

## **EL TRABAJO CON GRUPOS DE PADRES: UNA APLICACIÓN DE LA PSICOTERAPIA\***

**Rosa Blasco Balagueró\*\***

Quiero agradecer a la SEPYPNA, y en especial a Jaume Baró, la oportunidad que me brindan de compartir hoy con todos ustedes mi experiencia como una de los profesionales que forman parte de un proyecto iniciado conjuntamente por el Instituto Municipal d'educació Ramón Barrull del Ajuntament de Lleida y el Instituto de Ciencias de la Educación de la Universitat de Lleida.

Durante el año 1997, ambas instituciones gestan la idea de ofrecer a diferentes colectivos ciudadanos la posibilidad de trabajar sobre algunos aspectos de la educación y de la relación entre padres e hijos.

Se trata de un intento de reestructurar una demanda de "charlas" que, año tras año, se reciben en el IME, bajo la idea de dejar a un lado la actitud "pasiva" de los oyentes y encontrar el modo de establecer una comunicación viva y enriquecedora.

Es así como surge la idea de "los grupos de reflexión" con la finalidad de ofrecer a padres y madres la formación en los aspectos psicopedagógicos y ambientales, que se desarrollan

---

\* Comunicación presentada en el XII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Psiquiatría y Psicoterapia de Niños y Adolescentes (SEPYPNA) que bajo el título "Nuevos retos y nuevos espacios en psicoterapia" se desarrolló en Girona los días 15 y 16 de octubre de 1999.

\*\* Psicólogo.

durante un periodo relativamente extenso de tiempo, desde la primera infancia hasta la adolescencia.

Se parte de la idea de que no se puede enseñar a ser padre o madre, ya que esta función es una experiencia subjetiva y que tiene que ver con la propia personalidad y con las experiencias vividas desde la infancia.

En cambio, sí que se puede ayudar a ser padre o madre siempre que se parta de la propia experiencia, de las dificultades cotidianas que el desarrollo de la función parental genera, bien sea a través de la reflexión conjunta, bien sea con el diálogo y el continuo posicionamiento de nuestra manera de ser como padres y madres.

Se ofrece, pues, un espacio de reflexión que permite pensar conjuntamente sobre las propias dificultades y compartirlas con los otros a través del diálogo y la participación. El grupo es coordinado por un profesional con conocimientos y experiencia en el campo de la psicología. Cada grupo de padres y madres escoge un ámbito de trabajo sobre el cual se iniciará la dinámica general del grupo.

Los ámbitos de reflexión y debate se ofrecen del siguiente modo:

*General:*

- Mi hijo/hija se está haciendo mayor, me preocupa.
- No sé cómo poner límites a mi hijo/a.
- Cada día me cuesta más hablar con él/ella.
- Parece que cuando digo alguna cosa no me escucha.
- ¿Qué pasa si digo que no?
- ¿Hay una única, y buena manera de educar a los hijos?
- ¿Cómo me siento cuando veo que mi hijo se hace mayor?
- Me preocupa si alguna cosa de las que hago puede influir negativamente en mi hijo.

*Adolescencia:*

- Mi hijo/a está cambiando muy rápidamente, ¿le ayudo lo suficiente?
- Pasa más tiempo con sus compañeros que con nosotros.
- Me contesta mal, y antes no lo hacía.
- Antes me lo explicaba todo, ahora apenas me cuenta nada.
- Mi hijo quiere llevar cola. A mí no me gusta.
- Me gustaría que mi hijo/a fuera amigo mío.
- Me siento impotente cuando no me hace caso.
- Mi hijo/a es ya casi un adulto. ¿Cómo me siento yo?

*Señales de alerta:*

- Mi hijo/a se niega a hablar de sus nuevos amigos. No quiere llevarlos a casa. Antes nunca lo había hecho.
- Ha perdido el interés que tenía por las actividades escolares.
- Habla de manera diferente. Quiere vestirse de forma muy extraña.
- Siempre hacía mucho deporte y ahora, de repente, lo ha dejado absolutamente. Ha perdido todo el interés.
- Está adelgazando demasiado.
- Cuando hablamos de temas relacionados con las drogas, se pone a la defensiva.

Bajo este marco se iniciaron, a modo de prueba, durante el curso 97-98 algunos grupos, ampliándose la oferta durante el curso posterior.

El proyecto cuenta también con un importante soporte para las personas que conducen estos grupos, ofreciendo formación continuada y supervisión.

Como participante en el proyecto, en modo alguno pensé que éste pudiera ofrecer beneficios terapéuticos directos a los integrantes del grupo, sino que más bien serían útiles a nivel de prevención y de saneamiento de las vivencias cotidianas de la crianza.

Personalmente durante algunos años había estado trabajando con otro grupo formado en la Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA) de un instituto. Al principio se me había pedido conducir una escuela de padres “sensu strictu”, por formación y probablemente también por “deformación” personal me resultaba constriñente y aburrido ceñirme a los modelos tradicionales de escuelas de padres, por otra parte, el papel de “maestra de padres” me resultaba impensable. De modo que les ofrecí lo que yo llamé entonces un “grupo de trabajo”. Mi convencimiento de la capacidad de las personas de buscar en su interior, de ahondar en sus sentimientos y de encontrar sus propios recursos era, y es, enorme. Y parece que así queda patente tras los años de intercambio con este grupo.

