

## Angustias grupales

GUILLERMO PINTO C.\*  
SERGIO VILLARROEL O.\*\*

### Resumen

*El presente artículo trata sobre la Dinámica Grupal Profunda (DGP), definida como la dinámica emocional inconsciente siempre presente en todo grupo. La idea propuesta es que el conocimiento y la comprensión de esta dinámica son necesarios para el trabajo grupal en general (educativo y terapéutico). La atención se centra en un aspecto específico y central de la DGP: las angustias grupales. Estas son sistematizadas de acuerdo al orden temporal en el que se van presentando en la vida del grupo.*

### Abstract

*The present article addresses the issue of Deep Group Dynamics, which are defined as unconscious emotional dynamics that are always present in every group. The article suggests the importance of knowing and understanding these dynamics for groups' work in general (educational and therapeutic). The attention is focused on one central and specific subject of Deep Group Dynamics: the Group Anxieties. These are systematized according to the temporal order in which they appear in the development of the group.*

### INTRODUCCION

Los psicólogos en general coinciden en destacar la importancia del trabajo en grupo para abordar los diversos problemas que surgen en sus respectivas especialidades. Así, en la clínica, en el ámbito organizacional, en el área educacional o en la labor comunitaria, los psicólogos encuentran en el trabajo grupal una herramienta clave para alcanzar sus objetivos.

El psicólogo puede influir claramente en el carácter y desarrollo del grupo y, con ello, también en la experiencia terapéutica (en un sentido amplio) de cada individuo. Por consiguiente, conocer y comprender los procesos y dinámicas subyacentes en los grupos resulta fundamental para orientar adecuadamente los métodos terapéuticos y de enseñanza.

Se pueden distinguir tres niveles de análisis dentro del trabajo grupal (Bion, 1979; Grinberg,

Langer y Rodrigué, 1961; Whitaker y Lieberman, 1969; Pagès, 1977; Whitman, 1975):

1. *Contenido*: Cuando se observa lo que se conversa en el grupo se está concentrando la atención en el contenido. Se refiere a la información verbal que intercambian los miembros del grupo. El contenido se enfatiza en aquellos grupos orientados a desarrollar temas externos a los asuntos propios del grupo: "Qué es un buen liderazgo organizacional", "Cómo mejorar la relación profesor-alumno", "Cómo manejar la transferencia con el paciente". Estos temas se llaman del "allá y entonces", por cuanto son abstractos y orientados al futuro o al pasado, en vez de referirse a lo que está ocurriendo en el "aquí y ahora" del grupo.
2. *Procesos*: Alude a la estructura que va adquiriendo el grupo en función de ciertos procesos, tales como roles, liderazgo, comunicación, clima, toma de decisiones, resolución de conflictos.
3. *Dinámica Grupal Profunda (DGP)*: Alude a la comprensión de aquellos temores, angustias, afectos o conflictos más profundos y, por lo tanto, más alejados de la racionalidad cons-

\* Licenciado en Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile. Dirección: Jose Manuel Infante 1912, Ñuñoa, Santiago-Chile.

\*\* Licenciado en Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile. Dirección: Camino El Olivar 1465, Las Condes, Santiago-Chile.

ciente del grupo. En síntesis, corresponde a la dinámica emocional del grupo.

Estos tres niveles están siempre presentes en todo grupo y coexisten simultáneamente. Ahora bien, dependiendo de los objetivos de cada grupo, se enfatiza el trabajo en uno u otro nivel. Así, por ejemplo, en un seminario el grupo se focaliza en el nivel de contenido; en una intervención de desarrollo de equipo, en el nivel de los procesos; y, finalmente, en la psicoterapia de grupo el interés se centra en la DGP.

La formación profesional del psicólogo ha enfatizado el conocimiento, comprensión y análisis de la dinámica profunda individual. Respecto de la DGP no ha sido lo mismo. La débil preparación en un área tan requerida y beneficiosa sin lugar a dudas puede afectar el desempeño futuro.

A continuación se presentan elementos de la DGP desde un punto de vista fenomenológico, cuyo conocimiento y comprensión pueden ayudar a resolver conflictos y tensiones que obstaculizan el desarrollo óptimo de un grupo.

#### ANTECEDENTES DEL TEMA

Varios autores han estudiado el tema de la DGP. Si bien sus trabajos difieren en muchos aspectos, han coincidido en legitimar la dinámica emocional de los grupos como un importante objeto de estudio e investigación.

