

# alimara

REVISTA DE TREBALL SOCIAL  
SEGONA ÈPOCA / NÚMERO 38 / DESEMBRE DE 1996



Consell Insular  
de Mallorca

# alimara

Núm 38

Segona Època, desembre de 1996

Edita: Consell Insular de mallorca

Redacció: Servei d'Acció Social i Sanitat

General Riera, 67

07010 Palma

Tel.: (971) 76 07 62

Fax: (971) 76 19 52

Portada: Vellesa i Família

Pere Alemany

Maquetació i Impressió: Maringraf, S.L.

Dipòsit Legal: PM - 128 - 1997

Els articles d'aquesta revista expressen únicament l'opinió dels seus autors.



---

# LA TERÀPIA DE GRUP EN EL TRACTAMENT DE L'ALCOHOLISME

M<sup>a</sup> Julia Monge Cañellas

Psicòloga de l'Equip d'Atenció a les Drogodependències  
Consell Insular de Mallorca

La teràpia de grup és una part fonamental del tractament de l'alcoholisme. Gairebé tots els programes que tracten aquesta drogoaddicció utilitzen el grup com a eina terapèutica.

La fase de la deshabitució alcohòlica no consisteix en una intervenció terapèutica puntual, sinó que es tracta d'un procés terapèutic consistent en l'aplicació de diverses estratègies i tècniques per part d'un equip multidisciplinar i especialitzat.

Les tècniques de grup són utilitzades en l'abordatge de l'alcoholisme com a una eina complementària al seguiment individual.

Es tracta d'un recurs terapèutic, l'eficàcia del qual no és fàcilment demostrable ja que no sol ser utilitzat com a única tècnica de tractament, sinó com a una part del programa de tractament.

Malgrat tot, és evident la superioritat de resultats dels programes de tractament d'alcoholisme que incorporen la tècnica de grup sobre els programes que no l'inclouen. Aquesta superioritat està demostrada en diversos estudis comparatius i es pot corroborar amb els resultats de la pràctica clínica diària.

En funció de les característiques del programa de tractament variaran també les característiques del grup per a alcohòlics. Diversos factors poden configurar la teràpia de grup: enfocament de l'equip terapèutic, estil del terapeuta, disponibilitat horària o d'espai, nombre d'alcohòlics en tractament, característiques del servei; i és per aquest motiu que moltes vegades ens trobam amb grups per a alcohòlics molt diferents els uns dels altres.

Malgrat això, aquest article intenta recollir les característiques comunes de la teràpia de grup per a alcohòlics, els objectius que, generalment, es volen aconseguir, quins alcohòlics poden acudir al grup i a quin moment és recomanable fer-ho.

## **1) CARACTERÍSTIQUES DEL GRUP PER A ALCOHÒLICS. AVANTATGES**

### **1.1 - ÉS UN RECURS RENDIBLE:**

- \* Rendibilitat de temps.
- \* Rendibilitat pel nombre de pacients atesos a la vegada.
- \* Rendibilitat de professionals que l'han de dur a terme.

### **1.2 - FACILITA LA PARTICIPACIÓ ACTIVA DE L'ALCOHÒLIC: No el considera un element passiu que rep sense donar res a canvi.**

1.3 - **ÉS UN RECURS AMPLIABLE, EN EL QUE ES PODEN IMPLICAR ALTRES PERSONES:** Familiars, alcohòlics rehabilitats, ...

1.4 - **FACILITA L'AUTONOMIA:** La interacció entre pacients disminueix el protagonisme del terapeuta i afavoreix el major compromís de l'alcohòlic amb el tractament.

1.5 - **ES TRACTA D'UN ÒPTIM ESCENARI PER A L'ENTRENAMENT SOCIAL:** Per a l'aprenentatge d'habilitats socials i per augmentar l'èxit de les intervencions terapèutiques que es posen en pràctica en el grup.

## **2) OBJECTIUS DEL GRUP:**

2.1 - **OBJECTIU GENERAL:** Aconseguir que els membres del grup puguin manifestar-se obertament més enllà del seu problema identificat (= alcoholisme) afavorint-se la solució de conflictes i l'adquisició d'habilitats d'enfrontament a problemes teòrics i pràctics. Tot allò per a «**CONSOLIDAR L'ABSTINÈNCIA I APRENDRE A VIURE SENSE ALCOHOL.**».

