

# EL GRUPO DE APOYO COMO CONTEXTO DE AYUDA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LA COMUNIDAD VALENCIANA

## SUPPORT GROUPS FOR THE DISABLED IN THE VALENCIAN COMMUNITY.

YOLANDA DOMENECH LÓPEZ  
Universidad de Alicante  
yolanda.domenech@ua.es

RECIBIDO: 14/11/07; ACEPTADO: 10/3/08

### RESUMEN

Este artículo presenta una parte de los resultados obtenidos en la tesis doctoral titulada; *Grupos de apoyo para personas con discapacidad en la Comunidad Valenciana; Propuestas desde el Trabajo Social* defendida en Junio de 2006 en la Universidad de Alicante. En ella, se analizan las prácticas de intervención grupal para personas con discapacidad y sus familiares. En estas líneas se recoge parte del análisis realizado a partir de las entrevistas a los profesionales que dirigen los grupos, al grupo como tal en alguna de sus sesiones y a algunos usuarios de los mismos. En concreto, se analizan los beneficios de la experiencia grupal para los usuarios de las mismas, esto es los participantes en el grupo sean afectados o familiares.

### ABSTRACT

This article presents part of the results obtained from a research conducted for the doctoral thesis of the author (June 2006, University of Alicante) under the title *Support Groups for the Disabled in the Valencian Community: Proposals from Social Work*. In that work, group intervention practices for the disabled and their families are analyzed. The start point of the analysis was the information obtained through interviews to the professionals who direct such groups, to the groups as such in someone of their meetings, and to members of those groups as individuals. The article also analyses the benefits of this experience for the participants in the groups.

PALABRAS CLAVE: Discapacidad, Trabajo social, Grupos de apoyo.

KEYWORDS: Disability, Socvial work, Social support,

### INTRODUCCIÓN

Este artículo presenta una parte de los resultados obtenidos en la tesis doctoral titulada; *Grupos de apoyo para personas con discapacidad en la Comunidad Valenciana; Propuestas desde el Trabajo Social* defendida en Junio de 2006 en la Universidad de Alicante. En ella, se analizan las prácticas de intervención grupal para personas con discapacidad y se plantean 3 objetivos generales: 1) Estudiar y analizar los grupos de apoyo existentes en las asociaciones de discapacidad de la Comunidad Valenciana, como medio y contexto de ayuda para sus

miembros.; 2) Identificar y analizar las repercusiones (beneficios o no) de la experiencia grupal a usuarios o clientes secundarios, aquellos que no participan directamente de la experiencia grupal y 3) Proponer pautas de actuación e intervención que sirvan para las futuras intervenciones de Trabajo Social con Grupos.

La metodología utilizada en la investigación es cualitativa y se centra en la entrevista como elemento esencial. Esta es definida por Alonso (1994;230) como un *constructo comunicativo y no un simple registro de discursos que "hablan al sujeto"*. *Los discursos no son así preexistentes de una manera absoluta a la operación de toma que sería la entrevista, sino que construyen un marco social de la situación de la entrevista. El discurso aparece, pues, como respuesta a una interrogación difundida en una situación dual y conversacional, con su presencia y participación, cada uno de los interlocutores (entrevistador y entrevistado) co-construye en cada instante ese discurso.* Las entrevistas realizadas a los profesionales constaban de dos partes: A) una parte poco estructurada y flexible donde planteábamos preguntas abiertas con el objetivo de suscitar al profesional los comentarios de los aspectos más destacados de los grupos así como su caracterización en torno a la historia del grupo, las funciones y objetivos del mismo, los beneficios para sus miembros, la orientación teórica utilizada, los aspectos positivos y las dificultades, así como la relación con la asociación y su aportación a la dependencia tratada. B) Antes del cierre de la entrevista una parte algo más dirigida donde se preguntaban, siempre que no hubiera salido en el relato anterior, datos identificativos y aspectos concretos del grupo que nos interesaban en aras de una clasificación posterior. En cuanto a las entrevistas realizadas a los grupos, que no grupos de discusión, se realizaron con todos los miembros incluidos los profesionales que los coordinaban en los espacios de reunión habituales. Estas, se plantearon como entrevistas abiertas en torno a los temas fundamentales (Historia, etapas, características, beneficios personales y familiares, elementos constitutivos, funcionamiento-qué y cómo- y rol del profesional) obteniendo respuestas emocionales más que racionales y pudiendo observar las interacciones entre los miembros del grupo y entre estos y el profesional. Por último, en algunos casos para completar la información, se realizaron entrevistas individuales a algunos usuarios de los grupos estudiados. En cuanto al análisis de la información, este se realizó a partir del esquema de codificación realizado posteriormente, lo que nos permitió ordenar, clasificar y combinar los datos con las reflexiones, acerca de los mismos, que íbamos realizando.

En este artículo, se analizan los beneficios de la experiencia grupal para los usuarios de las mismas, esto es los participantes en el grupo sean afectados o familiares. De las hipótesis de partida, señaladas en la investigación, destacamos las relacionadas con la información que ofrecemos a continuación:

- Los grupos de apoyo y/o autoayuda como estrategia de intervención informal organizada son el sistema preferido y más deseado para la satisfacción de las necesidades de las personas relacionadas con la discapacidad.
- Los grupos de apoyo y/o autoayuda contribuyen positivamente en la salud y el bienestar, tanto en los usuarios primarios de la experiencia como en los secundarios.
  - La ayuda proporcionada en los grupos traspasa las fronteras de este, repercutiendo en otras personas ajenas, a priori, a la experiencia grupal.
  - Los clientes secundarios, generalmente familiares, se benefician y experimentan cambios influidos por el trabajo realizado en el grupo.

- Los grupos de apoyo/autoayuda se transforman en redes sociales extendiéndose estos lazos más allá de la experiencia grupal.
- La reciprocidad de la ayuda constituye un pilar fundamental puesto que los beneficios aumentan, desde el momento que los participantes son, a la vez, receptores y proveedores de ayuda.

A continuación, se ofrece parte del análisis realizado en torno a los beneficios de los grupos de apoyo para los usuarios directos. En aras de ilustrarlos, se muestran algunos de los fragmentos analizados en la investigación. Para mantener el anonimato hemos quitado algunas las claves de los códigos utilizados. Sí aparece la letra de referencia (P,G o I) según se trate de la información, acerca de dicho grupo, obtenida en la entrevista realizada al profesional (P), en la sesión grupal con los miembros del grupo (G) o en las entrevistas individuales (I).

En el siguiente cuadro se señala una relación de los grupos estudiados.

