

PROGRAMA DE ATENCIÓN GRUPAL EN EL SERVICIO DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Group Attendance Program in the Service of Psychological Attendance

Myriam Rodríguez Páez

Directora SAP Universidad Nacional de Colombia

**Edgar Angel¹, Sandra Bocanegra, Nancy Bustamante, Ángela Correa, Angélica González,
Alejandro Marín, Carolina Marmolejo, Diana Merchán, María Rendón,
Manuel Sarmiento, Diana Umbarila**

Grupo de Trabajo Programa de Atención Grupal

Con ocasión de sus 25 años de funcionamiento, el Servicio de Atención Psicológica (SAP) de la Universidad Nacional de Colombia, sede Bogotá, desea dar a conocer uno de sus programas más antiguos: el Programa de Atención Grupal (PAG), el cual ha respondido a la misión social de la universidad diseñando e implementando estrategias de intervención para problemáticas psicosociales, y a la misión académica, abriendo un espacio de formación integral para estudiantes de psicología.

En la presente separata se mostrará un panorama general del trabajo desarrollado en el PAG y las bondades del mismo frente a la comunidad y a los psicólogos en formación.

¿QUÉ ES EL SAP?

El Servicio de Atención Psicológica (en adelante, SAP), es una unidad académica que depende del Departamento de Psicología de la Facultad de Ciencias Humanas y su propósito es la formación en el área clínica, mediante el diseño y ejecución de un conjunto de servicios de carácter preventivo y remedial, en los cuales se involucran docentes, profesionales y estudiantes de psicología.

En todas las modalidades de intervención existentes en el SAP convergen objetivos de orden asistencial, docente e investigativo. A nivel asistencial, la pretensión es responder a las necesidades percibidas por la comunidad intra y extrauniversitaria. En cuanto al aspecto docente, el objetivo es poner a disposición de los estudiantes de la carrera de Psicología un espacio para el desarrollo personal y profesional, en el que exista la posibilidad de adquirir conocimientos, destrezas y habilidades necesarias para el posterior ejercicio profesional, orientado por parámetros éticos y de rigor metodológico.

Por último, en relación con el aspecto investigativo, el objetivo es producir conocimiento en torno a problemáticas psicológicas, su evaluación y tratamiento, haciendo aportes a nivel teórico, metodológico e instrumental.

¿QUÉ ES EL PAG?

El Programa de Atención Grupal (PAG), es un grupo de trabajo que ha venido configurado una identidad que se aparta de las ópticas patologizantes de los procesos salud-enfermedad o normalidad-anormalidad, tradicionalmente centradas en el déficit, para apropiarse de una concepción que habilita al sujeto para identificar, potenciar y desplegar sus recursos ante situaciones problemáticas.

De acuerdo a lo anterior, se han creado programas orientados a promover el cambio actitudinal, el aprendizaje de nuevos comportamientos y el desarrollo de competencias y habilidades que permitan a los individuos afrontar de manera adaptativa las circunstancias de la cotidianidad y aquellas que hacen parte del ciclo vital.

En suma, la intervención cumple con la tarea de llevar a los individuos a identificar sus fortalezas, y movilizarlos de un discurso muchas veces perniciosamente anclado en los factores de riesgo, a iniciar la construcción de uno centrado en sus recursos, mediante la dinamización del cambio actitudinal y cognoscitivo como pilares del cambio comportamental.

¿Cómo Funcionamos?

En este esquema participan activamente docentes, psicólogos profesionales y estudiantes de psicología, quienes actúan de manera coordinada en el diseño conceptual y metodológico de los programas. Mediante su vinculación al PAG, los estudiantes de psicología –de diferentes semestres– aprenden y apli-

¹ talleressap@yahoo.es

can, bajo estricta supervisión y modelamiento, una serie de teorías, procedimientos y herramientas relacionados con la intervención clínica, aprovechando el espacio como una oportunidad de puesta a prueba en el campo de la psicología aplicada, perfeccionando sus habilidades y acogiendo de manera crítica modelos y teorías.

¿POR QUÉ INTERVENCIÓN GRUPAL?

El formato de intervención grupal se ha escogido en virtud de sus bondades, reconocidas en la investigación en el campo de la psicología clínica. Autores como Caballo (1993), Yalom (1986), y Corey y Corey (1997), han documentado ampliamente los factores curativos de las intervenciones grupales. Entre ellos, estos autores mencionan el hecho de que los grupos infunden esperanza a sus miembros, principalmente mediante la observación de mejoría en otros. Incluso se ha reportado que el sólo hecho de tener fe en algún tipo de tratamiento puede ser en sí eficaz a nivel terapéutico.

De otro lado, en los grupos se desarrolla un sentido de “universalidad” que permite a los participantes liberarse del sentimiento de singularidad que viven y que se ve agudizado por su aislamiento. El trabajo grupal permite desmitificar creencias acerca de las dificultades y combatir la angustia que inevitablemente surge de la incertidumbre acerca de la fuente, significado y gravedad de los problemas.

