

Una experiencia de Trabajo Social con Grupos para el acompañamiento en duelo y pérdida en el ámbito universitario

Belén Arija Gisbert¹, Aurora Castillo Charfolet²

Resumen: Se presentan reflexiones basadas en un proceso de investigación-acción tras cinco años de realización, en la Facultad de Trabajo Social de la UCM, de un taller sobre Aprendizaje significativo en acompañamiento en procesos de duelo y pérdida en Trabajo Social Grupal. En el artículo presentamos el marco teórico que ilumina nuestra práctica grupal desde una perspectiva interfocal así como la metodología de trabajo que aplicamos. Analizamos los diversos tipos de duelo que hemos trabajado grupalmente, así como la aplicación de técnicas utilizadas para conseguir los objetivos, con ejemplos extraídos de las sesiones grupales. Cada uno de los cinco grupos lo forman estudiantes que están atravesando en su vida un proceso de duelo. Los talleres tratan de conseguir un aprendizaje basado en la experiencia grupal que promueva la adquisición de conocimientos teóricos, así como destrezas y habilidades para el acompañamiento en Trabajo Social con Grupos, a la vez que contribuye al crecimiento personal de los participantes. Los objetivos del taller son educativos, psicosociales y socio terapéuticos y se pone especial énfasis en el desarrollo de la escucha y en la generación de un clima de no juicio para el cumplimiento de objetivos y la creación de apoyo recíproco.

Palabras-chave: trabajo social con grupos; trabajo social humanista; interfocalidad; duelo; pérdida; aprendizaje significativo

1. Vinculo TS

2, Universidad Complutense de Madrid

Correspondencia: : belenarija@vinculo-ts.com

Fecha de la primera publicación (online): 2023/11/12

An experience of Social Work with Groups for bereavement and loss support in the university environment

Belén Arija Gisbert¹, Aurora Castillo Charfolet²

Abstract: Reflections based on an action-research process are presented after five years of conducting, in the Faculty of Social Work of the UCM, a workshop on Meaningful Learning in accompaniment in processes of grief and loss in Group Social Work. In the article we present the theoretical framework that illuminates our group practice from an interfocal perspective as well as the work methodology we apply. We analyze the different types of grief that we have worked with in groups, as well as the application of techniques used to achieve the objectives, with examples taken from the group sessions. Each of the five groups is formed by students who are going through a grief process in their lives. The workshops seek to achieve learning based on the group experience that promotes the acquisition of theoretical knowledge, as well as skills and abilities for the accompaniment in Social Work with Groups, while contributing to the personal growth of the participants. The objectives of the workshop are educational, psychosocial and socio-therapeutic and special emphasis is placed on the development of listening and the generation of a climate of non-judgment for the achievement of objectives and the creation of reciprocal support.

Keywords: social work with groups; humanistic social work; interfocality; bereavement; loss; meaningful learning.

1. TS link
2. Complutense University of Madrid

Address for correspondence: belenarija@vinculo-ts.com

Date of first (online) publication: 12th November 2023

English translation of full article will be found after the Spanish version

Nuestros presupuestos teóricos

El marco teórico que ilumina nuestra práctica grupal con una mirada interfocal bebe de la teoría del Trabajo Social con Grupos, la Antropología Social y Cultural, la Sociología de los grupos, el Psicoanálisis, el Humanismo Rogeriano, la Gestalt, el Psicodrama Psicoanalítico, la Teoría de Dinámica de grupos y la Teoría de la Comunicación del Modelo Sistémico, entre otros (Arija, 2012, 2017).

Entendemos que los profesionales en España nos hemos centrado en un trabajo individual o familiar, desatendiendo la creación de contextos grupales de pertenencia constructiva. Por esta razón, es nuestra responsabilidad potenciar iniciativas de Trabajo Social con grupos. Estamos comprometidas con un Trabajo Social que vele por las relaciones sociales, en sociedades altamente individualistas y en permanente crisis, y especialmente en este contexto de pandemia. Defendemos que los objetivos del Trabajo Social con grupos son favorecer el encuentro entre las personas y la generación de redes de apoyo mutuo que les permitan crecer, aprender y compartir en un clima seguro de confianza y respeto.

Con Teresa Rosell (1998) compartimos su planteamiento en cuanto a la finalidad de los grupos: socio terapéuticos, socio educativos, de acción social, de sensibilización social y de ayuda mutua. En este sentido, el grupo que vinimos desarrollando cumple cuatro de estas cinco finalidades u objetivos, que más tarde abordaremos.

La puesta en marcha del método de investigación acción participante (IAP) creado por Kurt Lewin (1992) y desarrollado por autores como Fals-Borda (1999); Kindon *et al.* (2007); y Brock and Pettit (2007) y aplicado con estudiantes de Trabajo Social, la utilización de técnicas participativas y el modelo de grupos operativos lo tomamos del trabajo observando grupos con Teresa Zamanillo, de su tesis doctoral (2004) y de su obra, ya clásica (2008). Los trabajadores sociales no pueden llegar al grupo y dirigirse a los participantes como si les dieran una clase teórica, tienen que involucrarlos en la creación de su propio discurso y la reflexión y diseño de y sobre sus acciones, sus objetivos y sus normas, generando, como decíamos antes, contextos de colaboración en relaciones horizontales coordinador/observador/participantes.

El grupo, como sujeto de investigación y de intervención para la resolución en numerosos conflictos y problemas vitales, debe tener un objetivo común y trabajar hacia la cohesión y la interdependencia para lograrlo. Cuando trabajamos con el grupo hemos de tener en cuenta determinados elementos analísticos hacia los que vamos a orientar la mirada y nuestras intervenciones. Nos sirve como referencia el esquema de los diferentes tipos de fuerza (López Yarto, 1997) que miran al individuo, la interacción y al grupo como totalidad: fuerzas intrapersonales tratadas por los enfoques humanistas y el psicoanálisis individual; fuerzas interpersonales que miran la interacción, la pertenencia, el control o poder abordadas desde la Teoría de campo de Kurt Lewin (1988), los roles del psicodrama (Moreno, 1966); y fuerzas grupales, analizadas por Bion (1985) y Anzieu (1971, 2004). Hay otro tipo de fuerzas que López Yarto denomina “los valores” y que incluyen el contexto cultural que es determinante para el análisis de proceso grupal (Arija, 2012). Tendremos que realizar observaciones e hipótesis identificando aspectos e incidiendo en unos y otros elementos, como generar pertenencia, crear confianza o establecer normas.

