

José Ribé Buitrón

# Técnica en psicoterapia analítica grupal

Experiencia  
desde la asistencia pública

Herder

*Diseño de la cubierta:* Toni Cabré

© 2021, *Fundació Vidal i Barraquer*

© 2021, *Herder Editorial, S. L., Barcelona*

ISBN: 978-84-254-4489-0

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com)).

*Imprenta:*

*Depósito legal:*

*Printed in Spain - Impreso en España*

**Herder**

[www.herdereditorial.com](http://www.herdereditorial.com)

# Índice

|                                                                                                        |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Agradecimientos .....                                                                                  | 13 |
| Introducción .....                                                                                     | 15 |
| 1. Sociedad, salud mental y el grupo como normalizador<br>de los malestares de la vida cotidiana ..... | 21 |
| 2. Encuadre terapéutico .....                                                                          | 29 |
| 2.1. Concepto .....                                                                                    | 29 |
| 2.2. Marco físico .....                                                                                | 30 |
| 2.2.1. Espacio físico .....                                                                            | 31 |
| 2.2.2. Uso de las sillas .....                                                                         | 31 |
| 2.3. Temporalidad .....                                                                                | 32 |
| 2.3.1. Fecha de inicio .....                                                                           | 33 |
| 2.3.2. Duración .....                                                                                  | 33 |
| 2.3.3. Frecuencia .....                                                                                | 34 |
| 2.3.4. Horario .....                                                                                   | 34 |
| 2.4. Tipo de grupo .....                                                                               | 35 |
| 2.4.1. Según el tamaño .....                                                                           | 35 |
| 2.4.2. Según si es abierto o cerrado .....                                                             | 37 |
| 2.5. Metodología .....                                                                                 | 38 |
| 2.5.1. Discusión de flujo libre .....                                                                  | 38 |
| 2.5.2. Narración de sueños .....                                                                       | 39 |
| 2.5.3. «Aquí y ahora» grupal .....                                                                     | 40 |
| 2.5.4. Interpretación .....                                                                            | 43 |
| 2.6. Objetivos .....                                                                                   | 43 |
| 2.7. Modalidad terapéutica combinada .....                                                             | 45 |
| 2.8. Coste económico .....                                                                             | 48 |
| 2.9. Normas, derechos y recomendaciones<br>para el buen funcionamiento grupal .....                    | 49 |

|                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2.9.1. Normas de los pacientes y del terapeuta ...                                     | 49  |
| 2.9.2. Derechos de los pacientes y del terapeuta ..                                    | 54  |
| 2.9.3. Recomendaciones para una buena<br>tarea grupal .....                            | 55  |
| 3. La formación del grupo: criterios de selección,<br>entrevista y agrupamiento .....  | 57  |
| 3.1. Criterios de selección en la conformación grupal ..                               | 57  |
| 3.1.1. Según las características del terapeuta<br>y la institución .....               | 57  |
| 3.1.2. Indicaciones y contraindicaciones<br>en la selección de los participantes ..... | 59  |
| 3.2. Entrevista individual previa .....                                                | 68  |
| 3.3. Agrupamiento o elección de los sujetos<br>para el grupo .....                     | 71  |
| 3.3.1. Definición y diferencia conceptual<br>con la selección grupal .....             | 71  |
| 3.3.2. Según el grado de homo/heterogeneidad<br>grupal .....                           | 72  |
| 3.3.3. Según si los participantes<br>son auto/heteroderivados al grupo .....           | 77  |
| 4. Sobre la relación terapéutica: transferencia<br>y contratransferencia .....         | 79  |
| 4.1. Transferencia grupal .....                                                        | 79  |
| 4.1.1. Nociones básicas y tipos de transferencia ..                                    | 79  |
| 4.1.2. Manejo de la transferencia grupal .....                                         | 84  |
| 4.2. Contratransferencia grupal .....                                                  | 86  |
| 4.2.1. De obstáculo a instrumento terapéutico ...                                      | 86  |
| 4.2.2. Uso de la contratransferencia en el grupo ..                                    | 89  |
| 4.2.3. Neutralidad, abstinencia y autorrevelación .                                    | 94  |
| 5. El terapeuta grupal y su formación .....                                            | 99  |
| 5.1. Ser, estar y conocer como variables<br>inseparables .....                         | 99  |
| 5.2. Cualidades personales del buen terapeuta .....                                    | 100 |
| 5.2.1. Confianza, entusiasmo y esperanza .....                                         | 101 |

