

## GRUPOS DE ADOLESCENTES\*

Eulàlia Torras\*\*

No cabe duda de que participar en grupos sanos aporta factores beneficiosos a los humanos de todas las edades. Los grupos son un importante factor de maduración y de progreso. De hecho, el niño nace y crece en grupos. El primero, la familia, es de importancia decisiva: de la calidad de las relaciones y los cuidados en ella dependerá completamente su vida y su futuro.

Años más tarde, los grupos de adolescentes tienen una función definitivamente importante en la revolución adolescente. Pero estos grupos tienen sus antecesores naturales: los grupos en la infancia y la pubertad.

Así, el niño crece en dos tipos de grupos: los que vienen determinados por los adultos, en especial los padres, como la escuela, los grupos recreativos y educativos, deportivos, música, idiomas.... Estos grupos se organizan alrededor de una tarea a realizar, o sea de lo que se va a hacer en ellos. También, el grupo de los niños de la familia, primos, amigos de los primos, los hijos de los amigos de los padres, etc. etc., con los que el niño forma grupos de juego y de entretenimiento en general.

---

\* Otra versión de este trabajo fue presentada a las IX Jornadas de la Asociación de Psicoterapia Analítica Grupal: "EL GRUPO COMO MEDIADOR DE CAMBIO EN LOS JÓVENES". Tarragona 29 y 30 Noviembre 2002

\*\* Psiquiatra psicoanalista.

El segundo tipo son los grupos espontáneos, aquellos que el niño elige dentro de lo que permite su autonomía a cada edad: grupos de compañeros, de su barrio, de su pueblo, del pueblo de sus padres, de su lugar de veraneo... A menudo el niño tiene su propio grupo dentro de los grandes grupos, como la clase, la familia, los grupos recreativos. Allí el niño diferencia entre compañeros y amigos y forma grupo con los de su elección.

En la adolescencia las cosas son diferentes: las posibilidades de integrarse en grupos y también las funciones del grupo se amplían muchísimo. El muchacho y la chica, ávidos de agruparse, pueden formar grupo en cualquier espacio en que transcurra su vida.

Dividiré mi exposición en los siguientes apartados:

1. Los grupos de adolescentes: tipos y características,
2. La función del grupo de adolescentes,
3. Los grupos terapéuticos de adolescentes y los procesos de elaboración.

## **1. LOS GRUPOS DE ADOLESCENTES: TIPOS Y CARACTERÍSTICAS**

Como en edades anteriores, el adolescente puede agruparse por razones de intereses y de objetivos: recreativos, deporte, música, taller de pintura, universidad, trabajo... Pero los grupos más importantes son aquellos en los que, cualquiera que sea el objetivo inicial, participa por interés en sus pares, para relacionarse en grupo; por tanto, su única y esencial función es la experiencia misma de grupo, la tarea del grupo es pues el grupo mismo.

Entonces, el grupo parece pasar a ser "su nueva familia". De invertir las relaciones familiares pasa ahora a invertir el grupo. La dependencia de la familia pasa a ser dependencia del grupo. Es allí donde suceden ahora las cosas importantes, donde sucede todo. Allí los jóvenes comparten su crisis adolescente, crean identificaciones compartidas, experimentan

fidelidad e incondicionalidad, empatía, comparten inquietudes, inseguridades, ansiedades, se apoyan mutuamente...

Aunque en forma diferente al grupo de niños, el de adolescentes viene también, para bien o para mal, influido por la familia, en la medida en que ésta conlleva un entorno social, un ambiente socio-económico, cultural, ideológico y una oferta de grupos. Esto no es en sí mismo algo negativo: es importante que el adolescente se sienta seguro de que los padres siguen allí, de que en su trayectoria más o menos revuelta puede seguir contando con ellos. Pero es importante también que pueda elegir libremente su grupo y los padres no interfieran en su elaboración y su trayectoria hacia la autonomía. Como sabemos, hay padres que rechazan cualquier tipo de grupo formado fuera del entorno inmediato de la familia y utilizan la dependencia emocional y económica del hijo para limitarlo represivamente (Meltzer y Harris, 1989). Si la presión familiar coincide con tendencias adhesivas del hijo, es probable que los padres tengan éxito y éste permanezca ligado al entorno familiar sin cuestionarse nada, como forma de seguir “habitando” la familia, adoptando el pensamiento de sus padres, como expresión de una adolescencia ausente.

