



Historia y pedagogía

Evolución histórica de la psicoterapia de grupo

Historical Evolution of Group Psychotherapy

Pablo Hernández Figaredo¹  

¹ Hospital Psiquiátrico Provincial Docente Cdte. René Vallejo Ortiz, Camagüey. Cuba

Recibido: 01/08/2023

Aceptado: 30/10/2023



Resumen

Introducción: La psicoterapia grupal, sólido pilar terapéutico en la atención a la salud mental, es ampliamente aceptada por sus resultados y la reducción de costos, lo que explica el aumento de su demanda mundial, pues es aplicable tanto al paciente ambulatorio como al ingresado.

Objetivos: Describir los orígenes, el devenir histórico y las características esenciales de esta terapéutica.

Métodos: Revisión documental, cualitativa, de nivel exploratorio, a través del motor de búsqueda PubMed/Medline, con las palabras *psicoterapia de grupo* y el calificador H1 *historia*, y la adición de textos clásicos del tema.

Resultados: Los incipientes intentos de prácticas grupales a nivel mundial, y la eclosión de la psicoterapia individual en la atención al trastorno psíquico, dieron lugar al desarrollo de la de grupo tal y como se concibe en el presente. Se ponderan los aportes de autores internacionales, así como latinoamericanos y cubanos, y las ventajas y posibles indicaciones de la terapia.

Conclusiones: Se comprueba que la psicoterapia de grupo desde su aparición hasta la actualidad representa uno de los más importantes recursos psicológicos a disposición del equipo de salud mental.

Palabras clave: psicoterapia de grupo, historia, terapia individual, psicoterapia

Abstract

Introduction: Group psychotherapy, a solid therapeutic tool in mental health care, is widely accepted for its results and cost reduction, which implies the increase in its global demand, because it is effective for both outpatients and inpatients.

Objectives: Describe the origins, historical development, and essential characteristics of this therapeutic tool.

Methods: A documentary, qualitative, exploratory review was carried out through PubMed/Medline search engine, with the words *psychotherapy group* and the H1 qualifier *history*. Classic texts were also consulted.

Results: The incipient attempts of group practice worldwide, and the beginning of individual psychotherapy as a treatment for mental disorders gave rise to group psychotherapy as it is conceived nowadays. The contributions of international authors, including Latin American and Cuban ones, and the advantages and possible indication of this type of therapy are weighted up. **Conclusions:** It was proven that group therapy from its appearance to the present day is one of the most important psychological resources at the disposal of the mental health team.

Keywords: group psychotherapy, history, individual therapy, psychotherapy



Introducción

La psicoterapia grupal constituye una efectiva propuesta de tratamiento. Además de sus satisfactorios resultados, aventaja a la individual al ofrecerse atención a mayor número de individuos en igual tiempo, con reducción de costos y emplearse en atención ambulatoria y diferentes tipos de hospitalización. El incremento de la demanda de atención psicológica global tras la pandemia de COVID-19, las defunciones, confinamientos, y en general la modificación de la vida cotidiana, han provocado que la psicoterapia grupal sea priorizada en diferentes contextos.

La psicoterapia estuvo presente desde los albores de la humanidad, porque disímiles culturas, (mesopotámica, egipcia, azteca) al tratar enfermos mediante magia, sacrificios y rituales religiosos, evidenciaron que aquellos primitivos médicos intuyeron más sobre procesos mentales que fisiológicos, obraron como rudimentarios psicoterapeutas: sin poder explicarla, utilizaron la sugestión de su influjo personal para aliviar sufrimientos. ⁽¹⁾

Antes de que hubiera una concepción científico-natural de las enfermedades, se utilizaron recursos que actuaron por vía psicológica. La palabra y la comunicación para atender trastornos mentales y cambiar hábitos se reconocieron por buena parte de las sociedades, pero es a finales del siglo XIX cuando el psicoanálisis freudiano establece una terapia mediante la conversación y recursos psicológicos, para ayudar a resolver problemas en una relación profesional: la psicoterapia, ⁽²⁾ una de las más extendidas formas de intervención psicológica. ⁽³⁾

Se trata de la aplicación planificada y documentada de técnicas derivadas de principios psicológicos establecidos, asumidas por personas calificadas y entrenadas en su comprensión y aplicación, para ayudar a modificar características desajustadas de individuos respecto a sentimientos, actitudes y conductas. ⁽⁴⁾

Sadock et al. definen la psicoterapia individual como el proceso concebido para tratar problemas psicológicos mediante la relación entre un profesional capacitado y un individuo; modalidad establecida por la comunicación terapéutica verbal y no verbal, para reducir alteraciones emocionales, modificar patrones no adaptativos de conducta y fomentar el desarrollo de la personalidad. ⁽⁵⁾

Para González y Sandoval es la utilización, en el contexto de una relación médico-paciente positiva, de recursos que actúan por vía psicológica sobre uno o más pacientes, o usuarios de los servicios de salud, para restablecer o promover su adaptación creadora. Según se dirija a un paciente o colectivo, será denominada psicoterapia individual, de grupo, de matrimonio o de familia. ⁽⁶⁾