|                                                                    |     |
|--------------------------------------------------------------------|-----|
| 5.2.2. Presencia, empatía y amabilidad                             | 102 |
| 5.2.3. Sinceridad y autenticidad                                   | 102 |
| 5.2.4. Humildad y sencillez                                        | 103 |
| 5.2.5. Intuición                                                   | 103 |
| 5.2.6. Flexibilidad, paciencia y tolerancia                        | 104 |
| 5.2.7. Imaginación y creatividad                                   | 105 |
| 5.2.8. Humor y espontaneidad                                       | 105 |
| 5.3. Liderazgo grupal                                              | 106 |
| 5.3.1. Función directiva                                           | 106 |
| 5.3.2. Función estimuladora                                        | 107 |
| 5.3.3. Función reflexiva                                           | 108 |
| 5.4. Formación del terapeuta                                       | 108 |
| 5.4.1. Supervisión grupal                                          | 109 |
| 5.4.2. Experiencia o trabajo personal                              | 117 |
| 5.4.3. La formación de la psicoterapia<br>en la asistencia pública | 123 |
| 6. Coterapia                                                       | 125 |
| 6.1. Definición y características                                  | 125 |
| 6.2. Elección de la pareja terapéutica                             | 128 |
| 6.3. Ventajas del trabajo en coterapia                             | 130 |
| 6.4. Desventajas del trabajo en coterapia                          | 134 |
| 7. En torno a los inicios del grupo                                | 137 |
| 7.1. Consideraciones previas<br>acerca de las fases del grupo      | 137 |
| 7.2. Fenómenos en el inicio                                        | 138 |
| 7.2.1. Características del inicio de la terapia                    | 138 |
| 7.2.2. Incorporaciones al grupo                                    | 143 |
| 7.3. Manejo técnico del inicio del grupo                           | 144 |
| 7.3.1. De los comienzos en grupo                                   | 144 |
| 7.3.2. De las incorporaciones al grupo                             | 150 |
| 7.4. Manera de iniciar la sesión grupal                            | 152 |
| 8. En torno a la terminación terapéutica                           | 155 |
| 8.1. Los «tratamientos interminables»<br>en la asistencia pública  | 155 |

|                                                                                            |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 8.2. Fenómenos de terminación .....                                                        | 157 |
| 8.2.1. Características del final de la terapia .....                                       | 157 |
| 8.2.2. Abandonos o terminaciones no planeadas ..                                           | 160 |
| 8.3. Manejo técnico de la terminación del grupo .....                                      | 164 |
| 8.3.1. Del final de la terapia .....                                                       | 164 |
| 8.3.2. De las ausencias, abandonos<br>y las interrupciones dentro del grupo ...            | 167 |
| 8.4. Manera de finalizar la sesión en el grupo .....                                       | 172 |
| 8.5. El alta terapéutica .....                                                             | 175 |
| 8.5.1. El alta como trámite, su continuidad<br>terapéutica y la realidad asistencial ..... | 175 |
| 8.5.2. Algunos criterios de alta del grupo .....                                           | 178 |
| 8.5.3. Tipos de altas .....                                                                | 179 |
| 9. Interpretación .....                                                                    | 183 |
| 9.1. La interpretación analítica hoy .....                                                 | 183 |
| 9.2. Para qué, qué y a quién interpretar .....                                             | 184 |
| 9.3. Quién interpreta .....                                                                | 189 |
| 9.4. Cuándo y dónde interpretar .....                                                      | 190 |
| 9.5. Cómo interpretar .....                                                                | 192 |
| 10. El silencio como medio comunicacional:                                                 |     |
| significados y manejo técnico .....                                                        | 193 |
| 10.1. Breve revisión conceptual .....                                                      | 193 |
| 10.2. Fenomenología del silencio grupal .....                                              | 195 |
| 10.3. Significados del silencio en terapia grupal .....                                    | 197 |
| 10.3.1. Factores situacionales .....                                                       | 198 |
| 10.3.2. Algunos aspectos dinámicos intrapsíquicos .                                        | 198 |
| 10.3.3. Interacciones entre los miembros .....                                             | 199 |
| 10.3.4. Dinámicas del grupo como un todo .....                                             | 201 |
| 10.3.5. El silencio grupal respecto al terapeuta ...                                       | 202 |
| 10.4. Manejo del silencio grupal .....                                                     | 203 |
| 10.4.1. Abordaje terapéutico del silencio grupal ..                                        | 203 |
| 10.4.2. Uso terapéutico del silencio del terapeuta .                                       | 206 |
| 11. El humor y el contacto físico .....                                                    | 209 |
| 11.1. El humor en el proceso psicoterapéutico .....                                        | 209 |

