

## **EL DESARROLLO DE LA IDENTIDAD EN UN GRUPO TERAPEUTICO DE ADOLESCENTES\***

**Gloria Zegrí\*\***

El trabajo en grupo terapéutico contribuye al desarrollo de la identidad en la medida en que favorece la diferenciación y el desarrollo individual, así como la ampliación de la relación social.

Según Anny Speier<sup>1</sup>, el grupo terapéutico ofrece al adolescente una posibilidad incomparable para un libre ejercicio de autocomprensión y de comprensión de los otros, que favorece identificaciones fluctuantes que unen y ayudan al mismo tiempo a diferenciarse. Esta búsqueda recíproca de la propia identidad y de la identidad del otro conduce a un crecimiento individualizado y compartido, al logro de una identidad diferenciada pero no aislada ni aislante, una individualidad que incluye al "otro".

Este proceso de búsqueda y desarrollo de identidad en el adolescente se observa en todos los grupos. El objetivo del grupo es la comunicación verbal (poner en común experien-

---

\*Comunicación presentada en el VIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente (S.E.P.Y.P.N.A.) que bajo el título "La identidad y sus trastornos" tuvo lugar del 21 al 23 de octubre de 1994 en Toledo.

\*\*Psicóloga de la Fundación Eulalia Torras de Beá del Hospital de la Cruz Roja de Barcelona.

<sup>1</sup> Anny Speier, Rosa Schiff de Scheimberg, Hebe Boscheto "Psicoterapia de grupo en la adolescencia". Ediciones Nueva Visión.

cias, intercambiar ideas) que acerque a un mayor conocimiento de uno mismo y de su entorno. La función del terapeuta, que vive con el grupo lo que acontece en él, es la de acompañar y guiar en este proceso de conocimiento<sup>2</sup>.

Su actitud básica es la de escuchar a unos y otros, interesarse por ellos, además de promover el diálogo y comunicar sus observaciones acerca de lo que piensa que ocurre en el grupo.

Mostraré la evolución de la identidad de los miembros de un grupo de adolescentes, a través de la observación de las relaciones interpersonales y de lo que expresan verbalmente. El grupo que presento está formado por cuatro chicos de 14 y 15 años de edad. Centraré la observación en dos de sus miembros, Alberto y Miriam, en los que la modificación de la identidad es más evidente y fácil de transmitir.

Presentaré a los chicos que componen el grupo tal como se muestran al inicio del mismo.

Miriam es impulsiva, su contacto es algo indiferenciado. Suele tomar la iniciativa debido, sobre todo, a su dificultad para tolerar el silencio. Despierta cierto menosprecio y provoca incomodidad en el grupo por su tendencia a la verborrea, por su forma excesivamente desinhibida de expresarse y por el contenido confuso de lo que expresa.

Alberto presenta un tartamudeo muy importante, mantiene una actitud rígida, de estar aterrorizado. No interviene nunca de forma espontánea. Hace un gran esfuerzo cuando se le propone directamente que se exprese y enrojece cada vez. Transmite una fuerte ansiedad.

Pablo establece un buen contacto personal, directo y agradable, se muestra algo tímido de entrada pero puede irse abriendo. En general, toma el papel de líder constructivo.

---

<sup>2</sup> S.H. Foulkes "Psicoterapia Grupo-Analítica. Método y principios" Ed. Gedisa.

Rubén tiene un semblante muy serio, destacan sus ojeras marcadas y una voz muy ronca, se mantiene cabizbajo y se le ve asustado. Tiene momentos en los que se aísla y otros en los que se interesa y participa.

En este grupo predomina el clima de aceptación y respeto entre ellos. Reflejan, con sus expresiones faciales y miradas, la angustia que les despierta las diferencias que observan entre ellos, pero pueden dialogar sin llegar a agredirse o a ridiculizarse excesivamente.

En una de las primeras sesiones, Pablo se refiere al cambio de domicilio desde el mes de Septiembre, que ha supuesto también cambio de barrio, escuela, amigos... y que ha sentido mucho. Explica lo que le ha costado y cómo se va situando poco a poco.

Miriam relata de forma confusa una situación de incompreensión entre su madre y ella. Hablando de sus dificultades en los estudios dice: "A veces pienso que sería mejor dejar de vivir... total..." Se define como "una pesada charlatana", pero se queja de ser ella quien lleva todo el peso del grupo, ya que es la que más habla, y se enfada por esto. En una sesión amenaza con quedarse callada. Expresa así la imagen que tiene de sí misma y hasta qué punto se le hace a veces insoportable.

Rubén no sabe qué especialidad de FP escoger el próximo curso, explica que sus dos mejores amigos harán uno Electrónica y el otro Administrativo y él no sabe qué hacer.

Alberto se expresa así el primer día de grupo: "Lo que a mí me pasa es que me encuentro algo desplazado en clase, porque ya los otros eran un grupo desde pequeños". Añade, en otro momento, sentirse bien cuando está solo y serio en el patio y alguien se le acerca para preguntarle qué le pasa.

Expresa su sentimiento de ser distinto, de estar aislado, y su necesidad de que los otros se acerquen y le ayuden.

En la 4.<sup>a</sup> sesión, cuando comentamos la finalidad del grupo en el sentido de entender más de nosotros, conocernos, muestran la relación de dependencia regresiva que predomina en el grupo, en este momento, a través de Miriam, cuando dice: “Eso... entender qué? porque a mí me dijeron que aquí aprendería a estudiar y yo no lo veo. ¿A que no? (se dirige a mí en tono de duda). ¿A que no es eso? Eso me dijo mi madre y cuando yo salí de aquí el primer día le dije: de eso nada mamá”. Aquí, Miriam no sabe qué hay que entender, y con esto expresa su escaso contacto con ella misma. El grupo quería ser “escolarizado” guiado, no crecer e independizarse.