Kaplan y Sadock definen la psicoterapia grupal como modalidad que emplea un líder profesionalmente entrenado quien selecciona, organiza y guía un grupo para juntos trabajar hacia el máximo alcance de objetivos individuales y grupales. Es ampliamente aceptada y usa fuerzas terapéuticas dentro del grupo, interacciones constructivas entre miembros e intervenciones del líder para cambiar conductas mal



adaptativas, pensamientos y sentimientos de individuos en distrés emocional. La selección de los integrantes y la guía del terapeuta permiten la interacción y la ayuda mutua para conseguir los objetivos propuestos mediante maniobras técnicas y constructos teóricos. Al comparar con la terapia individual, sus principales ventajas estriban en recibir retroalimentación inmediata de los demás, y la posibilidad -para paciente y terapeuta- de observar respuestas psicológicas, emocionales y conductuales de diferentes individuos, capaces de desencadenar variedad de transferencias y resolver conflictos individuales e interpersonales.⁽⁷⁾

Hoy, cuando las limitaciones económicas ejercen crecientes presiones globales, se expande desmedidamente el abordaje psicofarmacológico y decrecen las psicoterapias individuales, hay más pacientes bajo terapia grupal que en cualquier otra forma psicoterapéutica, por su aplicabilidad tanto en pacientes ambulatorios como en instituciones o unidades de hospitalización parcial.⁽⁸⁾

Décadas de investigación, incluidos más de cincuenta estudios clínicos, demuestran que la psicoterapia grupal es tan efectiva como la individual para cuadros depresivos y ansiosos, y trastornos específicos como la obesidad. Estos resultados y la reducción de costos explican la creciente demanda global de esta terapia, y que represente una alternativa más asequible que las costosas sesiones individuales.^(9,10)

Entre sus ventajas destaca la reducción del tiempo de espera para recibir atención, permitir a más personas el acceso a los servicios de salud mental, y ayudar a aquellos con limitaciones por vivir en áreas rurales o de bajos ingresos, con escasas instituciones o limitado personal de atención.⁽¹¹⁾

La psicoterapia grupal puede ser de elección en psicopatologías leves y moderadas, y representar la única estrategia capaz de resolver el alto número de personas que acuden a servicios de salud mental. La Asociación Americana de Psicología expresa que aunque sea intimidante el vínculo inicial con desconocidos, la terapia grupal provee beneficios que no ofrece la individual. Conversación y escucha regulares de terceros, ayudan a poner en perspectiva los problemas propios y rectificar sentimientos de soledad, al participar en la discusión de otros sobre los suyos. Otro beneficio es la diversidad; individuos con diferentes personalidades y orígenes ven las situaciones de forma disímil, y apreciar cómo otros lidian con sus problemas y hacen cambios positivos, permite descubrir estrategias para enfrentar los propios.⁽¹²⁾ En consideración con todos estos aspectos se emprende el presente trabajo con el objetivo de describir los orígenes, el devenir histórico y el presente de la psicoterapia de grupo a nivel internacional, en Latinoamérica y en Cuba.

Métodos

Se realizó una investigación tipo revisión documental, del paradigma cualitativo y nivel investigativo exploratorio. Para la identificación de documentos se consultó la base bibliográfica PubMed/Medline, con una estrategia de búsqueda con filtros para restringir resultados, de acuerdo con las herramientas brindadas por este motor de búsqueda. Tal estrategia se basó en el uso de palabras clave listadas en el MeSH (del



inglés Medical Subject Headings), incluidas en su versión en español en los descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS): psychotherapy, group; psicoterapia de grupo, con calificador en inglés /history, y en español H1 historia. Los filtros activados fueron: artículos completos con texto disponible en los idiomas inglés o español, publicados entre 1990 y 2023, a los que se añadieron textos clásicos de psicoterapia grupal en sus ediciones más recientes. Se analizó y utilizó la producción encontrada, y se excluyó la información duplicada o que no ofreció información relevante.

Desarrollo

Interacción grupal y humanidad comparten puntos de partida, para garantizar su supervivencia, el hombre tuvo necesidad de agruparse al reconocer que así se facilitaba la solución de problemas individuales. Experiencias emocionales compartidas y descarga catártica de prácticas colectivas formaron parte de rituales mágicos y religiosos, de celebraciones y espectáculos deportivos y culturales. En las curaciones y cambios de conducta promovidos por líderes tribales y místicos se observan motivaciones grupales con intenciones terapéuticas, así como en danzas rituales y consejos de ancianos y de guerra en tribus indígenas, ritos chamánicos, tragedias griegas, obras moralizantes de teatro medieval, autos sacramentales y peregrinajes católicos medievales. En el siglo XVIII las sesiones grupales de hipnosis de Mesmer y el tratamiento moral de Pinel exponen interacciones saludables y experiencias sociales reconstructivas en el trastorno psíquico. ^(13,14)