La escuela inglesa ha hecho aportes pioneros en el estudio de la DGP, los que han sido desarrollados por autores estadounidenses y franceses.

W. Bion, psicoanalista inglés de orientación *kleiniana*, se destaca por sus conocidas "experiencias en grupos" efectuadas en el hospital militar de Northfield y en la Clínica Tavistock. En su técnica, Bion no dirigía al grupo sino que se limitaba a interpretar los fenómenos emergentes como expresiones del acontecer global del grupo. Cambiando la óptica de estudio, le permitió hacer observaciones que servirían de base para su teoría. Esta incluye la hipótesis que la dinámica grupal surge como producto de la tensión entre dos tipos de actividades presentes en todo grupo: la actividad racional, consciente y cooperadora del grupo (Grupo de Trabajo) y la actividad opuesta, que se caracteriza por su emocionalidad intensa, su carácter fantasioso y regresivo (Grupo de Supuesto Básico).

En su primer libro, *Introducción a la Psicoterapia Analítica de Grupo* (1949), S.H. Foulkes presenta las bases para considerar al grupo como

un todo, pero se plantea contrario a un enfoque extremista, en el que se adopten conceptos tales como "mente de grupo", "temperamento de grupo", etc. No ve en el grupo a un nuevo ente, pero sí a un "todo social", que es más que la suma de sus partes. Foulkes aportó conceptos importantísimos, como los de Análisis Grupal y Matriz de Interacciones.

H. Ezriel (1950), otro psicoanalista que, como Bion y Foulkes, proviene de la Clínica Tavistock, limita el rol interpretativo del terapeuta al plano del "aquí y ahora" y destaca la posibilidad de aplicar el enfoque transferencial, tanto en el análisis individual como en el de grupo, a todo material aportado por los pacientes. Afirma que cada persona en el grupo intenta imponer a los demás un papel para establecer la relación objetal interna que desea. Podrá hacerlo si su fantasía concuerda con las fantasías dominantes de los demás en ese momento. Esta es la base de la tensión grupal común.

D. Whitaker y M. Lieberman (1969), ambos estadounidenses, intentan conciliar el aporte psicoanalítico (Bion principalmente) con los aportes de la Escuela de la Dinámica de Grupos (Lewin). Introducen el concepto de Conflicto Focal, definiéndolo como la oposición que se produce entre un impulso o sentimiento grupal (motivo perturbador) y un temor asociado a él (motivo reactivo), buscando una solución que permita tanto satisfacer el impulso como aminorar el temor.

M. Pagès, influido por los aportes de Bion, Rogers y de la Psicología Existencial, desarrolla el tema de la Afectividad de Grupo. Su tesis central es que "en todo grupo, en todo momento, existe un sentimiento dominante, compartido por todos los miembros, (...) de carácter inconsciente, que gobierna la vida del grupo en todos sus niveles" (1977, p. 335).

W. Schutz (1973) plantea la existencia de tres necesidades interpersonales básicas: la de Inclusión, Control y Afecto, necesidades subyacentes, que darían cuenta de muchas de las conductas y fenómenos que se dan en los grupos.

Del planteamiento de todos estos autores se desprende que el grupo constituye una totalidad, es decir, es más que la suma de sus miembros, presentando fenómenos propiamente grupales. Al mismo tiempo, se concibe como una unidad en la que priman impulsos, sentimientos y temores compartidos por todos sus integrantes. En esta afectividad inconsciente se constata, generalmente, la contraposición entre dos fuerzas, temores *versus* defensas, que se manifiestan en diferentes niveles (contenidos y procesos).