En condiciones mejores, el adolescente puede formar su grupo dentro del universo de la familia, con jóvenes de su entorno social y que, de todos modos, este grupo lo ayude a evolucionar favorablemente hacia una identidad propia y hacia un grado válido de diferenciación como individuo (Aberastury y Knobel, 1980), de individuación. Seguir en el entorno familiar no significa siempre mantener relaciones indiferenciadas y regresivas.

En otras ocasiones, hallamos al adolescente participando sucesivamente o simultáneamente en grupos muy distintos entre ellos, incluso contradictorios, en entornos cercanos o muy alejados de su familia. Cada uno de estos grupos representa en realidad una faceta de la personalidad del muchacho. En el conjunto de ellos puede experimentar y ejercer estas distintas facetas personales, o sea, sus identificaciones con sus distintos objetos internos.

Así, puede por ejemplo participar en grupos “pijos” y al mismo tiempo en otros críticos con esta posición, por ejemplo “kumbas” o “hippies”; o en grupos filantrópicos y sociales, y al mismo tiempo en otros de ideología fanática o incluso racista; en grupos culturales o deportivos y en otros casi marginales.... Entonces el adolescente suele acercarse a sus grupos sin llegar a integrarse completamente ni compartirlo todo. Para participar en ellos puede hacer concesiones –por ejemplo ajustar su forma de vestir– pero no lo cede todo.

A menudo el adolescente se abstiene de “presentar” los amigos de los distintos grupos entre ellos; no los reúne, con la convicción o la intuición, a menudo acertada, de que no se entenderían o incluso de que chocarían. A través de esto expresa, además de su búsqueda de identidad a través de lo social, el estado de su mundo interno, su dificultad para integrar en su interior sus tan disociados y difícilmente conciliables objetos internos, o facetas de su personalidad. Muestra que por el momento debe ejercerlas por separado. De todos modos, todo esto significa una variedad de posibilidades personales y de recursos, una flexibilidad y una riqueza que posiblemente en el futuro podrá integrar y que ampliarán su abanico de capacidades para su vida.

En otras circunstancias, el adolescente busca un grupo que contraste con su familia, como una experiencia más allá de su entorno inmediato e incluso, en su búsqueda de identidad, como ensayo de su natural necesidad de romper convenciones y escandalizar. Así, busca provocar reacciones en su familia, comprobar hasta qué punto sus padres son permisivos, abandonicos, contenedores o represivos, de intentar, como necesidad defensiva, que sean ellos los que tengan miedo y no él. En esta dinámica, según a qué familia pertenezca, “se hace” por ejemplo “okupa” o participa en grupos relativamente marginales, pero contando, si hay suerte, con que sus padres aceptarán en todo momento su regreso.

En cambio, en situaciones de conflictiva familiar más extrema la integración en un grupo opuesto a la familia puede

presentarse como un desafío, un rechazo violento llevado hasta la ruptura. Un ejemplo sería el adolescente de una familia acomodada estricta o rígida que, como reacción a lo establecido y a menudo a lo impuesto, busca un grupo en el otro extremo: fuertemente marginal, de alto riesgo o incluso delictivo. Suele tratarse de un adolescente excesivamente atrapado en el universo familiar por el control y la imposición, a menudo facilitados hasta ahora por el propio apego regresivo del hijo. Entonces, cuando trata de modificar esta situación, luchando como puede por salir de los vínculos regresivos, se aferra a un grupo de pertenencia completamente opuesto. No conseguiría dar ese paso más que a través de la ruptura. El grupo, entonces, tendría la doble función de aliado y de refugio contrafóbico.