En el continente americano, el precedente documentado sobre manejo grupal sucede en Chicago en 1889, con la apertura de una casa de asentamiento (nombrada Hull House) por la trabajadora social Jane Addams, ante la necesidad de realojar gran número de individuos y mejorar sus condiciones, solución seguida por organizaciones católicas y judías a fines de ese siglo y principios del siguiente. ⁽¹⁵⁾

Navarro⁽¹⁶⁾ resalta contribuciones teóricas en el siglo XIX francés: Charles Fourier, socialista utópico, señala que el hombre es un ser grupal, y en 1895 el sociólogo Gustave Le Bon publica *Psicología de las Masas*, con aportes indiscutibles a la dinámica grupal y social.⁽¹⁷⁾ Émile Durkheim, sociólogo y filósofo, establece la sociología como disciplina académica, y contribuye a la interpretación de procesos colectivos mediante sus conceptos de solidaridad, anomia y símbolos sociales, y su hipótesis sobre conciencia colectiva y dinámica social; define al grupo social como algo más que la suma de sus miembros. ⁽¹⁸⁾

La terapia grupal como actividad conducida profesionalmente para abordar enfermedades surge en 1905, cuando Joseph Hersey Pratt, internista en Boston, sostiene encuentros semanales con tuberculosos ambulatorios para ofrecerles apoyo y actividades educativas sobre su enfermedad, alimentación y regímenes de trabajo y descanso, y constatar el establecimiento de lazos favorables al tratamiento y la evolución. La experiencia luego la extiende a pacientes cardíacos, diabéticos y obesos, y en 1930 a pacientes neuróticos y psicosomáticos. ⁽¹⁹⁻²¹⁾



Entre los psiquiatras precursores de la terapia grupal (fines de la segunda década del siglo XX) se encuentran Cody Marsh, Edward Lazell y Trigant Burrow en EE.UU., y Alfred Adler y Jacob Moreno en Europa, quienes luego migran a Norteamérica. Allí avanza el floreciente movimiento grupal guiado por pioneros psicoanalíticos como S.R. Slavson, Alexander Wolf, Paul Schilder y Lewis Wender. Estos dos últimos la aplican en pacientes egresados y en prisioneros. Para entonces, el manejo grupal muestra ser particularmente útil en el tratamiento de niños y adolescentes. ^(22,23)

Trigant Burrow, psiquiatra norteamericano fundador de la Asociación Psicoanalítica Americana, acuña en 1925 el término *análisis grupal*, y emplea métodos psicoanalíticos en el set grupal. ⁽²⁴⁾ El psicoanálisis freudiano goza de gran popularidad durante la primera mitad del siglo, y tiene gran influencia en los inicios de la terapia grupal. Aunque Freud no la ejerce, hace indudables aportes teóricos con su obra *Psicología de las masas y análisis del yo*. ⁽²⁵⁾

En 1935, Ohio, surge Alcohólicos Anónimos, grupo de ayuda mutua que estimula la fraternidad, solidaridad, colaboración y humildad entre miembros, extendiéndose luego internacionalmente hasta el presente, como modelo para la atención de otros trastornos. ⁽²⁶⁾

En los años 30 comienza la utilización de grupos pequeños para tratar problemas de personalidad, con influencia de la asociación libre; Slavson, Wolf y Schwartz comparten su creencia de la primacía del individuo dentro del grupo, mientras Foulkes se centra más en este. En los años 40 Kurt Lewin introduce el término *dinámica de grupos* y el concepto de grupo como totalidad, inscrito en la teoría del campo, e influye en los trabajos de S.H.Foulkes, E.James Anthony, Wilfred Bion y H. Ezriel en el Reino Unido. ⁽²⁷⁾

Con la Segunda Guerra Mundial la terapia grupal cobra gran impulso ante el elevado número de soldados con trastornos mentales y los escasos psiquiatras militares disponibles para atenderlos. William C. Menninger, principal psiquiatra militar en EE.UU., considera la terapia grupal durante la guerra una de las mayores contribuciones de la psiquiatría militar a la práctica civil. Las dos principales sociedades de terapeutas grupales en ese país, la *Asociación Estadounidense de Psicoterapia de Grupo*, fundada por Slavson en 1943, y la *Asociación Estadounidense de Psicodrama y Psicoterapia de Grupo*, creada por Moreno en 1942, surgieron durante la contienda, además de que esta última impulsa la constitución de la Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupo en 1974. ⁽²⁸⁾

La literatura sobre terapia grupal en los años 50 demuestra su aplicabilidad en diferentes ámbitos: hospitales, atención ambulatoria, programas rehabilitatorios y correccionales, y dirigida a niños, adolescentes y adultos con diversos trastornos.