Cuadro 1: Relación de grupos estudios

Grupo de Personas con Discapacidad Intelectual	Grupo de Personas con Parkinson
Grupo de Familiares de Afectados de Alzheimer	Grupo de Autogestores (discapacidad intelectual)
Grupo de Familiares de personas con Discapacidad Intelectual	Grupo de Padres de Personas con Discapacidad Intelectual
Grupo de Afectados por la enfermedad de Crohn y Colitis Ulcerosa	Grupo de Afectados y Familiares de personas con Discapacidad (mixto)
Grupo de Afectados de Daño Cerebral sobrevenido	Grupo de Familiares de Esclerosis Lateral Amiotrófica
Grupo de Afectados por Parkinson	Grupo de Familiares de Personas con Discapacidad Intelectual
Grupo de Familiares de Niños con Discapacidad Intelectual	Grupo de Cónyuges de Afectados por Daño Cerebral Sobrevenido
Grupo de Afectados y Familiares de Esclerosis Lateral Amiotrófica	
Grupo de Autogestores (discapacidad intelectual)	
Grupo de Familiares de Personas con Discapacidad Intelectual	
Grupo de Madres Portadoras (niños hemofílicos)	
Grupo de Personas con Esclerosis Múltiple	

#### 1. APOYO INFORMACIONAL Y APOYO MATERIAL

Entre los mayores beneficios que obtienen los miembros de los grupos se encuentra el apoyo informacional y el apoyo material (Kilillea, 1976). Todas las experiencias estudiadas sitúan la recepción y el intercambio de información como el punto de partida que motiva a los participantes a continuar en la experiencia.

El trasvase de información que se produce en los grupos tiene su origen tanto en el profesional que dirige la experiencia, como en algún miembro del grupo. Generalmente estas dos fuentes de información suelen ser complementarias ya que la riqueza del grupo reside, precisamente, en el intercambio que se da entre los participantes. En cuanto al tipo de información, este varía de unas experiencias a otras. De manera generalizada en las experiencias estudiadas, la información gira alrededor de: Notificaciones prácticas y/o de funcionamiento de los distintos centros o asociaciones donde pertenece la experiencia, información sobre las particularidades de algunas discapacidades o enfermedades por las que se crean las experiencias (generalmente aspectos médicos y/o sociales), información sobre recursos específicos que se pueden utilizar y los canales necesarios para hacerlo,

algunas pautas concretas de cómo hacer, así como todo aquello que interese a algún miembro del grupo y que se plantee en las reuniones.

La información sobre qué hacer y cómo hacer se da en aquellos grupos más cohesionados llegando a producirse un salto entre la mera información de algo y la materialización de ese algo.

*(...)en el grupo(...) ya ha pasado de ser sólo apoyo emocional a ser incluso apoyo material en una serie de cosas ¿no? tú me ayudas a tal, o yo te ayuda a tal o te busco información de no se qué...para que tú puedas pedir tal (...) (P)*

*(...)yo, de verdad a mí me ha hecho muchísimo para mejorar con la relación con mi madre de la enfermedad esa tan, tan, tan cruel que he tenido yo,... y yo antes actuaba de una forma y yo ahora actúo de otra, y esto me ha ayudado...la información, sobre todo es la información, saber... es que el que no sabe (...) (G)*

La información en el grupo, está relacionada con aspectos esenciales de las distintas situaciones por las que atraviesan los miembros que participan en la experiencia. En la actualidad, los grupos han experimentado un aumento del trasvase de dicha información, debido a un mayor uso de Internet como fuente de información. Tanto la búsqueda de noticias relacionadas con la investigación en el caso de algunas enfermedades, como la información acerca de recursos específicos se convierten en temas centrales de las sesiones.

*(...) entre ellos mismos se pasan páginas de Internet, libros, oyen rumores...oyen cosas que me a veces me han comentado.... y son unos auténticos expertos...es algo que debido al carácter de la enfermedad les suele ocurrir y que es beneficioso a nivel general aunque (...)hay veces que el tema de la investigación les ayuda a comprometerse con su enfermedad, también, a tener siempre una lucecita, una esperanza, a no hundirse.... la progresión temporal es muy importante, ya es poco tiempo... el tiempo de la enfermedad (...) (P)*

Muchas experiencias señalan al grupo como el único espacio donde obtener información sobre aspectos prácticos de las distintas enfermedades y/o discapacidades. En este sentido, el grupo se considera el espacio más adecuado para conseguir información sobre qué hacer en situaciones concretas. Esta información de carácter práctico es valorada muy positivamente por aquellas personas que han tenido experiencias negativas con otros profesionales, generalmente de la medicina. Tal y como se recoge en los siguientes relatos, el grupo se “especializa” en temas de orden práctico siendo esto, de mucha utilidad para sus miembros.

*(...)por ejemplo, mi hijo es asmático y por ejemplo en el parque te encuentras a una mamá que su hijo también, lo están vacunando, que tiene asma y ¿sabes? Y que es una cosa normal, que hoy en día afecta a todo el mundo y que vas al ambulatorio y hay cuarenta niños para vacunar y tal, osea que es un tema que puedes hablar con cualquiera, todo el mundo sabe... ¡ay, pues el mío es alérgico a esto, el mío a lo otro; pero de la hemofilia, gracias a dios hay pocos, entonces aquí es donde encuentras todo, las noticias que puedan llegar y te informan, también trámites administrativos, cualquier cosa que pueda, que nadie te informa porque nadie te informa y una dice “oye que yo he hecho esto, podéis solicitar esto” como lo de familia numerosa, muchas cosas (...) (G)*

En el grupo, también, se facilita información acerca de recursos generales y específicos relacionados con las situaciones por las que están pasando. También, toda aquella relacionada con el centro o la asociación que, tal y como señalan los profesionales, no podría conseguirse de otra forma. De ahí que, en ocasiones, el espacio grupal se considera la principal fuente de información en algunas asociaciones.

*(...) Hay mucha información, (...) porque la información del día a día ya te ocupa un tiempo ¿no? entonces si llega el verano y hay un montón de actividades que la gente sale a la piscina y hay algo importante.... (...) todo el trimestre hay una cantidad de actividades interesantes y ellas saben esa información pero se comenta, se dice, si ha habido algún cambio sustancial.. (...) algún proyecto que surge nuevo.... (...) todo lo que va generando el centro ya hay ahí un paquete de información que es interesante compartirlo con ellos (...)* (P)

## 2. RED SOCIAL

Las experiencias grupales estudiadas forman parte de las redes sociales de los participantes. Los miembros de los grupos manifiestan que este constituye en sí mismo una red de relaciones muy positiva. Sin embargo, son pocas las experiencias que extienden dicho beneficio fuera de las reuniones creando nuevos vínculos de relación fuera del alcance del grupo y/o de la asociación. De manera general, el contacto entre unos miembros y otros se produce en el seno de las reuniones extendiéndose puntualmente fuera de él solamente en aquellas actividades relacionadas o bien con la problemática o bien con la asociación. Algunos grupos mantienen contactos con otros grupos a través de Congresos, jornadas o encuentros que se realizan periódicamente afianzando, de este modo, las relaciones inter e intra grupales. Las actividades de ocio se encuentran relacionadas con el grupo y siempre son a propuesta del mismo.

