

Terapia de grupo en el tratamiento del alcoholismo

Avila Escribano, J.J.

Unidad de Alcoholismo y Toxicomanías. Hospital Psiquiátrico de Salamanca. Médico adjunto.

Lozano Suárez, M.

Servicio de Psiquiatría. Hospital «Ramón y Cajal» de Madrid. Médico Adjunto.

RESUMEN

El presente trabajo señala que la Terapia de Grupo es una de las técnicas más importantes en el tratamiento y rehabilitación del alcoholismo. Los éxitos terapéuticos conseguidos con esta técnica oscilan entre el 60-75%. La Terapia de Grupo incide primordialmente en las características más significativas del enfermo alcohólico como son la dependencia, aislamiento y negación de la enfermedad. Así mismo se hace una revisión de las características de los diversos tipos de Terapia de grupo utilizados en el tratamiento del alcoholismo: Terapias de Grupo para enfermos alcohólicos, Terapias de Grupo para esposas de enfermos alcohólicos y Terapia de Grupo Familiar.

Palabras clave: *Alcoholismo, Terapia de Grupo, Terapia de Grupo para esposas de enfermos alcohólicos, Terapia de Grupo Familiar.*

SUMMARY

The present work points out that the Group Therapy is one of the most important method in the treatment and rehabilitation of alcoholism. The therapeutics success achieved with this method ranges between 60-75%. The Group Therapy basically influences in the most significant characteristics of alcoholic patient like dependence, isolation and disease negation. Likewise the work makes a review of the characteristics of the different types of Group Therapy used in the treatment of alcoholism: Group Therapy with alcoholics, Group Therapy for the wives of alcoholics and Family Group Therapy.

Key Words: *Alcoholism, Group Therapy, Group Therapy for the wives of alcoholics, Family Group Therapy.*

Correspondencia:

M. Lozano Suárez. C/. Núñez de Balboa, 115, 4.º K - 28006 MADRID.
Teléfono (91) 261 30 32

INTRODUCCION

Aunque el origen y desarrollo de la Terapia de grupo se remontan a la primera mitad de este siglo, sin embargo este tipo de técnicas adquirió gran relevancia en esta segunda mitad (Sadock B.J., 1980). Así mismo, es en esta época cuando comenzó a utilizarse la Terapia de Grupo en el tratamiento del Alcoholismo, como consecuencia de los éxitos que obtenían determinados grupos de autoayuda, denominados Alcohólicos Anónimos, cuyos orígenes se remontan a 1935.

En los últimos años múltiples autores (Lozano y cols., 1980; Zimberg S., 1982; Bach L. y Freixa F., 1983; Bogani M., 1984; Gual A. y Martínez M., 1985) han señalado la importancia que la Terapia de Grupo tiene en el tratamiento y rehabilitación de enfermos alcohólicos mientras otros autores (Stein A. y Friedman E., 1971 y Blume S.B., 1985) han considerado a esta técnica como el método de elección.

Sin embargo es necesario hacer algunas consideraciones. En primer lugar, no hay suficientes estudios controlados como para afirmar que la eficacia de las Terapias de Grupo sea mayor que otras técnicas, aunque algunos autores han señalado porcentajes de alcohólicos rehabilitados que oscilan entre el 60-75% (Stein A. y Friedman E., 1971 y Lozano M. y cols., 1980). En segundo lugar, no hay una técnica de terapia grupal que esté específicamente diseñada para el tratamiento del alcoholismo, por el contrario se puede afirmar que cada autor tiene su propia técnica. Por este motivo se han empleado técnicas con diversos presupuestos ideológicos, como psicodrama, análisis transaccional, orientación analítica, etc. Se han conseguido resultados dispares que no han mostrado que una técnica sea superior a las demás.

Junto a la eficacia terapéutica, aunque se desconozca el grado de la misma, la Terapia de Grupo presenta una serie de ventajas (Zimberg S., 1982; Blume S.B., 1985 y Kanas N., 1982):

A.- El enfermo alcohólico se caracteriza por ser una persona muy dependiente, lo

que induce al establecimiento de fuertes reacciones transferenciales en terapia individual. Sin embargo, en Terapia de Grupo, la transferencia no es tan intensa porque se difumina entre el terapeuta y algunos miembros del grupo.