Lewin influye en la Francia de post guerra; asevera que el grupo representa más que la suma de las partes, y se centra en el tema grupal más que en sus miembros. Carl Rogers crea los grupos de encuentro apoyándose en relaciones auténticas, congruencia, empatía, crecimiento y experiencia, supresión de la distancia entre lo vivido y lo expresado, y aceptación de personas o cosas. La bioenergética tiene como



antecedente dos obras de Wilhem Reich, aunque Alexander Lowen fija el método, y relaciona emociones, carácter, estructura muscular y expresiones corporales, para desbloquear zonas del cuerpo cargadas y rígidas. Maxwell Jones desarrolla las comunidades terapéuticas en los años 60 e influye en programas intensivos grupales con principios del psicodrama, componentes cognitivos, afectivos y conductuales. La terapia grupal comportamental modifica conductas en grupos homogéneos, con reforzamientos de terapeuta y grupo, modelado y retroalimentación.⁽¹⁶⁾

La terapia gestáltica de Perls hace énfasis en que el paciente se abra a la experiencia del aquí y ahora, y asemeja una entrevista individual en el marco grupal, con poca participación y dinámica del resto.⁽²⁹⁾ El análisis transaccional de Eric Berne combina tres tipos: el estructural, el de transacciones y el del guion de vida, y sintetiza dos de las tendencias del psicoanálisis y de la psicoterapia en general: el análisis de la personalidad y el de las relaciones.⁽³⁰⁾

Contemporáneamente otro gran exponente de la terapia grupal es el norteamericano Irvin Yalom, autor de una obra clásica: *Teoría y Práctica de la Terapia Grupal*, donde describe un método denominado interpersonal.⁽³¹⁾

La psicoterapia de grupo en Latinoamérica y en Cuba

El movimiento tiene su inicio en Argentina en 1947, cuando el psiquiatra Enrique Pichon Rivière organiza grupos terapéuticos con pacientes ingresados a partir del modelo de Lewin, con tácticas de Schilder y enfoques freudo marxistas. Pichon es uno de los fundadores de la Asociación Argentina de Psicología y Psicoterapia de Grupo en 1954, y aporta los modelos de grupos operativos didácticos y terapéuticos.⁽³²⁾ En México hay experiencias aisladas a partir de 1949, cuando los doctores Ramón de la Fuente y Eleonor Torres tratan a un grupo de niños en el Hospital Infantil.⁽¹³⁾

En Cuba Colli Alonso,⁽³³⁾ señala como precursor a Frisso Potts, discípulo de Moreno y miembro de la secretaría del Comité Internacional de Psicoterapia de Grupo, quien en 1951 inicia terapias grupales en el Departamento de Tratamientos Ambulatorios del Hospital Psiquiátrico de La Habana, y publica *Psicoterapia de grupo, Introducción a la sociometría*, prologado por Moreno.

Al revisar los modelos utilizados en Cuba, Rodríguez Mesa,⁽³⁴⁾ aseguró que el principal psicoterapeuta es José A. Bustamante, fundador de la Asociación Psiquiátrica de la América Latina y de la Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupo. Entre sus seguidores se destacan Hiram Castro-López y Clavijo Portieles; el primero es creador de la terapia sistémica para la modificación de predisposiciones neuróticas y el segundo padre de la psicoterapia concreta de actitudes, que abordó teoría y práctica desde lo individual, grupal y familiar.

Arés Freijó desarrolló un modelo remedial para hospital de día, y Enrique Collado desarrolló las comunidades terapéuticas. Córdova Castro trabajó grupos pequeños con criterios rogerianos, estilo que



asume también García Fleites. Acosta Nodal creó el cine debate terapéutico. Suárez Ramos propuso la psicoterapia breve centrada en la solución de problemas para el trabajo en hospital de día. Galigarcía Hernández desarrolló tanto la terapia grupal como de familia. ⁽³⁴⁾

González Ménendez, trabajó con grupos de alcohólicos; Mario Colli integró la corriente integrativa de Yalom y la transaccional; Vivian Ravelo Pérez atendió grupos de adolescentes con enfoque dinámico. Reina Rodríguez Mesa creó un modelo de psicoterapia grupal profunda dinámica no psicoanalítica, preside la Sección de Psicoterapia de la Sociedad Cubana de Psiquiatría desde 1987, y es autora de *Psicoterapia de grandes grupos, origen y desarrollo en Cuba*, publicado en 2016. Expone que la escuela cubana de psicoterapia, más allá de posiciones teóricas o filosóficas, se define por su quehacer práctico y su enfoque social gratuito y equitativo, lo que permite que con ética revolucionaria se practiquen diferentes modelos sin límites de escuelas o corrientes psicológicas. ⁽³⁴⁾

En Camagüey Clavijo ⁽³⁵⁾ creó la psicoterapia grupal concreta de actitudes, expuesta en su obra *Crisis, Familia y Psicoterapia*. Consiste en un grupo de tipo dinámico-operativo, basado en el papel de las actitudes y del condicionamiento operante, apoyado en técnicas analíticas, cognitivas, inspirativas, evocativas, sugestivas, interpersonales, comunicacionales y del aprendizaje. Una estrategia psicoterapéutica grupal de cambio actitudinal basada en esta terapia es la que se utiliza hoy en la hospitalización parcial diurna del Hospital Psiquiátrico Provincial Docente “Cdte. René Vallejo Ortiz” de Camagüey.