Por otra parte, la empatía constituye un elemento central de la relación de ayuda que el profesional del Trabajo Social establece con las personas, también en un nivel grupal. Actuar de manera empática supone poner en marcha actitudes y destrezas que deben ser adquiridas y entrenadas en contextos formativos. Los mecanismos cognitivos de autoconciencia, toma de perspectiva y autorregulación emocional que conducen a una respuesta empática pueden ser enseñados y entrenados (Castillo, 2015, 2018). No entendemos un trabajo grupal sin escucha empática que permite hacer patente el respeto, la ausencia de juicio y la cercanía y que, como veremos, promoverá el crecimiento personal y grupal. Los coordinadores son personas y atraviesan sus duelos, permitiéndose en algunos momentos compartirlos con el grupo para poner la congruencia al servicio de la empatía (Rogers, 2004).

La experiencia que vamos a presentar gira en torno a los procesos de pérdida y duelo. Partimos de la convicción de que cualquier intervención del Trabajo Social se realiza en una situación de pérdida. Sin el contexto no hay explicación posible para un fenómeno psicosocial. Y vivimos en una sociedad de consumo en la que el dolor se oculta, se niega la elaboración del duelo, se convierte el dolor colectivo en una *performance*, en un espectáculo que impide, con su atractiva parafernalia, atravesar

las etapas del duelo, que queda congelado haciendo negación y llegando a generar depresión severa.

Vivimos en un mundo donde se cierra la representación de la muerte o donde, de la mano de la sociedad de consumo, se da un vaciamiento, una negación, una reducción extrema y un cambio tanto en las representaciones como en las prácticas. Pero el inconsciente se presenta inesperadamente y llega sin avisar, irrumpe de modo fortuito igual que lo hace la muerte (Arija, 2009, p.52).

“Cuando hice la entrevista creía saber cuál era mi duelo. Pero salí pensando que era otro. Llegué porque se murió mi abuela. Me preguntaron si mis padres estaban separados y desde entonces creo que no he superado esa separación. Salí tocada de la entrevista” (Mujer 24 años).

La experiencia: metodología y desarrollo

Presentamos a continuación una experiencia de trabajo con grupos que hemos venido desarrollando en la Facultad de Trabajo Social de la Universidad Complutense de Madrid durante los años 2016 a 2021. El taller es de carácter gratuito y tiene reconocimiento de 1 ECTS como actividad formativa de la Universidad. Cada grupo lo conformaban diez estudiantes que estaban atravesando en su vida un proceso de duelo. Este taller, que continuará en próximos cursos académicos, trata de conseguir un aprendizaje basado en la experiencia grupal que promueva la adquisición de conocimientos teóricos, así como destrezas y habilidades para el acompañamiento en Trabajo Social con Grupos, a la vez que contribuye al crecimiento personal de los participantes.

El taller se realiza a lo largo de diez sesiones presenciales – algunas de ellas fueron virtuales durante el confinamiento de marzo a mayo de 2020- de dos horas de duración.

En este proceso de aprendizaje se abordan contenidos, de manera transversal, que tienen que ver con el duelo en la sociedad de consumo, las diversas definiciones y tipos de duelo, las fases o los factores que inciden en su elaboración. También se trabajan los contextos y las herramientas del Trabajo Social con Grupos, poniendo especial énfasis en el desarrollo de la escucha y en la generación de un clima de no juicio para el cumplimiento de objetivos y la creación de apoyo recíproco. La

metodología empleada es la de la investigación acción participativa.

Es necesario señalar que los objetivos del taller son conocer la importancia del Trabajo Social con Grupos, estimulando que las y los estudiantes se animen a formarse y ponerlo en práctica en su futuro profesional junto a objetivos psicosociales de ayuda mutua/apoyo mutuo y objetivos de carácter socioeducativo, pues busca la adquisición de conocimiento sobre conceptos, teorías y técnicas, estimulando el aprendizaje del acompañamiento grupal. Evidentemente, en este grupo experiencial los objetivos socio terapéuticos toman sentido al abordar la pérdida como grupo y, por supuesto, también de manera individual, avanzando en la resolución de duelos personales.

Cada uno de los cinco grupos realizados hasta el momento tienen elementos comunes. Las personas participantes son o han sido estudiantes de Trabajo Social en la Facultad. Otra condición necesaria es que se encuentran en un momento de duelo como consecuencia de una pérdida actual, pasada o futura.

Realizamos una entrevista personalizada con todas las personas interesadas tras la publicidad del taller. Curiosamente, muchas de las personas identifican la pérdida con la muerte y en el marco de la entrevista descubren qué duelos tienen congelados, no necesariamente relacionados con la muerte de alguien cercano. Es habitual que, durante las primeras sesiones, alguna persona manifieste que se hizo consciente de sus pérdidas durante el desarrollo de la entrevista:

“Estoy mal porque tengo duelos que no sabía y que descubrí en la entrevista. El abandono de mis padres, el anticipo de la pérdida de mis abuelos; tuve un novio que me maltrataba psicológicamente; me hicieron bullying en el colegio y mi padre tuvo un cáncer” (Mujer, 21).

Entre las personas entrevistadas, seleccionamos un máximo de 8-9 participantes, a quienes se cita para la primera sesión, en la que se presentan la coordinadora y la observadora, se invita a los participantes a hacer lo mismo y se marcan los objetivos del taller: socio terapéutico, apoyo mutuo y aprendizaje, además de establecerse de manera conjunta la normas del grupo, dejando claro que es fundamental respetar la creación de un ambiente de seguridad y confianza basado en la ausencia de juicio, la confidencialidad y la restitución. Desde el primer momento se señala el alto nivel de exigencia en la asistencia, la participación y la

implicación, imprescindibles para que el grupo sea fructífero. Se trata de transmitirles que el método no se explica, sino que se construye, se vive.

También se utiliza la primera sesión para enmarcar teóricamente la intervención que se va a realizar y para proporcionar bibliografía especializada a los participantes, habida cuenta de que el aprendizaje es uno de los objetivos del grupo. Queremos señalar que la actitud de los estudiantes es de dependencia, creyendo que su papel es el de receptores del conocimiento teórico-práctico y se hace preciso aclarar que el grupo lo construyen ellos con nuestras orientaciones y que se ha de generar un cambio de la dependencia a la interdependencia, que dé lugar a la cooperación y al aprendizaje significativo. Esto se pone en relación con su futuro ejercicio como trabajadores sociales de grupo, que deberán hacer protagonistas de sus procesos a los miembros de los grupos que implementen en la práctica, a través de metodologías participativas.

Es también en esta primera sesión cuando pedimos a los participantes que se muestren en relación con el duelo que están atravesando. Aparecen las expresiones de miedo, dolor, rabia o culpa y también surgen las primeras identificaciones.