|                                                                                           |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 11.1.1. Efecto y su papel facilitador .....                                               | 209 |
| 11.1.2. Manejo del humor en grupo .....                                                   | 212 |
| 11.2. Contacto físico en el proceso psicoterapéutico ..                                   | 214 |
| 11.2.1. Su importancia en psicoterapia .....                                              | 214 |
| 11.2.2. Manejo del contacto físico en grupo .....                                         | 215 |
| 12. La observación grupal .....                                                           | 219 |
| 12.1. Como medio de aprendizaje .....                                                     | 219 |
| 12.2. El observador forma parte del proceso<br>psicoterapéutico .....                     | 220 |
| 12.3. Aspectos técnicos en la observación<br>grupal .....                                 | 222 |
| 13. Psicoterapia grupal en línea y el uso<br>de las nuevas tecnologías .....              | 227 |
| 13.1. El impacto de la tecnología en la sociedad<br>y en la salud mental .....            | 227 |
| 13.2. Efectos de la COVID-19 en la teleasistencia<br>y testimonio personal .....          | 229 |
| 13.3. La modalidad en línea y sus variantes .....                                         | 231 |
| 13.4. Psicoterapia grupal en línea .....                                                  | 233 |
| 13.4.1. Encuadre .....                                                                    | 234 |
| 13.4.2. Indicaciones .....                                                                | 235 |
| 13.4.3. Complicaciones del medio<br>comunicacional en línea .....                         | 238 |
| 13.4.4. Notas sobre la relación terapéutica en línea .                                    | 241 |
| 13.5. Consideraciones acerca del uso de WhatsApp ..                                       | 243 |
| 13.6. Reflexiones finales provisionales .....                                             | 247 |
| 14. Investigación en psicoterapia grupal .....                                            | 249 |
| 14.1. El dominio del paradigma de la eficacia,<br>sus controversias y consecuencias ..... | 250 |
| 14.2. De los resultados a la investigación<br>de los procesos grupales .....              | 254 |
| 14.3. Cuestiones metodológicas .....                                                      | 255 |
| 14.3.1. Las mediciones cuantitativas<br>y cualitativas en terapia grupal .....            | 255 |

|                                                                                       |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 14.3.2. Principales diseños o estudios centrados<br>en los procesos grupales .....    | 256 |
| 14.3.3. Algunas particularidades de las<br>investigaciones en psicoterapia grupal ... | 263 |
| 14.4. Consideraciones finales .....                                                   | 265 |
| Bibliografía .....                                                                    | 267 |

# Agradecimientos

A Víctor Cabré, por invitarme a escribir este libro y sobre todo por su confianza en mí.

A mis padres analíticos, Segundo de Miguel, con quien empecé mi andadura en la psicoterapia grupal, y a mi analista Rafael Ferrer, a quien debo tanto. Ambos han hecho de mí una mejor persona y eso se lo agradecen ahora mi familia y mis pacientes.

A Charo Arias, por dejarme acompañarla en la observación grupal, su cariño y sinceridad.