Generalidades y clasificación de la psicoterapia de grupo

Díaz⁽¹³⁾ cita la amplia clasificación concebida por Puget: según su finalidad, existen grupos terapéuticos, de experiencia, de enseñanza, creativos y comunitarios. De acuerdo a la técnica utilizada, hay grupos de interpretación, discusión, dramatización, juegos y otras técnicas movilizativas y su combinación. Referida al marco teórico, incluye la psicoterapia psicoanalítica grupal (Slavson); el análisis de grupo (Foulkes); el psicodrama (Moreno); el psicodrama psicoanalítico (Levobici); la dinámica grupal; la interacción grupal (Bales, Jackson, Watzlawick); la teoría de la comunicación; la psicología existencial; el análisis transaccional; la terapia gestáltica; las terapias conductistas; la psicología rogeriana; la teoría de los sistemas y otras.

Respecto a duración: terapia sin límite de duración; terapia de tiempo limitado (de 6 meses a 1 año); terapias breves (menos de 6 meses); terapias con sesiones prolongadas dentro de una duración total limitada: laboratorios, grupos de encuentro y otros. De acuerdo al número de integrantes, psicoterapia con pequeños grupos (hasta 18 miembros), grandes grupos y grupo comunitario. Y según su composición hay grupos mixtos (de ambos sexos y diagnósticos heterogéneos); grupos homogéneos (por ejemplo, de alcohólicos o de obesos); grupos preformados; terapias de pareja y familia; grupos multifamiliares y grupos institucionales.



Los grupos homogéneos se forman alrededor del mismo diagnóstico o situación objetivo central del tratamiento, o de acuerdo a edades (adolescentes, adultos mayores). En los grupos heterogéneos sus integrantes difieren en problemática, edad o diagnóstico, y son capaces de influir sobre rasgos de carácter y síntomas de sus miembros, y posibilitar una prueba de realidad. Trabajan a más profundo nivel que los homogéneos, aunque tardan más en ponerse en marcha y evolucionar, proporcionan menos apoyo inmediato y menores posibilidades de identificación grupal, y presentan mayor incidencia de abandonos.

Klein⁽³⁶⁾ describe como ventaja de los grupos homogéneos el proporcionar un entramado social para quien sufre su problema en aislamiento, al recibir apoyo y refuerzo de su autoestima; estos grupos tienden a ser sugerentes y proporcionar modelos de comportamiento y elementos didácticos. Cristalizan más rápido que los heterogéneos, cohesionan y propician más inmediata identificación, mayor asistencia, ofrecen más apoyo y dan lugar a mayor alivio de los síntomas. A la vez, las interacciones son más superficiales que en los heterogéneos, y ofrecen menores oportunidades de implicarse en una prueba de realidad, pues cuestionamientos y auto exposición son más limitados.

Un temprano listado de grupos homogéneos hecho por Myron Weiner (1986), incluye pacientes fóbicos, depresivos, con ansiedad social, trastorno de pánico, violentos, exhibicionistas, alcohólicos y otros adictos, ludópatas, ingresados en servicios hospitalarios, obesos, portadores de cáncer, dolor crónico y otros diagnósticos clínicos, o enfocados en habilidades sociales para lidiar con la ira, timidez, soledad, baja autoestima y las pérdidas.⁽³⁷⁾

En cuanto a número de pacientes, Guimón⁽³⁸⁾ considera grupos pequeños los conformados por menos de 12 personas, medianos aquellos entre 12 y 30, y grandes los de más de 30; Salvendy⁽³⁹⁾ sugiere entre 4 y 15; y para Yalom el número ideal es 8, con rango aceptable entre 5 y 10, pero acepta que en hospitalización diurna son productivos grupos entre 12 y 16. En Alcohólicos Anónimos la cifra oscila entre 20 y 80, y en grupos psicoeducativos entre 20 y 30. Grandes grupos (de 40 a 80) se usan en pacientes con cáncer, para la reducción del estrés y manejo de síntomas y efectos secundarios de medicamentos; La duración de cada sesión, es de una a dos horas, con media de noventa minutos.⁽³¹⁾

La Asociación Estadounidense de Psicoterapia de Grupo resalta que no existe composición y mezcla ideales, las que serían un lujo en la práctica contemporánea, pues la composición no es destino, sino punto de partida. El objetivo del terapeuta es conseguir una mezcla de individuos que a la par de interactuar, se apoyen mutuamente, desarrollen y mantengan la cohesión en función de los propósitos convenidos. En el mejor de los casos, es recomendable la heterogeneidad en cuanto a la naturaleza de las dificultades, y la homogeneidad respecto a compromiso y empuje de los miembros.⁽³⁷⁾