2.2 - **ALTRES OBJECTIUS:**

a) **COMPRESIÓ** en profunditat de l'alcoholisme. Permet obtenir informació adequada.

b) La pròpia **CONSCIENCIACIÓ I IDENTIFICACIÓ** com a alcoholdependent. Acceptació del propi alcoholisme.

c) **DESCULPABILITZACIÓ** pròpia i l'exculpació de tercers. Abandonament de postures victimàries. Facilita l'alliberament de tensions.

d) Adquirir **RESPONSABILITAT** en el tractament, adquirir protagonisme en la pròpia recuperació. Incrementar la seguretat en ell mateix i millorar l'autoestima.

e) **SOLIDARITAT:** fidelitat al grup i suport als seus membres. Lloc d'encontre tolerant.

f) **APRENENTATGE:** de conductes alternatives, relació social sense alcohol, ...

g) Reforç de la sobrietat, de l'**ABSTINÈNCIA**.

h) **PREVENCIÓ DE RECAIGUDES:** Estratègies per a la identificació de situacions de risc i incrementar les seves possibilitats d'enfrontament. Abordatge de les recaigudes que es presentin en el grup: solució de conflictes, resolució de problemes.

i) Progressiva **SUPERACIÓ DE L'ADDICCIÓ** amb la reintegració plena a la societat (a nivell familiar, laboral o acadèmic, ...). Afavorir el canvi de l'estil de vida.

j) **INDEPENDITZACIÓ** gradual del grup, evitant automarginació o dependències al grup o a membres d'aquest.

## **3) CRITERIS D'INCLUSIÓ - EXCLUSIÓ DEL GRUP**

3.1 - **CRITERIS D'INCLUSIÓ:**

Fonamentalment la **VOLUNTAT DE CANVI**, encara que sigui ambivalent i la

---

CONSCIÈNCIA DE DEPENDÈNCIA ALCOHÒLICA, encara que no estigui totalment definida. És a dir, el qüestionament crític de la pròpia conducta i la disposició a introduir canvis.

Per part de l'alcohòlic es requereix:

- a) Haver superat la fase de desintoxicació.
- b) Reunir les condicions físiques, psíquiques i socials suficients per incloure's participativament en el grup.
- c) Estar mínimament informat del procés de tractament a seguir i de la funció del grup a l'esmentat procés.
- d) Haver acceptat el programa de deshabitució i el compromís d'abstinència. Acceptació de les normes grupals mitjançant la signatura del contracte terapèutic, ja sigui de forma verbal o escrita.

### 3.2 - CRITERIS D'EXCLUSIÓ:

- a) Psicopatologia greu.
- b) Nivell intel·lectual insuficient o deteriorament mental sever.
- c) Sociopatia o inadaptació social important.
- d) Personalitat histriònica, que cerca un fòrum.
- f) No compartir l'objectiu terapèutic de forma manifesta i després de les ambivalències inicials. Si la persona no accepta el seu alcoholisme, se seguirà treballant la motivació a nivell individual.
- g) Reiteració o ocultació de recaigudes sense intenció de canvi aparentmentides.
- h) Actitud parasitària o manipuladora amb la intenció d'obtenir beneficis secundaris.

No s'exclou la persona de dubtosa convicció per seguir el programa terapèutic i que ho segueix de forma forçada, perquè el grup pot promoure l'autèntic canvi motivacional. És suficient un mínim de motivació o l'acceptació de seguir el programa de tractament, ja que el grup afavorirà l'increment de la motivació.

## 4) QUAN INCORPORAR AL GRUP

«TAN AVIAT COM ES PUGUI, PERÒ SENSE PRECIPITAR-SE»

TAN AVIAT COM ES PUGUI, perquè:

- a) La confrontació amb altres alcohòlics accelera la presa de consciència i la següent disciplina terapèutica. Més eficaç en aquest sentit que les entrevistes individuals.
- b) Per a la persona que acaba d'iniciar el tractament, el grup constitueix un suport moral. Disminueix el sentiment de culpa.
- c) Si s'incorpora al grup quan «ja» se sent recuperat difícilment acceptarà la idoneïtat d'assistir al grup, amb el risc inclòs d'abandonar el tractament.

