su desarrollo en el tiempo.
 - La relación con el entorno.
- Aproximación a los roles dañados, para abrir posibilidades detenidas en el tiempo o nuevas opciones de integración de escenas familiares vividas como disfuncionales.
- Reencuentro con los recursos adquiridos y/o desarrollados, desde la experiencia vital generada en la matriz familiar.

VÍAS TERAPÉUTICAS:

- Se indaga en situaciones que presentan un isomorfismo en su estructura vincular y que hace que exista una reiteración disfuncional a la hora de establecer relaciones actuales.
- Conexión, desde la acción, con escenas familiares rígidas, reiterativas, que impiden una adaptación adecuada en el presente y que son motivo de tensión y sufrimiento.
- Recrear, (como oportunidad de reconstruir, de encontrar alternativas más funcionales, nuevos significados, desde vías más creativas)
- Resignificar . Se incorpora una nueva escena

SUPUESTOS PRESENTES:

1.- Desde el paradigma relacional, (en donde se incluyen el enfoque sistémico y el psicodramático), **la visión de la familia**” como un sistema grupal en el que sus miembros, los elementos de ese sistema, participan a través del desempeño de unos roles en la creación de una estructura que sustenta a ese sistema”⁷.

⁶ Población K.P.: (1990) "El sistema-escena en el Psicodrama". Revista Psicopatología. Vol. 10. Nº 3.

⁷ López Barberá, E. (1997): “Psicodrama y Terapia Familiar”. 1er. Congreso Iberoamericano de Psicodrama. Universidad de Salamanca. Actas del Congreso.

La percepción de la historia familiar está llena de luces y sombras. A lo largo de la vida algunos aspectos de la historia (reglas, mitos, creencias) se transforman o modifican, y otros conservan una rigidez homeostática, transmitiéndose transgeneracionalmente, condicionando la forma de jugar los roles y de mantener las relaciones, desde las pautas interactivas incorporadas, y, que condicionan los puntos de vista acerca de “como son las cosas” en nuestra familia. Como señala Sluzky, existe un encaje entre síntomas, historia familiar y estilo interactivo.⁸

2.- La importancia del grupo:

-Trabajo desde la visión grupal Moreniana:

-Psicoterapia con el grupo: (el grupo como matriz de contención y crecimiento, actúa como caja de resonancia que amplifica el encuentro con otras formas de jugar los mismos roles familiares y de percibir las diferencias pudiendo a su vez integrarlas en una nueva escena)

-Psicoterapia en el grupo: (el protagonista y los yo- auxiliares se enfrentan a cada una de las historias familiares de los miembros del grupo)

-Psicoterapia del grupo: (movilización del sistema grupal mediante la apertura a un replanteamiento de su estructura, desde la forma en que se juegan los roles y se mantienen las relaciones. Desde un proceso recursivo, las escenas familiares remiten a la escena grupal y viceversa.

3.- El juego dramático⁹.

Un jugar comprometido, activo y voluntario, con la finalidad de un aprendizaje, de un crecimiento. Con sus reglas, se desarrolla en un espacio virtual, planteado en lo imaginario. El psicodramatista tiene el rol, de “organizador”, que puede estar dentro y fuera de la acción. El grupo tiene una función contenedora, es una caja de resonancia emocional que permite integrar a través de la vivencia y la reflexión compartida.

⁸ Sluzki, C.: (1985) “Terapia familiar como construcción de realidades alternativas”. Rev. Sistemas familiares. Año 1 N°

⁹ Población, P. (1997):”Teoría y práctica del juego en psicoterapia” Ed. Fundamentos. Madrid

ESQUEMA DEL DESARROLLO DE CADA UNO DE LOS SEMINARIOS

Primer seminario **CONTACTANDO CON LA FAMILIA DE ORIGEN**

Segundo seminario **RECREANDO LOS MITOS FAMILIARES**

Tercer seminario **FAMILIA INTERNA E IDENTIDAD DEL ROL DEL TERAPEUTA**

Primer seminario: CONTACTANDO CON LA FAMILIA DE ORIGEN HASTA LA TERCERA GENERACIÓN

-Objetivo: Encuentro con la familia interna desde:

- Lo rechazado y lo amado a nivel familiar
- El manejo del amor y el manejo del poder en la familia

-Vías:

Caldeamiento en el grupo y del grupo:

- Priorizando la toma de contacto con las sensaciones corporales.
- Realizando relajación en círculo para conectar con escenas familiares a nivel individual.
- Incorporación del nivel metafórico mediante la consigna de traer al grupo a la familia desde el encuentro con una imagen simbólica.
- Se comparte en el grupo

Trabajo en subgrupos:

-Elección sociométrica para trabajo en subgrupos, desde los criterios de curiosidad, afinidad... con el objetivo de compartir escenas familiares en un recorrido desde la metáfora hasta lo "real". El pequeño grupo se convierte en una matriz nutricia, de ayuda, desde la resonancia emocional y desde la contención.

