



TERAPIA GRUPAL EN EL PACIENTE CON DOLOR CRÓNICO. UN ENFOQUE TRANSPERSONAL.

Daniel Vicente Rivera Psiquiatra.

Centro de Salud Mental. Cinco Villas. Zaragoza.

Generalmente, la eficacia de una intervención psicoterapéutica depende de múltiples factores y resulta extremadamente complicado controlar todos los aspectos relacionados con los mismos. Además de la corriente psicoterapéutica teórica, influyen las habilidades del terapeuta, el encuadre establecido, las características específicas de los pacientes y algunos intangibles relacionados con la alianza terapéutica que trascienden en muchos casos la esfera racional. No obstante, a pesar de toda esta complejidad, forma parte de nuestras competencias como psicoterapeutas tratar de equilibrar y optimizar nuestras capacidades, conocimientos y herramientas para adaptarlas a las necesidades concretas de un paciente o de un grupo de pacientes. Muchas de las personas que sufren de dolor crónico comparten unas características comunes derivadas de su patología y de sus consecuencias personales y sociales. El extremo sufrimiento inmediato que genera el dolor, la dificultad de aceptación de la discapacidad, la pérdida de actividad laboral, el rechazo institucional y social, el sentimiento de invalidez, el deterioro de las relaciones de pareja y familiares. Todos estos aspectos generan una enorme frustración y un sentimiento de impotencia que lleva al aislamiento y a la desesperación. Una pérdida de sentido vital relacionada con la pérdida de la imagen de sí mismos. Una terapia grupal de enfoque existencial y transpersonal puede responder a las necesidades de este perfil de pacientes favoreciendo algunos aspectos: El sentimiento de pertenencia al grupo y a la sociedad, la aceptación del cambio vital, la reconstrucción del sí mismo más allá de la pérdida de roles, la creación de un nuevo sentido vital. Estos son algunos de los beneficios que pueden obtenerse de un enfoque terapéutico basado en el autoconocimiento y en el aprendizaje interpersonal.