Al Centro de Salud Mental de Sant Andreu (Barcelona) de la Fundació Vidal i Barraquer, por permitirme realizar grupos psicoterapéuticos, ampliar mi experiencia en su conducción y así desarrollarme profesionalmente.

A los supervisores grupales Miquel Sunyer y Agustí Camino, por persistir en que sigamos reflexionando acerca de nuestra labor como terapeutas y su contagioso entusiasmo en ello, respectivamente.

A mis compañeros del centro, porque en los espacios de supervisión grupal, sin saberlo, me ayudaron a pensar, con sus ideas y experiencias grupales, aquello que reflejo en este libro.

En especial, a mi pareja terapéutica Àngels Valero, por once años juntos en la conducción de grupos de familias y pacientes con trastorno mental severo. El mérito de seguir juntos es suyo.

A Anna Carrió y Cristina Alberich, por lo compartido en el grupo multifamiliar.

A Margarida Cleris, por su apoyo, afecto y compañía a lo largo de mi trayectoria profesional y personal.

A todos los observadores que han estado en nuestros grupos, por sus valiosos comentarios.

A los participantes del grupo multifamiliar y de trastorno mental severo, nunca me sorprendió que de ellos aprendería, sobre todo de la vida.

Para acabar, agradezco formar parte de mi grupo favorito: mi familia. Al Señor Lucas, a la Wonder Woman Olivia y a quien... (me emociono), a Raquel.

*Este libro está dedicado a mi Mami.*

# Introducción

El abordaje grupal en la asistencia pública requiere de cierta formación en quienes lo realizan. Tras tres o cuatro años de aprendizaje reglado, muchos profesionales inician grupos de terapia en sus referentes dispositivos de trabajo. Quienes los empiezan por vez primera, pronto reparan en lo difícil que es adaptar lo aprendido a la realidad de sus centros.

Con el grupo que arranca el terapeuta, la clínica, su institución y sus conocimientos, continúa el proceso de formación. Ahora se trata de un desarrollo más personal, menos dirigido, en el que el itinerario formativo se trazará sobre las dificultades y los logros que el terapeuta vaya encontrando sobre el terreno. Existirán momentos de impotencia, de enfados con la administración, que puede hacernos desfallecer en nuestra ilusión por crear grupos y desarrollarlos. Ante estos momentos de inseguridad y pérdida de fidelidad a lo aprendido, buscaremos de nuevo a los maestros. Volveremos a la lectura de aquellos textos que en su momento nos parecían tan claros pero que en el presente resultan tan confusos, borrosos y a veces atrapantes. No contábamos con la influencia y el poder que podían tener las dinámicas institucionales, el desbordamiento de la clínica y sobre todo nuestras propias dificultades.

Con este libro expreso al lector mi deseo de organizar los aspectos técnicos de la psicoterapia analítica grupal, integrando la teoría con la experiencia de varios años en el contexto de la asistencia pública y en la atención de población adulta. Asimismo, más allá de la ventaja de reunir en un único texto aquellos aspectos técnicos de la terapia grupal, con este libro busco transmitir y compartir con los compañeros de profesión mi experiencia y los conocimientos que esta me ha brindado.

Espero que el lector encuentre en estas páginas cierta cercanía a su propia realidad asistencial. Para ello, sintetizo y recojo el consenso más o menos común de algunos autores acerca de la teoría y la técnica en psicoterapia analítica grupal, añadiendo mi experiencia, reflexión y el resultado de mi propio viaje adaptativo, realizando grupos durante más de diez años en la asistencia pública.

El guion del libro es sencillo y esquemático: el encuadre, los criterios de selección, la relación terapéutica, la interpretación, la coterapia, la formación del terapeuta, la técnica en los inicios y finales de grupo, todos ellos elementos técnicos que siguen siendo básicos en la psicoterapia analítica grupal. No es necesario inventar o rebautizar lo que ya existe, lo que sí hace falta es repensar y adaptar los aspectos de la técnica a la realidad asistencial y social de cada tiempo. Por otro lado, dado que aspectos como el silencio, el humor y el contacto físico siempre han estado presentes en la terapia grupal, aunque no han sido tomados muy en cuenta, he decidido incluir tres capítulos acerca de ellos. Asimismo, en consonancia con los nuevos cambios sociosanitarios, tecnológicos y asistenciales, especialmente acelerados por la llegada del coronavirus a nuestra vida, he incluido un capítulo acerca del uso de las nuevas tecnologías en los grupos y otro sobre la importancia de la investigación en la psicoterapia grupal.