-Consigna de encuentro individual con escenas que lleven al encuentro:

- Con lo rechazado y lo amado por y en la familia.
- Con el manejo de amor y del desafecto.
- Con el manejo del poder.
- Compartir en el subgrupo.

Trabajo con Esculturas en el grupo:

- Cada participante crea una escultura con la ayuda de los yo-auxiliares, que condensa y plasma espacialmente y de manera metafórica, la red sociométrica familiar tal como es percibida por el sujeto

- Desde la escultura:

- Acercamiento vivencial a los modos de establecer vínculos.
- Posibilidad de explorar la red vincular.

- Se re-crea la escultura, desde movimientos parciales o totales, pero siempre significativos para el protagonista
- Se comparte en el grupo. Observadores y yo-auxiliares transmiten sus propias vivencias, que sirven para completar el nivel de comprensión integrador, a la vez que potencian una nueva escena.

Cierre grupal:

- Mediante consignas facilitadoras para la elaboración de los contenidos surgidos: ¿Qué he aprendido?, ¿Qué me queda por hacer, por dejar de hacer, por hacer menos o mas?, ¿Con quien, con quienes?

- Juego simbólico: “El cuaderno de bitácora”:
Establecimiento de una “agenda” imaginaria donde quedan depositados los contenidos del día, en imágenes, símbolos y relatos.

Segundo seminario: RECREANDO LOS MITOS FAMILIARES

-Objetivo:

- Acercamiento a los fragmentos incuestionables que capturan la historia familiar.
- Recreación de los mitos para perturbar “el culto a lo establecido como inamovible” ¹⁰

-Vías:

Caldeamiento del grupo:

- Conexión con el trabajo del seminario anterior, desde la apertura (individual) del cuaderno de bitácora.

Caldeamiento individual en el grupo:

- Qué se ha transmitido como “verdades incuestionables”
- Como sé, cómo imagino que se construyeron
- Quienes han sido los transmisores (legado)
- Influencia en la familia
- Influencia personal:
aceptación ciega
cuestionamiento/rechazo
repercusión en el establecimiento de relaciones actuales

Trabajo dramático individual en el grupo:

- Expresión a través de la pintura: Realización de una pintura simbólica que condensa los mitos familiares. Cada pintura es mostrada al grupo y presentada con una palabra o frase muy breve expresiva del contenido mítico.

¹⁰ Moreno. J.L (1985): “Las bases de la psicoterapia”. Ed Hormé

Trabajo dramático individual con el grupo:

- Creación de viñetas:
 - Ahora cada miembro del grupo escoge un dibujo que no sea el propio, para “dar vida” al contenido mítico que ha elegido, recreándolo, como depositario del mismo.
 - Acto seguido, se produce una interacción de la persona con su “mito familiar”, (el compañero de está haciendo la función de yo auxiliar desempeñando el rol del “mito”)

Juego grupal:

- Interacción grupal desde los mitos familiares.

Eco grupal Puesta en común acerca de:

- “verdades familiares insostenibles”
- “secretos familiares”
- “lo negado y lo reconocido”
- “justicias e injusticias”
- “logros amorosos”
- “deudas por saldar”

2º Juego dramático: Recreando el mito familiar:

- Cada participante disponer de un espacio-tiempo para realizar una construcción dramática (a través de una viñeta), de una acción simbólica expresiva de esta oportunidad.

Cierre grupal:

- Teatro espontáneo juego grupal desde el mito y creación de nuevas vías de encuentro con él

Tercer seminario. FAMILIA INTERNA E IDENTIDAD DEL ROL PROFESIONAL

- Objetivo:

- La conexión con la matriz familiar como estructuradora de roles y relaciones, permite acceder a un monto de información sobre los recursos y las dificultades a la hora de establecer relaciones profesionales, desde la incorporación del rol de terapeuta.

-Vías:

Caldeamiento grupal:

- Mediante iniciadores físicos:
 - Conexión con el rol profesional, ubicándolo en una zona corporal maximizando la sensación.
 - Compartir en el grupo.

Trabajo en subgrupos en función del criterio sociométrico de afinidad:

Ya en el subgrupo:

-Trabajo individual mediante psicodrama interno desde la consigna de realizar un recorrido acerca de la elección y la construcción del rol profesional como parte de la identidad, que le compromete a la persona en su pensar, sentir y actuar. Este rol que vamos forjando, nos permite mirar y reconocernos a nosotros mismos y a los demás y ser vistos y reconocidos por ellos.

- Compartir en el subgrupo.

Trabajo dramático:

- Creación de escenas construidas por cada uno de los subgrupos:

Con la finalidad de plasmar lo común compartido, partiendo de la idea de que los valores, mitos, creencias, recursos, dificultades y conflictos, limitaciones, temores, necesidades no resueltas..., son algunas de las piezas presentes en nuestro bagaje existencial, siendo indispensable contar con ellas para llevar a cabo la compleja labor de construcción y crecimiento de nuestro rol profesional.