Obviamente tiene mucha importancia la calidad del grupo en que se inserta el adolescente. Su elección no será casual sino que dependerá de la organización personal y del tipo de relaciones de objeto que haya desarrollado. A su vez, el grupo en el que se integre influirá más o menos favorablemente en su evolución. Así, los adolescentes más evolucionados, que han desarrollado relaciones interpersonales más maduras, tienden a integrarse en grupos constructivos, elaborativos, en los que pueden ampliar válidamente su experiencia y avanzar hacia la autonomía adulta.

Por el contrario, los adolescentes menos evolucionados, anclados en dependencias regresivas de su medio familiar, “tropezarán” más fácilmente con grupos de los que atrapan y someten, en los que las relaciones entre sus miembros son también de tipo regresivo y confuso.

El grupo a su vez tiene su propia identidad, moldeada por todos: los unos, los líderes, determinándola más activamente; los otros aceptándola, acatándola o camuflándose en ella. Es importante sobre todo la vertiente interna de la identidad, que son esos acuerdos y reglas que se dan en todos los grupos y que lo rigen. Generalmente son acuerdos no explícitos pero conocidos y seguidos por todos y que vienen a ser su ideolo-

gía. Cuanto más abiertos son los acuerdos, más permisivo es el grupo y más respeta las opciones individuales, más positivo es para la maduración del joven. En cambio, cuanto más rígido, más se impone, más represivo, más negativo es para esta evolución.

La identidad del grupo tiene a menudo sus signos externos, sus indicativos por los que se reconocen y se les reconoce: formas de vestir, detalles de la indumentaria o del peinado, formas de hablar, locales que frecuentan... A menudo, los indicativos muy marcados, estridentes y muy en contraste con lo socialmente usual, nos evocan una identidad de algún modo anti-social o una posición ideológica fanática, destructiva y nos despiertan aprensión porque confundimos el grupo marginal con el anti-social. Pero una cosa son los grupos anti-sociales y otra los grupos marginales que pueden ser grupos separados pero pacíficos.

Los diferentes grupos de jóvenes suelen desdeñarse entre ellos y utilizar mote para rechazarse e insultarse: “pijos”, “kumbas”, “hippies”, “okupas”, “rastas”, “skinheads”, “skaters”, para nombrar solamente algunos. Cuando se trata de grupos más definidos y cerrados, lo que se ha llamado tribus urbanas, los enfrentamientos pueden ser mucho más serios. Ha habido países y épocas en los que sus luchas han constituido una verdadera guerra social.

## **2) LA FUNCIÓN DEL GRUPO (EVOLUTIVO) DE ADOLESCENTES**

El grupo de adolescentes tiene función de puente, de trayecto, de objeto transicional –en el sentido de Winnicott– entre la infancia y la autonomía, entre la dependencia infantil y la dependencia adulta y entre la identidad de la familia y la propia identidad (Winnicott, 1951). El grupo constructivo facilita esta trayectoria, ofreciendo de momento un refugio en el que el adolescente se cobija, y un apoyo para conseguir progresivamente su diferenciación como individuo autónomo capaz de determinar sus elecciones como adulto.

