

PSICOTERAPIA DE GRUPO: LA DINÁMICA DEL CAMBIO *

Richard G. Abell

(Kathy, una muchacha de magnífica apariencia se está viendo al espejo. Recoge su cartera, se dirige hacia la puerta, luego voltea hacia el tocador viéndose preocupada; lentamente, se pone unos anteojos oscuros.)

DOCTOR: Kathy es una copista de mucho éxito. Los hombres la encuentran atractiva pero se siente insegura de su identidad femenina. Su padre quiso un hijo varón y ella se pasó la vida complaciéndolo, sobresaliendo en los juegos de competencia y llegando a sentirse más muchacho que muchacha. Ahora tiene miedo a las relaciones íntimas con hombres. Su apariencia indiferente y competente esconde un profundo conflicto emocional.

(En las afueras, en una gasolinera. . . George gritándole al mecánico.)

DOCTOR: George es un hombre formado gracias a sus propios esfuerzos y orgulloso de ello. Su niñez fue emocional y económicamente precaria. Responde a los problemas de rutina gritando para demostrar que él es “el que manda”.

(Una sala pequeña. Sylvia, solitaria y aburrida, está tendida en un diván tratando de leer un libro. Echa a un lado el libro y dirigiéndose a una libreta, marca un número telefónico.)

DOCTOR: La madre de Sylvia, “centro de atracción de la fiesta”, siempre manejó la vida de Sylvia. Le compraba vestidos bonitos y luego competía con ella por la atención y la admiración de los pretendientes de Sylvia. Sylvia desarrolló una profunda inseguridad en su deseo de ser mujer.

SYLVIA: Bueno, ¿hablo al Servicio de Citas? Ummm. . .

(El interior de un despacho de arquitecto. John está trabajando ante un escritorio. Se ve obviamente complacido con lo que acaba de terminar. Suena el teléfono, John contesta. . . todavía concentrado placidamente en su proyecto, cuando se da cuenta de que es su jefe el que está al teléfono.)

JOHN: Sí. . . está terminado. . . ¿que qué pienso? Bueno. . . este. . . está bien. . . con más tiempo podría estar mucho mejor.

* Película producida por: Julian Films, 2825 Sattle Drive, Los Angeles, Cal., 90046 (213) 876-3692; para: Hoffman La Roche Inc., Nutley, New Jersey. Presentada en el III Foro Internacional de Psicoanálisis, México, 1969.

(Escucha y se pone asustado y agitado.)

Oh, ¡no, no, no!

(Se le interrumpe.)

¡Claro! Ahora mismo se lo llevo.

DOCTOR: John es soltero. Sobreprotegido y dominado por su madre, se siente incapaz de tratar con personalidades fuertes. Es algo pasivo y está ansioso por quedar bien y tiene miedo de tratar asuntos que puedan provocar críticas.

(Ken rasurándose en el baño.)

KEN: ¡Vaya, hombre, que sueño! . . . estaba tratando de empujar una enorme bola de nieve pesada colina arriba y cada vez que llegaba hasta la cima, una tonta vieja bruja. . .

DOCTOR: Ken es un hombre cínico que utiliza el sarcasmo como defensa para no inmiscuirse con la gente. Teme ser lastimado en una relación íntima, como lo fue, cuando niño, por su angustiada y sobre-posesiva madre y un padre excesivamente estricto.

(Betty está muy ocupada recogiendo cosas y poniéndolas en perfecto orden mientras habla con su hijo.)

BETTY: No me importa lo que tu padre diga. . . no puedes salir esta noche. Tienes que quedarte en casa y estudiar, si quieres entrar a la universidad.

DOCTOR: Betty es una perfeccionista. Exige el máximo de esfuerzo de sí misma y de los miembros de su familia. Su tendencia a controlarlos y a dominarlos enmascara una profunda inseguridad de su propia estima.

(Sala de espera adjunta del doctor.)