La interacción grupal crea oportunidades para dar y recibir consejos. Las investigaciones han demostrado que el proceso de dar consejo es más importante que el contenido mismo del consejo, en la medida en que implica y transmite interés y preocupación mutuos. Los participantes del grupo pierden el temor a sentir que no tienen nada que ofrecer y pueden llegar a absorber las observaciones de los otros miembros con mayor facilidad que las del terapeuta.

Por otra parte, el grupo representa una excelente oportunidad para el aprendizaje vicario y para la experiencia emocional correctiva, mediante la validación y modificación de dificultades interpersonales. Todo esto se logra a través de la cohesión del grupo, tendencia con fuertes implicaciones terapéuticas que permite a los miembros compartir su mundo interior, crear sentido de pertenencia y sentirse aceptados cuando han tenido una historia de rechazo a causa de sus dificultades. La cohesión permite identificar y expresar sentimientos hacia sí mismos y hacia otros en un ambiente protegido.

Finalmente, los grupos permiten el paso a la acción, convirtiéndose en un espacio ideal para poner en práctica y reforzar las habilidades aprendidas, ya que los participantes cuentan con un seguimiento personalizado de sus avances y dificultades, esquema que los prepara paulatinamente para enfrentarse a otros contextos y lograr la generalización de los nuevos repertorios.

¿QUÉ HACEMOS?

Los programas específicos han surgido atendiendo a los motivos de consulta más frecuentes a nivel de atención individual, de modo que la intervención grupal ha permitido una mayor cobertura y capacidad de respuesta frente a la demanda social de atención.

Todos los programas están enmarcados en el modelo cognoscitivo-conductual, con una orientación psicoeducativa. La intervención se desarrolla por medio de actividades vivenciales y lúdicas que facilitan la evocación de emociones implicadas en la interacción, y por medio del aprendizaje estructurado para la práctica y generalización de habilidades.

A lo largo de su historia, el PAG ha implementado programas diversos, algunos surgidos de la iniciativa de estudiantes y profesionales, y otros de la iniciativa de docentes. Entre los que forman parte de su historia se encuentran: *Taller de Orientación Profesional*, *Manejo del Estrés*, *Manejo de la Ira*, *Grupo Terapéutico para Hombres Violentos*, *Taller para Eliminar el Consumo de Tabaco*, *Taller de Hábitos Alimentarios para el Control de la Obesidad*, *Taller para Parejas*, *Taller para el Control de los Celos*, *Taller de Habilidades Académicas*, *Grupo para Alcohólicos Anónimos*, *Psicoterapia Grupal* y *Taller para Niños con Padres Separados*, entre otros. Aunque estas modalidades de atención han sido canceladas debido a cuestiones presupuestales o a disponibilidad de recursos humanos, se ha abierto camino a propuestas innovadoras. En la actualidad se está poniendo a prueba un taller para *Autoaceptación de Hombres Gay*.

A continuación se describen los programas en funcionamiento actualmente.

Programas Dirigidos a Población Adulta

Este grupo de talleres abarca dos tópicos: conflictos familiares y competencia social. El grupo de problemáticas relacionadas con el conflicto familiar se aborda a través del *Taller para Padres*, el *Taller para Personas Separadas* y la *Psicoterapia Grupal para Mujeres en Conflicto Familiar*.

El *Taller para Padres* se diseñó como una respuesta de intervención frente al elevado número de casos de consulta por problemas de comportamiento infantil como desobediencia, negativismo, agresividad, robo y mentiras. Gradualmente el taller se ha fortalecido en el entrenamiento a padres para el manejo de contingencias y en la prevención del maltrato infantil, de modo que la participación en el mismo permite mejorar en el manejo de la disciplina y la comunicación con los hijos, así como fomentar la autonomía.

Por su parte, el *Taller para Personas Separadas* se ideó partiendo de la premisa de que una ruptura afectiva es una experiencia dolorosa que demanda el despliegue de recursos de afrontamiento para protegerse de la pérdida y proteger a los hijos del conflicto que muchas veces se deriva o intensifica luego de la separación. Cuando una familia se rompe a causa del divorcio, ocurre una pérdida del sentido de pertenencia y de valoración. Las parejas divorciadas deben afrontar una compleja serie de tareas, entre las cuales se cuenta encontrar un significado a su rompimiento, así como aceptar la pérdida de la relación.

Este programa aborda la respuesta de duelo generada, propiciando en los participantes la comprensión de su situación afectiva y del significado de la pérdida, y brindando herramientas para optimizar sus recursos de afrontamiento, de modo que puedan construirse, con el tiempo, nuevas pautas de vinculación afectiva.