Pero ¿cómo realiza el grupo esta función evolutiva? El adolescente llega al grupo con las experiencias de su infancia y pubertad, su modelo de relaciones familiares, su proceso de cambio adolescente, sus relaciones internas de objeto, sus ansiedades y defensas. Allí se encuentra con sus pares que atraviesan una etapa vital similar, ansiedades y dudas parecidas, temores, defensas a veces extremas, otras veces abiertamente tambaleantes... Ya no es un niño, pero tampoco es un adulto, su identidad está en un momento de cambios rápidos y debido a eso, frágil. Sus ansiedades, sus dudas sobre sus propias capacidades y al mismo tiempo su necesidad defensiva de creerse y aparecer hiperseguro, sus variaciones de humor, sus momentos regresivos, a menudo chocan con su entorno. Pienso por ejemplo en ese adolescente generalmente de la primera etapa de la adolescencia que “lo sabe todo”, “sabe” como deberían hacerse las cosas, qué deberían hacer sus padres, que corrigen, recriminan y dan fácilmente un trato peyorativo a sus adultos y parecen saber cómo arreglar el mundo. Compartir su frustración, su soledad, su rabia con sus compañeros de etapa es ya un alivio: los de su grupo son quienes lo comprenden, los que sufren las mismas frustraciones y dificultades que vive él, los que pueden apoyarlo. Ésta es la primera función que puede aportar el grupo: la contención.

Así comienza la elaboración en el grupo. En él, el adolescente realizará la experiencia de compartir “objetos internos”: emociones, recuerdos, proyectos, ideologías... En un primer momento desea y necesita ser igual a todos, compartirlo todo, que todos sean iguales. Todos buscan esta identidad compartida. Sólo así sienten el grupo coherente y fuerte, y que puede protegerlos.

Así pues, el grupo ofrece de momento una identidad al amparo de la cual el adolescente se siente seguro: si todos hacen lo mismo, piensan igual, viven las mismas emociones, quieren las mismas cosas, visten igual, es que todos tienen razón, es que están acertados y pueden sentirse fuertes. En este entorno el joven se atreve a ensayar relaciones interper-

sonales de signos diversos, desde las incondicionales y confusas, adhesivas, hasta las progresivas, diferenciadas y de aprendizaje mutuo. El adolescente puede depender de la opinión –por supuesto incuestionable– del grupo, puede seguirla con toda fidelidad, y en otro momento puede ser él quien marque la iniciativa, quien dé las ideas. Si su flexibilidad se lo permite, se mueve desde depender de los otros hasta asumir responsabilidades y que puedan depender de él.

Al amparo del grupo –sigo hablando siempre de grupos evolutivos– el adolescente se ve capaz de bajar sus propias defensas, de manifestar sus inquietudes. Todos juntos, podrán explorar el mundo del sexo, de la droga, de las ideologías –sociales, políticas, religiosas– los riesgos sociales, los intereses variados... Juntos se plantean también el amor, la pareja, la vida, el futuro... En grupo pueden entrar en todo esto sin quedarse atrapados, pueden tomarse tiempo para comprobar su propia experiencia, para elaborar sus propias posiciones, aunque su elaboración a menudo se mueve entre extremos y de momento sus giros sean bruscos. Juntos se adentrarán también a explorar el mundo de los adultos, las imágenes de los padres, las experiencias que han recibido de su familia y podrán ir construyendo sus propios criterios.

Más tarde, en una etapa posterior, cuando ya se sienten seguros de su identidad compartida y se atreven a confrontarla, podrán plantearse su diferenciación como individuos.

Porque el grupo, a pesar de que al principio necesite ser homogéneo, incluso crea que lo es, está obviamente formado por individuos distintos, con características personales diversas, necesidades e historias diferentes, tendencias, capacidades y recursos distintos. Dentro de la cohesión del grupo, cada joven, por sus características personales, sus tendencias, su lenguaje, su gesto, constituye una propuesta diferente, una imagen distinta, otro mundo. El grupo, además, devuelve a cada uno imágenes de sí mismo. Todo esto se convierte en estímulos para la elaboración. Cómo están suficientemente cercanos, lo nuevo puede confrontarse y según cómo inte-



grarse, y como sienten suficiente seguridad en sus relaciones, pueden también abordar las diferencias.

El joven se encuentra ante la tarea de reciclar todo esto y de reorganizar progresivamente su identidad. Así, la identidad del grupo podrá ir matizándose con la identidad de cada uno y en el tejido de este proceso, cada uno irá desarrollando su propia identidad diferenciada.