Algunos, forman parte, también, de otros grupos o comparten espacios espontáneos de encuentro reforzando, de este modo, algo más su relación. No obstante, incluso estos espacios de carácter informal están relacionados con algún servicio de la asociación. Relacionado con esto último, en el siguiente relato nos cuentan cómo un porcentaje de personas que participan en la experiencia, han creado en torno a una parada de autobús, encuentros informales que, tal y como nos contaban los propios afectados, en ocasiones tiene más poder informativo y de difusión que la propia experiencia.

*(...) hay un grupo aquí de la gente (...) que son las que se ven , hay una serie de paradas por las que pasa el autobús y el 70% de la gente que viene es de una parada de autobús, y quedan en esa parada ... toman café, meriendan juntas (...)* (P)

Entre todas las experiencias estudiadas se observan dos tendencias opuestas que coinciden con dos tipos de grupos: grupos de cuidadores y grupos de personas con discapacidad intelectual. De manera generalizada, para el caso de los cuidadores, el grupo ocupa prácticamente el total de la red de relaciones, ya que el tiempo que deben dedicar al cuidado de la persona dependiente es tan grande que han perdido el resto de relaciones. Además, en estos casos los contactos con miembros del grupo fuera de este, se reducen a temas relacionados con la persona que tienen a su cargo.

*(... )luego pues, quizá ellos tampoco tienen mucha vida social ¿no? entonces los que vienen (...) vienen yo creo que el rato ese de una charraica , un cafetito... ellas vienen, van a la peluquería para venir, el día que vienen van a peinarse si no vienen .... esto es un acto social para ellas de relación, yo creo que vienen a sentirse un poco arropados, (...) ellas vienen con su collar de perlas, su pelito de peluquería, ¿no? que se nota que es algo especial... ¿no es que no voy a ir porque no me ha dado tiempo a ir a la peluquería; y te llama una ¿no? .... ¡chica pues ven; no, no tal... que se me ha complicado...entonces es un lugar de encuentro ¿no?(...) (G)*

A diferencia de lo anterior, y como dato significativo, es en los grupos formados por personas con discapacidad intelectual donde el grupo tiene un significado fuera y dentro de él. En estos casos los miembros del grupo se consideran amigos y mantienen contactos de ocio fuera del grupo. Es en estos casos donde el grupo ha dotado de contenido la red social de sus miembros.

*(...) y los jóvenes pues un poco primero pues que aprenden, de alguna manera, a comportarse en grupo, el hecho, también, de establecer relaciones entre ellos, a pesar de que ya se ven aquí tres o cuatro días a la semana pero, bueno, el establecer vínculos de alguna manera ¿no? de hecho ellos se tratan entre sí como amigos, porque a parte de ser afectados y estar en el grupo pues son amigos ¿no?(...) (P)*

### 3. APOYO EMOCIONAL

El apoyo emocional que se da y recibe en el grupo, puede considerarse como el aspecto que da sentido a la experiencia grupal. Aunque el objetivo inicial de muchas experiencias no contemplara de forma directa el apoyo, la experiencia grupal conlleva de manera intrínseca el dar y recibir apoyo. En muchas de los relatos, los miembros del grupo manifiestan su satisfacción por sentir apoyo, aunque no se pueda concretar con facilidad cómo es dicho apoyo.

*(...)el grupo puede acabar siendo lo que a lo mejor mucha gente no acaba viendo ¿no? el grupo por mucho que queramos no es la formación ni la información sino es el aspecto emocional y el aspecto de trabajar el estrés, de trabajar el malestar, el que tengan a alguien que les pueda en un momento dado, escuchar... yo creo que va más por ahí (...) (P)*

Por apoyo emocional se entiende el hecho de saber acompañar y entender a otro miembro del grupo (Gracia,1997). En las experiencias grupales estudiadas, este acompañamiento se produce de diversas formas y es entendido de forma muy personal por cada miembro del grupo. En el siguiente relato un miembro del grupo explica cómo recibe este apoyo desde el momento que puede expresar lo que siente y mostrar cómo es realmente.

*(...) para mí es que llegas aquí y te desnudas, si tienes ganas de llorar, lloras, si tienes ganas de reír... tenemos muchos momentos, también, de cosas agradables, pero es que aquí te apetece hacer ... yo aquí actúo natural del todo... cuando me ha apetecido llorar he llorado, y me siento arropada... por eso te digo que aquí llegas y te desnudas, interiormente te desnudas... te expresas como eres...por lo menos yo (...) (G)*

En cuanto a las emociones reprimidas que no se manifiestan en el resto de espacios diarios, el grupo se revela como un lugar privilegiado donde se permite la expresión de dichas emociones.

*El hecho de que sea un sitio donde puedan desahogarse libremente, nadie les coarta el hecho de que lloren o... saben que es un espacio de una hora o una hora y pico en el que pueden hacer lo que quieran... a lo mejor emociones reprimidas en casa "para que los hijos no me vean" o para que mi marido no tal... pues saben que aquí libremente lo pueden expresar (...)* (P)

Saber acompañar a los miembros del grupo, estar ahí ante momentos de angustia, de rabia o de llanto satisface a los participantes en la experiencia. Tal y como se refleja en los siguientes relatos son muchos los sentimientos que afloran en las reuniones y es mucho, también, el apoyo que se recibe reforzando positivamente los sentimientos más negativos.

*(...)Pues yo venía con mucha angustia, mucha rabia... y ella me decía ¿eso ya lo madurarás; y yo vengo hace un año y me estoy dando cuenta de que es verdad, ...lo maduras (...)* (G)

*(...)Mira, yo si tuviera que decir una palabra yo me he llevado satisfacción, yo me he llevado satisfacción cada una de las veces que he estado aquí, porque es lo más general que te puedo decir...un día es una cosa, otro día es otra, pero siempre te llevas un estado de satisfacción inmenso(...)* (G)

#### 4. APRENDIZAJE / FORMACIÓN

Más allá de la información recibida en el grupo, la formación y/o aprendizaje sobre un aspecto concreto de la enfermedad y/o discapacidad forma parte de los objetivos explícitos de todas las experiencias estudiadas. En todas ellas, se destaca como elemento central, el aprendizaje de cuestiones prácticas respecto al quehacer diario, recibiendo orientación y asesoramiento de todos los miembros del grupo. Además de este aprendizaje práctico más concreto, en los grupos, también se aprenden modos alternativos de enfrentar y/o entender la situación poniendo en marcha, de este modo, estrategias de resolución de problemas diferentes a las utilizadas hasta ahora.