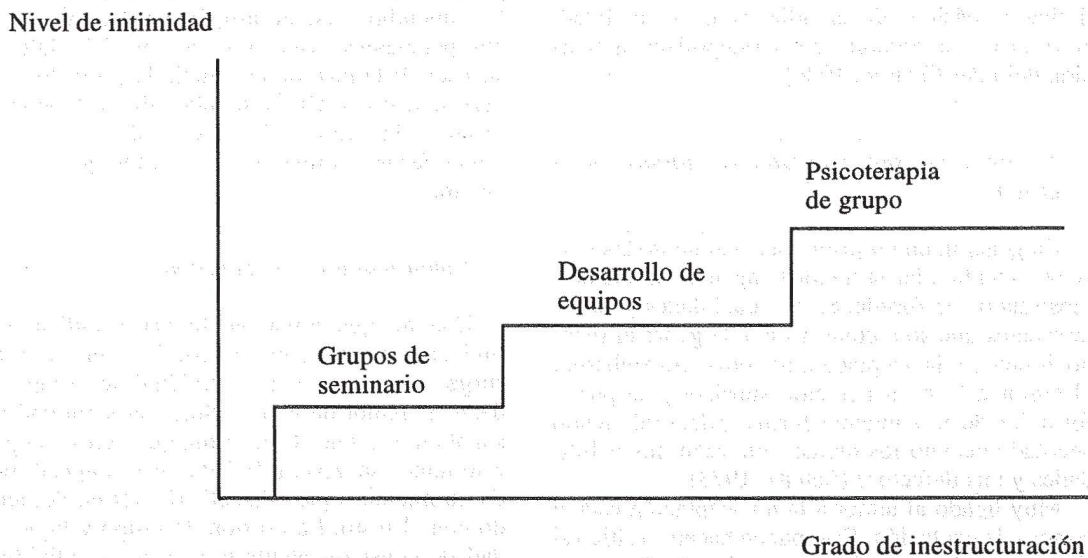
### DINAMICA GRUPAL PROFUNDA

La Dinámica Grupal Profunda (DGP) es el nivel más profundo de análisis grupal, generalmente inconsciente. Su naturaleza es emocional, arcaica y fantasmática. Se refiere a motivaciones, sentimientos, angustias y defensas compartidas por todos los miembros del grupo, aunque ni ellos mismos lo puedan reconocer conscientemente (Bion, 1979). Se trata de un nivel siempre

presente en cualquier grupo y que determina las distintas tareas y etapas que éste vive.

El grado de intensidad y claridad con que se manifiesta la DGP aumenta en relación al nivel de regresión alcanzado por el grupo, lo que, a su vez, depende del grado de estructuración y del nivel de intimidad propuesta para el grupo.

Gráficamente se puede apreciar esto de la siguiente manera:



Entonces, a mayor nivel de intimidad y a menor grado de estructuración, el grupo brinda una mejor posibilidad para la observación y estudio de la DGP (Gemmill, 1992). Son los grupos terapéuticos los que han servido de marco de referencia para los estudios de la DGP, y en ellos se enmarca el presente trabajo.

La necesidad de abordar específicamente las angustias grupales surge del hecho que su conocimiento da pautas al terapeuta sobre las tareas que el grupo debe ir resolviendo para convertirse en un grupo sano y eficaz.

De acuerdo a la evolución del grupo, se destacan en *su comienzo* ciertas angustias, tales como:

#### - Angustia frente a la inestructuración

"Todos los grupos provocan ansiedad en todas las personas. Ninguna persona puede estar en un grupo sin sentirse ansiosa, aunque el grupo le resulte familiar" (Slavson, citado en Whitaker & Lieberman, 1969, p. 386). Las situaciones interpersonales siempre presentan algún grado de ambigüedad y novedad. Las personas que se integran a un grupo intentan asimilar esta situación nueva a otra conocida que las tranquilice, por su carácter más familiar. Así, los miembros intentan darle un orden o estructura tal al grupo que facilite su funcionamiento en él.

### ANGUSTIAS GRUPALES

Dentro de la DGP resalta el análisis de las angustias grupales, por cuanto constituyen un sentimiento vital, promovedor o inhibidor de acciones. ¿Por qué grupales? Aun cuando la angustia se define esencialmente como un fenómeno individual, en el grupo se constata contratransferencial (Grinberg *et al.*, 1961) y fenomenológicamente (Pagès, 1977) que este sentimiento es compartido por todos los miembros del grupo en un momento dado.

– *Temor a no ser considerado o no recibir la atención del líder*<sup>1</sup>

En cada grupo las personas experimentan una reedición de su grupo familiar primario. En este "grupo familiar" el líder es fantaseado "como si" fuera el padre. Los individuos, en mayor o menor grado, presentan carencias de tipo afectivo y la situación de grupo se convierte en una instancia que facilita la expresión de las mismas. Cada persona se ve obligada a compartir este "padre" con otros "hermanos", frente a lo cual se generan sentimientos básicos de envidia, celos y rivalidad, entre otros. Se compite por monopolizar la atención del líder (Yalom, 1986).

– *Temor a no ser aceptado (incluido) en el grupo*

En general, en un primer acercamiento las personas intentan dar la mejor imagen de sí mismas, mostrando sus fortalezas, sus cualidades y lo interesantes que son, como forma de ganar el reconocimiento y la aceptación del otro. Sin embargo, el temor a la no aceptación subsiste y se puede formular de la siguiente forma: ¿Seguiré siendo aceptado cuando los demás conozcan mis debilidades y mis defectos? (Schutz, 1973).