Por supuesto, esta elaboración en el grupo además de significar una elaboración de las relaciones interpersonales y sociales, promueve una importante elaboración de la realidad psíquica, del mundo interno. Así, Las interacciones en el grupo facilitarán la gradual modificación del sistema defensivo, la reorganización personal y la mejora de la calidad de los objetos internos.

Como es obvio, la flexibilidad del muchacho o la chica para ensayar identificaciones diversas “de prueba” –por tanto provisionales– dentro del grupo es un indicativo de su capacidad de evolución personal. Por el contrario, aquellos que quedan fijados a un sólo rol –como ser el de líder o el de “oveja en el rebaño”– pueden aprovechar menos la oportunidad de experiencia que su tránsito por el grupo les ofrece.

### **3) LOS GRUPOS TERAPÉUTICOS DE ADOLESCENTES Y LOS PROCESOS DE ELABORACIÓN**

Cuando los procesos de elaboración y de progreso personal que aportan los grupos naturales y otros factores, no son suficientes y la evolución va a trancas y a barrancas, podemos utilizar diversas modalidades terapéuticas para promover maduración, entre ellas se encuentran los grupos terapéuticos.

A diferencia de los grupos naturales, organizamos éstos artificialmente de forma que puedan realizar su función. Entre nosotros son generalmente conducidos por uno o más terapeutas y su *setting* es obviamente distinto (Torras, 1996). Los participantes generalmente no se conocen antes del inicio del grupo y al terminar la tarea lo habitual es que éste se disuelva.

Una característica diferencial esencial en relación a las intervenciones terapéuticas individuales es precisamente que aquí todo sucede en grupo, todo transcurre en presencia de los otros miembros y del terapeuta: la presencia de los otros adolescentes y el hecho de compartir la misma etapa vital, introduce un modificador definitivamente importante.

En el grupo creamos las condiciones necesarias –*setting*, formación del terapeuta, técnica– para ofrecer un espacio de interacciones, expresión personal, asociaciones de ideas, observación, escucha, posibilidad de empatía, interpretaciones, compartido por todos los miembros, en el que el terapeuta tiene el rol diferenciado de coordinador - conductor.

Así, especialmente en los momentos integrativos, lo que un miembro dice o hace es una aportación a los otros, un estímulo, una oferta de ideas, pensamiento, experiencia, apoyo y decisión para participar: cuando uno se atreve a expresar algo personal facilita que los otros también se atrevan. El intercambio fomenta la capacidad de observar, los cuestionamientos, los procesos de elaboración, en definitiva las funciones que ayudan a madurar y a desarrollar “experiencia”. Las asociaciones de ideas compartidas y grupales, la forma como se van relacionando los datos, ayuda a llegar a nuevas síntesis y a desarrollar comprensión de las dinámicas grupales e individuales.

Los miembros del grupo parten a menudo de la posición de “ver la paja en ojo ajeno y no ver la viga en el propio”. Esta posición situada en lo proyectivo es de todos modos también una oportunidad que el grupo ofrece, ya que permite que determinados rasgos o características personales que se soportan mal y quedarían disociados, puedan ser observados aunque de momento sea en los otros.

Más tarde, con el trabajo elaborativo facilitado por el hecho de que el grupo devuelve a cada uno imágenes de sí mismo, esto podrá ir evolucionando hacia ver la viga –por lo menos la viga– y con suerte la paja, en el propio.

Son funciones del terapeuta comentar y cuestionar, compartir con empatía, interpretar “para sus adentros”, estimular la

formulación de hipótesis, verbalizar aquella parte de sus propias hipótesis –de lo que entiende o interpreta– que crea útil y comprensible para el grupo. Él o la terapeuta participa en el grupo por dos vías principales: una, aguantando la tensión, con lo cual ofrece a los participantes la experiencia vivida de que la ansiedad se puede aguantar, de que es necesario aguantarla y tomarse tiempo para llegar a modificarla; dos, observando, escuchando y explicando su forma de entender lo que sucede allí. Estas funciones del terapeuta facilitan la tarea elaborativa del grupo.