“Yo me veía en todo lo que contabais en la primera sesión. Me parecéis muy fuertes y os admiro” (Hombre 22)

La identificación va a surgir en numerosas ocasiones a lo largo de las distintas sesiones. El grupo “resuena” emocionalmente y responde al dolor de alguien expresando su dolor. Esto propicia la libertad de expresión emocional y permite un sentimiento de unión grupal.

Las siguientes sesiones se inician poniendo música, utilizando técnicas de caldeamiento psicodramático y usando otras dinámicas grupales que permitan crear confianza e invitar a la participación, a la apertura y a la liberación emocional. En alguna ocasión se ha iniciado el grupo al vacío, buscando la libre participación.

En las primeras sesiones suele ocurrir que los miembros del grupo hacen movimientos hacia la cohesión, potenciando la pertenencia, y valorando la participación de los otros. El grupo se convierte en un lugar seguro para poder hablar de aquello que nunca se ha mencionado. Veamos un ejemplo:

Una estudiante de 21 años llegó a España con cuatro años tras vivir con su

abuela materna por la emigración de sus padres. Cuando ella llega a España, pierde a su figura de referencia y no tiene oportunidad de comentar su dolor con nadie. En una sesión del grupo, ella habla de su dolor por la separación y por no ser “vista” por sus padres. Ha vivido una experiencia que la llena de angustia y de pena. Cuando cuenta sus emociones, le preguntamos cómo se encuentra y su respuesta es “aliviada”. Esto nos muestra la importancia de sentirse escuchada y vista por los demás, la posibilidad de descongelar el duelo y de sacar dolor al hablar de algo de lo que nunca ha hablado. Con posterioridad a este desahogo, la estudiante se atrevió, por primera vez, a hablar de este asunto con su madre, lo cual le supuso un alivio adicional.

En otras ocasiones, la cohesión favorece hablar del tabú, de aquellas cuestiones que no se dicen en casa, que están implícitamente prohibidas y se convierten en lo innombrable, en un secreto que genera pudor mencionar.

“Yo no sé cuándo cumple años mi padre, en mi familia no se habla de él. Me cuesta mucho hablar de él con mi madre. Le pido que me cuente y me dice que sí, pero luego no. Como no sé nada, la cabeza va sola a cosas malas” (Hombre, 20)

Y en numerosas ocasiones hemos vivido la expresión del agradecimiento al grupo por ser y estar. El grupo se internaliza, el grupo está en ti y te ayuda en momentos difíciles. Ya hay conciencia de grupo, del nosotros y se hacen movimientos al reconocimiento.

“El otro día os sentí muy presentes. No estabais, pero estabais. Tuve que ir a hacer una valoración, volver a relatar de nuevo lo mismo. El momento en que mejor me sentí es cuando hablé de este grupo y del poder curativo que está teniendo para mí. Estuvisteis presentes en un momento en el que me sentí amedrentada. Lo traigo como un reconocimiento a vosotros, me ayudasteis a resolver aquella situación tan desagradable. Me relajé, mi cuerpo perdió tensión al sentirme acompañada en el dolor y con mucha empatía. Para mí este espacio es muy importante” (Mujer, 38).

Existe un amplio abanico de tipos de duelo o de pérdidas, que van desde la muerte de alguien, hasta el duelo migratorio, una separación, la pérdida de un trabajo, un aborto, una enfermedad grave, o una pandemia como duelo colectivo. Entre los duelos menos reconocidos queremos mencionar la pérdida ambigua. La traemos aquí porque ha

sido recurrente en todos los grupos con los que hemos trabajado. De acuerdo con Boss (2014: 21) existen dos tipos de pérdida ambigua: aquella en que se percibe a una persona como ausente físicamente, pero presente psicológicamente y otra en la que se percibe a la persona físicamente presente pero ausente psicológicamente. Nuestros estudiantes han vivido situaciones de pérdida ambigua, negando o congelando el duelo y manteniéndolo sin cerrar. Por ejemplo, ante enfermedades y accidentes:

“Llevo muchos años intentando superarlo. Recuerdo a mi padre con melancolía. Prefiero despedir a mi padre de antes y centrarme en el de ahora, que también me da cosas. Lo dejo ir y me centro en el que viene” (Hombre, 21).

“Mi tía abuela, la persona que más quiero en el mundo, está viva, pero no se puede tener una conversación con ella, sufre Parkinson. Me siento egoísta porque no quiero verla”. (Mujer, 22).

“Cuando yo tenía 12 años a mi madre le diagnosticaron una enfermedad neurodegenerativa sin tratamiento. A los 12 años estás sola, tu madre ya no es tu madre. Mi hermana se aisló y yo asumí el cuidado de mi madre a la fuerza. Mi madre era enfermera de trasplantes, era una eminencia, era... (habla en pasado de ella)” (Mujer, 19).

Pérdida ambigua ante rupturas traumáticas

“Mis padres vinieron a España y me dejaron en Ecuador con mi abuela de los 2 a los 4 años. Siempre me ha dolido que me separaran de mi abuela, no había sido consciente hasta ahora. He ido dos veces a Ecuador y siempre que me despido lo paso muy mal. Nunca he hablado de este dolor con mis padres” (Mujer, 21).

“Hace varios años mi familia participó en un programa de acogimiento de urgencia para menores de 3 años. Hemos acogido cinco niños y el último me ha dolido porque ha estado dos años con nosotros; se fue en acogimiento permanente y no nos dejaron verle (llora). Se aconseja visitas, pero no nos dejaron. No sabemos qué pasó, pero está de vuelta en la casa de acogida de donde le habíamos sacado. A lo mejor se siente abandonado. Doble abandono...” (Mujer, 19).

Pérdida ambigua ante separaciones donde desaparece un progenitor:

“Mis padres se divorciaron y veo a mi padre una vez al año o cada seis meses. No he tenido padre y tengo mucha rabia. Lo tenía en un pedestal y se cayó” (Mujer, 24).

“Yo he crecido pensando que mi familia estaba unida y no es así. Mi madre me dijo que se casó con mi padre para salir de su casa. Vengo de un matrimonio que no se quería. Se separaron y ahora mi padre está feliz. Le pregunto a mi hermano si no echa de menos una familia unida y me contesta que ‘es lo que hay’ y me doy cuenta de que yo soy la única que no lo acepto” (Mujer, 23).

Tomemos un ejemplo para analizar cómo hemos intervenido ante estas pérdidas ambiguas.