SENSE PRECIPITACIONS, perquè:

- a) L'entrada en el grup d'alcohòlics «verds», que encara no han aconseguit els criteris d'inclusió, pot distorsionar el diàleg i tenir un efecte negatiu per al grup.
- b) Les incorporacions prematures i continuades poden causar que el grup se senti ancorat en un etern «tornar a començar», amb sensació d'estancament, de no avançar.

## **5) MODALITATS DIFERENTS DE LA TERÀPIA DE GRUP PER A ALCOHÒLICS.**

La tècnica de grup més utilitzada en el tractament de l'alcoholisme és la de grups de discussió amb la presència d'un terapeuta-moderador.

Aquest tipus de grups posen un major accent en el procés que segueix el grup, més que en el contingut. Malgrat tractar-se assumptes concrets en cada sessió, normalment relacionats amb l'alcoholisme, permet que surtin a la superfície els aspectes emocionals dels seus membres, la qual cosa aporta major riquesa terapèutica al grup.

Segons la composició del grup, o les característiques dels seus membres, podem distingir varis tipus de grup:

- a) Alcohòlics sols.
- b) Alcohòlics i familiars.
- c) Familiars d'alcohòlics (familiars - parella o altres - sols).
- d) Alcohòlics joves: Característiques del bevedor alcoholòman, amb un procés d'alcoholització més ràpid. És freqüent l'ús d'altres drogues.
- e) Dones alcohòliques: Malgrat que els patrons de consum es van igualant als dels homes, encara persisteixen diferències.
- f) Alcohòlics ancians: Inici tardà de l'abús o dependència, on l'alcohol s'ha utilitzat per a pal·liar pèrdues o suportar les dificultats de la jubilació.
- g) Fills d'alcohòlics (menors d'edat).

## **6) METODOLOGIA**

En funció dels objectius que es prioritzin i de les característiques del servei o terapeuta la metodologia serà diferent.

La meua experiència em diu que seria recomanable que el grup per a alcohòlics reunís les següents característiques:

- 6.1 - Freqüència: setmanal o quinzenal.
- 6.2 - Duració de cada sessió: una hora i mitja si és quinzenal i una hora si és setmanal.
- 6.3 - Temps d'assistència al grup: mínim un any. Finalitza l'assistència amb l'alta terapèutica.
- 6.4 - Moment d'inclusió al grup: una vegada aconseguida l'abstinència a l'alcohol i quan es reuneixen els criteris d'inclusió.
- 6.5 - Nombre d'assistents: un mínim de sis i un màxim de vint. Això determinarà també si el grup és obert o tancat, sense que aquesta característica sigui determinant ja que un grup obert té l'avantatge de la mobilitat dels seus membres contràriament a l'estabilitat d'un grup tancat.
- 6.6 - Inclusió del familiar responsable: És preferible que sigui la parella i que assisteixi de forma alterna a les sessions de grup. És a dir, una sessió d'alcohòlics sols seguida d'una sessió d'alcohòlics amb les seves parelles (els que les tinguin).
- 6.7 - Funcions del terapeuta: en principi, pot tractar-se de qualsevol professional

---

de l'equip de tractament que tingui formació en drogodependències i dinàmica de grup.

La presència d'un coterapeuta no és imprescindible, però sempre facilita la tasca del terapeuta mitjançant la seva observació i registre escrit de la sessió.

El terapeuta no és un líder sinó un afavoridor de les relacions grupals. És fonamental que sintonitzi o empatitzi amb el grup.

Les seves funcions són: observar, moderar, seguir i observar l'evolució del grup i els seus membres, detectar possibles psicopatologies no detectades abans (per indicar exclusions de grup). En definitiva, afavorir el bon funcionament de la dinàmica grupal.

6.8 - Signatura del contracte terapèutic o compromís terapèutic: es pot fer de forma verbal o escrita. Les pautes bàsiques a complir serien: regularitat en l'assistència (avisar o justificar les faltes), puntualitat, confidencialitat, respecte als altres, participació activa i compromís d'abstinència (comunicar les recaigudes).