Pese a que la adquisición y el manejo de la técnica es importante, el encuadre interno del terapeuta — con sus capacidades de contención, disponibilidad emocional, análisis, liderazgo, presencia y trato — son determinantes. Es por ello por lo que este libro no sustituye el proceso formativo que todo terapeuta debe seguir, incluido sobre todo el trabajo personal. Este último permite madurar e integrar nuestros conocimientos a la propia experiencia de vida y protege al grupo de las «locuras privadas» de cada uno.

Llevar grupos, sobre todo en el contexto de la asistencia pública, es un arte y requiere de destrezas. Unas se aprenden y otras se adquieren con la experiencia. De alguna forma, el buen psicoterapeuta sería como un pintor, que en el camino hacia su madurez empieza adquiriendo ciertas nociones básicas de dibujo. Así, estudia el efecto de la luz sobre los objetos, conoce los materiales

que requiere para trabajar —bastidores y pinceles— y aprende a mezclar los colores. A partir de estos fundamentos, a base de practicar para adquirir seguridad y estilo, el artista deja de ser consciente de esos principios y simplemente crea.

Las técnicas no pueden aplicarse o entenderse desde un sometimiento a la propia escuela psicoterapéutica. El terapeuta deberá entenderlas, incorporarlas y dotarlas de significado en su práctica clínica. Si aplica la técnica porque así lo indican sus maestros, el grupo acabará percibiendo lo absurdo de las normas y técnicas que plantea el terapeuta.

A partir de ahí, estimo que la mejor forma de seguir con la introducción de este libro es narrar brevemente mi propio recorrido en el mundo de la psicoterapia y de la psiquiatría pública. Siento al menos necesidad de ello y creo que puede permitir que el lector se acerque un poco más al libro y a su autor.

En mis primeros años (2005-2009) de formación como psiquiatra en el Hospital Nuestra Señora de Sonsoles (Ávila) creía saber mucha «psiquiatría». Todos los problemas que me contaban los pacientes los resolvía mediante la simple lectura de los cuatro o cinco ítems de mi breviario de bolsillo DSM. Por aquel entonces, el hecho de que en el servicio de psiquiatría de dicho hospital no existiese una ideología predominante, me permitió más libertad para escoger mi camino. No obstante, Tomás Martín, un tutor con muchas ganas de pasar tiempo con sus residentes, nos picó la curiosidad por el psicoanálisis e influyó bastante en todos nosotros.

Pronto pensé que el abordaje medicamentoso se me quedaba corto. Así que decidí buscar otras formas de entender y ayudar a mis pacientes. Dicho motivo y mis propias inseguridades me embarcarían en un sinfín de inscripciones a másteres, cursos y jornadas de psicoterapia. Recuerdo en mi primer año como residente de psiquiatría llamar a Alberto Fernández Liria y preguntarle en qué me ayudaría el Máster de Psicoterapia Integradora que dirigía y sigue coordinando junto a Beatriz Rodríguez Vega. Este psiquiatra me contestó que el máster me permitiría una visión panorámica de las diferentes escuelas psicoterapéuticas y que eso me ayudaría a escoger. Así pues, le hice caso y me

apunté. En ese máster había un espacio grupal que llamaban «grupo DART» (dificultades de adquisición del rol de terapeuta), conducido por Blanca Amador. Recuerdo que me sentó bien y que Blanca recogía nuestras inquietudes de una forma muy agradable. Tal vez esa experiencia fue la que me impulsaría más adelante a desear formarme como psicoterapeuta grupal.

En el segundo año de residencia, en mi rotación por hospitalización parcial, Susana Martín me permitió llevar un grupo psicoeducativo de pródromos y signos de alerta para los pacientes ingresados. Este fue mi primer grupo psicoeducativo. Recuerdo que los pacientes sonreían más que en otros espacios y que interactuaban mucho más que en la sala de estar de la unidad de ingreso.