B.- La enfermedad alcohólica conduce a los sujetos que la padecen al aislamiento o al mantenimiento de relaciones interpersonales superficiales. La Psicoterapia de Grupo rompe este aislamiento, favoreciendo las relaciones entre los miembros del grupo, es decir, tiene un efecto socializante.

C.- Otra característica que presenta el enfermo alcohólico es la negación que hace de su enfermedad. La presidencia de otras personas que se reconocen como enfermos alcohólicos sirve para romper este mecanismo de negación.

D.- Finalmente existe una ventaja económica. En Terapia de Grupo con un número limitado de terapeutas se puede tratar aun mayor número de pacientes.

TECNICAS DE GRUPO EN LA REHABILITACION DEL ALCOHOLISMO

En el momento actual es difícil hacer una sistematización de las diferentes técnicas grupales que se utilizan en el tratamiento del alcoholismo. Sin embargo, de forma general, se pueden dividir en dos grandes grupos, según se tenga en cuenta los aspectos teóricos y técnicos, o según predominen los aspectos formales.

1.- Según los aspectos teóricos y técnicos: Todos los grupos oscilan entre dos polos, en función de la complejidad teórica que enmarque el desarrollo grupal. Por una parte, la Terapia de Grupo puede seguir una orientación analítica en la que se analiza el mundo intrapsíquico de los pacientes y se centra el tratamiento alrededor del manejo de las transferencias. En otras terapias grupales se hace hincapié en los contenidos y fenómenos evolutivos que surgen en el grupo, de acuerdo a los prin-

cipios teóricos de Bion (Bion W., 1980). Finalmente, en otros grupos predomina el componente informativo-cognitivo de los múltiples aspectos de la enfermedad alcohólica. En este caso se habla de Grupos de Discusión Terapéutica (Bach L. y Freixa F., 1983) o Grupos Educativos (Kanas N., 1982).

2.- Según los aspectos formales: Existen varias posibilidades.

- *Grupos abiertos - Grupos cerrados.* Los grupos abiertos se caracterizan por la incorporación de nuevos miembros que inician tratamiento, junto con el abandono de la terapia por parte de otros sujetos. Este continuo movimiento de entrada y salida de enfermos ocasiona que el desarrollo terapéutico se realice en niveles superficiales. Por el contrario, en los grupos cerrados las mismas personas que iniciaron la terapia la terminan. Esta circunstancia exige una selección previa de los enfermos que van a participar en la terapia. Además son grupos que se desarrollan durante un periodo de tiempo determinado que se concreta en el inicio de la misma. En estos grupos los niveles de interacción y contenido son mayores. Zimberg (1982) señala que este tipo de terapia de grupo es idóneo para el tratamiento de enfermos alcohólicos que precisen internamientos prolongados.

- *Grupos Homogéneos - Grupos mixtos.* Los grupos homogéneos se forman de acuerdo a unos criterios de selección ya establecidos como sexo, edad, psicopatología presente, etc. Sin embargo, en los grupos mixtos los criterios de selección aunque existen, son más flexibles.

Con independencia de los principios clasificatorios generales, mencionados anteriormente, en el tratamiento y rehabilitación del alcoholismo se han utilizado 3 tipos de Terapia de Grupo que serán objeto de una somera revisión. Estos tipos son:

A.- Terapia de grupo para enfermos alcohólicos.

B.- Terapia de grupo para esposas de enfermos alcohólicos.

C.- Terapia familiar múltiple o Terapia de grupo familiar (TFM).