DOCTOR: Acaban de ver a seis personas en situaciones de la vida diaria; cada uno muestra una forma de conducta característica de su dificultad emocional. Los problemas de estos pacientes han hecho sus vidas tan intolerables que han tenido que buscar la ayuda de la psicoterapia de grupo. Aquí están ahora. La sesión de esta noche comenzará en un momento. Lo que van a ver, es parte de la sesión de grupo vigésimocuarta.

(El doctor se levanta y cruza hacia la puerta, la abre y camina hacia el cuarto adjunto donde se encuentran hablando los pacientes, fumando en espera de que empiece la sesión. Todos saludan a medida que el doctor camina hacia su silla.)

(Hay una breve pausa mientras todos se acomodan ordenando sus pensamientos.)



DOCTOR: ¿A quién le gustaría empezar esta noche?

BETTY: Anoche no pude dormir y nomás estaba acostada pensando... ¿de qué sirve que yo trate de cambiar si mi marido no trata de cambiar? Me frustra tanto. Philip no admite que existen problemas. Sólo dice, "¡Mantén tu tu cabeza en alto!"

GEORGE: Tú... tú tienes que comenzar por algún lado. Es mejor para ti que pienses en ti misma, a que los dos permanezcan sentados sin hacer nada.

BETTY: Pero a veces se me hace casi insoportable. Cuando veo las cosas muy claras y Philip no las ve en absoluto... es como... es como darse... darse de topes contra la pared.

JOHN: Bueno, si estas cosas todavía te afectan... entonces, emocionalmente aún no te has liberado, ¿no es así?

BETTY: Pero su manera de reaccionar algunas veces me saca de quicio.

GEORGE (*con arrogancia, otra vez*): Ahí tienen... eso es lo que Betty está haciendo. Son sus problemas, pero actúa como si Philip fuera la causa de ellos. Creo que Betty debiera tratar de reconocer sus *propios* problemas.

KATHY: Pero, ¿cuál es el propósito del... del *insight* o revelación? ¿Es para desenmarañar a un segundo o tercer participante?

GEORGE: Pero ésa... ésa no es la razón por la que *estoy* aquí. Para desenmarañar a algún "segundo participante". Y ésa no es la razón por la que Betty está aquí. Eh... la razón que yo conozco por la que estoy aquí, es porque ando buscando yo mismo un poco de felicidad en la vida, y para eliminar aquello que me molesta y que me hace sentir infeliz. Y ésa es la razón por la que creo que entraste tú al grupo.

BETTY: Después de la sesión al llegar a casa la semana pasada, me sentí trastornada y me puse a pensar que a menos que toda la familia estuviera en terapia de nada servía que yo estuviera.

KEN: Pienso que esa es una de las razones por la cual no progresas más de lo que debieras. No creo que tomas la terapia personalmente. Traes aquí a toda la *familia*. Y... eh... tus problemas personales sólo los mencionas en vez de traerlos aquí. He sentido esto desde hace mucho.

SYLVIA: Sí, siempre te la pasas hablando de la familia. Siempre diciéndonos de los problemas de tu hijo con su novia o de los problemas en los negocios de tu esposo... o... eh...

BETTY: Bueno, es que son los problemas con mi familia los que me traen la mayor parte de mis dificultades...

GEORGE: Sigues haciendo lo mismo, Betty. Sigues haciendo caso omiso de cualquier cosa que tratemos de decirte y sigues inculcando a tu familia.

BETTY: Yo no dije que ellos tenían la culpa, dije que yo tenía...

KATHY: Mira, la ecuación que estás haciendo es... Yo, mi familia... mi familia igual a mí. Si seguimos hablando de tu familia y sus problemas, no podremos acercarnos a ti.

BETTY: De qué sirve que trate de...

KATHY: Tu concentración en tu familia y tus problemas nos impide conocer... percatarnos de lo que te está molestando.