X es un estudiante varón de 21 años cuyo padre sufrió un ictus cuando él tenía 10 años. El padre fue hospitalizado durante dos años y cuando regresa a casa se trata de otra persona: alguien, que no puede hablar y que arrastra las peores secuelas de un ictus. El hijo recibe a un padre que ya no es su padre. Hay que decir adiós al padre que fue para aceptar a la persona que regresó y que es su padre también, pero con las secuelas de una enfermedad. Para decir adiós hay que hacer un ritual, podemos usar la silla vacía (Peñarrubia, 2008) como el espacio donde ponemos de manera simbólica a la persona, al objeto que lo representa, a la emoción que queremos soltar, y nos dirigimos a ella buscando una despedida, la liberación del dolor, de la culpa, del miedo o de la rabia. Cuando esto se hace en grupo tiene un poder performativo.

Nos hemos encontrado recurrentemente en estos años la no aceptación de hechos, situaciones y realidades que se desprenden de los procesos de duelo. Cuando hay rupturas, pérdidas, separaciones, situaciones muy dolorosas, queremos cambiar al otro, queremos que los demás obren de una manera determinada. El grupo puede ayudar a aceptar la realidad tal como es. No es posible cambiar a alguien, pero sí es posible cambiar la percepción y la actitud propia. En un grupo concreto, en el que esta no aceptación estaba muy presente, el dicho “No se puede pedir peras al olmo” se convirtió en un lema grupal interiorizado y repetido como un mantra ante determinadas manifestaciones de sus miembros. Lo que se está aprendiendo con la utilización de esta frase es a hacerse cargo de uno mismo, tomar el propio eje y diferenciarse.

La manera clásica de definir las etapas del duelo por Kübler-Ross y Kessler (2016) son: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. Desde la perspectiva interfocal vamos a plantearlo en términos de sentimientos y hablaremos de negación, miedo, rabia-culpa, dolor

y aceptación, que son los que más hemos encontrado en nuestra experiencia.

Vamos a ejemplificar sobre las fases del duelo y su tratamiento desde el Trabajo Social Grupal y queremos comenzar por la negación. Lo hacemos en primera persona con la negación de la muerte del padre, con 25 años:

“Años conviviendo con la muerte. La muerte física de mi padre, del que me dio la vida. Yo junto a su lecho acompañando en el paso, en ese último tránsito juntos. Elegida para entregarle la última mirada amorosa, con dulzura haciendo el paso. Impacto. Acontecimiento de lo negado, de lo inesperado, de lo anunciado a través de la grave enfermedad. La muerte excluida de mi imaginario, hija de la cultura. Negación y muerte. Despedida inevitable de su cuerpo físico, final de su presencia viva, en esa reciprocidad sustentada en la mirada. Final sí, no pérdida. Amor y dolor. El primer impacto existencial de la muerte entre mis manos a los 25 años. Adiós papá con amor acompañado y con dolor la despedida el mismo día de la muerte. El día siguiente fue ya una profunda negación hasta que, en 2004, investigar el duelo y la muerte me ayudaron a hacer el duelo” (B).

Todos tenemos duelos y nosotras decidimos compartirlos. Frente a esa negación, la aceptación de quien perdió a su padre hace apenas un año, sintiéndose acompañada por el grupo:

“Veía aproximarse el momento y anticipaba la pérdida. El dolor era tan profundo... pensar en no volver a ver a la persona que era mi referente, que me ha protegido y amado, que se sentía tan orgulloso de mi. Gracias al conocimiento adquirido a lo largo de estos años y gracias al grupo, pude despedirme de papá y aceptar su marcha. Sufrí y sufrí su ausencia, pero hoy en día me siento afortunada por haber estado a su lado, acompañándole en sus últimos días y atravesando el dolor con amor” (A).

La negación es una cuestión cultural pues se trata de algo colectivo, de la no aceptación de algo feo y doloroso, de la ocultación de emociones tras los fríos datos. Actualmente lo estamos viviendo con la pandemia por COVID19. Miles de personas en duelo sin poder hablar. Se habla de número de muertos, de contagios, de vacunas, pero no nos paramos a acompañar a los dolientes, ayudarles a despedirse de sus familiares, tratarles su depresión.

La negación es el momento en que nos revolvemos contra la realidad, la ocultamos y la relegamos a un segundo plano. En los grupos que hemos coordinado, ha sido evidente la existencia de esta negación ante la pérdida. Un estudiante varón de 19 años transitaba entre la negación y el dolor a lo largo de las distintas sesiones. Joven muy racional, miraba el duelo como algo estático y se hacía necesario llevarle a la emoción, al dolor, para que pudiera llegar la aceptación. Aún era muy pronto para ello - habían pasado seis meses apenas- pero él se empeñaba en mostrarse bien.

“No estoy solo, hay más personas que sufren. Hablar entre nosotros ayuda. Hablo de esto solo aquí. No es que en casa no se pueda hablar, pero se intenta evitar”
(Varón, 19).

Otra estudiante que había perdido a su primo más querido se movía entre el dolor, la impotencia y la negación:

“Tenía conexión con mi primo y estoy desubicada. Lo tenía y ya no lo tengo. Y ahora ¿cómo avanzo yo? Y han pasado dos años y sigo en el punto de partida, con mucho dolor. Me gustaría decirle tantas cosas... Te echo de menos. Supongo que todo irá bien a su debido tiempo. Me hubiera gustado decirle cosas antes”.
(Mujer, 24).

La expresión ayuda a elaborar y darse cuenta. Ayuda a ser escuchado y a escuchar. “Darse cuenta” es el imperativo humanista, el hacerse cargo de uno mismo.

Por miedo nos quedamos al margen. Con miedo hacemos las cosas. El miedo se extiende a distintos escenarios. El miedo paraliza o nos hace temerarios y nos impide avanzar. Es importante hacerse cargo de los miedos para poder superarlos. Hemos observado como el dolor se acompaña de miedo y de culpa y como el miedo impide hacer algo que se desea:

“Pienso mucho en ella. Llevo un año sin verla, a veces está lúcida, pero conmigo nunca. Quiero verla, pero no quiero ver como está. Es muy contradictorio”
(Mujer, 22).

La culpa y la rabia son la misma energía. Se trata de un asunto de

direccionabilidad: culpa hacia adentro, rabia hacia afuera. Hay mucha culpa porque hay mucha rabia. Para deshacer la culpa es necesario sacar la rabia, pero primero hay que darse cuenta. Y la rabia hay que expresarla, permitiéndonos expresiones duras en espacio seguro donde nadie nos va a juzgar. Así se expresa una joven, soltando su rabia contra los profesionales de los servicios sociales que han permitido la institucionalización de su hermano de acogida:

“Imbéciles, el daño que nos habéis hecho. La próxima vez no juguéis con nosotros. Tengo rabia, incompetentes, imbéciles” (Mujer, 19).

