



La criança com a base de la Salut Mental

RESUM PONENCIA:

GRUP DE PARES: ACOMPANYAR DES DEL COMPARTIR

Irene Burriel (psicòloga del CDIAP del Maresme) i Imma Cruxent (psicòloga i logopeda del CDIAP del Maresme)

Aquesta experiència grupal neix de la nostra inquietud per poder acompanyar els pares en els aspectes de criança que surten de manera recurrent en el treball individual amb pares i famílies i en el desig de poder oferir un espai on poder compartir experiències entre ells que poguessin ser afavoridores del pensament i de la relació.

Entenem per “acompanyar” un espai per aturar-se i pensar conjuntament.

Per altra banda també hi havia el repte i el desig de poder compartir aquesta experiència formant una parella terapèutica, veient com la conjunció de dues mirades diferents es complementen i s'enriqueixen.

Objectius

- L'Eix principal serà la criança.
La criança dels fills no es fàcil. Amb l'arribada d'un fill es produeixen canvis d'identitat en els pares... i sorgeixen moltes preguntes...ens canviarà la vida?... Ho farem prou bé?...repetirem els models dels nostres pares?... Que necessita el nostre fill?...
- Oferir un espai per pensar i acompanyar, promovent quan calgui eines de retorn en les seves demandes.
- Intercanviar comunicació i experiència sobre el que els preocupa, a partir de la interacció i la relació.
- Promoure la capacitat d'observació dels pares en relació als seus fills.
- Aprofundir en les dinàmiques de relació familiar per un major coneixement dels fills.

Metodologia:

- Grup tancat d'una durada de 8 mesos (16 sessions)

Pensem en la importància de que sigui tancat, en el sentit de grup com a “continent segur i estable” i com a dipositari d'ansietat.

- Freqüència: Quinzenal
- No és un grup de pares paral·lel a un grup de nens.
- Els membres són pares de fills amb dificultats relacionades amb la son, l'alimentació, la motricitat, el control esfínters, maduresa general, creixement...en edats compreses entre els 2'8 (inici d'entrada a p3) i els 4 anys.
- Si només assisteix una parella de pares, el grup no es farà. Considerem que això no seria un grup i entrariem en la modalitat d'entrevista de pares, i també pensem que podria condicionar la relació terapeutes-grup.
- En el cas de que sigui una de les terapeutes que no pot assistir, el grup es farà igual.
- Alguns dels fills dels pares assistents al grup estaven sent atesos per altres terapeutes.
- A través del marc de treball (setting) transmetem la idea de continent. Els criteris d'organització interns i externs.
- Fem una reunió d'inici a on expliquem a les famílies els objectius i la metodologia.

COORDINACIÓ ENTRE TERAPEUTES:

Després de fer unes quantes sessions de grup fem una primera trobada entre nosaltres, per poder valorar i anar comprenent el que dins de la dinàmica del grup s'anava gestant.

Necessitàvem i pensàvem en la importància de poder-nos aturar i en la creació d'un espai mental propi. És en aquesta primera trobada on ens qüestionem i ens preguntem coses tals com:

Què esperàvem nosaltres del grup, de nosaltres mateixes?...

Qui és qui espera que hi hagin canvis? Les terapeutes? els pacient?

Com ens sentim?

Reflexionem sobre la importància de poder aguantar, la incertesa de no donar solucions immediates, de la nostra pròpia capacitat d'espera i comprensió.

El mantenir una actitud benvolent i de respecte.

Una mirada també cap a nosaltres, d'empatia, sentit de l'humor, calidesa, capacitat d'escolta neutra i humilitat dins d'un marc de contenció per així donar seguretat i estabilitat al grup.

Tot això esmentat definiria el simple i a la vegada complex terme d'acompanyar i com molt bé parla Foulkes, "és l'actitud del terapeuta la que condiciona l'evolució del grup".

En un inici els pares ens parlaven d'alimentació, del part, de la son, de la parla, de la seguretat, les rabietes, de les emocions i ho van poder relacionar amb les seves pròpies infanteses, i com aquestes ens poden condicionar en la nostra relació amb els fills. Vam observar com es donaven explicacions sobre la cria dels seus fills fent servir teories sobre les que ells no tenien cap control, tals com: "els fills són així"... "ja se sap que els fills ens prenent el pel" "és clar com que és geminis"... Hi havia també molta demanda d'eines i estratègies concretes i paulatinament van anar fent un procés cap al pensament i la mentalització.

És un grup que s'ha plantejat des de l'inici el tema dels jocs i metodologies tipus Super Nanny, i hem vist com això ha anat perdent força deixant pas a d'altres maneres més acords amb els seus estils familiars particulars.

Vam anar veient com dins del grup anaven sortint les maneres de funcionament de les que parla Bion:

- **El grup de treball** amb més capacitat de tolerància a la frustració, capacitat d'elaboració de les emocions i que busca adquirir coneixement a partir de la experiència.
- **El grup de supòsit bàsic** que vol evitar la frustració de l'aprenentatge per l'experiència, que busca: la dependència del qui dona seguretat, algú que protegeix... com quan fan referència a la super nanny, o ens demanen pautes...l'atac-fuga un exemple seria quan fan grup a la sala d'espera i l'esperança messiànica com quan parlen de com les coses s'expliquen a través dels signes del zodíac...

Entre el grup de treball i el grup de supòsit bàsic s'estableix una alternança.

Durant aquestes primeres sessions també es van anar produint diferents moments del grup en funció també dels assistents.