A.- TERAPIA DE GRUPO PARA ENFERMOS ALCOHOLICOS

Las razones que justifican la elección de la Terapia de Grupo en el tratamiento y rehabilitación del alcoholismo, se basan en la estructura subjetiva que presentan los pacientes alcohólicos. Generalmente el paciente alcohólico - tipo, es decir, la forma más habitual de ser paciente alcohólico, se caracteriza por utilizar el alcohol para compensar déficits personales; el alcohol le proporciona una sensación de seguridad, de euforia y de ánimo exaltado que parece conseguir una gran consistencia en los efectos y las actividades. Cuando los efectos del alcohol desaparecen, surge la desagradable realidad de su situación personal, familiar y laboral con la aparición de sentimientos de culpa que le obligan a ingerir más alcohol, produciéndose un círculo vicioso difícil de romper. A todo lo anterior se añaden otros mecanismos defensivos, destacando la negación, la proyección y la racionalización (Nace E.P., 1982; Retolaza A. y Moreno M., 1987) que influyen en el mantenimiento de la conducta alcohólica.

El objetivo de la terapia de grupo de enfermos alcohólicos es la consecución de la abstinencia y el mantenimiento de la misma, así como la integración social, laboral y familiar.

Se han utilizado gran diversidad de técnicas. Algunas de ellas (Kanas N., 1982 y Retolaza A. y Moreno M., 1987) se han inspirado en principios psicodinámicos. Las intervenciones de los terapeutas se circunscriben al análisis de los conflictos inconscientes que están en la base de la enfermedad alcohólica. En otras técnicas predomina el componente cognitivo y didáctico, donde se analizan los problemas físicos de la dependencia alcohólica, los conflictos que han habido en el medio familiar, social y laboral y las dificultades que aparecen en los primeros meses de abstinencia.

En ambos casos, mediante la identificación o a través de la confrontación con otros enfermos alcohólicos se origina la

ruptura de los mecanismos estructurales del enfermo alcohólico, anteriormente citados, y se produce un alivio de los sentimientos de culpa, lo que posibilita su rehabilitación.

B.- TERAPIA DE GRUPO PARA ESPOSAS DE ENFERMOS ALCOHÓLICOS

La enfermedad alcohólica afecta, no solo al sujeto que presenta dicha enfermedad, sino que trasciende a todo el sistema familiar. Cuando es el hombre quien padece el alcoholismo, que es la situación más frecuente, abundan en estas familias las discusiones, los insultos y la agresividad física y a veces sexual. Estos hechos son la consecuencia de unas dinámicas familiares alteradas que conducen a una desorganización de la familia que es la paralela al deterioro que sufre el enfermo a través de su enfermedad (Howard D.P. y Howard T.H., 1985).

No es raro que en este marco la familia se halle en una situación de crisis permanente. La esposa, sin embargo, intenta superar todas estas dificultades mediante la elaboración de diversas estrategias, en algunos casos, o a través del padecimiento de trastornos psicopatológicos, en otros casos (Jackson J.K., 1954; Nace E.P., 1982). Ambas situaciones pueden tener un efecto nocivo en el alcoholismo del enfermo, influyendo en el mantenimiento de la enfermedad.

Cuando el enfermo alcohólico consigue la sobriedad, pueden surgir nuevos problemas y dificultades. Estes y cols. (1976) han señalado que estas dificultades tienen un origen múltiple. Algunas surgen cuando el enfermo rehabilitado trata de asumir el rol que le corresponde; otras aparecen como consecuencia de una comunicación perturbada en la pareja; o bien de los trastornos de conducta y personalidad del enfermo, que puede presentar en la sobriedad («Síndrome dry-drunk»), y finalmente de las respuestas afectivas de la esposa.

Todos estos hechos han inducido a varios autores (Pixley J.M. y Stiefel J.R.,

1963; Estes N.J. y Hanson K.J., 1976; Pereira R. y Etxebarria L., 1984; Retolaza A. y Moreno M., 1987) a prestar atención terapéutica a las esposas de enfermos alcohólicos, mediante psicoterapia de grupo. La psicoterapia de grupo intenta cumplir dos objetivos: primero, conseguir en la esposa mayor comprensión de la enfermedad del marido, con el fin de prestarle ayuda de una manera más efectiva, y segundo, se pretende que la esposa conozca sus propios sentimientos y problemas intrapsíquicos.