GEORGE: Sí... que es... ¿qué es lo que en realidad te está sucediendo Betty?

BETTY: Porque no... porque no hablo y digo, ¡al diablo con todos ellos, tengo derecho a vivir! Bueno, yo no... nunca he...

GEORGE: No, no, no. Porque tiene que ser: "diles a todos que se vayan al diablo". Porque no pued...

JOHN: Eh: soy una persona que trata de ser comprensivo con aquellos que me rodean. Pero soy una entidad... Betty, no parece que tuvieras un sentimiento de entidad...

BETTY: Sí, eso es lo que... eh... yo sé... yo sé que yo... no tengo...

SYLVIA: Saben, nunca vemos a Betty (*volteando a ver a los demás para confirmar*). No sabemos qué es lo que piensa. Sólo sabemos que su familia no se pone a la altura.

BETTY: No...

DOCTOR: Bueno, veamos: el grupo dice que para usted la terapia tendría un efecto benéfico, si se tratan a todos los miembros de su familia. Para su mejoría, el énfasis ha de ponerse en el cambio *de ellos* más que en el de ella.

BETTY: Bueno, creo, todos nosotros lo necesitamos. Y es que como he estado tan confusa, creo que todos ellos también lo necesitan. Un muchacho como Tom... qué buena cabeza tiene... debería de marchar adelante... pero está en un atolladero. Y la contricción ha venido toda de mí, creo, la mayor parte, excepto por la falta de interés de su padre en él. Pero sólo que... que es tan agobiante que luego pienso... que quizá... sería mejor que me quedara en casa y no hiciera tantas cosas fuera. Debiera trabajar lo más que pudiera el tiempo que falta.

(*John se ríe.*)

DOCTOR: ¿De qué se ríe, John?

JOHN: No necesitan esa clase de ayuda de Betty, creo.

KEN: Ya Betty les ha dado demasiado. De la clase equivocada. Una sobredosis de *madre*.

BETTY (*defensivamente*): He estado haciendo lo mejor que puedo.

JOHN: Tus hijos se sentían bien cuando estuviste en Nuevo México... y tú también.

KEN: Tú misma lo dijiste.

SYLVIA (*resentida*): De veras que sí lo dijiste, Betty.

BETTY (*cerca del llanto*): ¡Pero no puedo ir otra vez a Nuevo México y hacerme cargo de la familia desde allí!

(*John y Ken se ríen.*)

SYLVIA: Y dale con lo mismo— "Hacerme cargo de la familia".

BETTY: Bueno, ¿qué caso tiene tener una familia si se sienten mejor sin uno?

SYLVIA (*enojada*): Apuesto a que se sentirían mejor si no les estuvieras diciendo a cada rato qué hacer y cómo hacerlo.



BETTY (*explotando*): ¿Cómo actuarías tú si tu esposo te abandonara por otra mujer y te dejara con cuatro niños... el más pequeño de sólo dos semanas de edad? Yo hice un pacto conmigo misma de que iba a ser *la mejor de las madres*. Yo no tuve vida propia excepto para mis hijos... me quedé sin nada... hice un pacto. Iba a ser la mejor de las madres... me iba a concentrar en esos niños y a hacer lo mejor que pudiera. Tienes mucho descaro al decir que no estaba tratando. Muchas muchachas se hubieran ido corriendo a casa con sus mamás... pero no, yo traté de hacerlo sola.

GEORGE: ¿Y por qué no te fuiste a casa de tu mamá?

BETTY: Porque... porque hubiera sido señal de fracaso.

SYLVIA (*muy disgustada*): Allí está esa máscara de nuevo. No podía permitirse que siquiera su madre supiera que es menos que perfecta.

JOHN: El irse a casa, hubiera sido hacer una cosa muy humana.

BETTY: No pude, nomás no pude permitírmelo a mí misma. Mi hermana se hubiera reído de mí. Bien, creo que tiene razón... no soy buena para nada.