En la 8.<sup>a</sup> sesión el diálogo ya se establece sobre todo entre ellos, se plantean las propuestas de los adultos y dialogan acerca de su manera de reaccionar. Ahora el grupo está progresando hacia una mayor diferenciación entre sus miembros: están menos dependientes en su relación conmigo y empiezan a mostrar su capacidad de observación de sí mismos y de su entorno. Dice Pablo refiriéndose a lo que nos explicó en la sesión anterior “Ah al final no fuimos a plantar el árbol, fuimos al zoo (se le escapa la risa). Parece de pequeños ir al zoo, pero lo pasamos muy bien... nos dieron libertad para movernos...”.

Rubén: “Esto pasa a veces, los mayores proponen algo que parece para pequeños o una tontería y luego no es así... Está bien ir con la familia, yo voy mucho, pero con los amigos es mejor, te ríes más. Todos somos más parecidos”.

Miriam se refiere a una próxima excursión de un día con la escuela “Ya ves, un rollo, sólo eso, pero me he apuntado porque nos han dicho que podemos llevar cassettes al autocar... y pelota... y vamos los amigos”.

Sobre ir de colonias en Semana Santa comentan: “En casa dicen ¡Qué descanso sin ti y nosotros decimos ¡Qué descanso sin familia!”.

En la 9.<sup>a</sup> sesión empieza a crearse un clima de mayor confianza, que muestran tanto en el contenido de lo que expresan

como en la forma más espontánea de hacerlo. Esta confianza les permite compartir más las cosas que les hacen sufrir, se pueden apoyar e incluso llegan a identificarse los unos con los otros. Después de referirse a programas de TV en que salen situaciones de ridículo y desconfianza, Alberto, serio y afectado, explica que lo pasa mal cuando se burlan de él: “Me llamó una chica diciéndome: soy tu novia. Al final dejé de hacerle caso y colgué”. Miriam dice: “Toma y a mí” y saca una nota del bolsillo que le quita Pablo con la intención de leerla en voz alta. Ella deja que Pablo la lea y observo que le gusta. Es una declaración de amor, de un chico anónimo que le pide que le llame por teléfono y le deja un número. Resultó evidente en el grupo que la intervención de Miriam apoyaba mucho a Alberto.

A la 10.<sup>a</sup> sesión faltó Rubén. Al empezar la 11.<sup>a</sup> sesión Pablo no ha llegado todavía y Rubén pregunta qué se hizo en la sesión anterior. Le explican de qué hablamos y Miriam añade: “Le diremos a Pablo el próximo día que te explicamos a ti lo del día anterior... qué lío, no nos acordaremos”. En este momento llega Pablo y hacen un suspiro de alivio. Miriam dice: “Menos mal, ya no nos tendremos que acordar”. El grupo, ahora, es algo de todos, y se muestran dispuestos a cuidar y conservar lo que sucede en él.

Por su parte, Miriam se muestra más diferenciada en su forma de relacionarse y de intervenir. Puede tolerar mejor los silencios y ha disminuido la confusión en el contenido de lo que expresa. Alberto sigue muy asustado, con su mirada fija en mí y los ojos muy abiertos, aunque ha ido interviniendo más a menudo de forma espontánea y ha llegado a decir alguna frase sin tartamudear.

En la 13.<sup>a</sup> sesión Alberto, tomando la iniciativa por primera vez, habla de su interés por Gandhi: “Un hombre liberador que predicaba y ayudaba a la independencia de la India”. El tartamudeo ha cedido casi por completo, y destaca su indumentaria, ahora más propia a la de un chico de su edad. Rubén le

mira atónito, como si no acabara de dar crédito a lo que está ocurriendo. Alberto añade: “Yo tengo un problema cuando hablo, aquí hace dos semanas no podía hablar, antes se metían conmigo, se reían... ahora, en este curso, me atienden pero yo siempre pienso que se van a reír... soy yo que me siento inferior y lo paso fatal”. Alberto explica su propio sentimiento de identidad, es decir cómo se ve a sí mismo y los sentimientos en relación con esta imagen, y empieza a descubrir cómo repercuten en sus relaciones interpersonales. Expresa también su evolución favorable en la capacidad de introspección que está desarrollando.

En una de las últimas sesiones Miriam dice después de un silencio “Yo creo que nos cuesta hablar porque a mí, cuando estamos callados me parece que lo que voy a decir son tontearías... no tienen que ver y creo que los demás se van a reír”. Luego explica que subió sola a una atracción de un parque: “Era, por un lado, malo, estaba asustada, y, por otro... se estaba bien sola”. Ahora el grupo la escucha con interés y aprecio. Ella ha hecho un progreso considerable en cuanto a capacidad para observarse y también el grupo la identifica ahora de otra manera, ha habido un cambio y mejoría en la identidad que captan de ella.

Vemos cómo Miriam y Alberto han hecho cada uno su propio proceso. El trabajo terapéutico en grupo ha despertado su interés por el conocimiento de sí mismos y de su entorno. Han perdido el miedo a ser juzgados o recriminados y han podido empezar a reflexionar a cerca de cómo son, qué viven y sienten. Incluso han llegado a hacer una crítica de su identidad. Ambos han hecho un proceso hacia la diferenciación progresiva y el desarrollo de una identidad diferente y más sólida. Es interesante observar cómo la evolución de la imagen que tienen de sí mismos corre paralela a la que el resto del grupo tiene de ellos, y cómo estas modificaciones se plasman en un cambio en las relaciones interpersonales y en los roles en el grupo.