De esta manera suelta la rabia una joven que acaba de perder a su abuelo:

“Mi abuelo ha sido un gilipollas, se ha matado. Estoy muy enfadada con él porque no se ha cuidado. Tenía un cáncer y fumaba. Estoy enfadada porque nos ha dejado a todos, estoy muy enfadada porque mi abuela le ha cuidado toda la vida y la ha dejado ahí... Y ella implicaba a Dios, a Dios para qué, joder. Y si me está oyendo que lo sepa, que estoy muy enfadada por él” (Mujer, 19).

Un joven homosexual nos muestra su rabia contra un padre homófobo y una madre que no le defiende y la culpa que le invade cuando no es capaz de controlarse en las discusiones familiares:

“Desde que salí del armario mi padre no me habla. Mi madre se pone de su lado. Son así y punto. Pero llega un día que, sabiendo como son, tengo ganas de sacarlo todo. Yo ¿qué he hecho? Nacer.” (Varón, 22).

Cuando surgen estas expresiones, las coordinadoras invitan a la persona a que explote; se trata de legitimar la rabia y su expresión como forma de autoprotección.

El dolor también hay que transitarlo. Mostrarlo significa liberación. Cuando una persona “se rompe”, el grupo recoge ese dolor y acompaña con silencio, con un abrazo individual, un gran abrazo grupal o con una escultura grupal que expresa ese acompañamiento. En época de pandemia escuchamos en varias ocasiones decir “Te daría un abrazo, pero no puedo”.

Una joven de 20 años que fue maltratada por su pareja de los 13 a los

15 años, no se perdona a sí misma por haberlo consentido. Utilizando técnicas psicodramáticas se le invita a conectar con su “niña interior” mediante el doblaje que hacen los miembros del grupo y mediante la silla vacía donde sentamos a la adolescente. Finalmente, rompe a llorar mientras dice:

“He conectado con ella, pensaba que la había perdido ya. Muchas gracias, he sentido que me habéis llevado con ella (todos los miembros del grupo lloran). Otras veces me agobiaba hablar en voz alta, pero hoy he conectado con mi niña. Ha sido una experiencia, una energía muy fuerte” (Mujer, 20).

El grupo se siente muy satisfecho y feliz de haber ayudado a la joven a liberarse tras pasando un profundo dolor. Esa es la fuerza del grupo, del psicodrama, de la cohesión.

La aceptación supone que siga existiendo la pena, pero sin culpa ni rabia. Cuando hay aceptación hay calma. La expresión de la aceptación por parte del algún miembro permite al grupo crecer hacia resultados positivos.

“Quiero compartir un pensamiento, los jueves son para mí un espacio para pensar en mi padre y ver como estoy. Mi padre sigue igual, pero yo estoy aceptando mejor lo que hay. Siento dolor y tristeza, me da pena, pero estoy fluyendo con la situación. Estoy triste, pero estoy bien. El camino está en curva, pero yo voy a gusto” (Mujer, 23).

Otro miembro del grupo, de 50 años, muy apegada a su anciana madre, el deshacer la negación y poner conciencia a que no soltaba a su madre, le permitió caminar hacia la dolorosa aceptación de que su madre ha de morir.

La expresión y la utilización de técnicas gestálticas, como la silla vacía y psicodramáticas como el espejo, el soliloquio, el doblaje, la escultura grupal, la identificación o la devolución, permiten que las personas se liberen, suelten rabia, se revelen ante los demás, reciban apoyo y se hagan conscientes. Todas estas técnicas grupales ayudan a las personas a poner nombre a lo que les pasa y a seguir su camino. Un camino que, en este caso, no es solo personal, sino de formación para el ejercicio de una profesión que trabaja con la pérdida.

Las personas tomamos decisiones que motivan acción. En este

contexto, los actos hacen que se quiten peso, son actos que curan. Una joven que lleva mucho tiempo sin ver a su amiga, enferma de cáncer por miedo a enfrentar la realidad dice:

“La sesión del último día con la silla vacía me ha ayudado mucho. Recibí un mensaje de S: han bajado los marcadores tumorales. Tiene ganas de verme y este fin de semana me voy a ir a visitarla. Estoy muy contenta” (Mujer 20).

Otras manifestaciones de actos curativos:

“Fui a ver a mi tía abuela. No me la imaginaba tan mal como está. No me ha gustado, pero me siento muy bien. No hice más que llorar. Le dije que la quería, no sé si me escuchó. Me miró y dijo algo así como te quiero” (Mujer, 22).

“Hace unos días hablé con mi madre sobre mi duelo. Fue corto, pero me dijo que nunca se dio cuenta porque era muy pequeña. Al menos lo hablé y fue importante para mí” (Mujer, 21).

“Salí desubicada el jueves. No había ido al cementerio desde el día del entierro. Salí de aquí pensando que él merecía que fuera a verle. Fui y me siento bien” (Mujer, 24).

“El otro día, con mis padres, estábamos recordando y les propuse escribir al coordinador para saber de mi hermanito de acogida. Nos ha contestado diciendo que ya no lleva el caso, pero que le pasa nota al profesional de referencia actual para ver si podemos verle” (Mujer, 19).

En marzo de 2020 el grupo quedó interrumpido de manera abrupta por el confinamiento. El 5 de marzo fue la última sesión. Nos volvimos a ver de manera virtual el 2 de abril y reanudamos el grupo. El reencuentro supuso una alegría para todos los miembros, quienes habían sumado a sus procesos de duelo la situación de incertidumbre e inseguridad. Hubo que trabajar virtualmente para apoyar las emociones que aparejaban la pandemia. Supuso un cambio radical de escenario, una capacidad de adaptación de las coordinadoras a las tecnologías. Quisimos cerrarlo presencialmente al finalizar el confinamiento.

Como consecuencia, este año programamos un taller semipresencial, con mayor número de sesiones presenciales que virtuales. Se han tenido que reformular las técnicas por la imposibilidad de contacto físico y de intercambio de objetos, pero manteniendo las distancias hemos utilizado técnicas expresivas e integrativas. El número de sesiones

virtuales se modificó tras la realización de una sesión *online* en la que pudimos observar dificultades expresivas por la pérdida de intimidad en el domicilio familiar. Los miembros del grupo nos hicieron saber en la siguiente sesión presencial que para ellos la pantalla constituía un obstáculo y que se habían visto mediatizados por la presencia de otras personas, que podían irrumpir en la sesión de manera inesperada. Debemos tomar nota de las limitaciones que tienen los acompañamientos online.