Generalmente la terapia de grupo para mujeres de enfermos alcohólicos se desarrolla paralelamente al tratamiento de éstos, mediante la constitución de grupos cerrados; sin embargo los principios teóricos y técnicos son variables. Algunos autores (Pixley J.M. y Stiefel J.R., 1963; Retolaza A. y Moreno M., 1987) combinaron varios principios, a medida que el grupo progresaba, pasando de una orientación informativa y consultiva, a una orientación analítica.

Todos los autores anteriormente citados han señalado que la eficacia de la terapia de grupo para esposas de enfermos alcohólicos se tradujo en un mayor conocimiento de sus propios sentimientos y mayor comprensión de la conducta alcohólica del marido, con lo que mejoraron las relaciones familiares y la propia conducta alcohólica.

C.- TERAPIA FAMILIAR MÚLTIPLE O TERAPIA DE GRUPO FAMILIAR

En los últimos años se ha realizado una aproximación sistemática de la familia alcohólica, es decir, en la que uno de sus miembros parentales es paciente alcohólico. Dentro de este sistema familiar la conducta alcohólica sirve para el mantenimiento de la homeostasis familiar, lo que origina la aparición de una resistencia para que este tipo de conducta se extinga. Steinglass y cols. (1977) han postulado que la conducta alcohólica puede tener dos funciones:

a) Por una parte sería la señal de alarma

de un mal funcionamiento del sistema familiar, donde los mecanismos de enfrentamiento empiezan a quebrarse.

b) Por otra parte, puede tener una función organizadora del sistema familiar, en el sentido que interviene en el mantenimiento del mismo.

La combinación de las técnicas de la terapia de grupo con la Terapia de Familia supuso la creación de un nuevo tipo de terapia, conocida como Terapia Familiar Múltiple o Terapia de Grupo Familiar (TFM). Laqueur y cols. (1974) fueron los pioneros en este tipo de técnica, que posteriormente se utilizó en el tratamiento del alcoholismo.

En el momento actual se han realizado varios estudios que han demostrado la efectividad y ventajas de la Terapia Familiar Múltiple (TFM) - Lorenzo y cols. (1987) han señalado en su estudio que los pacientes alcohólicos que participaban en terapia de grupo, conjuntamente con sus familiares, tenían menos recaídas y permanecían en tratamiento durante un tiempo más prolongado. Gallant y cols. (1985) después de un periodo de seguimiento de 18 meses, obtuvieron con este tipo de terapia un porcentaje de éxitos próximo al 60%. Lozano y cols. (1980) obtuvieron un porcentaje de resultados positivos ligeramente superior.

Arieli (1981) ha señalado en su estudio que además de conseguir una mejoría en la conducta alcohólica, obtuvo también un cambio en las relaciones familiares y mejoría en los trastornos psicopatológicos de la esposa. Así mismo, este autor ha señalado que la «identificación múltiple», es decir, con otras esposas presentes en el grupo, era uno de los factores terapéuticos que más relevancia cobraba, en este tipo de terapia.

Finalmente, Nace (1982) ha señalado que la esposa, en primer lugar ejerce un papel destacado en la motivación para iniciar el tratamiento, y en segundo lugar, su influencia es importante en el proceso terapéutico en sí. Aunque este autor no realizó un seguimiento sistemático de los grupos de TFM que condujo, comprobó que

este procedimiento terapéutico permitía disminuir el asilamiento de la pareja y obtenía una reducción de la angustia y sentimientos de culpa.

