

4.7.- TERAPIA DE GRUPO CON ADOLESCENTES

4.7.1.- REQUISITOS

La propuesta de terapia de grupo la hicimos (en el contexto de la entrevista familiar) a aquellos adolescentes que, en principio, reunían una serie de condiciones:

- Las dificultades que presentaban eran susceptibles de ser abordadas desde la metodología grupal que nos ocupa.
- Las edades estaban comprendidas, aproximadamente, entre 15-17 años.
- El/la joven no negaba, a priori, la posibilidad de que este recurso pudiera servirle de ayuda.

A partir de este momento, se concertó con el/la candidato/a una **entrevista individual** con la terapeuta del grupo. El objetivo general de dicha entrevista era determinar la pertinencia de su inclusión al grupo. Para ello se valoraron cuestiones tales como: adecuación de la intervención dada la problemática, capacidad intelectual y emocional del adolescente para aprovechar el recurso, motivación etc. En esta entrevista también se fijó cuál sería el objetivo individual a conseguir a través de la experiencia grupal.

Se realizaron entrevistas de valoración a 8 de los adolescentes del programa Hippócrates. Tras las mismas se decidió la **no inclusión** de tres de ellos. En dos de los casos fue por no cumplir unos requisitos básicos para que aprovecharan la experiencia grupal. En el tercero, el motivo fue que la entrevista se realizó muy tarde, el grupo estaba en un momento de cohesión muy intenso y el adolescente en cuestión presentaba algunas características que podrían diferenciarle demasiado del resto. La terapeuta valoró que la entrada de un miembro, en ese momento, podía ser contraproducente para el grupo y para el mismo adolescente. No obstante, dejamos pendiente su participación, bien en un nuevo grupo, bien en el existente, cuando se produjera un alta, si el momento grupal fuera adecuado.

4.7.2.- PRINCIPALES PROBLEMÁTICAS DETECTADAS

- *Conductas disruptivas* (sobre todo en relación con el respeto a las normas puestas por los adultos) en el contexto escolar y/o familiar. Si bien, estas conductas no podrían considerarse como trastorno de conducta o disocial.
- *Rendimiento escolar insuficiente y absentismo.*

En general, las participantes no presentaban baja autoestima ni reconocían tener problemas de comportamiento graves, si bien, la mayoría (cuatro de ellas) admitía que tenía dificultades para mantener el control de sus impulsos agresivos en ciertas situaciones. No obstante, no criticaban totalmente estas explosiones. Todas verbalizaron que esa era la manera que tenían para "hacerse respetar".

De los seis casos, se constató presencia de psicopatología en dos:

- Una de las chicas había presentado *sintomatología depresiva* (con antecedentes de conductas autolíticas), en remisión en ese momento y en seguimiento en la Unidad de Salud Mental Infantil. Esta adolescente sí presentaba una baja autoestima, salvo en el área intelectual. Siempre había sido una alumna brillante en sus estudios y no había tenido problemas de conducta hasta ese momento, en el que empezaba a tenerlos en el ámbito familiar. (Es la única integrante del grupo que no llegó a él por derivación dentro del programa Hippócrates).

- Otra de las componentes había presentado sintomatología emocional diversa (ansiedad, somatizaciones, posibles síntomas disociativos, explosiones de ira, etc.) entendibles en el contexto de un *trastorno de adaptación* tras la vivencia de un suceso traumático en su familia. En este caso no se había dado un tratamiento individual, y decidimos posponer su recomendación, con vistas a comprobar la evolución en terapia de grupo.

Esta adolescente también había sido una buena estudiante hasta que aconteció dicho suceso traumático.

4.7.3.- OBJETIVOS

El **objetivo general** que perseguimos es : fomentar la madurez social y emocional de aquellos adolescentes que están mostrando alguna dificultad al respecto.

Los **objetivos individuales** que las participantes se marcaron fueron:

- "Entender por qué pierdo el control y aprender a controlar mi agresividad".
- "Controlar mi genio y mi orgullo. Quitarme la etiqueta de "matona" de encima".
- "Aprender a no explotar si alguien me habla mal".
- "Ser menos insegura. Que me importe menos lo que piensan de mí los demás".
- "No guardarme las cosas tanto para no explotar después".
- "Abrirme más. Ser menos negativa"

4.7.4.- EVOLUCIÓN GRUPAL

El grupo comenzó su funcionamiento con 6 participantes. De las seis, una de ellas abandonó el grupo tras cuatro sesiones. Coincidió con el abandono de otros contextos, por parte de la joven: se fue de la casa materna para vivir con su padre, y también dejó de ir a clase.