Muy ligado al temor a la no aceptación está el temor a la exclusión. Este puede hacerse crítico si la persona siente o piensa que el resto del grupo se colude en contra de ella para aislarla.

Todo grupo de personas va generando sus propias normas y modos de funcionar. Los integrantes, para ser aceptados en el grupo, deben respetar estas normas (Homans, 1950).

En una *etapa intermedia* de la vida del grupo, cobran mayor relevancia otras angustias, tales como:

– *Angustia frente a la intimidad*

En un primer momento, el temor a la intimidad se expresa a través de la pregunta ¿Cuán profundos van a llegar a ser nuestros vínculos? ¿Hasta dónde intimaremos? (Schutz, 1973). A

<sup>1</sup> Se utiliza el concepto de "líder" en forma genérica para referirse a la persona que está formalmente a cargo de un grupo o que presenta algún grado de autoridad sobre él (profesor, expositor, relator, monitor, facilitador o terapeuta).

medida que el grupo se va desarrollando y luego que se alcanza un grado importante de intimidad, surge otra pregunta: ¿Se irán a ventilar mis secretos? Es el temor a la violación de la confidencialidad. Ligado a lo anterior, en las personas se presenta el temor a mostrar una debilidad de la cual posteriormente los demás pudieran aprovecharse. Revelar su intimidad podría ser muy desventajoso para su integridad.

Un fenómeno defensivo que puede darse en grupos que privilegian la intimidad (grupos terapéuticos en general) es el de la pseudointimidad. Los miembros, en su búsqueda por establecer lazos personales, caen a veces en el "relato" de sucesos de la historia personal, desprovistos de la viveza afectiva. Otros intentan aliviar la angustia frente a la intimidad a través de defensas hipomaníacas: intimar en un ánimo jocoso, por ejemplo.

– *Temor a diluirse en el grupo*

Una vez que la persona ha permeabilizado sus límites y ha volcado su intimidad en el grupo, surge el temor que lo individual sea grupal, es decir, el temor de haber diluido la identidad personal en el grupo. Una forma que podría adquirir este temor se vería reflejada en la imposibilidad de un miembro para disentir o estar en desacuerdo con el resto. La presión de grupo y la necesidad de consenso atentaría contra su individualidad (Grinberg *et al.*, 1961).

– *Temor a los cambios*

El cambio implica un cuestionamiento de la forma de ser, actuar y pensar del sujeto. Frente a esto surgen el temor y la resistencia. El cambio implica dolor, por la pérdida de un equilibrio logrado, e incertidumbre ante la tarea de forjar un nuevo equilibrio.

En la *etapa final* de la vida del grupo, los temores se asocian a la separación y a la muerte del grupo:

– *Temor a la dependencia*

El grupo ha establecido fuertes lazos afectivos. Dicho compromiso está ligado al hecho que cada persona ha entregado parte importante de sí al grupo. A raíz de ello, surge el temor a desarrollar una adicción al grupo, un temor a quedar vulnerables al amor, a extrañarse.

– *Angustias existenciales (término del grupo)*

Todos los miembros del grupo saben que algún día éste se terminará. El fin es la muerte del grupo; jamás se volverán a reunir. La toma de conciencia de este hecho hace que los individuos se enfrenten a su propia limitación como seres humanos. Frente a la angustia ante la muerte, la separación y el reconocimiento del término del grupo, se reviven y se trabajan en cada uno de ellos las propias experiencias de separación y muerte (Grinberg *et al.*, 1961; Schutz, 1973; Pagès, 1977; Yalom, 1986).

Terminar es parte de toda relación humana. El grupo también debe enfrentarse a esta situación de separación. El término significa más que el hecho de poner fin a la terapia; es una parte integral del proceso terapéutico y, si se comprende y se maneja adecuadamente, puede ser una fuerza importante para instigar al cambio.

La desaparición del grupo es una pérdida real; los pacientes poco a poco llegan a comprender que éste nunca podrá reunirse de nuevo y, aunque ellos continúan teniendo relaciones con un miembro o con una parte del grupo, éste desaparecerá para siempre. Se reviven experiencias de pérdidas anteriores y se elaboran dichas separaciones. No es raro que los pacientes sufran recaídas poco antes del fin del grupo o tiendan a negar su término. Estas actitudes ponen de manifiesto las defensas que se movilizan ante la inminente desaparición del grupo.