En aquellas experiencias con objetivos de formación, el aprendizaje de los miembros del grupo va todavía más allá. La elección de temas previamente definidos por el grupo, la participación de expertos en el grupo así como el debate y/o la comunicación generada en las sesiones a raíz de los temas seleccionados, convierte al grupo en un recurso de formación y aprendizaje importantísimo para los miembros de la experiencia.

Tal y como se recoge en el siguiente relato, el aprendizaje es un beneficio continuo que se produce desde el momento que se inicia la experiencia pudiéndose extrapolar a otras esferas o ámbitos de la vida diaria que no tengan, necesariamente, que ver con la discapacidad y/o enfermedad.

*(...) estás aprendiendo, es que todas las cosas de las que estamos hablando, todas las cosas de las escuchas, determinadas preparaciones que se quieren tener para ayudarnos, vamos es que es el manual de instrucciones de cualquier persona para con sus hijos sean deficientes o no, para el trato de cualquier persona, el escuchar no sólo es algo para un padre con un hijo deficiente es*

*para cualquier persona, y son asignaturas pendientes que tenemos yo creo que bastantes...eb? con lo cual, pues ¡oye! (...) (G)*

*(...) a mí me ayuda mucho con mi hijo...(...) es que era todos los días y a a todas horas de malhumor diciéndole al chiquillo cosas (...) yo me controlo, intento comprenderlo (...) (I)*

Tanto los miembros de las experiencias grupales como los profesionales que las dirigen, coinciden en señalar de manera positiva el aprendizaje a través de los temas tratados en las sesiones, tanto si son temas específicos acerca de la enfermedad / discapacidad como si son temas relacionados con el aprendizaje de habilidades sociales, pautas de comunicación etc...

*(...)Y luego, también, un sitio donde puedes encontrar pues consejos, información, asesoramiento, que en esos momentos pues lo desconoces ¿no? Pues también, los temas que se tratan, porque no nacen enseñados, entonces a veces entre lo que digamos nosotras y luego lo que va surgiendo, lo que dicen los demás respecto a ese tema ¿no? No sólo la teoría sino la práctica (...) (P)*

En el grupo se intercambian, también, diferentes estrategias de afrontamiento ofrecidas por los profesionales pero, sobre todo, por los miembros del grupo. Se trata de compartir modos alternativos de reaccionar ante una misma situación.

*(...)pues yo creo, que, mira, es un momento donde ellos cuentan sus cosas, que, yo creo, que, no solamente el hecho de expresarlo sino que ellos saben que el grupo les va a transmitir una idea o les va a dar una orientación, porque se respetan ¿sabes? ... a veces... a veces... notas, ves, por la frase que le das consejos directamente, pero en otros casos les están contando lo que ellos han vivido, lo que ellos han pasado con sus hijos, entonces al otro le puede venir bien, ¿no? La distintas modos de afrontar esa misma situación ¿no? (P)*

*(...)yo tenía necesidad de conocer cada uno como habíais reaccionado y cual era el problema de vuestros hijos.... porque claro, el mío es de una forma y es un problema... y cada uno tiene un problema distinto y como familia también lo está reaccionando, osea lo está llevando de una forma diferente...entonces yo quería aprender, aprender de mis errores que ha dicho nacho hace un ratito, para mejorar si podía y si no podía pues quedarme como estoy y además os lo diré más de una vez que me contéis algo porque a mí me gusta y yo creo que es muy importante (...) (G)*

En los siguientes relatos los usuarios de los grupos muestran algunos cambios, relacionados con el aprendizaje de formas de actuación alternativas, proporcionados por la experiencia grupal. Se trata de cambios en el ámbito familiar y/o social.

*(...)Yo, desde que vengo es que me he enseñado a hablarle mejor, mejor... ¡ a él me dice una burredad; y no sé... me siento ofendida ¿no? pero me la trago y no le devuelvo la pelota... o cosas así(...) (G)*

*(...)esto ayuda mucho porque antes yo era de las personas que hablaba poco con mi familia y esto me ha ayudado a que por ejemplo pues aprenda a expresar lo que siento (...) (G)*

En cuanto al aprendizaje de cuestiones de orden práctico, en las experiencias estudiadas se señalan:

- Cuestiones relacionadas con gestiones a realizar para la solicitud de un recurso.

*(...)¿ventajas? Pues por ejemplo si tienes que hacer un papel tú y no sabes(...) (G)*

- Síntomas de las enfermedades no reflejados en los manuales y modos de actuación ante los mismos.

*(...)sí, Sí, Sí, de hecho desde el comienzo con la simple pregunta “¿tenéis estos síntomas?” ya están formándose, porque hay efectos secundarios que no aparecen en los libros y crean mucha, mucha vergüenza, y no saben a quién preguntarlo, se confunde mucho, entonces ellos mismos aquí pues por ejemplo el tema de la hiperactividad sexual, el tema de la ludopatía... son efectos de la medicación o el tema de las alucinaciones, que en un momento dado, ellos se dan cuenta de que son parte de la enfermedad, entonces sí que, desde ... además hasta de formación sobre sí mismos, porque en esta sociedad que vivimos ni nos conocemos actuamos y punto. Entonces, sí, sí, desde el comienzo (...) (P)*

- Aspectos prácticos de funcionamiento desconocidos por los miembros del grupo.

*(...)luego hay cosas de orden práctico que el médico no les va a contar, como ponerse una compresa y eso a lo mejor un chico de 15 años no lo manifiesta, ni un chico de 15 años ni muchas otras personas, ¿entiendes? (...), luego tienen muchos problemas con la alimentación porque nunca saben qué dieta hacer y además no existe ninguna dieta a cada uno le sienta una cosa mejor que otra y entonces le puede decir, oye mira que yo me tomo eb... judías verdes machacadas y eso me sienta muy bien y me calma cuando tomo patata y yo que sé... sus experiencias personales, y bueno, porque claro, los técnicos podemos abordar muchas cosas pero no podemos sentir lo que sienten ellos (...) (P)*

- Herramientas, utensilios o “pequeños trucos” a utilizar de uso cotidiano.

*(...)por ejemplo ayer salió el tema, porque hay personas que tienen ya la motricidad bastante tocada y no pueden coger una hoja y tal para leer, y se comento “pues yo cojo una pinza y mi familiar me lo pone en cada hoja y yo voy pasando la pinza” ya es una cosa grande y se puede, comentan trucos para, para, no sé, para intentar normalizarse (...) (P)*

## 5. RESPIRO

Uno de los beneficios señalados en todas las experiencias, pasa por considerar los momentos de reunión como situaciones de respiro para los participantes. En las experiencias formadas por cuidadores, el grupo supone un parón en la cotidianidad, tan absorbente, que rodea a los familiares. Con este mismo sentido, el grupo es considerado como un alivio, también, para aquellos miembros afectados por una enfermedad donde el compartir experiencias supone “la recarga de pilas” para el resto de los días.

