

Taller Psicoterapias de grupo. Zaragoza 13 noviembre 2025. 17.30-19.30 hs.

ME MUEVO Y PIENSO: Catalina Martín Gómez y Luis Miguel Martínez González

Después de la presentación haremos una breve exposición teórica y después la dinámica.

Aspectos teóricos del trabajo grupal en niños y adolescentes. Descripción del grupo de HDIJ

Durante seis años llevamos a cabo una intervención grupal con chicos de entre 10 y 12 años diagnosticados con Trastorno Mental Grave (TMG). Nos pareció interesante compartir esta experiencia, dada la dificultad que supone el abordaje terapéutico en estas edades.

Cronológicamente, la pubertad corresponde al final de la latencia y al inicio de la adolescencia. Según P.H. Jeammet (2004) este momento pone al sujeto ante la tarea de asumir una identidad sexual determinada y asegurar su autonomía respecto a los padres.

En la pubertad se produce una rápida transformación corporal. PH Jeammet ((2004) afirma: “Es como si la naturaleza hiciera un acto que ofrece al adolescente un cuerpo apto para hacer sus fantasías.” Se genera así un desajuste temporal entre un chico que funciona psíquicamente con los esquemas propios de la infancia y un cuerpo que le anticipa una nueva imagen que debe apropiarse, inscribir, habitar y que lo proyecta hacia el futuro.

¿Pero cómo cambiar y seguir siendo uno mismo?

En las primeras etapas de la vida, el niño contaba con el Otro materno y su mirada para ser sostenido, inscribir los cambios en su cuerpo y construir su historia. A partir de ahora, es el sujeto quien, sirviéndose de su propia experiencia relacional con los pares y el entorno social, debe realizar la tarea de ser biógrafo de su propia historia.

Numerosos autores plantean la dificultad de la práctica psicoterapéutica en chicos entre los 10 y 14 años. Se observa una resistencia importante a las intervenciones verbales, y las propuestas de juego o dibujo no siempre son bien aceptadas. Es una edad en la que vemos a muchos niños medicados, con escasa respuesta a las intervenciones psicofarmacológicas.

Aberasturi y Knobel sugieren que el terapeuta debe estar preparado para aceptar la aparición de un pasaje, a veces brusco, del lenguaje verbal al no verbal, o viceversa.

Anzieu(1950) y Pavlovsky (1974) consideran el psicodrama de grupo con orientación psicoanalítica como el tratamiento indicado para adolescentes dentro de las terapias grupales.

Emilce Dio Bleichmar sostiene que la terapia de grupo es el marco de elección en el período comprendido entre la latencia tardía y la pubertad temprana (10–11 a 13–14 años). Este señalamiento se debe a que este lapso resulta especialmente crítico para la psicoterapia, ya que el niño ya no juega, pero tampoco puede sostener un discurso que exponga y discuta sus problemas de forma consistente y seria.

En la dinámica del grupo “Me nuevo y pienso” se integran intervenciones desde la expresión corporal, el psicodrama y la psicomotricidad, facilitando la verbalización de las experiencias desde una escucha psicoanalítica.

El desarrollo de esta terapia requiere un trabajo vincular sostenido y mantenido en el tiempo, que nos permita “demandar al grupo” el mayor compromiso posible con la terapia, y a los chicos, confiar en nosotros para la tarea.

Estructura de la terapia

La terapia se organiza en tres ciclos, cada uno con un número determinado de sesiones. Se propone el trabajo y exploración en tres esferas:

1. El espacio

Analogía de la búsqueda del adolescente de su propio lugar en el mundo. Para el niño en latencia: aceptación de unos límites físicos que ayudan a diferenciar lo interno de lo externo, lo propio y lo ajeno. Las sesiones del ciclo “La sala/el espacio” tienen un carácter eminentemente exploratorio. Se exploran las dimensiones y distancias de la sala, los objetos que contiene, las posibilidades de juego y trabajo que ofrecen, y las modificaciones del espacio que permiten respuestas adaptativas.

2. El grupo

El encuentro con sus iguales: cómo, cuándo y por qué. Toma de conciencia de aspectos relacionales y emocionales del individuo dentro del grupo. Este ciclo aborda la definición y evolución de los grupos, sus etapas, figuras de liderazgo y otros roles. Se reflexiona sobre la pertenencia simultánea a varios grupos, los lazos afectivos entre miembros y lo que cada individuo aporta y recibe de su grupo terapéutico.

3. El cuerpo en movimiento

Descubrimiento y exploración de capacidades, habilidades y fortalezas. El cuerpo se convierte en lenguaje. Las sesiones de este ciclo están orientadas a adquirir, potenciar y perfeccionar habilidades como la danza, la interpretación, la imitación, la postura corporal, las expresiones faciales y el uso del cuerpo en relación con objetos.