Son factores terapéuticos la posibilidad de expresar emociones y ansiedad y ser escuchado o catarsis, el hecho de compartir experiencias con posibilidad de empatía, el esclarecimiento de las dinámicas conflictivas, de las ansiedades y las fantasías inconscientes, la experiencia correctora, etc.. Los distintos autores dan más valor a unos o a otros de estos factores.

En el grupo se barajan constantemente lo manifiesto y lo latente, y en la adolescencia más que en ninguna otra edad lo manifiesto encubre dudas y ansiedades latentes especialmente sobre el futuro. Se pueden resumir en la pregunta ¿seré capaz? Esto significa: ¿seré capaz de crecer, atraer, querer, ser potente, ser fértil, aprender, cuidar, estar mentalmente sano...?

El grupo terapéutico de adolescentes, a diferencia de los grupos de niños y púberes, suele cohesionarse pronto y espontáneamente, sus participantes suelen interesarse desde el comienzo por los otros y la comunicación entre ellos pasa prácticamente enseguida a ser grupal. Generalmente el terapeuta puede desde el inicio “seguir al grupo” y actuar como coordinador.

Los adolescentes suelen tener muchos temas a tratar entre ellos y con el terapeuta, a menudo están ávidos de poder conversar sobre cuestiones pendientes, cargadas de ansiedad que, hasta ese momento, no han encontrado el lugar adecuado donde hablarlas, pero esto no quiere decir que les sea fácil, ni que el intercambio sea siempre fluido. En algunos gru-

pos el temor y la ansiedad se expresan a través de silencios y en algunos momentos las dificultades de comunicación son muchas. Además, a menudo recibimos en nuestros grupos adolescentes que no han tenido la experiencia de compartir vivencias con su entorno y que, empobrecidos, se mueven dentro del pensamiento operatorio. Estos adolescentes necesitan prácticamente descubrir en el grupo su propia realidad interna y desarrollar la capacidad de comunicarse con ellos mismos y con los otros.

De todos modos, todos los grupos suelen abordar primero las cuestiones menos conflictivas y más defensivas, como el tiempo libre, los *hobbies*, las películas que les han llamado la atención, estudios o trabajo y sus relaciones con los compañeros, los amigos y los hermanos... Suelen evolucionar hacia lo más íntimo y difícil a medida que se han compartido más experiencias y aumenta la confianza en el grupo. Entonces pueden abordar la sexualidad, las relaciones de pareja, el amor, las relaciones familiares, dependencia e independencia, drogas, sus propias dificultades, sus síntomas y sus temores acerca de su estado mental, sobre el grupo mismo y lo que están viviendo en él.

Ayudados por el terapeuta, a través de estos procesos de comunicación e intercambio los participantes van evolucionando hacia un aumento de la capacidad de observar, intuir, comunicar, asociar ideas, relacionar los datos, en definitiva elaborar, lo cual significa también un progreso en las relaciones interpersonales, el gradual desarrollo de criterios propios y mejores condiciones para la construcción de la identidad.

**BIBLIOGRAFIA**

Aberastury, A. y Knobel, M. (1980). *La adolescencia normal*. Buenos Aires. Paidós

Meltzer, D. y Harris, M. (1989) *El paper educatiu de la família*. Barcelona. Espaxs. (Título original: *Child, Family and Community: A Psycho-Analytical Model of the Learning Process*. O.E.C.D.)

Torras, Eulàlia (1996). *Grupos de hijos y de padres*. Barcelona. Paidós.

Winnicott, D. W. (1951). Transitional Objects and Transitional Phenomena. In *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*. London: Tavistock, 1958.