Alguns pares es mostraven ansiosos, invasius, altres en silenci...i poc a poc es van anar trobant i ajustant, sense perdre les seves tendències.

Vam observar que s'anaven donant les següents etapes:

- Queixa i recerca de normes i fórmules magistrals.
- Evocació de la pròpia infància i del que feien ells i el que feien els seus pares
- Elaboració d'opinions sobre el que els passa a ells i als altres pares
- Canvis sobre la imatge que tenen dels seus fills.

REFLEXIONS arrel d'una sessió de grup:

En aquesta sessió surten aspectes d'omnipotència a l'hora que també aquests fan grup. Ex: Quan diuen "...no cal fer grup". Fan grup paral·lel a sala d'espera.

Veiem també el poder fer present en el grup el que s'ha parlat fora. Ex: quan convidem al grup a fer-nos partícips del que deien.

Cal destacar la importància de la posició de les cadires. Això marca una estabilitat en el grup a la vegada que mantenir els llocs dels qui no venen, fa present l'absència d'aquestes persones.

Això genera desesperança tan en els membres del grup com als terapeutes, aspecte important que aquests hauran de poder aguantar per sostenir al grup. Al mateix temps genera esperança i serà a partir d'aquests sentiments que el grup podrà desplegar les seves fantasies. L'elaboració d'aquestes absències genera l'inici de la representació mental grupal.

Veiem també que en molts moments del grup ja es dóna pensament. Per exemple el poder pensar, es qüestionen i van fent hipòtesis de que es el que està passant amb els fills, com ho connecten amb les emocions...parlen de "nervis"...Parlen de les seves infàncies. Surten ferides narcisístiques molt bàsiques amb el tema del menjar, tema molt recurrent.

Els sentim més vinculats.

En relació aquell pare inicialment des valoritzat i al que li vam poder donar veu, trenca el bucle en el que havia entrat la conversa. Entra en aquesta simbiosi-dualitat mare-fill i obra la porta al grup.

És el pare, el tercer, qui marca la diferenciació. Apareix la triangulació.

REFLEXIONS de la última sessió de grup:

L' acabament del grup és molt maco perquè venen totes les parelles de pares. Importància del paper del pare.

L'experiència grupal ha ajudat a integrar el pare, a que la mare li dones més entrada i a fer- l' ho més actiu en la criança.

L'objectiu de tots els grups és que els pares vegin que no estan sols. Els problemes d'un també poden passar- li a un altre. Que el grup sigui com una galeria de miralls que reflecteix les coses d'uns i dels altres. El grup redueix l'ansietat i promou l'autoestima com explica Tizon.

Permet la complementarietat: què puc incorporar de l'altre?, que pot incorporar l'altre de mi? Tots aprenem de cadascú. Aprenem de l'Experiència com ens parla W.Bion.

Controlar que no ens posem nerviosos, és igual a contenció emocional, que no ens desbordi l'ansietat, poder veure que no estem sols, controlar l'angoixa.

El grup allibera ansietat a través de l'expressió verbal del conflicte.

El grup genera esperança i vida: desig d'un segon fill, desig de parella, desig de compartir la criança, les emocions per tant estan vives.

ELS ASPECTES QUE DESTAQUEM DE LA NOSTRA EXPERIÈNCIA GRUPAL SÓN:

1-El paper del pare com figura important a la criança:

Veure com el grup evoluciona des d'aquella primera intervenció "ja veus pel que serveix, si no diu res..." fins a la darrera sessió, en que vénen tots. Creiem que el fet d'haver mantingut mentalment i amb les cadires buides la presència dels pares, és el que ha fet que de manera oscil·lant anessin venint tots els pares i poguéssim fer una cloenda amb la presència de tots.

Aquí de nou, la importància de la presència de l'absència.

2-Contenció emocional:

El marc de treball i l'actitud mental per part de les terapeutes han actuat com a continents de l'experiència emocional i de l'espai mental de la relació entre els membres del grup.

Els nous models de família perden referents de contenció emocional per les noves realitats familiars i socials, pocs avis, immigracions, separacions....

Viure una experiència relacional en grup és viure una experiència emocional de contenció.

Importància també de la funció de Reverie....pensar en les sessions per poder retornar, i també en el grup perquè ells puguin pensar i retornar.....a partir de les pròpies experiències del grup.

Grup com espai mental compartit.

3-Temes de criança

Podem constatar com van haver-hi millores simptomàtiques en dos dels temes més recurrents i preocupants d'entrada, l'alimentació i el son.

4-Grup com a generador d'esperança:

Pensem que en aquest grup s'ha promogut l'esperança (Meltzer 1989), ha estat possible parlar i respectar-nos.

S'ha pogut rescatar el que els pares pensen però que van deixant davant dels entrebancs i de les inseguretats, com en aquell moment que una mare diu, en la última sessió: *"El mon no ha de decidir el que jo vull"*.

El grup ha despertat en tots ells, aquella part, que tots tenim a dins, de pares suficientment bons.

AGRAÏMENTS:

I per últim voldríem agrair sincerament a tot l'equip del Cdiap per haver-nos donat la confiança per realitzar aquesta ponència, així com als nostres supervisors, per una banda en Guillem Salvador que ens ha aportat senzillesa i rigurositat entre altres coses a l'hora d'analitzar els casos i a Jordi Artigué que amb el seu estil planer i càlid ens ha acompanyat també en l'experiència de grup.