El respiro al que hacen referencia las diferentes experiencias puede entenderse como un paréntesis del día a día, donde tal y como se manifiesta en los siguientes relatos, supone un alivio, un desahogo para los participantes en la experiencia.

*(...)Para mí, supone un escape,(...)tener un ratito para eso, para nosotras, (...) para mí, supone un escape...,sí salir del “cotarro”(…) de la codimianidad (...) (G)*

*(...)Es que nos descarga mucho por lo menos yo siento que al hablar participas y si tienes ahí algo... lo impulsas y te hace un descanso..a mí me hace mucho(...) (G)*

Algunos miembros, manifiestan el beneficio que supone el grupo en cuanto lo consideran como único momento “exclusivo” que poseen para ellos. En los siguientes relatos, los usuarios identifican al grupo como el lugar donde poder evadirse de la realidad, aunque sólo sea por unas horas.

*(...)el rato pues nos viene muy bien porque desconectas, te vienes y lo que aportamos cada una te vas otra vez nueva ....¡ya me voy yo a luchar otra vez con lo mío¡ y parece que te levantan el ánimo y otra cosa(...) (G)*

Cambiar el ritmo diario supone un alivio para algunos miembros del grupo que, manifiestan, no tener otras posibilidades para hacerlo. Tal y como se manifiesta en los siguientes relatos, el grupo obliga a modificar algunas pautas cotidianas que, de otro modo, no se modificarían.

*(...)yo ya con venir me arreglo porque como no me suelo arreglar nada pues me visto diferente porque para mí ya está(...) (G)*

## 6. REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA

Este término hace referencia al proceso de cambio y de la percepción y comprensión de los problemas y en la medida en que esta influye en la conducta (Katz, 1993). Como beneficio de la experiencia grupal supone ubicar de modo distinto las ideas preconcebidas y/o los pensamientos respecto a una situación determinada relacionada, generalmente, con un pensamiento negativo acerca de la discapacidad y/o la enfermedad. El grupo ayuda a matizar ciertas ideas, a resituar ciertos aspectos y a positivizar algunos elementos de la situación por la que atraviesan los participantes.

La posición mental que ocupa el problema para cada uno de los miembros del grupo es diferente y la experiencia grupal puede ayudar a situar en la escala correspondiente la gravedad de la misma. Compartir experiencias con otras personas nos ayuda a relativizar y a matizar nuestro problema.

*(...) Porque he oído muchas historias y entonces veo que mi problema no era tan grande como yo me lo había construido, ni grande, ni no tan grande, porque he visto que hay problemas más grandes que el mío y entonces eso me ha hecho pensar un poquito y recapacitar en algunas cosas (...) (G)*

Las diferentes experiencias demuestran como el grupo ayuda a sus miembros a encontrar satisfacciones y a connotar de manera positiva algunas de sus experiencias antes consideradas, solamente, en negativo.

*(...)yo después lo pensaba y decía ¡fíjate, no! en un primer momento se te cae el mundo pero luego dices ¡jolin! pues sí también me da muchas satisfacciones y también hay momentos que me lo paso con él muy bien y yo que sé.... y que ya es tu vida, (...)(G)*

## 7. REFUERZO

Tanto los miembros de las diversas experiencias como los profesionales que las dirigen, afirman que el refuerzo que se recibe en el grupo ayuda a mantener la experiencia grupal y beneficia a nivel individual a los participantes en ella. Las diferentes experiencias grupales nos indican que el refuerzo como beneficio grupal puede ser entendido de dos formas:

Cuando la dinámica grupal en sí misma ejerce una función de refuerzo para con los miembros del grupo. Esto es la fuerza que el propio grupo posee para sus miembros así como el refuerzo que se moviliza en el mantenimiento de la experiencia.

A nivel más particular, cuando en el grupo se refuerzan ideas, formas de actuación con y para los demás, e incluso la toma de decisiones sobre algunos hechos relacionados o no con la situación de discapacidad.

El refuerzo en el grupo se manifiesta cuando la experiencia hace sentir que se es miembro de algo construido por todos. En este sentido destacar la importancia de no sentirse aislado. En las experiencias grupales estudiadas este sentimiento de pertenencia junto al de la seguridad de no estar solo, se manifiesta en todos los relatos ofrecidos tanto por los profesionales como por los propios protagonistas de los grupos.

*(...)creo que es muy importante y muy positivo cuando todos nos reunimos y charlamos y nos comunicamos, pues ves que otros tienen más dificultades, incluso que tú misma, y eso te hace sentir privilegiada o ves que si tú estás mejor puedes ayudar a otro que está peor, y siempre es positivo, la comunicación el poner todo en común te hace sentirte participe de algo, de eso, de un colectivo, que no te sientes aislado, como bien ha dicho alguien, te sientes comprendido, te sientes apoyado y de alguna manera eso repercute en tu estado positivo en general(...) (G)*

En las experiencias formadas por personas con discapacidad intelectual este refuerzo todavía va más allá puesto que, para la mayoría de estas personas, el grupo supone una oportunidad nueva de construcción de algo por y para ellos.

*(...)Los beneficios del grupo (...)yo creo que es el dar la opción de ser protagonista del grupo, llevar las riendas, ellos son los que llevan las riendas del grupo, el grupo es de ellos y para ellos, y para las personas con discapacidad intelectual esto es algo que ocurre muy poquitas veces, es decir, eh... pues los temas los deciden ellos, el día lo decidieron ellos, su nombre, sus normas, es un beneficio directo, que te hace sentirte bien(...) (P)*

El grupo sirve de refuerzo positivo cuando tiene una función movilizadora para sus miembros. Los usuarios de las diferentes experiencias han sufrido situaciones que, en el mejor de los casos, han paralizado las formas de actuación, ritmos de vida cotidianos

etc.... en este sentido el grupo promueve nuevas fórmulas que ayuden a superar dichas situaciones. La promoción de recursos individuales y de nuevas estrategias de actuación se refuerzan en y para el grupo.

*(...) también el promover, el promover esos recursos que ellos tienen ¿no? yo pienso que es una de los beneficios fundamentales de los grupos de (...) el ser conscientes de que estas personas necesitan mucho refuerzo aunque sea por una cosa mínima, da igual, el reforzarles y el hecho de promover todas las habilidades y estrategias que ellos tienen ponerlas en común en el grupo y que los demás puedan beneficiarse de esa forma de actuar(...) (P)*

El refuerzo es facilitado por todos los miembros del grupo. Los profesionales tienen mayor protagonismo en aquellas experiencias donde se ha de reforzar, además, pautas de comportamiento y/o cambio de hábitos de funcionamiento. Fundamentalmente esto se da en grupos formados por personas con alguna discapacidad intelectual.