Trabajo individual con escultura en el Grupo

-Mediante la consigna de esculpir nuevamente la familia de origen.

Ejercicio de clarificación sociométrica:

Una vez realizada la escultura, se da la consigna de “traer” a un paciente con el que exista, (o bien un paciente hipotético al que se le asigne unas características determinadas) una relación de predominio télico positivo¹¹, y otro, en el que predomine una relación contratasferencial. Se indica que se ubique a cada uno de estos personajes en el lugar de algún miembro del grupo escultórico familiar.

Esto permite un acercamiento comprensivo al isomorfismo de la estructura vincular familiar y la forma de relación desde el rol profesional.

Cierre grupal.: Clausura del recorrido general de los tres seminarios.

¹¹ la relación télica positiva hace referencia a la relación de aceptación recíproca del otro tal como es, desde su realidad.

CONCLUSIONES

La realización de estos seminarios entra de lleno en la concepción psicodramática:

-Cada participante es su propio explorador y creador de un nuevo drama. Una recreación de la historia familiar, desde el poder creativo de cada persona, reforzado por el poder creativo y terapéutico del grupo, en donde se concilia un tiempo emocional un tiempo pragmático y un tiempo cognitivo. La voluntariedad está dada, no obliga a l juego. Es una decisión que nace del deseo y curiosidad de explorar, mas allá de la versión de la historia familiar establecida como tal. Es aquí donde está la espontaneidad como impulso y catalizador de nuevos caminos, nuevos modos vinculares, la historia recreada.

-El escenario se ha poblado de un gran átomo familiar, en el que se han desplegado numerosos roles familiares análogos pero diferentes. Todos los miembros del grupo han participado, como yo-auxiliares- en diferentes roles de las diversas familias. Esta experiencia despliega la oportunidad de experimentar la propia historia familiar desde otras miradas y otras historias familiares, que incorporan matices y otras posibilidades de jugar un mismo rol, y a su vez ponerse en el lugar de otros roles.

-A través del proceso lúdico¹², se recrea otra realidad, que desbloquea escenas reiterativas, en conserva, mediante las técnicas diversas. Se produce un ensamblaje en torno a una serie de ejercicios y juegos a modo de ejes articuladores que permiten acercarse a distintas áreas y simultáneamente, acercarse a una misma realidad desde distintas ópticas. No se trata de adivinar la realidad sino de re-construir la historia de manera que permita orientar, integrar y reparar. Se trata de recuperar escenas para proceder a un drenaje paulatino de emociones compartidas en el grupo, y ligarlas con la palabra.

-Por otro lado, la magia del espacio grupal permite que todas las aportaciones se integren en una construcción colectiva, (función del grupo y función del psicodrama).Cada persona se acerca y recrea su historia como protagonista, pero a su vez cada miembro del grupo penetra en esa parte universal de los lazos, los mitos, y el peso de la historia familiar interna, a través de la asunción de otros roles. La singularidad de la historia personal, plasmada en el trabajo del protagonista en el grupo, enlaza con las otras historias familiares, en donde las transferencias, las relaciones telicas, caminan y serpentean en las redes familiares recreadas en el espacio escénico. Cada miembro es él pero juega siendo padre, madre, hijo, hermano.... como una vía de integrar y colocarse en otros roles, en un proyecto común grupal, abierto a un futuro, a una luz nueva para las historias de cada uno.

-El grupo se constituye como una matriz familiar alternativa, - en la que tiene lugar la experiencia de jugar distintos roles-, que acerca a una mayor comprensión de la complejidad de las relaciones familiares. Así los roles de madre, padre hijo, hermano... que se han jugado de diversas maneras, forman una meta- matriz familiar

¹² Población (oe. Cit)

-El trabajo con la familia de origen del terapeuta , implica una opción de realizar una relectura de determinadas escenas vinculares tanto desde el propio sistema interno relacional del sujeto, como desde las situaciones relacionales creadas en el contexto grupal de formación y que van a ser puestas en juego desde el entrenamiento del rol terapéutico.

-La formación es un espacio contenedor, que facilita la apertura de un nivel emocional como base de aprendizaje de manejo de procesos que se mueven en el mismo nivel. Se trata de un aprendizaje vivencial, a través de la implicación personal, presente en toda relación interpersonal .El contexto de formación es un lugar de aprendizaje y de experimentación en donde se puede "transformar lo extraño en familiar (esto es aprender) o transformar lo familiar en extraño (esto es la innovación).¹³."

¹³ (Gordon, citado en Elkain, 1988, pág.158). ¹³ Elkaim. M. (Comp): Formaciones y Prácticas en terapia Familiar. (Pág.158). Ed. Nueva Visión.