Hasta el momento se han mantenido diecinueve sesiones. Describimos a continuación el proceso grupal, tanto desde el punto de vista de las temáticas trabajadas, en relación con los objetivos individuales, como desde el desarrollo del grupo como sistema (puesta en marcha de recursos grupales terapéuticos).

En las dos primeras sesiones del grupo surgen temas que tienen que ver con la propia **motivación** a asistir.

También surgen temas relacionados con el **temor a la exclusión**: por mostrar intimidades (temor a ser vista como "débil"), por ser diferente, etc. Empiezan a cuestionarse **cuál es su lugar en el grupo**.

El trabajo grupal se centra en en:

- Reflexión sobre las consecuencias de juzgar ante las primeras impresiones.
- Señalar similitudes entre los miembros (buscando cohesión) y también diferencias (valorando la diferenciación).

De la tercera a la sexta sesión, el grupo va explorando distintos temas: **pareja** (dos sesiones), **drogas** (una sesión), **estudios** (una sesión).

Al principio están más centradas en el contenido y poco a poco la atención se va centrando en cuestiones relacionales tales como:

- **La confianza y la responsabilidad** hacia el grupo.
- **Relaciones con figuras de autoridad** (profesores/as).

Trabajo grupal: asertividad, control de impulso, reflexión sobre su posición en jerarquías.

A partir de la 7ª sesión, con el aumento de la cohesión grupal, los miembros van relatando cuestiones más íntimas y profundizan en ellas.

Surgen temas relacionados con la **familia** (conflictos de poder, sentimientos de no ser aceptadas, queridas, de "estar en medio"). Empiezan a cuestionarse sus propias reacciones: **temor a perder el control** de los impulsos. También empiezan a reflexionar sobre su **posición en los grupos de iguales**: temor a la exclusión, importancia de la valoración externa, etc.

Trabajo grupal: señalamientos sobre el grupo como sistema (reflexiones sobre su responsabilidad hacia el grupo y forma de posicionarse en él) que se extrapola a su modo de posicionarse en otros contextos (clase, pandilla, familia). Se incide en habilidades tales como el control de impulsos, la asertividad, la empatía, el análisis de la comunicación desde el punto de vista de la causalidad circular (feed-back).

En la sesión nº 13 el tema es **el silencio**.

La terapeuta va reduciendo sus intervenciones, dado que en el grupo están surgiendo recursos terapéuticos, y en el grupo se mueven cuestiones que tienen que ver con la dependencia de una figura que dirige.

En la sesión 14, previa a las vacaciones del verano, se realiza una **autoevaluación** de los **objetivos** individuales.

La terapeuta refuerza los avances individuales y valora también la evolución grupal.

Después del periodo vacacional el grupo se vuelve a cuestionar la motivación. Hay más ausencias. Se revisan, espontáneamente, los objetivos. Del grupo surgen propuestas de cambios de horario para poder asistir sin perder muchas clases. Los temas tienen que ver con: **capacidad/motivación** en los estudios, necesidad de asistir o no al grupo, las **despedidas** (ante la posibilidad de que algún miembro deje de venir).

La terapeuta valora que el alta grupal está próxima, ya que los objetivos individuales se están cumpliendo. Por otra parte, el que el propio grupo plantee cambios para poder asistir a clase tiene que ver con una menor dependencia de este recurso, por un lado, y con una mayor implicación de las chicas respecto a sus responsabilidades.

A partir de la sesión 19 la terapeuta plantea sesiones quincenales.

El grupo trabajará sobre objetivos individuales con vistas a una próxima evaluación en Diciembre.

4.7.5. - EVALUACIÓN hasta la fecha:

El grupo está poniendo en marcha recursos terapéuticos (cumple el objetivo general) que permiten ir trabajando para el logro de los objetivos individuales. Todas las participantes reconocen avances, tanto desde el punto de vista individual como grupal. La terapeuta coincide con esta valoración.