Mientras seguía con la formación como psiquiatra, por aquel entonces en el Equipo de Salud Mental Ávila Sur, me apunté al curso de Especialista en Clínica y Psicoterapia Psicoanalítica que impartía Hugo Bleichmar. Creo que fue en ese momento cuando empecé a orientarme definitivamente en lo psicodinámico. Aunque aprendí mucho de este psicoanalista, sin duda un gran docente, echaba en falta cierta cercanía cuando hablaba de sus pacientes. Con el tiempo he pensado que quien se hallaba lejos era yo mismo de mí mismo.

En el tercer año roté en el Hospital Infantil Universitario Niño Jesús (Madrid) y, de la mano de José Luis Pedreira Massa, pude participar como observador en un grupo de padres de niños con trastorno general del desarrollo. También estuve con Eduardo Paolini en un grupo de adolescentes con trastornos de la conducta alimentaria y con Montserrat Graell en el grupo de sus padres. Recuerdo pedirle a Gonzalo Morandé, que por aquel entonces era el jefe del Servicio de Psiquiatría Infanto-Juvenil, realizar un grupo de cinco sesiones con adolescentes con anorexia y bulimia. Creo que allí aprendí que debía formarme en grupos, pues —perdón por la expresión—, me comieron vivo. Se levantaban, no paraban de mover las piernas con la intención de adelgazar y yo perdí los nervios. No llegué ni a la tercera sesión.

Durante ese tercer año decidí apuntarme al Máster de Psicoterapia Analítica Grupal en Barcelona. Aprendí mucho, sobre

todo a través de experimentar en primera persona lo que se siente cuando se está en el otro lado de la mesa y en grupo. Mi conductor grupal fue Segundo de Miguel, de quien me llevo su sentido del humor y su capacidad de hacer fácil lo difícil, sin perder un ápice de profundidad.

Hacia el final de mi residencia pude estar en la Unidad de Terapia Familiar del Hospital Universitario Sant Pau de Barcelona y en la Unidad de Conductas Adictivas del mismo hospital. Allí pude asistir como observador en grupos de pacientes con adicción a la marihuana y la cocaína, así como en grupos multifamiliares con la grupoanalista Dolors Fortes.

Acabada mi especialidad, empecé a trabajar de psiquiatra adjunto en el Centro de Salud Mental de Adultos de Sant Andreu (Barcelona) de la Fundació Vidal i Barraquer. En seguida me uní como coterapeuta a un grupo de familiares, que desde hacía mucho tiempo realizaba una trabajadora social, Àngels Valero, quien ha sido y sigue siendo mi pareja terapéutica. Junto a ella crearíamos un grupo de trastorno mental severo y el multifamiliar. Ha sido en este centro de tradición comunitaria, donde se contempla la intervención grupal, donde he podido ejercitarme como psicoterapeuta de grupo. De la mano de los supervisores Miquel Sunyer y Agustí Camino, he desidealizado el modelo grupal que a mí me ayudó en el máster de grupos, he luchado contra las resistencias de la institución para realizar el grupo multifamiliar y he sufrido mis propias renunciaciones narcisísticas para adaptar mis grupos mentales a la realidad asistencial — con sus normas, demandas, presiones y cultura — de mi centro.

En el 2010 decidí continuar mi formación psicoanalítica mediante el Máster de Perfeccionamiento en Psicoterapia Psicoanalítica de la Asociación Catalana de Psicoterapia Psicoanalítica y me apunté a un Postgrado en Grupos Multifamiliares con Maribel Blajakis y José Luis López Atienza. En ese mismo año inicié mi análisis personal con Rafael Ferrer Coch. Con este psicoanalista recobré la fe en mí y, con mucho esfuerzo y sin atajos, hoy me siento más libre de la implacable mirada de mi superyó.

En los siguientes años disfruté, en el marco del Máster de Psicoterapia Analítica Grupal, de la posibilidad de observar un