Según Salvendy los límites de edad en los grupos de adultos no tienen que ser rígidos mientras se excluyan adolescencia y tercera edad, y respecto al balance entre hombres y mujeres opina que no es significativo siempre que haya al menos dos del mismo sexo, con exclusión del terapeuta. La mezcla de sexos se

considera beneficiosa para los hombres, al aumentar interacción y compromiso, y parece ser menos necesaria para las féminas.⁽³⁹⁾

La mayor parte de los terapeutas considera que los grupos más heterogéneos consiguen mejor interacción. Conviene incluir miembros con diagnósticos diferentes, variados patrones de conducta, razas, estratos sociales y entornos educativos, edades y de ambos sexos. Pacientes entre 20 y 65 años pueden incluirse eficazmente; niños y adolescentes reciben un tratamiento más eficaz cuando son incluidos en sus mismos grupos de edades.⁽⁴⁰⁾

El número mínimo de sesiones recomendado es de seis, y pueden ocurrir en disímiles sitios: centros comunitarios, consultas, hospitales, bibliotecas o iglesias, por lo general en una habitación silenciosa, iluminada, con asientos dispuestos en círculo o en forma de U, para que cada miembro consiga ver a los demás. Con vistas a impedir interrupciones y evitar fisuras en la confidencialidad se restringe el acceso, pues debe garantizarse la privacidad y la ausencia de distracciones.⁽⁴¹⁾

Otras indicaciones de esta terapia incluyen las adicciones y el abuso de sustancias, trastornos ansiosos, depresivos o alimentarios, baja autoestima, violencia doméstica, divorcio, enfermedad crónica, duelo y pérdida, y situaciones relacionadas con la crianza de los hijos, entre otros.⁽⁴²⁾ En sentido general, los pacientes con trastornos por claudicación ante el estrés, (trastornos de adaptación, de ansiedad generalizada, de ansiedad fóbica, trastornos mixtos) han demostrado ser muy beneficiados.

Conclusiones

Desde los orígenes de la humanidad, la palabra y los recursos de la comunicación han estado presentes en la atención de diferentes trastornos, sobre todo los mentales. La importancia de la psicoterapia individual, y sobre todo de la grupal son revisados desde sus orígenes hasta la actualidad, con hincapié en sus momentos más destacados en cuanto a precursores, aportes y prácticas, tanto en el contexto mundial, como en el regional y el local. Ofrece grandes beneficios: el ahorro de tiempo y recursos (el mismo terapeuta atiende a la vez a varios pacientes), el hecho de que estos sean parte importante de la terapia (por lo que se fomenta el altruismo, la solidaridad, la empatía y demás habilidades sociales), el recibir una retroalimentación inmediata en cuanto a los cambios y mejoría, permiten elegirla como una opción señera.

El mundo pospandemia, las crecientes demandas de atención tras defunciones, distanciamientos y dificultades socioeconómicas, hacen ver a la psicoterapia grupal como una eficiente opción, cuyas características son resaltadas y permiten aquilatar por qué es modalidad elegida por muchos terapeutas en el presente, además del considerable ahorro de recursos. Se describen las diferentes clasificaciones de los grupos terapéuticos y sus indicaciones desde el punto de vista profesional. Las técnicas grupales, tienen preponderante lugar en el tratamiento de diversas afecciones psicológicas y otras no vinculadas con trastornos mentales.



Referencias bibliográficas

1. Hernández Figaredo P, García Gutiérrez L. Ética médica, psiquiatría y salud mental. [Internet]. La Habana: Ciencias Médicas, 2022. [citado 8 Feb 2023]. 112p. Disponible en: <http://www.bvscuba.sld.cu/libro/etica-medica-psiquiatria-y-salud-mental>
2. Herrera Huerta CA. Las Psicoterapias. En: Herrera Huerta CA. Compendio de Psiquiatría Clínica. México: Asociación Iberoamericana de Neurociencias y Psiquiatría; 2020. 589p.
3. Jarne EA, Cabré Segarra V. Tratamientos psicológicos en psicopatología. En: Jarne EA, Talam CA. Manual de Psicopatología Clínica. [Internet]. 2ª ed. Barcelona: Herder; 2023 [citado 1 May 2023].669p Disponible en: <https://docer.com.ar/doc/v0xv1s0>
4. Vallejo Ruiloba J. Introducción a la Psicopatología y la Psiquiatría 7ª ed. Barcelona: Elsevier Masson; 2011.1649p
5. Sadock BJ, Ahmad S, Sadock VA. Kaplan & Sadock Manual de Bolsillo de Psiquiatría Clínica. 6ª ed. Barcelona: Walters Kluwer; 2019.793p
6. González Menéndez R, Sandoval Ferrer J. Manual de Psiquiatría. La Habana: Ciencias Médicas. 2019. 333p
7. Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry. 12th edition. Ed: Boland R, Verduin ML. Philadelphia: Walters Kluwer; 2022. 3767p [Sinopsis de Psiquiatría de Kaplan y Sadock, 12e | Psiquiatría | Biblioteca de Salud \(lwwhealthlibrary.com\)](#)
8. Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P. Kaplan & Sadock Sinopsis de Psiquiatría [Internet]. 11ª ed. Barcelona:Walters Kluwer;2015 [citado 30 Oct 2021].1470p. Disponible en: <https://booksmedicos.org/kaplan-sadock-sinopsis-de-psiquiatria-11a-edicion/>
9. Novotney A. Keys to great group therapy. APA [Internet]. 2019 Apr [cited 2022 Sep 17];50(4):66 Available form: <https://www.apa.org/monitor/2019/04/group-therapy>
10. Treadwell T, Terry Diederich L. Historical Sketch of Group organizations. The Group Psychologist. [Internet]. Newsletter; 2022 Mar [cited 2023 Jan 18] Available from: <https://www.apadivisions.org/division-49/publications/newsletter/group-psychologist/2022/03/group-origins>
11. Medical News Today. [Internet]. United States: MNT. What are the benefits of group therapy? Newsletter; 2020 Dec [cited 2022 Apr 2] Available from: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/group-therapy>