Antes de concluir, queremos dar voz de nuevo a dos personas en su reflexión tras cerrar el grupo:

“Me voy sabiendo que de verdad he pertenecido a un grupo, me voy acogida y acunada por todos. Me voy entendiendo por primera vez que un grupo es algo más que muchas personas juntas, he visto encarnada la cohesión, el apoyo, la gratitud, el cariño y la empatía. Me voy teniendo muy presente que, a pesar de vivir en una sociedad individualista, los valores comunitarios están aún en la gente, no son conceptos extinguidos. Me voy también con unas gafas nuevas, con herramientas nuevas para aplicar a mi futura práctica profesional” (Mujer, 19).

“El grupo ha sido clave en mi proceso. Nunca me pude imaginar vivir esa unión y dinámica que existe entre nosotros, a pesar de la distancia de seguridad. Era impresionante cómo empatizábamos entre nosotros y cómo sentíamos el apoyo del grupo. Además de la preocupación que teníamos unos por otros, la rabia que sentíamos cuando alguno vivía algo injusto y, sobre todo, la alegría cuando alguien progresaba. Al final, un conjunto de muchos elementos nos hemos convertido en un todo. Acabamos siendo GRUPO” (Mujer, 21).

Conclusión

Queremos terminar este texto planteando someramente alguna reflexión que surge como consecuencia de nuestra experiencia de IAP grupal.

La importancia del grupo en Trabajo Social, de generar espacios de encuentro y aprendizaje dentro de los centros formativos para que los futuros trabajadores sociales incorporen este quehacer a su práctica diaria.

La importancia de acompañar a numerosas personas que sufren pérdidas ambiguas, personas que tienen familiares con Alzheimer y otras enfermedades neurodegenerativas, a las personas refugiadas y

asiladas, al elevado número de personas que han perdido un familiar por la COVID del que no pudieron despedirse en vida ni tras la muerte. Se hace preciso en estos momentos, detenerse a reflexionar acerca del poderoso papel curativo que tiene el Trabajo Social con grupos.

Creemos preciso realizar una revisión de roles y creencias en el ámbito del Trabajo Social. Replantearse la verticalidad en la relación y el uso del poder del Trabajo Social individualizado y volver al grupo, a la vivencia compartida. Tenemos la responsabilidad de velar por el apoyo social.

Para finalizar, queremos defender la presencialidad y el contacto humano, tanto en la formación como en la intervención social. El establecimiento de una relación fructífera necesita del contacto y la presencia.

Referencias Bibliográficas

- Anzieu, D.(2004). El grupo y el inconsciente. Lo imaginario grupal. Biblioteca Nueva.
- Anzieu, D. y Martin, J. Y. (1971). La dinámica de los grupos pequeños. Kapelusz.
- Arija Gisbert, B. (2012). Acompañamiento con grupos en Trabajo Social. Un modelo interfocal para la comprensión y sistematización de la praxis. Cuadernos de Trabajo Social, 25 (2), 427-438. https://doi.org/10.5209/rev_CUTS.2012.v25.n2.39627
- Arija Gisbert, B.(2017). Encuentro de miradas. un modelo interfocal en Trabajo Social con Grupos. En: C. Guinot y A. Ferran (Eds). Trabajo Social: arte para generar vínculos. (pp. 93-103).Universidad de Deusto,
- Arija, B. (2009). Rituales desde una perspectiva psicoanalítica. Memoria para la obtención del Diploma de Estudios Avanzados en Fundamentos y desarrollos psicoanalíticos. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Filosofía.
- Bion, W. (1985). Experiencias en grupos. Paidós.
- Boss, P. (2014). La pérdida ambigua. Cómo aprender a vivir con un duelo no terminado. Gedisa.
- Brock. K & Pettit, J (Eds.) (2007) *Springs of participation. Creating and Envolving Methods for Participatory development*. ITDG Publications.
- Castillo Charfolet, A. (2015). La enseñanza y el aprendizaje de la empatía para el Trabajo Social. (Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid). <https://eprints.ucm.es/id/eprint/36915>

- Castillo Charfolet, A. y Pastor Seller, E. (2018). La importancia de la formación en empatía para el ejercicio del Trabajo Social. En: E. Pastor y M. Cabello, (Eds). Retos y Desafíos del Trabajo Social en el Siglo XXI. (pp. 147-160). Dykinson,
- Fals Borda, O. (1999). Orígenes universales y retos actuales de la IAP. Análisis Político, 38, 73- 90. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/apol/article/view/79283>
- Kindon, S; Paind, R & Kesby, M (Eds.) (2007) *Participatory Action. Research, Approaches and Methods*. Routledge.
- Kübler-Ross, E. & Kessler, D.(2016). Sobre el duelo y el dolor. Luciérnaga.
- Lewin, K. (1988). La teoría de campo en la ciencia social. Paidós.
- Lewin, K. (1992). La investigación-acción participativa: inicios y desarrollo. Editorial Popular S.L..
- López-Yarto, L. (1997). Dinámica de grupos. Cincuenta años después. Desclee de Brouwer.
- Moreno, J. (1966). Psicoterapia de grupo y psicodrama. Fondo de Cultura Económica.
- Peñarrubia, F. (2008). Terapia Gestalt: la vía del vacío fértil. Alianza Editorial.
- Rogers, C. (2004). El proceso de convertirse en persona. 17ª edición Paidós.
- Rossell, T. (1998). Trabajo Social de grupo: grupos socioterapéuticos y socioeducativos. Cuadernos de Trabajo Social, 11, 103-122. <https://revistas.ucm.es/index.php/CUTS/article/view/CUTS9898110103A>
- Zamanillo Peral, T. (2004). Teoría y práctica del aprendizaje por interacción en grupos pequeños. (Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid). <https://eprints.ucm.es/id/eprint/5155>
- Zamanillo Peral, T. (2008). Trabajo Social con grupos y pedagogía ciudadana. 1ª ed. Editorial Síntesis.
- Zamanillo, T. (2004). La investigación-acción en la formación de equipos de trabajo. Trabajo Social Hoy, N° Extra 2, 45-62

An experience of social work with groups for bereavement and loss support in the university environment

Belén Arija Gisbert¹, Aurora Castillo Charfolet²

Abstract: Reflections based on an action-research process are presented after five years of conducting, in the Faculty of Social Work of the UCM, a workshop on Meaningful Learning in accompaniment in processes of grief and loss in Group Social Work. In the article we present the theoretical framework that illuminates our group practice from an interfocal perspective as well as the work methodology we apply. We analyze the different types of grief that we have worked with in groups, as well as the application of techniques used to achieve the objectives, with examples taken from the group sessions. Each of the five groups is formed by students who are going through a grief process in their lives. The workshops seek to achieve learning based on the group experience that promotes the acquisition of theoretical knowledge, as well as skills and abilities for the accompaniment in Social Work with Groups, while contributing to the personal growth of the participants. The objectives of the workshop are educational, psychosocial and socio-therapeutic and special emphasis is placed on the development of listening and the generation of a climate of non-judgment for the achievement of objectives and the creation of reciprocal support.