Por su parte, la *Psicoterapia Grupal para Mujeres en Conflicto Familiar* se implementó en atención a las contundentes estadísticas sobre violencia intrafamiliar, problemática que constituye uno de los principales motivos de remisión o consulta por iniciativa propia en el SAP. Como es bien sabido, la violencia doméstica es una causa significativa de discapacidad y muerte entre mujeres en edad fértil, tanto en países industrializados como en vía de desarrollo.

Actualmente la intervención incorpora la perspectiva de género y su fin último es fortalecer en las mujeres procesos de autodeterminación que les permitan establecer relaciones en un marco de respeto, valoración y equidad.

Por otra parte, el grupo de programas que abordan la problemática de la competencia social surgió en respuesta al reconocimiento de las consecuencias de un déficit en dicho aspecto, tales como una mayor probabilidad de desarrollar trastornos depresivos, baja autoestima, bajo rendimiento académico y dificultades interpersonales en general.

De esta manera, el *Taller para el Manejo del Temor a Hablar en Público* pretende desarrollar habilidades en situaciones en las que el consultante se expone a evaluación y escrutinio por parte de otros; el *Taller de Asertividad* se orienta al autoconocimiento y la autoafirmación, y el *Taller de Habilidades Sociales Básicas* aborda la problemática de la timidez.

El *Taller para el Manejo de Conversaciones Difíciles en el Trabajo* busca propiciar el reconocimiento, evaluación y mejora de habilidades comunicativas, específicamente en el manejo de conflictos laborales a través de la negociación, permitiendo un cambio actitudinal frente al rol en la interacción comunicativa al mismo tiempo que se fomenta el autoconocimiento como lecho de aprendizaje de habilidades.

Por último, el *Taller de Autoestima* surgió como respuesta al aumento de casos individuales que describían esta problemática, la cual se concibe como el producto de una serie de procesos de aprendizaje que tienen repercusiones en el bienestar del sujeto, tales como trastornos del estado de ánimo, trastornos de ansiedad y dificultades en el establecimiento de relaciones sociales y afectivas, entre otros. A través de este taller los participantes inician un proceso de autocontemplación desde una perspectiva menos perturbadora.

En síntesis, la participación en los programas orientados al desarrollo de competencias sociales permite reducir la actividad cognoscitiva perturbadora y adquirir repertorios de habilidades funcionales.

Programas Dirigidos a Población Infantil y Adolescente

En este grupo se encuentran los talleres *Habilidades Sociales* y *Manejo de la Conducta Agresiva*, orientados al desarrollo de habilidades sociales en niños, las cuales son deficientes para el primer grupo, que se caracteriza por la timidez, mientras que en el segundo taller se trabaja por el desarrollo de conductas menos disruptivas y de carácter prosocial. Ambos programas buscan mejorar el nivel de ajuste interpersonal como base del desarrollo emocional ulterior y en ambos casos se involucra a los padres, cuyo papel facilitador en la adquisición, generalización y mantenimiento de las habilidades es bien reconocido.

Por su parte, el *Taller de Hábitos de Estudio para Niños* responde al constante motivo de consulta originado en dificultades de rendimiento escolar relacionadas con hábitos académicos deficientes, que usualmente acarrearán desadaptación y desarrollo de sentimientos de ineficacia o incapacidad.

Finalmente, se encuentra el *Taller para Adolescentes*, el cual aborda temas centrales en esta etapa del desarrollo, tales como habilidades sociales, sexualidad, comunicación paterno-filial, entre otros, teniendo en cuenta que supone, en la mayoría de los casos, el inicio de una crisis. Su objetivo es ofrecer elementos de reflexión y herramientas de afrontamiento para los adolescentes y sus padres.

¿QUÉ HEMOS APORTADO?

El PAG ha aportado una respuesta efectiva frente a necesidades sentidas de la comunidad intra y extrauniversitaria. Semestralmente participan en los talleres y psicoterapias más de 200 usuarios, a quienes se brindan servicios complementarios de asistencia individual y familiar.

Adicionalmente, desde que empezaron a implementarse los primeros talleres en la década de los 80 y hasta la fecha, han pasado por el programa más de 500 estudiantes, que se han formado en habilidades de entrevista, manejo de instrumentos de medición, habilidades de exposición y trabajo en equipo. También se

promueve el desarrollo de habilidades clínicas de evaluación e intervención para el manejo de diferentes grupos étnicos, y la adquisición de destrezas para el diseño e implementación de modalidades de intervención grupal.

El PAG permite a los psicólogos en formación un contacto temprano, directo y supervisado con poblaciones diversas, constituyéndose en un espacio idóneo para el aprendizaje.

REFERENCIAS

- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo Veintiuno.
- Corey, G., & Corey, M. S. (1997). *Groups: Process and practice*. California: Brooks Cole Publishing Company.
- Yalom, I. (1986). *Teoría y práctica de la psicoterapia de grupo*. México: Fondo de Cultura Económica.