*(...)Esto es como una gran familia(...)Como pandilla, amigos, compañeros.... cuando uno tiene problemas pues intentamos ayudarle...y si nos vemos muy agobiados que no podemos ayudarnos a nosotros mismos o al compañero pues tenemos a dos personas de apoyo ....que en un momento dado pues nos pueden echar una mano (...) (G)*

A nivel individual, el grupo refuerza situaciones cotidianas de funcionamiento así como sirve de apoyo en situaciones puntuales de crisis para algunos de sus miembros. En los siguientes relatos se ejemplifican dos situaciones donde se refuerza y apoya a los miembros del grupo que lo necesitan.

*(...)Bueno, también tuvimos una mamá que se le murió la madre fue por la que se trabajó el tema de la muerte, y ahora tiene a su padre también muy grave y también lo trajo al grupo. Problemas personales sí que han venido...(P)*

En muchas ocasiones el grupo ayuda, también, a la toma de decisiones. Generalmente, los miembros del grupo solicitan el refuerzo al grupo una vez tomada ya la decisión.

*(...)Yo no la he aplazado pero la he traído y la he propuesto, cuando tomé la decisión de ingresarla sí que estaba deseando llegar aquí y comentarla (...) (G)*

En las experiencias formadas por personas con discapacidad intelectual el refuerzo del grupo en el entrenamiento hacia la toma de decisiones es uno de los objetivos prioritarios de trabajo.

*(...)y luego eso, es que les ha costado mucho el empezar a tomar decisiones , jamás habían podido elegir ¿no? y entonces .... ahora que tienen la opción no saben (...) (P)*

En los siguientes relatos se manifiestan diferentes expresiones o modos de sentir dicho refuerzo en el grupo. Las comparaciones y/o metáforas que utilizan los miembros de los grupos nos ayudan a entender los distintos significados atribuidos al refuerzo.

*(...) Para mí esto es revitalizador, yo me voy hecho un toro, (...) (G)*

*(...) más bien, es donde nosotros nos cargamos pilas a nuestro favor para aprender del grupo (...) (G)*

#### 8. RECIPROCIDAD DE LA AYUDA

Las experiencias grupales estudiadas revelan el beneficio que supone para los miembros del grupo dar y recibir ayuda. Más allá de la compensación que significa recibir cuando uno siente que está dando, la reciprocidad como premisa fundamental del trabajo en grupo, es considerada como un aliciente para los miembros de este. Los miembros de los grupos explicitan la satisfacción que uno siente en el grupo cuando ve que o bien ayuda o bien puede hacerlo. Esta reciprocidad tanto efectiva como en potencia se manifiesta en todos los grupos haciéndose más fuerte en aquellas experiencias más consolidadas.

En todos los grupos hay miembros que manifiestan recibir más de la experiencia que, piensan, que dan. Rápidamente esta sensación se desmonta cuando los compañeros concretan qué han recibido de este miembro, afianzándose, de este modo la teoría de reciprocidad en todas las experiencias grupales. En el grupo se da y se recibe ayuda por igual. No obstante sí es importante matizar que dependiendo de la etapa en la que se encuentren los miembros del grupo, y el grupo como tal, se es más receptor que dador. De ahí que aquellas experiencias que cuentan con personas con más veteranía pueden diferenciar quién da más y quién siente que recibe solamente.

La reciprocidad de la ayuda se extiende, también, al profesional que dirige la experiencia. La información que se obtiene de cada una de las personas que forman el grupo y/o de sus situaciones particulares refuerza otro tipo de actuaciones que, al margen del grupo, el profesional tiene que realizar para con este colectivo dentro del centro o de la asociación. Sentir al grupo en sí mismo como algo construido por todos, donde no se satisfacen necesidades individuales únicamente sino que se comparten situaciones y, de este modo, las necesidades pasan a ser grupales, convierte la reciprocidad de la ayuda en algo básico y necesario para que la experiencia, entendida así, funcione.

*(...) para mí, no es sólo satisfacer lo mío sino que es, por ejemplo, porque yo lo que yo puedo aportar va a venir muy bien para mis compañeros, y para otras personas como te decía antes ¿no? porque mi voz, o lo que yo diga aquí, no sólo es para decir ¡ah, que bien me he quedado, ya lo he soltado y ya está! no, porque igual les beneficia a ellos, y también puede beneficiar a otras personas que no es porque yo, yo tenga mis dudas, me las aclare y ya está porque a lo mejor mis compañeros tienen las mismas dudas y entonces le estoy ayudando a él (...) (G)*

No obstante, este sentimiento compartido se va forjando, poco a poco, entre los miembros del grupo. Cuando un miembro del grupo comienza su andadura sí “utiliza” la experiencia únicamente para satisfacer sus necesidades. Con el paso del tiempo, el grupo se convierte en una experiencia de intercambio.

*(...)Es probable que alguien al entrar, es probable que al entrar piense que viene para que le ayuden, pero en cuanto ve el ambiente y ve la unión y todo esto, poco a poco es como la balsa de aceite que va...deja de ser receptor y es dador (...)* (G)

Cómo se percibe en el grupo la reciprocidad de la ayuda por sus miembros, difiere en lo concreto, de unas experiencias a otras. En algunas experiencias se hace referencia a diversos momentos donde unos dan y otros reciben dependiendo del contenido de las sesiones. En otras se hace referencia al tipo de ayuda que se da y se recibe concretando, en algunos casos, quiénes son los emisores y receptores de la ayuda.

La reciprocidad de la ayuda se manifiesta en el día a día del grupo como algo indivisible para algunas experiencias grupales, tal y como se refleja en los siguientes relatos.

*(...) las dos cosas porque igual que tu puedes ayudar, él te puede dar una respuesta que tú estabas buscando, entonces (...) damos y recibimos porque es que va todo junto....* (...) (G)

Algunas experiencias se muestran como ejemplo de reciprocidad, en cuanto se comparan con otras experiencias donde solamente son receptores de la ayuda.

*(...) Sí, una escucha activa, activa, activa de recibir activamente, (...) pues que hay familias por ahí y gente por ahí lo que quieren es que le ayuden pero de una manera pasiva y yo creo que aquí estamos personas dispuestas a dar, y a recibir y a aprender pero de una manera activa, (...)* (G)

Los miembros del grupo, también, justifican el por qué del dar y recibir en el grupo. En los siguientes relatos se pone de manifiesto la satisfacción que se encuentra en dicho intercambio.