12. American Psychological Association. [Internet]. Washington D.C.:APA. Psychotherapy: Understanding group therapy; 2019 Oct [cited 2022 Jan 8] Available from: <https://www.apa.org/topics/psychotherapy/group-therapy>
13. Díaz Portillo I. Bases de la terapia de grupo [Internet] México: Pax; 2000 [citado 5 Mar 2022]. 202 p. Disponible en: <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/bases-de-terapia-de-grupo.pdf>
14. Scheidlinger S. Historia de la terapia de grupo. En: Kaplan HI, Sadock BJ. Terapia de Grupo. 3ª Edición. Vol.I. La Habana: Ciencias Médicas;2006.p.2-11.
15. Verde Diego C, Adams J. origen del Trabajo social antiopresivo y reformista. Eur. J. Pragmatism Am. [Internet]. Philos. 2021. [cited 2022 Jul 23]; XIII-2 Available from: <https://journals.openedition.org/ejpap/2602>
16. Navarro Góngora J. Terapia de Grupos: Modalidades, Dinámica y Evaluación. Terapia de Grupo Research. [Internet]. 1995 Salamanca [citado 9 Feb 2021]; [aprox.33p.].Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/282360001_Terapia_de_Grupo/link/560e75c608ae48337515fa44/download
17. Le Bon G. Psicología de las Masas. [Internet]. Madrid: Biblioteca Virtual Omegalfa, 2018 [citado 1 Feb 2023].194p Disponible en: <https://omegalfa.es/titulos.php?letra=p&pagina=3>
18. Durkheim, E. Datos-BNE-ES [Internet]. Biblioteca Nacional de España. [citado 23 Ene 2023]. Disponible en: [https://datos.bne.es/persona/XX819686.html#:~:text=%C3%89mile%20Durkheim%20\(%C3%89pinal%2C%20Alsacia%2D,padres%20fundadores%20de%20dicha%20ciencia](https://datos.bne.es/persona/XX819686.html#:~:text=%C3%89mile%20Durkheim%20(%C3%89pinal%2C%20Alsacia%2D,padres%20fundadores%20de%20dicha%20ciencia)
19. Barlow, SH, Fuhriman, AJ, Burlingame, GM. The History of Group Counseling and Psychotherapy. In: DeLucia-Waack JL, Gerrity DA, Kalodner CR, Riva MT Eds., *Handbook of group counseling and psychotherapy*. Sage Publications Ltd. 2004.p.3–22.
20. Ezhumalai S, Muralidhar D, Dhanasekarapandian R, Shanti Nikketha B. Group Interventions. Indian J Psychiatry. [Internet]. 2018 Feb [cited 2023 Jan 11]; 60(Suppl4):S514–S521. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5844165/#:~:text=Joseph%20Hersey%20Pratt%20is%20known,be%20found%20in%20the%20sanatoria>
21. Pioneers in Group Psychotherapy. Joseph Hersey Pratt, MD. Int J. Group Psychother. [Internet]. 2015 Oct [cited 2022 Apr 5] Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00207284.1951.11507845?journalCode=ujgp20>



