

## **PSICOTERAPIA de grupo para mujeres que sufren violencia.**

**María Jesús Soriano Soriano**  
**Psicóloga Clínica**  
**Psicoterapeuta indiv., y grupal**

Quiero compartir con vosotros mi experiencia con el grupo de psicoterapia. Os hablaré de las características del grupo, los objetivos y algunos de los aspectos que he ido observando de esta experiencia con mujeres que sufren o han sufrido violencia.

**Características del grupo de psicoterapia:** es un grupo homogéneo, en cuanto a la sintomatología y al sexo: son mujeres que sufren o han padecido violencia física, sexual y/o psicológica por parte de sus parejas. Las edades están comprendidas entre veinticuatro a cincuenta años. El encuentro se produce una vez a la semana y con una duración de una hora y media. El número mínimo de participantes es de seis y el máximo diez. Es un grupo abierto de estructura de larga durada. Se inicia en Octubre de 1999 y tendrá una continuidad ilimitada en el tiempo. Trabajamos en el grupo a partir del "aquí y ahora". La inclusión de las mujeres en el grupo, es previa entrevista individual, donde evalúo lo oportuno de su incorporación y en donde les explico en que consiste el trabajo grupal. Este modelo de grupo, resulta efectivo, ya que las nuevas incorporaciones movilizan a las integrantes más antiguas y éstas, a su vez, aportan su experiencia, retroalimentando el circuito grupal. Estas mujeres son derivadas a la asociación de mujeres, ubicada en una comarca de Cataluña, a través de los diferentes servicios de la comunidad: servicios sociales, comisarías, centros médicos, otras usuarias, etc. Explícitamente no hay demanda de tratamiento grupal por parte de ellas. Es un servicio gratuito.

La violencia más difícil de nombrar, de definir y de diagnosticar, es la violencia psicológica. Mujeres del grupo que no reciben golpes físicos, pero si psíquicos, manifiestan su gran dificultad de poner palabras, de expresar dolor ante esas heridas recibidas. La expresión de la emoción vivida, rescatarla de la memoria olvidada y referir los sentimientos vividos, duele rememorarlos, elaborarlos, pero por otra parte es imprescindible para la recomposición de la propia historia.

La violencia psicológica es una violencia que en la relación se da de una forma lenta, pero letal. Se va construyendo poco a poco. No deja señales externas. Las heridas son internas. A muchas mujeres les cuesta reconocerse en sus propias descripciones que están o han sufrido violencia psicológica. También puede prestarse a diagnósticos equivocados. Pueden presentar una sintomatología, pero las causas, tienen que ver más con la situación de aislamiento, sometimiento,

desvalorización, confusión, mentiras, humillaciones, desprecios, amenazas, falta de respeto, etc. que mantiene en su relación de pareja. Son mujeres que en una primera entrevista están muy retraídas, disociadas, desafectivizadas, culpabilizadas. Confusas mentalmente, están en un profundo aislamiento de sus emociones y no tienen mucho contacto social. La impresión que dan, es que están fragmentadas, troceadas, desvalidas, anestesiadas y es de donde hablan. Al hablar de su situación personal, pareja, familiar, lo hacen como si no estuvieran hablando de ellas. De aquí esa enajenación mental que es en realidad una defensa, una forma de supervivencia, una forma en realidad de protegerse del profundo daño en que están sumergidas, sometidas. Del profundo dolor emocional que están padeciendo.

Coinciden casi todas, en un punto al describir sus inicios en la relación de pareja. El enamoramiento basado en un estado perpetuo y fijo. Muchos autores son lo que definen como el amor romántico. En realidad hablan de la idealización del otro. La entrega total al otro, y la pérdida de sí mismas. Es como si pretendieran materializar la fantasía social de la idealización de la pareja, que dos partes se transforman en una unidad total, y en donde no hay diferencias individuales. El resultado es la absorción de uno de la parte del otro. Una parte queda destruida, eliminada por la otra. Entran en una relación donde una parte domina y la otra se somete.

