

II. JORNADAS INTERNACIONALES DE PSICOTERAPIA DE LA PSICOSIS

PSICOTERAPIA DE GRUPO EN UNA UNIDAD DE AGUDOS

En busca de un lugar seguro

Irazabal Bengoa, Amaia¹.; Fernández Lara, Aida¹.; Barcenilla Barcenilla, Daniel².; Peña Herrero, Ester³.; Lagarón Criado, Marina.².; López Noche, Margarita Maria.².

¹ Psicóloga Interna Residente. SESPA. Gijón, Asturias.

² Psicóloga Clínica Adjunta.

³ Psiquiatra Interna Residente. SESPA. Gijón, Asturias.



INTRODUCCIÓN

Las crisis vitales que experimentan los pacientes que ingresan suelen ir acompañadas de una gran angustia y sensación de desprotección. La psicoterapia grupal cumple una función protectora implícita de los grupos sociales, disminuyendo el impacto de los factores estresantes asociados a la hospitalización y ofreciendo un espacio de expresión personal.

A continuación, se presenta una experiencia grupal en la Unidad de Agudos del Hospital Fundación Jove (Gijón) durante una rotación de psicología clínica (PIR) de 4 meses de duración. Dichos grupos se basaron en los grupos de "Sesión única" de Yalom (2000). Estos representan una manera de encuadrar el trabajo a la realidad de las unidades de agudos, donde la fuerte rotación de pacientes impide poder llevar a cabo grupos con una duración amplia.

OBJETIVOS

Disminuir la angustia que pueden generar los factores estresantes relacionados con la situación de crisis así como los factores asociados con la propia situación de ingreso en una Unidad de Agudos

- Permitir la expresión emocional del sujeto
- Generar un contexto de aceptación
- Ofrecer un espacio de contención y estructura así como de acogida y acompañamiento
- Abordar reflexiones sobre su situación actual
- Fomentar las habilidades y recursos personales
- Facilitar el establecimiento y desarrollo de relaciones con otros miembros del grupo

ENCUADRE

- Grupos de sesión única. Actitud no directiva del terapeuta, acompañando al grupo.
- Horario: 2-3 días por semana. Duración aproximada de una hora dependiendo de las necesidades de los participantes.
- Grupo abierto: Todos los sujetos ingresados eran invitados a participar en el mismo.
- Participación voluntaria: Ningún sujeto estaba obligado a participar ni a hablar si desea acudir. No obstante, se les indicaba que una vez comenzada la sesión tendrían que permanecer hasta el cierre de la misma.
- Normas del grupo: respeto por el resto de miembros y estricta confidencialidad-espacio seguro.

GUIÓN DE UNA SESIÓN

- Primeros minutos de cada sesión: acogida de nuevos participantes. Presentación de las terapeutas y participantes. Explicación del encuadre.
- Desarrollo del grupo: Verbalización libre de sus emociones, reflexiones y vivencias.
- Cierre: Breve devolución sobre las temáticas tratadas.
- Pos-grupo: Comunicación entre los profesionales que han asistido

EMERGENTES GRUPALES

- Angustia ante la imposibilidad de tomar decisiones en su vida.
- Sensación de coacción de su libertad y de sus derechos como individuos.
- Dificultades entre pacientes y personal.
- Efectos secundarios de los tratamientos farmacológicos
- Sensación de no ser escuchados por los profesionales, gran necesidad de expresarse, de sentir que son tenidos en cuenta por el otro.
- Problemas en las relaciones con familiares: ambivalencia entre "me cuidan y quieren – me encierran".
- Malestar ante el estigma asociado a sus problemas de salud mental.

CONCLUSIONES

Los ingresos en las unidades de agudos son vividos con sufrimiento y una gran angustia. En muchas ocasiones, los pacientes se encuentran en situaciones de crisis personales donde se sienten perdidos y desprotegidos. La psicoterapia de grupo ofrece un espacio seguro donde se promueve la expresión emocional, validando las emociones experimentadas en un momento de crisis. Aborda aspectos importantes para los pacientes tanto en relación a la hospitalización como a los derivados de su situación de crisis, disminuyendo la angustia que estos les generan.

La verbalización de su situación aumenta la recepción y emisión de apoyo social, aumentado la percepción de cuidados y acompañamiento durante el ingreso. El grupo abre una posibilidad de vivir una experiencia donde validar el sufrimiento mental, así como una mayor aceptación de uno mismo. A su vez, ofrece un lugar donde encontrarse con el otro, permitiendo aprender a observar y a observarse

BIBLIOGRAFÍA:

- Belloso, J. J.; Díaz, M.; López, T. (2015). Psicoterapia de grupo en una unidad de hospitalización psiquiátrica breve. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq.* 35 (128) 759-754.
- Martín, B. y Martínez, J.M. (2009). Psicoterapia de grupos en una unidad de agudos. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq.* XXIX (103) 79-96.
- Arroyo Guillamón, R. y Del Palacio Tamarit, S. (2011). *Un año de psicoterapia grupal en unidad de agudos. Area 3. Cuadernos de temas grupales e institucionales*, 15 1-18.
- Yalom, I.; Vinogradov, S. (1989). *Guía breve de psicoterapia de grupo*. Paidós Ibérica.