Keywords: social work with groups; humanistic social work; interfocality; bereavement; loss; meaningful learning.

1. TS link
2. Complutense University of Madrid

Address for correspondence: belenarija@vinculo-ts.com

Date of first (online) publication: 12th November 2023

Our theoretical budgets

The theoretical framework that illuminates our group practice with an interfocal gaze draws from the theory of Social Work with Groups, Social and Cultural Anthropology, Sociology of Groups, Psychoanalysis, Rogerian Humanism, Gestalt, Psychoanalytic Psychodrama, Group Dynamics Theory and the Communication Theory of the Systemic Model, among others (Arija, 2012, 2017).

We understand that professionals in Spain have focused on individual or family work, neglecting the creation of group contexts of constructive belonging. For this reason, it is our responsibility to promote Social Work initiatives with groups. We are committed to a Social Work that cares for social relations, in highly individualistic societies in permanent crisis, and especially in this context of pandemic. We defend that the objectives of Social Work with groups are to favor the encounter between people and the generation of mutual support networks that allow them to grow, learn and share in a safe climate of trust and respect.

With Teresa Rosell (1998) we share her approach regarding the purpose of the groups: socio-therapeutic, socio-educational, social action, social awareness and mutual aid. In this sense, the group we have been developing fulfills four of these five purposes or objectives, which we will discuss later.

The implementation of the Participatory Action Research (PAR) method created by Kurt Lewin (1992) and developed by authors such as Fals-Borda (1999); Kindon *et al.* (2007); and Brock and Pettit (2007) and applied with Social Work students, the use of participatory techniques and the model of operative groups is taken from the work of observing groups by Teresa Zamanillo, from her doctoral thesis (2004) and from her now classic work (2008). Social workers cannot arrive at the group and address the participants as if they were giving them a theoretical class, they have to involve them in the creation of their own discourse and the reflection and design of and about their actions, their objectives and their rules, generating, as we said before, contexts of collaboration in horizontal coordinator/observer/participants relationships.

The group, as a subject of research and intervention for the resolution of numerous conflicts and vital problems, must have a common

objective and work towards cohesion and interdependence to achieve it. When we work with the group we have to take into account certain analytical elements towards which we are going to orient the focus and our interventions. The scheme of the different types of forces (López Yarto, 1997) that look at the individual, the interaction and the group as a whole serves as a reference: intrapersonal forces treated by humanistic approaches and individual psychoanalysis; interpersonal forces that look at interaction, belonging, control or power approached from the field theory of Kurt Lewin (1988), the roles of psychodrama (Moreno, 1966); and group forces, analyzed by Bion (1985) and Anzieu (1971, 2004). There is another type of forces that López Yarto calls “the values” and which include the cultural context that is determinant for the analysis of group process (Arija, 2012). We will have to make observations and hypotheses identifying aspects and influencing one or the other elements, such as generating belonging, creating trust or establishing norms.

On the other hand, empathy constitutes a central element of the helping relationship that the Social Work professional establishes with people, including at a group level. Acting in an empathic way implies implementing attitudes and skills that must be acquired and trained in formative contexts. The cognitive mechanisms of self-awareness, perspective taking and emotional self-regulation that lead to an empathic response can be taught and trained (Castillo, 2015, 2018). We do not understand a group work without empathic listening that allows making respect, non-judgment and closeness evident and that, as we will see, will promote personal and group growth. The coordinators are people and go through their grief, allowing themselves at times to share it with the group in order to put congruence at the service of empathy (Rogers, 2004).

The experience we are going to present revolves around the processes of loss and mourning. We start from the conviction that any Social Work intervention takes place in a situation of loss. Without the context there is no possible explanation for a psychosocial phenomenon. And we live in a consumer society in which grief is hidden, the expression of grief is denied, collective grief is turned into a *performance*, into a spectacle that prevents, with its attractive paraphernalia, going through the stages of grief, which remains frozen making denial and even generating severe depression.

We live in a world where the representation of death is closed or where, hand in hand with the consumer society, there is an emptying, a denial, an extreme reduction and a change in both representations and practices. But the unconscious appears unexpectedly and arrives without warning, it bursts in a fortuitous way just as death does (Arija, 2009, p.52).

“When I did the interview I thought I knew what my grief was. But I came out thinking it was another one. I came in because my grandmother died. They asked me if my parents were separated and since then I don't think I've gotten over that separation. I came out of the interview touched” (Woman, 24 years old).

The experience: methodology and development

We present below an experience of working with groups that we have been developing in the Faculty of Social Work of the Complutense University of Madrid during the years 2016 to 2021. The workshop is free of charge and has the recognition of an ECTS as a training activity of the University. Each group was made up of ten students who were going through a grief process in their lives. This workshop, which will continue in future academic years, seeks to achieve learning based on the group experience that promotes the acquisition of theoretical knowledge, as well as skills and abilities for the accompaniment in Social Work with Groups, while contributing to the personal growth of the participants.

The workshop is conducted over ten face-to-face sessions - some of which were virtual during the March to May 2020 confinement - lasting two hours.

In this learning process, contents are approached, in a transversal way, that have to do with grief in the consumer society, the different definitions and types of grief, the phases or factors that affect its elaboration. The contexts and tools of Social Work with Groups are also worked on, placing special emphasis on the development of listening and the generation of a non-judgmental climate for the achievement of objectives and the creation of reciprocal support. The methodology used is that of participatory action research.

It is necessary to point out that the objectives of the workshop are

to know the importance of Social Work with Groups, stimulating the students to be encouraged to train and put it into practice in their professional future together with psychosocial objectives of mutual help/mutual support and objectives of socio-educational character, since it seeks the acquisition of knowledge about concepts, theories and techniques, stimulating the learning of group accompaniment. Evidently, in this experiential group, the socio-therapeutic objectives make sense when dealing with loss as a group and, of course, also individually, advancing in the resolution of personal grief.

Each of the five groups conducted so far have had common elements. The participants are or have been students of Social Work at the Faculty. Another necessary condition is that they are in a moment of grief as a consequence of a current, past or future loss.