DOCTOR: Betty, nos está diciendo algunas cosas que antes ignorábamos. No sabíamos que la habían abandonado y dejado con cuatro niños. Eso es muy duro. Me pregunto por qué nunca antes lo había mencionado.

BETTY: No lo sé. Todo... todo pasó hace mucho tiempo... Philip regresó e hicimos las paces en bien de los niños. Pero creo que no les dije nada antes porque... porque quería caerles bien.

KEN: Allí está esa máscara de nuevo. No tienes que ser perfecta para caer bien. Al contrario, la mayoría...

SYLVIA: Quizá caerías mejor si hablaras de tus problemas... de la manera de cómo *realmente* sientes... en vez de hablar todo el tiempo de tu familia, de tus hijos y de sus fracasos...

KEN: Claro. Eso me suena conocido. Mi madre es así como Betty. Una perfeccionista... nadie podía cumplir con lo que ella esperaba.

BETTY: Pero... pero ¡no sé qué *hacer!*

SYLVIA: ¡Haz lo que hiciste en Nuevo México! ¡Dejar en paz a tu familia! Oh, eso me recuerda algo... mi madre siempre *me* estaba diciendo qué hacer... *al igual que tú*. Aun cuando ya estaba en Preparatoria, iba conmigo a la tienda para decirme qué vestido comprar. Decía que quería que yo me viera bien. Y siempre... siempre que un joven venía por mí a la casa para salir en la noche, mi madre se portaba de maravilla con él. Se portaba *tan bien*... que al rato mis amigos la preferían.

BETTY: Qué terrible. Lo puedo ver cuando tú lo dices, pero no lo puedo ver cuando yo lo hago.

DOCTOR: Es más difícil verlo en uno mismo.

SYLVIA: No creo que Betty quiera verlo. Creo que es como mi madre. (*Levantando la voz.*) Creo que sólo quiere controlar. No creo que nada le importe. (*Gritando.*) *Creo que nomás quiere las cosas a su modo.*

KEN: ¡Tienes razón! ¡Eres igualita que mi madre!

JOHN: Mi madre y mi padre.

(*Betty se tapa las orejas con las manos.*)

GEORGE (*con voz muy fuerte*): Bueno, esper... momento. No creo que... n... no creo que estamos siendo...

(*Betty se levanta y se sale del cuarto repentinamente, viéndose aturdida y desvalida.*)

GEORGE (*continúa*): No creo que seamos justos con Betty. Está tratando.

DOCTOR (*hablando en voz seria e interesada*): Tal vez esté tratando de tener conciencia... *ahora*... pero no tiene idea de la manera como se enfrenta a las demás personas. Iré a verla y trataré de hacerla regresar para que hable sobre el asunto.

(*Sale del cuarto.*)

SYLVIA: Esa maldita supermadre. Se llevó toda la sesión. Tiene que ser ella el centro de la atención; pero cuando se siente arrinconada, echa a correr y llora...

(*Desvanecimiento gradual. Alumbramiento gradual. Esquina de la sala de espera.*)

(*Betty sentada en una silla con la cabeza baja, sollozando. El doctor camina hacia ella y le pone la mano en el hombro.*)

DOCTOR: Sé que es duro Betty, hálame sobre ello.

BETTY (*con lágrimas*): Yo... ya no podía permanecer allí cuando comenzaron a gritarme. Me hacen sentir como un monstruo. No *soy* su madre... ¿por qué no van y le gritan a sus propias madres y me dejan a mí en paz?

DOCTOR: También ellos tienen problemas contra los que están luchando, y transfieren cierta parte de su coraje e irritación reprimidos sobre usted. Ya hemos hablado de eso antes, ¿recuerda?

BETTY: Sí, ya lo sé. Generalmente lo puedo soportar... y también constatar. Me enferma su impotencia y que culpen de todo a sus madres. No puedo aguantar voces fuertes... ¡no soporto los gritos!