*(...)Yo es que a la vez que necesito que me ayuden, yo también necesito ayudar... a personas, no sé, ya sea aportando mi consejo (...) no sé, de cualquier otra manera... entonces no es sólo para mis necesidades individuales (...) no es sólo un espacio donde vienes y vuelcas lo tuyo(...) no, porque, igual que pides ayuda, lo hablas, aportas(...) de individual nada, yo pienso que es compartir, espontáneamente, cada uno, pues no sé, el momento presente, en relación a lo que nos ha pasado esta semana (...) Yo por mí el simple hecho de venir y o poder ayudar o... no sé, el simple hecho de estar aquí... ya ayuda, por lo menos a mí (...)* (G)

Algunos miembros se sitúan en una parte de la balanza manifestando que reciben y mostrando su agradecimiento al grupo. En algunas experiencias, estos miembros coinciden con aquellos que llevan menos tiempo. No obstante, incluso en aquellos grupos donde la experiencia está muy cohesionada, aparecen algunos miembros que expresan tímidamente que su aportación al grupo no ha sido importante.

*(...) no sé si he aportado algo al grupo porque la verdad es que no lo sé, creo que más cuenta mis problemas, creo que soy la única y no, veo que los demás también tienen problemas, claro, y no sé si habré aportado algo, desde luego ellas a mí me han aportado mucho, me han ayudado mucho y nada... y siempre que puedo vengo, muy pocas veces falto(...)*(G)

*(...)yo creo que recibo, también, más que puedo dar...no sé, dices lo que sientes en el momento en que venimos y cada una dice una cosa y te vas animada...y yo me creo que me dan más que pueda dar yo, no sé....ahora mismo(...)* (G)

En referencia a esto último, otros miembros del grupo refuerzan a aquellos miembros que piensan “no han aportado” nada al grupo. Generalmente, esto ocurre durante las reuniones y coincide con aquellos miembros del grupo más tímidos y/o con una autoestima deteriorada. En algunos casos, se reformula el significado de dar, puesto que, tal y como se recoge en los relatos, algunos miembros del grupo ofrecen a sus compañeros bromas, risas, dan ánimo etc...aspectos todos valorados de forma muy positiva por el resto de compañeros.

Si el grupo es considerado por los miembros del grupo como fuente de intercambio, donde se da y se recibe indistintamente, podemos analizar qué se da y se recibe en el grupo. Las experiencias reflejan todo tipo de cuestiones tal y como se recoge en los relatos. A nivel general, se valoran las opiniones, las experiencias personales y la empatía que ayuda a entender otras situaciones. No obstante, la reunión es considerada como intercambio en sí misma.

*(...) no hay palabras, te sirve... unos a otros nos vamos sirviendo de ayuda, a los que les cuesta hablar se van soltando y siempre hay cosas que se dicen que de un modo u otro te das cuenta de que te está pasando a ti...el poder... que yo no hablo mucho y sin embargo aquí pues creo que me suelto y me gusta escuchar ... para que sepan también que me pasa (...)* (G)

*(...) damos nuestra opinión... nos ponemos en su lugar y les decimos cosas diferentes pero que pueden ayudar (...)* (G)

En algunas experiencias, los miembros del grupo han experimentado un cambio respecto al dar y al recibir. Debido a la evolución del grupo y a la experiencia con la enfermedad y/o discapacidad de algunos miembros, la balanza se ha decantado más por la función de ayuda que marca la veteranía.

#### 9. ESPACIO DE IDENTIFICACIÓN

Un aspecto decisivo para que los grupos funcionen es el nivel de identificación entre los miembros del grupo. Cuando analizamos la homogeneidad de las diferentes experiencias grupales confirmamos la importancia de la identificación de unos miembros con otros. Compartir una misma situación, convierte la experiencia en un espacio de iguales donde, tal y como manifiestan ellos mismos, “se habla el mismo lenguaje”.

El grupo es beneficioso en el momento que se convierte en un espacio único donde sus miembros sienten que pueden hablar libremente y expresar aquello que, en algunas ocasiones, no han dicho jamás. Las experiencias analizadas comparten la necesidad de tener ese espacio donde la censura sobre qué y cómo decir desaparece.

Son muchos los términos que utilizados por los entrevistados que hacen referencia al grupo como espacio de identificación. En ocasiones los miembros del grupo manifiestan encontrarse como en familia aún, en algunos casos, mejoradas. En otras, hacen referencia a la satisfacción de haber encontrado personas en su misma situación lo que les hace sentirse

menos solos, o como ellos denominan menos “*bichos raros*”. Hablan de sus semejantes o sus iguales para referirse a sus compañeros de grupo y explicitan el beneficio que supone la experiencia comparándola con otras de ayuda profesional.

*(...)hay veces que ellos, los profesionales tienen su punto de vista y nosotros como padres lo vemos de otra manera, comentamos las ideas y en fin lo que vemos lo decimos.... y hay veces que ellos nos dan las cosas, en lo que nos dicen nos hacen razonar y otras veces no.... porque la realidad de los profesionales no es la misma que la de los padres....y es muy difícil, tu puedes mandar hacer esto, esto y esto... pero luego la realidad (...) (G)*

Sentirse solo ante la situación que se atraviesa se considera uno de los mayores obstáculos en la búsqueda de alternativas de solución. Tal y como se manifiesta en los relatos, cuando no conocen a nadie en su misma situación la magnitud del problema puede ser tal que se dan situaciones de bloqueo, donde se paralizan todos los recursos que se poseen para poder hacer enfrentarse a la situación. Este sentimiento de soledad es todavía mayor en aquellas enfermedades minoritarias, raras y/o desconocidas.

*(...) Es que solos, nos creemos que el problema es malo, y es un problema pero solos nos creemos que es el peor del mundo y que no se puede...pero cuando vienes y hablas con personas que están en la misma situación te das cuenta... que sí es malo pero que hay otros que están peor (...) (G)*

La identificación de unos miembros con otros se constata en todas las experiencias grupales. Sin embargo, los términos utilizados para referirse a esta, nos dan una idea aproximada del grado de identificación entre los miembros de unas experiencias a otras.

*(...) para mí a parte de todo es donde tú te sientes como en tu casa, con gente que estás a gusto y que haces los comentarios que quieres y te sientes a gusto y es como si tuviésemos un mono. Yo he estado dos días que no he podido venir porque he estado operada y... te sientes fatal... como un mono (...) (G)*

El grupo se define como el único espacio donde tratar aspectos que preocupan a los miembros del grupo. En algunos casos estos contactos se producían con anterioridad de manera informal retomándose y dotándose de un carácter más formal cuando se consolida la experiencia. No obstante que hayan surgido informalmente en algunos momentos constata, todavía más, la necesidad de su existencia.