22. Scheidlinger S. Group Psychotherapy and Related Helping Groups Today: An Overview. Am. J Psychother. [Internet]. 2004 [cited 2023 Feb 23];58(3):265-280 Available from: <https://psychotherapy.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.psychotherapy.2004.58.3.265>
23. Group psychotherapy. The Columbia Electronic Encyclopedia, 6th ed. [Internet]. Columbia University Press. 2023. [cited 2023 Feb 28] Available from: <https://www.infoplease.com/encyclopedia/medicine/psychology/discipline/group-psychotherapy/origins-of-group-therapy>
24. Drury N, Tudor K. Trigant Burrow and the social world. Int. J. Appl. Psychoanal Stud. [Internet]. 2022 Mar [cited 2023 Jan 18] Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/aps.1743>
25. The History of Group Therapy, Part I: Genesis, 1895-1943 In: Introduction to Group Therapy. WSPCE [Internet]. [cited 2023 Jan 18] Available from: <https://www.wspce.org/shortcourse/History%20of%20Group%20Therapy%20I.pdf>
26. Alcoholics Anonymous World Services, Inc. El comienzo y crecimiento de A.A. [Internet]. 2021 [citado 21 Mar 2023]. Disponible en: <https://www.aa.org/es/the-start-and-growth-of-aa#:~:text=a%20su%20desarrollo.Los%20comienzos%20de%20A.A.,Ambos%20hab%C3%ADan%20sido%20alcoh%C3%B3licos%20desahuciados>
27. Gil Escudero G, Rodríguez Zafra M. Historia de la psicoterapia de grupo: antecedentes, inicio y desarrollo. Revista de Psicoterapia. [Internet]. 2022 Mar [citado 2 Feb 2023];33(121):7-26 Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8323322>
28. Scheidlinger S, Schamess G. Fifty Years of AGPA 1942-1992: An Overview. American Group Psychotherapy Association AGPA Organization. [Internet]. 1992 [cited 2022 Mar 3]; Available from: <https://www.agpa.org/home/about-us/agpa/50-year-history>
29. Velásquez LF. Terapia gestáltica de Friedrich Solomon Perls. Fundamentación fenomenológica-existencial. bvsalud.org Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte. [Internet]. 2001 [citado 6 Jun 2022];7:130-137 Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21300711.pdf>
30. Pereira M. Eric Berne y el análisis transaccional. ISEP [Internet]. 2020 Ene [citado 6 Jun 2022] Disponible en: <https://www.isep.es/actualidad/eric-berne-y-el-analisis-transaccional/>
31. Yalom ID, Leszcz M. The Theory and Practice of Group Psychotherapy. 6th Editon. New York: Basic Books. 2020. 827p
32. Falcone, R. La psicoterapia de grupo en los 50 y su presencia en la revista de la asociación Argentina de psicología y psicoterapia de grupo. XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de



Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología. Universidad de Buenos Aires. [Internet]. 2007 [citado 6 Jun 2021]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/000-073/70.pdf>

33. Colli Alonso M, Lorenzo M. Psicoterapia de grupo en Cuba: antecedentes y actualidad. Rev. Hosp. Psiquiatr. La Habana [Internet]. 2004 [citado 2 Oct 2022]; 1(2/3) Disponible en: <http://www.revistahph.sld.cu/hph0204/hph021004.htm>

34. Rodríguez Mesa RC. Recorrido histórico de los modelos de psicoterapia utilizadas en Cuba. Bibliopsiquis. Psiquiatria.com [Internet]. 2008 Mar [citado 26 Jun 2021];9. Disponible en: <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/recorrido-historico-de-los-modelos-de-psicoterapia-utilizadas-en-cuba/>

35. Clavijo Portieles A. Crisis, familia y psicoterapia. Panamá: D'McPherson. 2023.300p

36. Klein RH. Terapia de grupo breve. En: Kaplan HI, Sadock BJ. Terapia de Grupo. 3ª Edición. Vol.I. La Habana: Ciencias Médicas;2006.p.281-296.

37. The American Group Psychotherapy Association [Internet]. United States: AGPA. Practice Guidelines for Group Psychotherapy. 2007. [cited 2021 Jun 8]; 85p Available from: https://www.agpa.org/docs/default-source/practice-resources/download-full-guidelines-%28pdf-format%29-group-works!-evidence-on-the-effectiveness-of-group-therapy.pdf?sfvrsn=ce6385a9_2

38. Guimón J. Manual de terapias de grupo. Tipos, modelos y programas. Madrid: Biblioteca Nueva S.L. [Internet]. 2003 [citado 6 Jun 2021].2001p. Disponible en: https://www.academia.edu/34994105/Manual_de_terapia_de_grupo_Jose_Guim%C3%B3n_PDF

39. Salvendy JT. Selección y preparación de pacientes. Organización del grupo. En: Kaplan HI, Sadock BJ. Terapia de Grupo. 3ª Edición. Vol.I. La Habana: Ciencias Médicas;2006.p.78-90

40. Sadock BJ. Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica. 11 ed. Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P. Porto Alegre: Artmed, 2017.1490p.

41. Good Therapy [Internet]. United States of America. Group Therapy: Activities Types and Tips; 2019 Apr [cited 2021 Jun 2] Available from: <https://www.goodtherapy.org/learn-about-therapy/modes/group-therapy>

42. Bernard H, Burlingame G, Flores P, Greene L, Joyce A, Kobos JC et al. Clinical Practice Guidelines for Group Psychotherapy. Int J Group Psychother, [Internet]. 2008 Oct [cited 2022 Mar 30];58(4):455-542. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18837662/>