DOCTOR: ¿En qué le hacen pensar las voces altas?

BETTY: No sé.

(*Betty aún está intranquila y sollozando.*)

DOCTOR (*continúa*): Trate de recordar.

BETTY: Mi padre... mi padre solía gritarme. Era terrible.

DOCTOR: A ver, cuénteme.



BETTY: En la mesa... sólo me ponía a hablar... y... y... (*sollozos*) de repente empezaba a gritarme y me asustaba.

DOCTOR (*reposadamente*): Regrese al grupo y dígaselos.

BETTY (*titubea y se ve insegura*).

DOCTOR: Vamos. Sería lo mejor, todos queremos saber qué ocurrió.

(*Betty se levanta y camina lentamente hacia el otro cuarto. El doctor la detiene del brazo y la acompaña hasta su silla.*)

DOCTOR (*regresando a su silla*): Betty, por qué no le cuenta al grupo lo que me dijo de su padre.

(*Todos están callados. Sylvia parece tensa; se ve claramente que está tratando de controlarse. George se ve afable y animoso. Como siempre, John se muestra cortés.*)

JOHN: Cuéntenos Betty. Nos puede ayudar también a nosotros.

GEORGE (*apoyando*): Así es.

BETTY: Lo que más me perturbó fueron sus... sus voces fuertes. Me da ese sentimiento de impotencia... como que no soy buena. Así me ponía cuando... era niña. Mi padre solía gritarme... y me venía ese sentimiento. Un momento, hasta ahora entiendo algo de mi padre. Él... eh... él pensaba que yo era una molestia horrenda. A veces me le ponía al brinco... eh... él... él... ellos no permitían que se platicara en la mesa... en absoluto... y... yo era muy platicadora.

KEN (*ríe*): Todavía lo eres.

BETTY: Yo estaba platicando y luego... eh... de repente él se soltaba gritando. De la mesa me mandaba al sótano que estaba bien oscuro... y cerraba la puerta con llave. Ese sótano estaba bastante mal, de veras... con depósitos de carbón... y estaba... muy oscuro... mandarlo a uno allí nomás así... y azotarme... y se quitaba el cinturón y me pegaba y luego así me despachaba... por platicar...

JOHN: ¿nada más por platicar en la mesa?

DOCTOR: Bien, ahora vemos algunas de las razones de por qué usted siente de ese modo de usted misma Betty. Algunas de las razones de por qué siente que no tiene ninguna personalidad. De por qué no tiene ningún respeto por lo que usted es. Aquí vemos cómo se desarrolló su autoimagen negativa, como resultado de ser indebidamente criticada por sus padres.

SYLVIA (*que ha estado escuchando con atención, gradualmente se ve menos enojada y más interesada*): Mucho de lo mismo... eh... me ocurrió

DOCTOR: Cuéntenos, Sylvia.

SYLVIA: Bien... eh... recuerdo... estar sentada con mi madre en la sala cuando mi padre llegaba a la casa del trabajo... podíamos oír sus pasos al acercarse a la puerta y mi madre decía "Ahí viene, mejor corre ahorita" y me echaba del cuarto. A mi padre no le gustaba que yo lo molestara. Este,

odio decir esto, pero... pero... no creo que mi padre en realidad me quisiera. No creo que yo le haya importado.

KEN: Yo siento lo mismo de mi madre... ella se importaba más a sí misma... le ponía más atención a lo que *ella quería* que a lo que yo *necesitaba*.

DOCTOR: Sylvia, eso es justamente lo que acaba de decir sobre Betty —¿recuerda? "No creo que a ella le importe." ¿Podría ser que lo que siente contra Betty sea lo mismo que sentía contra su padre?

SYLVIA: Bueno, creo que *había* algo de ese... eh... sentimiento de enojo. Creo que *estoy* enojada con mi padre pero nunca se lo demostré. Incluso, no estoy segura de haber sabido que estaba enojada con él. Tenía mucho miedo.