La identificación de unos miembros con otros, dota de exclusividad al grupo en cuanto la expresión de determinados sentimientos que no son tratados en otros espacios. Esta se refuerza cuando se constata que otras personas han pasado lo mismo que tú.

*(...) Integrada, me siento muy bien, me siento como si las conociera de toda la vida porque a veces crees.... digo cosas que a lo mejor en otro sitio o con otra personas no diría jamás... y aquí pues sale, todo, parece que las tenga o que las conozca toda la vida....cuentas cosas que ni a tus mejores amigas les cuentas... sí porque estás aquí y te van saliendo parece que está una más(.) (G)*

Poder expresarse libremente y sin censura es uno de los aspectos más valorados en los grupos. En muchas ocasiones, los miembros del grupo expresan sentimientos que no serían “aprobados” en otros espacios. Algunos de estos tienen que ver con la ira, rabia, el asco o la vergüenza que provocan algunas de las situaciones que están atravesando.

*(...)lo mismo, el tema de poder expresar pues “me he cabreado con mi padre, me he cabreado con mi madre, ahora mi hermano me ha hecho esto” entonces el poder expresarse a ese nivel sin que haya nadie que les censure ¿no?(...) (P)*

Los miembros del grupo, comparan la experiencia grupal con otras experiencias familiares y/o sociales. En estas, manifiestan la cantidad de explicaciones que han de dar y expresan no sentirse ni escuchados ni comprendidos. La identificación de los miembros del grupo se revela como una de las claves para este entendimiento.

*(...)Es que las intimididades estas, vamos, no es que se tengan que ocultar, ni mucho menos, pero que no todas las personas están... al no tener un problema similar no están preparados... y no lo entienden(...) Es que si hablas con cualquier otra persona que no sabe... o te sigue la corriente...y a lo mejor no quieres causar pena, o lo que sea y te lo guardas, te lo guardas...y es lo que pasa (...) (G)*

En las experiencias formadas por personas con discapacidad intelectual, el sentimiento de los miembros del grupo cuando intentan compartir su historia con otras personas, puede identificarse con maltrato emocional sirviendo la experiencia grupal, tal y como ellos manifiestan, de coraza de protección.

*(...) o que puedes contar tus cosas que te afectan a ti y que a lo mejor no las puedes contar en otro sitio por respeto a que te digan ¡pues tú eres tonto o no se qué! y aquí como todos somos del mismo calibre...pues aquí no nos discriminamos unos a otros....porque todos somos de lo mismo, porque a lo mejor cuentas tus cosas y yo aquí puedo decir que soy discapacitado y lo puedo decir bien grande, (...) (G)*

La reflexión anterior ha llevado, a algunos miembros de los grupos, a valorar experiencias familiares y/o sociales. Generalmente, se habla del escaso entendimiento, de los reproches, “del yo haría”, de los consejos, que lejos de sentirlos como ayuda los miembros de los grupos explicitan sentirse amenazados.

*(...)Yo creo que la gente que no tiene un problema de estos, no entiende mucho lo que los padres o las familias podemos hacer , por qué estamos aquí o el esfuerzo que hacemos....no entienden nada, pero nada... porque yo voy todas las semanas a la peluquería y a veces en la peluquería comentamos alguna cosa y se quedan así como de qué hablas....(...) es otro mundo....(...) porque no lo tienen cerca, no saben ¿y eso qué es? ¿y allí qué hacen? Es que no saben(...) (14.G;14)*

## 10. CONCLUSIÓN

Tal y como hemos visto, la experiencia grupal beneficia a los miembros que participan en ella al convertirse en un espacio único de identificación de unos miembros con otros. La identificación en torno a una misma situación, convierte la experiencia en un lugar, en ocasiones exclusivo, donde poder compartir situaciones entendidas y/o vividas por todos los participantes. Sin embargo, los beneficios grupales sobrepasan la experiencia y ayudan, también, de forma indirecta a personas ajenas a la misma. En el ámbito familiar, el refuerzo y apoyo emocional que se adquiere en el grupo se traslada al espacio del hogar manifestándose este de forma visible y transmitiéndose a los que le rodean, animando, también, a familiares a poner en práctica algunas de las claves aprendidas. Por otro lado, el beneficio del grupo se manifiesta en pro del colectivo representado. Si bien, no todas las experiencias presentan objetivos reivindicativos, sí es indiscutible que el trabajo en grupos y la visibilización, cada día mayor, de dichos grupos, ayuda a sacar del anonimato ciertas situaciones. Por último, señalar como beneficiario de las experiencias a los contextos que las enmarcan. Al margen de la explicitación de objetivos relacionados con la entidad, que no todas las experiencias poseen, estas consiguen que las asociaciones: por un lado revitalicen la participación en órganos de gestión y/o en las actividades realizadas por las distintas asociaciones; por otro, establezcan un cauce mediador entre el grupo, el profesional y el centro, consiguiendo mejorar la calidad de los servicios y de la intervención profesional.

## REFERENCIAS

- Abril Chambo, V. (1997). *Apoyo social y salud. Una perspectiva comunitaria*. Valencia: Promo-libro.
- Alonso, L.E. (1998). *La mirada cualitativa en sociología*. Madrid: Fundamentos.
- Barrón, A. (1996); *Apoyo social. Aspectos teóricos y Aplicaciones*. Madrid: Siglo XXI.
- Caplan, G. y Killilea, M. (1976). *Support systems and mutual help: multidisciplinary explorations*. New York: Grune y Stratton.
- Charles, D.; Gutiérrez, I.; Galinsky, M. (2004). *Handbook of social work with groups*. New York: Guilford Publications.
- Domenech, Y. (1998). Los grupos de autoayuda como estrategia de intervención en el apoyo social en *Alternativas*, 6,179-196.
- Gracia Fuster, E. (1997). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Barcelona: Paidós.
- Katz, A. y Bender, E. (1976). *The strength in us: self-help groups in the modern world*. New York: Franklin-Watts.
- Katz, A.H. (1993). *Self-help in America: A social movement perspective*. New York: Twayne.
- Konopka, G. (1968). *Trabajo social de grupo*. Madrid: Euroamérica.
- Konopka, G. (1973). *Trabajo de grupo en la institución*. Madrid: Euroamérica.
- Martín Díez, G. (2002). *Grupos de apoyo para familiares cuidadores de personas mayores dependientes*. San Sebastián: Diputación Foral de Guipuzcoa
- Robertis, C. y Pascal, H. (1994). *La intervención colectiva en trabajo social. La acción con grupos y comunidades*. Buenos Aires: Ateneo.
- Toseland, R. W. y Rivas, R. F. (1995). *An Introduction to Group Work Practice*. Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Tschorne, P.(1995). *Dinámica de grupo en trabajo social, atención primaria y salud comunitaria*. Barcelona: Amarú.