**Objetivos del grupo:** El espacio terapéutico es utilizado para la deconstrucción de la violencia y la construcción de una nueva identidad. Para compartir la experiencia que han y/o están viviendo de violencia, y poder salir del aislamiento social y psicológico. El sentimiento de culpabilidad y el miedo las paraliza tanto emocional como físicamente. El participar, exteriorizar, escuchar, interiorizar sus propias vivencias, su propia historia y la de las demás, les posibilita entender y comprender qué les ha pasado en esa relación, qué tiene que ver con ellas y los otros. Una relación que parecía tan ideal, terminó siendo tan destructiva. La individualidad, cada caso particular, cada biografía, es un entramado complejo. Una cultura donde mujeres y hombres están atrapados por una rigidez de estereotipos, por una construcción social de género que dice que los hombres son del género masculino y que deben ser agresivos, dominantes, valientes, arriesgados, poco afectivos, etc. Y en contraposición, las mujeres, género femenino, tendrán que ser tiernas, pasivas, miedosas, débiles, muy afectivas, dependientes, etc. Esta construcción tan rígida incapacita a las personas-hombres y mujeres- a encontrarse en sus diferencias y en sus similitudes. Estas mujeres al hablar de su tragedia, de su dolor, de sus miedos, de sus heridas, están cuestionando unas formas de relación no válidas que están normatizadas en el inconsciente individual y social. Relaciones basadas en el poder y dominación de uno sobre otro. Relaciones donde la violencia física y psicológica es el instrumento de relación.

El grupo está planteado como un referente de apoyo para la construcción de vidas que han estado abandonadas por sus propias inquilinas. El grupo como referente

para posibilitar esta construcción entre iguales que han vivido situaciones parecidas, pero cada una desde su diferenciación individual.

La violencia contra el otro que es diferente, la auto-agresión como forma de respuesta, no son los mejores caminos para resolver los conflictos de nuestras relaciones con el otro, ni con una misma.

### **Una pequeña aproximación a la comprensión del síntoma a través de la experiencia práctica.**

Esta experiencia grupal me ha ayudado a pensar en el problema de la violencia desde muchas más perspectivas que cuando empecé, y abandonar otras, con las que partía.

Me gustaría compartir con vosotros, algunos de los aspectos de esta experiencia que fueron apareciendo en la relación grupal:

**a) la idealización:** En el principio de la relación grupal, el grupo y la conductora, nos instalamos en la idealización. El grupo como espacio ideal donde ellas podrían salir de ese círculo de la violencia. El grupo, junto con su terapeuta, las curaría. Estableceríamos juntas un vínculo ideal y armonioso. Colocadas en la idealización, nos impedía discriminar entre lo bueno y lo malo, negando y escindiendo por tanto la realidad, tanto la interna como la externa.

El sentimiento de represión de vivencias infantiles de violencia es considerable en las vidas de estas mujeres. Hay una idealización infantil de las figuras paternas y maternas. Todo ello dificulta la tarea de ponerle palabras a las heridas para que estas se puedan ir curando. Vivir la experiencia emocional, los sentimientos que se producen en nuestro interior, para así elaborar el duelo y posibilitar los cambios. Pero a estas mujeres les cuesta hablar, recordar, porque eso es para ellas muy doloroso. Sufren profundas amnesias, ellas las denominan, lagunas de su vida pasada. O bien pueden describir fragmentos muy duros, dolorosos, pero desde la frialdad, la racionalidad, la disociación. Revivirlo emocionalmente es doloroso, pero es lo que les puede ayudar a cambiar.

**b) Compulsión a la repetición:** En la descripción de sus biografías, recojo este fenómeno de la compulsión a la repetición que me hace pensar, reflexionar en la violencia en sus orígenes, en la infancia. Recojo como se ubican en su familia de origen donde la relación está basada en la violencia y como repiten en su situación actual. Mujeres que describen como sus madres fueron maltratadas, se dan cuenta como han reproducido el mismo esquema de relación. Temen por sus hijos, y sufren por sus hijos al observar como les ha afectado la semilla de la violencia. Ellas mismas toman conciencia como han proyectado esa violencia recibida en ellas, en sus propios hijos, repitiendo en ellos su propia tragedia.

El grupo de mujeres explica lo malo que son los hombres, escindiendo y aislando su participación en esta relación. El refrán “Dios los cría y ellos se juntan”, me viene con mucha frecuencia a la cabeza. Me ayuda a entender la fuerza destructiva de esa compulsión a la repetición. Se repite, se copia lo que nos es familiar, conocido.