El terapeuta debe ayudar a comprender estos comportamientos, que son actitudes de protesta ante la finalización. El grupo ha sido una fuente valiosa de ayuda para todos, por lo que cada paciente tiene la fantasía de llevar al grupo dentro de sí, manteniendo la sensación de continuidad interna de la relación. El grupo se ha convertido para todos –también para el terapeuta– en un objeto interno significativo (Yalom, 1986).

## CONCLUSIONES

Se habla de la naturaleza eminentemente social o del instinto gregario del ser humano. Como especie, tiende a agruparse con otros y a relacionarse activamente a lo largo de su existencia, para satisfacer necesidades que van desde el comer hasta el trascender. Sin embargo, su integración a un grupo le despierta profundas angustias.

Introducimos en el estudio profundo de la vida en grupo implica la revisión de áreas tan amplias como las dinámicas familiares, sociales y antropológicas.

Desde el punto de vista clínico, conocer y comprender las diversas angustias que conviven al interior de la DGP puede ayudar al terapeuta de grupo a definir con mayor precisión las tensiones predominantes y a orientar adecuadamente sus intervenciones a los focos conflictivos, en el momento que la situación grupal así lo requiera. De igual forma, la comprensión de la DGP resulta útil para la clarificación y resolución de problemas en cualquier tipo de trabajo grupal.

Es interesante destacar que la investigación en relación a la dinámica de grupos apunta a diferenciar dos niveles de análisis: uno manifiesto y otro encubierto. Dentro de este último, los autores han hecho una división entre Procesos y Dinámica Grupal Profunda (Angustias Grupales), con el fin de dar especial relevancia al tema de la dinámica emocional subyacente en los grupos.

La diferenciación en tres niveles de análisis (Contenido, Procesos y DGP) constituye un marco de observación que permite distinguir niveles de interacción y, por lo tanto, relacionar de otra manera la información que entregan los participantes de un grupo. Así, fenómenos que ocurren a nivel de contenido o de procesos pueden estar dando cuenta de profundos conflictos emocionales propios del grupo.

La dinámica emocional de los grupos ha sido abordada por distintos autores. En general, éstos han aportado teorías para comprenderla. En este trabajo se ha utilizado más bien un enfoque fenomenológico al estudio de la DGP, tomando como concepto central el de angustias grupales.

Un aspecto que cabe hacer notar dice relación con la fundamentación teórica del presente trabajo. Las ideas y conceptos desarrollados se fundan casi en su totalidad en autores de décadas pasadas. Al respecto, no se encontraron antecedentes relevantes en las obras e investigaciones de autores más contemporáneos.

En relación al tema, se pueden sugerir algunas líneas de investigación:

- El microcosmos grupal, en mayor o menor medida, representa lo que se hace, piensa y siente a nivel macrosocial. En este sentido, el grupo puede constituirse en un excelente instrumento diagnóstico para estudiar y analizar la realidad social. Específicamente, las angustias sociales, históricas y culturales pueden reflejarse en el contexto de un grupo pequeño.
- El desarrollo de una teoría acerca del Desarrollo Grupal, que se base en la aparición y resolución de las angustias grupales, es también un aspecto muy importante.

## BIBLIOGRAFIA

- Bion, W.B. (1979). *Experiencias en grupos*. Buenos Aires: Paidós.
- Ezriel, H. (1950). A psychoanalytic approach to group treatment. *British Journal of Medical Psychology*, 23, 59-74.
- Foulkes, S.H. (1949). *Introduction to the group analytic psychotherapy*. New York: Grune & Stratton.
- Gemmill, G. (1992). *La mitología del rol del líder*. Apunte mimeografiado. Santiago: Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Grinberg, L., Langer, M. & Rodríguez, E. (1961). *Psicoterapia del Grupo*. Buenos Aires: Paidós.
- Homans, G.C. (1950). *The human group*. New York: Harcourt.
- Pagès, M. (1977). *La vida afectiva de los grupos*. Barcelona: Fontanella.
- Schutz, W. (1973). *Todos somos uno*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Whitaker, D. & Lieberman, M. (1969). *Psicoterapia de grupos*. Buenos Aires: Troquel.
- Whitman, R. (1975). Principios psicodinámicos que subyacen a los procesos de los grupos T. En K. Benne, L. Bradford & J. Gibb (Eds.), *Psicodinámica del grupo T*. Buenos Aires: Paidós.
- Yalom, I. (1986). *Teoría y práctica de la psicoterapia de grupo*. México D.F.: Fondo de Cultura Económica.