Al ofrecerme, pues, la posibilidad de participar en estos grupos de reflexión me sentí con muchas ganas de repetir experiencia, con el aliciente, además, de que esta era una iniciativa pública y dirigida a un campo amplio de población. La propuesta se mandó a todo tipo de asociaciones, especialmente a las AMPAS, pero también a los barrios y a otras entidades organizadas.

La frecuencia de estos grupos está prevista en, aproximadamente, una sesión al mes, durante el curso escolar.

Actualmente algunos grupos han cumplido ya su segundo curso de vida, en este momento se está iniciando el tercero.

En este tiempo mi interés principal se ha centrado en ayudar a ver el “reverso” de las situaciones. Con frecuencia resulta fácil a los padres hablar de las conductas de sus hijos, mostrar sus preocupaciones, esa es parte de su realidad; otra parte es cómo les hacen sentir, qué provocan en su interior, qué ansiedades se les desvelan, y de qué manera la particular forma de ser y de sentir de cada uno interviene en la relación.

De algún modo, el papel del profesional en el grupo, en mi opinión, es el de ayudar en el enfoque, el de fomentar la refle-

xión y la profundización en puntos clave. Apenas ninguna intervención teórica se hace necesaria puesto que van hilvanándose en la interacción, el punto de uno provoca el punto de otro, tejiendo al final entre todos una cierta elaboración de los conflictos que será válida en tanto que ha sido creada por cada uno y a la vez por todos los miembros del grupo.

Al final de cada curso escolar se pasa a cada uno de los miembros de los grupos un cuestionario con el fin de realizar una valoración sobre la actividad. En general el grado de satisfacción es alto, de hecho los integrantes de los grupos que llegaran a final de curso lo hacen porque sienten que las reuniones les resultan enriquecedoras.

Sin duda, en el camino se han ido descolgando aquellos padres a los que nuestro modo de trabajar no les satisface. Algunos padres llegan al grupo con el convencimiento de que en su casa todo anda bien, que ellos son padres eficientes y muestran poco interés en la introspección, en el cuestionamiento personal que la pertenencia al grupo les representa. Este tipo de padres suelen dejar el grupo en una o dos sesiones.

Otros buscan recetas concretas que se les diga qué deben hacer en cada momento; si sus resistencias y sus ansiedades no son muy grandes pueden adaptarse al grupo y acaban viendo que la única receta consiste en intentar comprender qué le pasa al niño en un momento determinado, y cómo le hace sentir cada situación a cada padre o madre, a partir de ahí ellos mismos van encontrando soluciones a sus problemas cotidianos.

A un reducido número de padres el modo de trabajar en nuestros grupos les desvela ansiedades muy intensas difícilmente elaborables en este contexto, éstos suelen abandonar también nuestros encuentros o se sienten estimulados a buscar otro tipo de ayuda. En una ocasión, en un grupo, una madre comentaba que le había dado una bofetada a su hijo; otra de las madres empezó a mostrarse diametralmente opuesta al castigo físico a pesar de que nadie se mostraba

totalmente a favor, la situación creada llevó a esta madre a explicar su experiencia personal, de pequeña su padre la había pegado muchísimo y había abusado de ella... después de esta ocasión nunca volvió al grupo.

De todos modos, y en general, a partir de la segunda o tercera reunión el grupo suele quedar establecido, salvo en situaciones muy peculiares.

Hace algunos días, charlando con los organizadores de este proyecto, me decían que la finalidad del mismo no es terapéutica, es cierto, la oferta se hace a la población en general, con el único requisito de que sean padres o madres. En este punto podíamos llegar a una discusión sobre qué debemos considerar psicoterapéutico y qué no; no era ni el lugar, ni la ocasión para ello. Sin embargo, a través de los resultados de los grupos observamos la satisfacción de los participantes en esta actividad, expresan una disminución de sus temores y de sus ansiedades y una mayor comprensión hacia los conflictos de sus hijos y hacia los propios.

De modo que, aunque la finalidad no sea expresamente terapéutica, los beneficios que ofrece al grupo sí creo que lo son.

La sensación de los padres que han trabajado en este tipo de grupos durante algún tiempo es la de mayor tranquilidad ante los conflictos con sus hijos, más capacidad para afrontarlos y menor dependencia hacia soluciones externas.

A mitad de este verano me encontré con una madre que desde el principio de mi primer grupo había participado en él. Su hija menor había finalizado COU en Junio y ella se había despedido del grupo. La hija era muy buena estudiante, muy responsable, había obtenido matrícula de honor en COU, nunca le había dado grandes problemas. La madre se acercó a mí y me dijo:

“Nunca diría cómo acabó la fiesta de COU mi hija... en urgencias del hospital con un coma etílico!!!!” Ella es enferme-

ra en ese mismo hospital “Me llamaron mis compañeras –siguió diciéndome– cuando iba hacia allí se me comían los demonios por dentro!”

“Pensé en llamarla a usted al día siguiente –prosiguió– pero al final vi que podíamos resolverlo solas... Creo que ambas aprendimos una lección importante ese día!”

De modo que esperamos que este tipo de trabajo, ofrecido desde lo público, vaya haciéndose más habitual en nuestras ciudades... Aún es pronto para valorar los resultados de forma global, sin embargo a nivel individual creemos que contribuye notablemente a un mayor bienestar de los padres y madres que han participado en ellos.