BIBLIOGRAFIA

- ARIELI A. (1981): *Multicouple Group Therapy of alcoholics*. Int. J. Addict., 16: 773-782.
- BACH L. y FREIXA F. (1983): *El Alcoholismo*. Barcelona. Ed. La Gaya Ciencia 159 pp.
- BION W. (1980): *Experiencias en grupos*. Barcelona. Paidós 155 pp.
- BLUME S. B. (1985): Group Psychotherapy in the treatment of alcoholism. En: Practical approaches to alcoholism Psychotherapy. Zimberg S., Wallace J., Blume S.B., Editors. 2.^a edición. New York. Plenum Press. 406 pp.
- BOGANI M. (1984): Psicoterapia de grupo en el alcoholismo. *Drogalcohol*, 9: 25-31.
- ESTES N.J. y HANSON K.J. (1976): *Sobriety: Problems, challenges and solutions*. Am. J. Psychother. 30: 256-266.
- GALLANT D.M. and MALLOT D.B. (1985): *Intervention technique and married couples on alcoholism psychotherapy*. En *Practical approaches to alcoholism psychotherapy*. Zimberg S., Wallace J., Blume S.B., Editors. 2.^a edición. New York. Plenum Press. 406 pp.
- GUAL A. y MARTINEZ M. (1985): *Psicoterapia de grupo en alcohólicos. Una teoría evolutiva*. Informaciones Psiquiátricas, 101: 255-264.
- HOWARD D.P. y HOWARD T.H. (1985): Treatment of the significant other. En: practical approaches to alcoholism psychotherapy. Zimberg S., Wallace J., and Blume S.B., editors. 2.^a edición. New York. Plenum Press. 406 pp.
- JACKSON J.K. (1954): The adjustment of the family to the crisis of alcoholism. Q. J. Stud. Alc. 15: 562-586.
- KANAS N. (1982): Alcoholism and Psychotherapy. En: Encyclopedic Handbook of Alcoholism. Pattison E.M. and Kauf-

- man E., editors. New York. Gardner Press. 1230 pp.
- LAQUEUR H.P., LABURT H. A. y MORONG E. (1974): Terapia familiar múltiple: Nuevos desarrollos. En: Tratamiento de la familia, Haley J., editor. Barcelona. Ediciones Toray. 294 pp.
- LORENZO A., GONZALEZ C., FARIÑAS E., y LARRE-BORGES A. (1987): Evaluación de la influencia de la implicación familiar en la terapia del alcoholismo. *Psiquis*, 8: 13-22.
- LOZANO M., HERNANDEZ P., y RODRIGUEZ M. (1980): Terapia de grupo familiar en la Asociación de Alcohólicos Rehabilitados de Salamanca. *Drogalcohol*, 5: 65-75.
- NACE E.P. (1982): Therapeutic approaches to the alcoholic marriage. *Psychiatr. Clin. North. Am.* 5: 543-564.
- PEREIRA R. y ETXEBARRIA L. (1984): Mujeres de alcohólicos: Una experiencia grupal. *Drogalcohol*, 9: 21-29.
- PIXLEY J.M. y STIEFEL J.R. (1963): Group therapy designed to meet the needs of the al alcoholic's wife. *Q. J. Stud. Alc.*, 24: 304-314.
- RETOLAZA A. y MORENO M. (1987): Algunas consideraciones psicodinámicas sobre el alcoholismo. Experiencias con grupos de alcohólicos y familiares. *Osakidetza*, n.º 4: 388-394.
- SADOCK B.J. (1980): Group Psychotherapy, combined individual and group psychotherapy, and psychodrama. En: *Comprehensive textbook of Psychiatry III*. Freedman A.M., Kaplan H.I. and Sadock B.J., editors, vol. 2. Baltimore. Williams and Wilkins. 3365 pp.
- STEIN A. FRIEDMAN E. (1971): Group therapy with alcoholics. En: *Comprehensive Group Psychotherapy*, Kaplan H.I. and Sadock B.J., editors, Williams and Wilkins. 414 pp.
- STREINGLASS P., DAVIS D.I. y BERENSON D. (1977): Observations of conjointly hospitalized «alcoholic couples» during sobriety and intoxication: Implications for theory and therapy. *Fam. Process*, 16: 1-16.
- ZIMBERG S. (1982): Psychotherapy in the treatment of alcoholism. En *Encyclopedic Handbook of Alcoholism*, Pattison E.M. and Kaufman., editors, New York. Gardner Press, 1230 pp.