Cuadro de ciclos

Ciclo 1. “La sala/el espacio”	Ciclo 2. “El grupo”
Dimensiones / distancias	Definición, evolución y etapas
Objetos	Liderazgo y roles
Espacio cambiante	Pertenencia y afectos
Pérdida sensorial	Mi grupo de terapia
Transformación / simbolización	
Ciclo 3. “El cuerpo en movimiento”	
Con y sin objetos	
Danza / baile	
Interpretación	
Imitación	
Postura corporal	

Estructura del taller

- **Primera parte: “ME MUEVO”** Explicación del trabajo a desarrollar y realización de los ejercicios.
Roles: el terapeuta ocupacional dirige; la psiquiatra recoge información.
Duración: 40 minutos.
- **Segunda parte: “Y PIENSO”** Reunión sentados en círculo. Se propone dar un título a la sesión y realizar una exposición verbal de lo vivenciado. **Roles:** la psiquiatra dirige; el terapeuta ocupacional actúa como figura auxiliar.

El grupo se reúne durante una hora, con una frecuencia semanal, en una sala diáfana donde se introducen diversos materiales propios de la psicomotricidad (pelotas de distintos tamaños, aros, cuerdas, etc.).

La dinámica consiste en una secuencia de juegos y ejercicios aparentemente simples, pero con gran potencia simbólica. Lo concebimos como una especie de “fisioterapia psi”. Se presentan a los chicos situaciones que les permiten practicar y experimentar aspectos relacionados con el proceso de separación e individuación.

Se les invita a jugar explorando conceptos como la ausencia y la presencia, las distancias, la velocidad, la orientación, la representación y el reconocimiento de emociones y relaciones. Todo ello busca generar una experiencia integrada sensorialmente, en el placer del descubrimiento de uno mismo con otros. La pertenencia al grupo cumple una función de envoltura corporal.

Cada sesión está diseñada con una estructura fija: inicio, desarrollo y cierre. La actividad concluye formando un círculo, donde se intenta abrochar lo experimentado con palabras. Esta tarea resulta ardua y difícil para algunos, que expresan frases como: *“Me aburro”, “Quiero seguir jugando”, “No se me ocurre nada.”* Ante esto, proponemos que al menos se arriesguen a decir unas palabras para titular la sesión. Algunos ejemplos de títulos que han surgido son:

- “En continuo movimiento, es raro, me siento feliz”
- “Pensando en todo, pensando en cómo pensar”
- “Pepito el de los ladrillos... que no es el hermano de Elena”
- “Lo que quiero ser de mayor”
- “A por mi reto”
- “Las zapatillas y las letras”

Cierre ritual

Al final de cada sesión, se realiza un gesto ritual. Durante una época, fue el saludo japonés *Konnichiwa*, acompañado de una inclinación de cabeza. Este saludo, que significa “buenos días”, encierra un significado más profundo: según M. Cruz Estada, alude al reconocimiento de un espacio o hiato entre el otro y yo, una distancia que se recorre al inclinarse y se reconoce con respeto.

El grupo que sucedió a este eligió como consigna final un enérgico “¡Kabuuu!” repetido tres veces, mientras se golpeaba rítmicamente la silla. Este gesto simbolizaba que el cierre del grupo y lo construido podía ir seguido de un momento de destrucción.

Reflexión teórica

La destrucción y reconstrucción de representaciones psíquicas sobre nuestro cuerpo y el mundo es una tarea constante que impone nuestro aparato psíquico por el hecho de estar vivos y en continuo cambio (Aulagnier, 1992).

En nuestro trabajo, tratamos de garantizar que la teoría esté en consonancia con la práctica. Como afirman M. Sirlin y M. Glasserman (1998): **“No se trata de trasplantar ideas, sino de recrear en la experiencia clínica la teoría que tenemos detrás.”**

Observamos una práctica que, al hacerse, va tomando forma y se constituye. Se hace antes de saber exactamente qué se está haciendo.

Objetivos de la práctica

El grupo reunido hoy es heterogéneo y multidisciplinar, lo que permite pensar y compartir desde perspectivas diversas. En esta formación, pretendemos que aprendáis jugando y pensando.

Nos proponemos realizar una práctica motivadora y generadora de ideas para la creación de grupos. Queremos invitaros a pensar: **¿Qué estoy haciendo con esta dinámica? ¿Qué quiero trabajar con los niños?** Desde mi profesión, los medios que tengo, el lugar que ocupo en mi institución y la sala que me asignan, **¿qué puedo hacer con lo que tengo?**

Os invitamos a pensar como los peripatéticos, *in itinere*, abriendo el camino a una forma de reflexión que se da mientras el cuerpo deambula, abierto a los sentidos y a las ideas.

Reflexiones finales

Nuestro grupo facilita una vivencia del cuerpo en el espacio, integrada sensorialmente, en el aquí y ahora. El cuerpo, aunque cambiante, supone una continuidad y es una de las certezas que tenemos de nuestra propia existencia: nos hace estar presentes, visibles ante el otro.

En esta terapia, los chicos experimentan nuevas formas de estar con los demás, compartir, conocer mejor sus medidas y preferencias, descubrir en qué movimiento se sienten más cómodos, a qué distancia y con quién. Aprenden a ubicarse en un discurso de forma activa frente a otros, y a recorrer el espacio a su manera.

Del estado de ambigüedad se sale haciendo elecciones. En nuestro espacio terapéutico, no hay una acción “mejor” que otra: **todas son decisiones.**

Insistimos en facilitar la espontaneidad y la creatividad para que cada chico encuentre su forma de estar con los otros, aquella con la que mejor se sienta, según su estilo, el que le permite su subjetividad.