BETTY: Y así que por eso te enojas conmigo. Bueno, yo también me las vi duras con mi padre... era de Maine, un sureño muy rudo. No era dado a la finura y nunca estaba alegre, y eh... eh... el único y el mejor cumplido que mi padre alguna vez hacía... ¿el mejor?... no, el más grande... el más enorme cumplido que le oí fue: "Está bien." Y lo que más le complacía era que sobresaliera en la escuela.

KEN: Es bien evidente que... eh... el aprovechamiento escolar todavía es altamente apreciado en tu familia... así como... como cuando eras niña.

BETTY: Cuando fui creciendo no había tal cosa como disfrutar... eh... o relacionarse con la gente... sino... eh... sólo ir logrando cosas. Y quizá estoy haciendo lo mismo con mis hijos. Eso... eso me recuerda algo de Tom, aquello fue... eh... es muy doloroso.

(*Betty hace una pausa como de 15 segundos, luchando con sus emociones.*)

DOCTOR: ¿Nos lo quiere relatar, Betty?

BETTY: Bueno..., eh... cuando Tom fue al campamento de verano, cuando tenía como doce años... antes de que se fuera... tuve una larga plática con él... eh... sobre cómo habíamos ahorrado y nos habíamos reducido económicamente para que él pudiera ir, y qué tan buena oportunidad era... únicamente pensaba en él y que era... una gran oportunidad para él. Y le dije: "Esta es una oportunidad muy grande y tu padre y yo tuvimos que hacer sacrificios y trabajar y ahorrar, quiero que le saques el máximo provecho."

KEN: Dios, hablemos de presión...

JOHN: ¡De veras!

GEORGE (*se sostiene la cabeza y gime con desesperación*).

SYLVIA: Bueno, ¿y qué pasó?

BETTY: Bien, Tom fue al campamento y... eh... trató... trató de sobresalir en todo. En natación, tenis, trabajo artístico, todo. (*Betty se muestra agitada.*) El Director del campamento me llamó y dijo que había sugerido a Tom que reposara... pero no lo hizo y tuvo un agotamiento y hubo que mandarlo a casa.

DOCTOR: Eso debió de ser muy inquietante...

BETTY: Sí... lo fue.



DOCTOR: Betty, puede empezar a comprender que así como usted trató de complacer a su padre trabajando muy duro, Tom trató de complacerla a usted ¿yendo más allá de sus límites? ¿Puede ver que esto es repetir el mismo patrón antiguo... generación tras generación?

BETTY: Bueno, sí, creo que sí... y quiero cambiar el patrón pero... eh... no sé cómo hacerlo.

DOCTOR: Usted dice que quiere cambiar. ¿Cómo puede cambiar? Bueno, hoy habló sobre algunos de sus problemas más profundos... reveló algunas cosas de usted hoy, que antes no quería que supiéramos. ¿Cómo reaccionó el grupo ante dicha información?

BETTY: Me... me quedé sorprendida... pensé que usted se disgustaría conmigo, que ellos me criticarían y me regañarían. Me molesta mencionarlo, pero pensé que hasta me echarían del grupo.

JOHN: Como cuando tu padre te hacía ir al sótano.

SYLVIA: Sí te criticamos, pero era porque al principio te negabas a hablar de tus problemas. Ahora, que ya nos has dicho de tu padre... y de... todo... pues te comprendo mejor.

KEN: Te prefiero cuando no te pones esa máscara, de todos modos nunca pensamos que eras perfecta.

DOCTOR: Lo ve Betty, todos están diciendo que la prefieren cuando es usted más humana... más como todos nosotros.

BETTY: ¿Usted cree que algún día me voy a deshacer de esta presión terrible por hacer todo perfecto?