**C) Dificultad para conectar con sus necesidades.** Esta fue una de las principales dificultades para estas pacientes. Estaban volcadas a las necesidades de los otros: sus padres, maridos, hijos, etc. Su necesidad por las que seguían o estaban con sus parejas, era que él cambiara. Desde el principio de sus vidas, siendo muy niñas, describen como se habían adaptada a las necesidades de los adultos más próximos. Como eran de buenas niñas, y como tapaban sus grandes carencias, uniéndose a otros más carenciales que ellas, a los que ayudaban.

Este fue un punto importante en mi reflexión. Explicaban vivencias duras, dolorosas. Durante el tiempo del grupo hubo bastantes abandonos. Al principio no entendía lo que podría estar pasando. ¿Qué es lo que estaba haciendo mal? Después me enteraba que habían dejado el grupo porque habían vuelto con sus parejas o habían iniciado otra que tenía todas las posibilidades de ser igual que la anterior.

Este suceso de los abandonos, era vivido con mucha culpabilidad por el grupo y por la conductora. Si habían sido abandonadas, quería decir que no era un grupo bueno. Ellas temían haber agredido. Cuando se enteraban que habían vuelto con sus parejas, adoptaban una postura crítica contra ellas. Por mi parte les informaba que el grupo no partía de las bases de alcohólicos anónimos, y si volvían con el agresor, podían seguir en el grupo. Ellas estaban aquí para conocerse, para recuperar la capacidad de sentir, para poder acceder a sus verdaderas emociones, poder vivenciar sus sentimientos, para elaborar el duelo.

Pero ha sido difícil trabajar los abandonos, las pérdidas, las ausencias. Me ha resultado difícil ayudarles a elaborar el duelo por lo ocurrido en sus vidas, condición indispensable para que puedan encontrar su autonomía.

**D) Contención de la agresividad.** Como conductora de este grupo de mujeres que padecían violencia, me costó entender, captar, conectar, con la capacidad de respuesta agresiva de estas mujeres. No la expresaban, la actuaban. Atacaban el vínculo, dificultaban el compromiso. Me sentía atacada, desautorizada. Nuevamente en “el aquí y ahora” del grupo, repetían compulsivamente su forma de hacer: llegaban tarde, no avisaban si no podían venir, no justificaban su ausencia, abandonaban el grupo sin comunicarlo. Reconocerles, contenerles en su capacidad de respuesta agresiva, hostil, de enfado, rabia, era darles la oportunidad para el cambio.

Como conclusión final, me parece importante puntualizar que en el tema de la violencia estamos todos implicados y afectados. Espero que mis pacientes entiendan la responsabilidad que tienen contraídas consigo mismas y con sus vidas, pero también entiendo que es una responsabilidad de los profesionales que trabajamos en salud, de los políticos, abogados, etc., de la sociedad en general, que nos planteemos, reflexionemos sobre la violencia y su incidencia en nuestra vida pasada y presente.

Puntualizar que en este trabajo terapéutico que os mostraba, mi objetivo es poder trabajar con ellas la relación que tienen consigo misma y con los demás, para que puedan colocarse en otra forma de entender las relaciones. Unas relaciones en las que ambos participantes sean sujetos, tengan autoridad y se respeten mutuamente. Unas relaciones donde haya cabida al reconocimiento mutuo. Donde ambas partes se necesiten. Donde la diferencia del otro sea un enriquecimiento.

También a través del trabajo grupal, me posibilita mostrar a estas mujeres como sus síntomas psicológicos tienen sus significados sociales, culturales. Me ayuda a poder mostrarles que lo personal y lo social están interconectados y que juntas podemos comprender que si buscamos, le damos forma a nuestros anhelos personales de reconocimiento, también estaremos dando forma a nuestra esperanza de transformación social.

Barcelona, septiembre 2000

#### Bibliografía

- Psicoterapia grupo-analítica. Método y principios. S.H. Foulkes. Edit. Gedisa
- El arte y la técnica de la terapia grupal analítica. Grotjahn.M. Ed. Paidós
- El proceso Grupal. Ed. Nueva Visión- Pichón – Riviere
- Teoría y práctica de la psicoterapia de grupo. Yalom.I.D, Edit. Fondo de Cultura.
- Manual de terapias de grupo. Tipos, modelos y programas. Tipos, modelos y programas. José Guimón. Edit. Biblioteca Nueva

(Este texto fue presentado en el 1er. Congreso de Psicoterapia Europea celebrado en Barcelona en Septiembre del 2.000)