DOCTOR: Es posible que se compenetre de lo que Kathy, Sylvia, Ken y John dijeron. Bien, Betty, ya no tiene que *complacer a su padre jamás* y no complace a los demás cuando su objetivo es ser *perfecta* en vez de *relacionarse* con ellos.

Ahora, imaginemos que Tom no ha ido aún al campamento y que mañana le hablará del campamento ¿Qué le diría?

BETTY: Le diría que hiciera menos cosas... que no se preocupe por esforzarse en hacer todo...

DOCTOR: Bueno, Betty deténgase y piense lo que le está diciendo. Eso es presionarlo otra vez... decirle qué hacer. Qué tal si trata de verlo como persona con necesidades propias... con deseos propios. Qué tal si mejor trata de descubrir lo que *él quiere*.

BETTY: ¡Oh! (Acercamiento de cámara de la cara de Betty y desvanecimiento gradual.)

DOCTOR: En esta sesión, las interacciones de los miembros del grupo entre sí y el terapeuta, ilustran algo de la dinámica de la terapia de grupo, esencial para el cambio personal. A saber: las reacciones transferenciales, resistencia, *acting out*, intervención terapéutica, confrontación, desarrollo del *insight* y penetración.

RETROCESO DE ESCENA

Betty se *resiste* a los esfuerzos de los miembros del grupo para hacerla entender que tiene problemas propios aparte de su familia. A medida que los miembros del grupo la *confrontan* repetidamente, sus defensas bajan y empieza a ver que la causa de la dificultad reside en ella misma.

RETROCESO DE ESCENA

Betty *transfiere*, impropriamente, lo que sentía cuando su padre le gritaba, a las voces alzadas de algunos miembros del grupo, "*actúa*" sus temores infantiles corriendo del cuarto. Ante la *intervención del terapeuta*, regresa y, en la actual atmósfera de apoyo del grupo, ve que su reacción hacia ellos en realidad fue un *acting out* de sus sentimientos hacia su padre. Éste es un *insight* que conduce a la formulación de su problema más profundo... su impulso de perfección con el fin de complacer a su padre; lo que hace posible el principio de la *penetración*, que es la aplicación de sus *insights* recién logrados a *todos* los aspectos significativos de su vida, pasada y presente. La *penetración* es un proceso arduo y largo que se desarrolla a través de muchas sesiones de grupo y que finalmente conduce a la expansión de la conciencia y al desarrollo de patrones de conducta cada vez más adaptativos que *primero* se aprenden en el grupo y que *luego* se aplican fuera de él.

RETROCESO DE ESCENA

Con el tiempo, ella aprenderá a descartar su falsa autoapreciación derivada de las "*figuras significativas*" neuróticas de su infancia y tratará de desarrollar una autoapreciación válida en el "*aquí y el ahora*".

Recapitulando señalaremos que la terapia de grupo tiene muchas ventajas. Ofrece oportunidades para subsanar comunicaciones interpersonales defectuosas para la experiencia social constructiva, para la comprensión de lo que pudieran ser las relaciones padre-hijo o hermanos, más sanas, para llenar las necesidades tempranas no satisfechas y las privaciones emocionales dentro de la comprensión temporal que implica la sesión de grupo. La terapia de grupo proporciona ayuda para la satisfacción de la necesidad universal de pertenecer: reúne a gente de diferente raíz con problemas diferentes y semejantes. Los introduce a las relaciones íntimas cara-a-cara que fomentan la prueba de realidad, la capacidad para enfatizar, las soluciones realistas de conflictos y una autoimagen mejor.

En la dinámica rica de la situación de grupo, sesionando regularmente bajo el cuidado de un terapeuta adiestrado y con el empeño creciente de cada uno de los miembros por hablar libremente y revelar su sentir con "audacia"; todo individuo puede encontrar la aceptación, la profunda y variada experiencia emocional, el apoyo y la ayuda mutua que necesita para dar curso al *cambio personal*.