We conduct a personalized interview with all interested persons after advertising the workshop. Interestingly, many people identify loss with death and during the interview they discover what grief they have frozen, not necessarily related to the death of someone close to them. It is common that, during the first sessions, some people say that they became aware of their losses during the course of the interview:

“I am bad because I have duels that I didn’t know about and that I discovered in the interview. The abandonment of my parents, the anticipation of the loss of my grandparents; I had a boyfriend who mistreated me psychologically; I was bullied at school and my father had cancer” (Female, 21).

Among the people interviewed, we selected a maximum of 8-9 participants, who were invited to the first session, in which the coordinator and the observer introduced themselves, invited the participants to do the same and set the objectives of the workshop: socio-therapeutic, mutual support and learning, in addition to jointly establishing the rules of the group, making it clear that it is essential to respect the creation of an atmosphere of security and trust based on the absence of judgment, confidentiality and restitution. From the very beginning, the high level of demand for attendance, participation and involvement, which are essential for the group to be fruitful, is pointed out. It is a matter of transmitting to them that the method is not explained, but built and lived.

The first session is also used to theoretically frame the intervention

to be carried out and to provide specialized bibliography to the participants, taking into account that learning is one of the objectives of the group. We want to point out that the students' attitude is one of dependence, believing that their role is that of receivers of theoretical-practical knowledge and it is necessary to clarify that the group is built by them with our guidance and that a change from dependence to interdependence must be generated, leading to cooperation and meaningful learning. This is related to their future exercise as group social workers, who should make the members of the groups they implement in practice the protagonists of their processes, through participatory methodologies.

It is also in this first session that we ask the participants to show themselves in relation to the grief they are going through. Expressions of fear, pain, anger or guilt appear and the first identifications also emerge.

"I could see myself in everything you told in the first session. I think you are very strong and I admire you" (Man, 22).

Identification will come up on numerous occasions throughout the various sessions. The group "resonates" emotionally and responds to someone's pain by expressing their pain. This encourages freedom of emotional expression and allows for a feeling of group bonding.

The following sessions are initiated by playing music, using psychodramatic warm-up techniques and using other group dynamics to build trust and invite participation, openness and emotional release. On some occasions the group has been started in a vacuum, seeking free participation.

In the first sessions it usually happens that group members make moves towards cohesion, enhancing belonging, and valuing the participation of others. The group becomes a safe place to talk about what has never been mentioned. Let's look at an example:

A 21-year-old student arrived in Spain when she was four years old after living with her maternal grandmother due to her parents' emigration. When she arrives in Spain, she loses her reference figure and has no opportunity to discuss her pain with anyone. In a group session, she talks about her pain of separation and not being "seen" by her parents. She has lived through an experience that fills her with anguish and grief. When

she recounts her emotions, we ask her how she feels and her response is “relieved”. This shows us the importance of feeling listened to and seen by others, the possibility of thawing the grief and getting pain out by talking about something she has never talked about. Subsequent to this venting, the student dared, for the first time, to talk about this issue with her mother, which brought her additional relief.

On other occasions, cohesion favors talking about the taboo, about those issues that are not said at home, that are implicitly forbidden and become unmentionable, a secret that generates embarrassment to mention.

“I don’t know when my father’s birthday is, they don’t talk about him in my family. I have a hard time talking about him with my mother. I ask her to tell me and she says yes, but then she doesn’t. Since I don’t know anything, my head goes to bad things on its own. Since I don’t know anything, my head goes to bad things by itself” (Male, 20).

And on numerous occasions we have experienced the expression of gratitude to the group for being. The group is internalized, the group is in you and helps you in difficult moments. There is already awareness of the group, of the “we” and movements are made to recognition.

“The other day I felt you very present. You were not there, but you were there. I had to go and do an assessment, retell the same thing again. The moment I felt the best is when I talked about this group and the healing power it is having for me. You were there at a time when I felt intimidated. I bring this as an acknowledgement to you, you helped me to resolve that unpleasant situation. I relaxed, my body lost tension as I felt accompanied in the pain and with a lot of empathy. For me this space is very important” (Woman, 38).

There is a wide range of types of grief or loss, ranging from the death of someone, to migratory grief, a separation, the loss of a job, an abortion, a serious illness, or a pandemic as a collective grief. Among the less recognized griefs we would like to mention ambiguous loss. We bring it here because it has been recurrent in all the groups we have worked with. According to Boss (2014: 21) there are two types of ambiguous loss: one in which a person is perceived as physically absent but psychologically present and another in which the person is

perceived as physically present but psychologically absent. Our students have experienced situations of ambiguous loss, denying or freezing the grief and keeping it without closure. For example, in the face of illness and accidents:

“I’ve been trying to get over it for many years. I remember my father with melancholy. I prefer to say goodbye to my father from before and focus on my father now, who also gives me things. I let him go and focus on the one to come” (Male, 21).

“My great-aunt, the person I love most in the world, is alive, but you can’t have a conversation with her, she suffers from Parkinson’s. I feel selfish because I don’t want to see her.” (Female, 22).

“When I was 12 years old my mother was diagnosed with an untreated neurodegenerative disease. At 12 you are alone, your mother is no longer your mother. My sister became isolated and I took over my mother’s care by force. My mother was a transplant nurse, she was an eminence, she was... (speaks in the past tense about her)” (Female, 19).

Ambiguous loss in the face of traumatic ruptures

“My parents came to Spain and left me in Ecuador with my grandmother from the age of 2 to 4. It has always hurt me to be separated from my grandmother, I had not been aware of it until now. I have been to Ecuador twice and whenever I say goodbye I always have a hard time. I have never talked about this pain with my parents” (Female, 21).

“Several years ago my family participated in an emergency foster care program for children under 3 years old. We took in five children and the last one hurt me because he was with us for two years; he went into permanent foster care and they wouldn’t let us see him (he cries). Visits are advised, but they wouldn’t let us. We don’t know what happened, but he is back in the foster home we took him from. Maybe he feels abandoned. Double abandonment...” (Woman, 19).

Ambiguous loss in the face of separations where a parent disappears:

“My parents divorced and I see my father once a year or every six months. I

didn't have a father and I have a lot of anger. I had him on a pedestal and he fell off" (Female, 24).

"I grew up thinking my family was close, and it's not like that. My mother told me she married my father to get out of her house. I come from a marriage that didn't love each other. They separated and now my father is happy. I ask my brother if he doesn't miss a united family and he says 'it is what it is' and I realize that I am the only one who doesn't accept it" (Woman, 23).

Let's take an example to analyze how we have intervened in the face of these ambiguous losses.

X is a 21-year-old male student whose father suffered a stroke when he was 10 years old. The father was hospitalized for two years and when he returns home he is someone else: someone who cannot speak and who is suffering from the worst after-effects of a stroke. The son receives a father who is no longer his father. It is necessary to say goodbye to the father who left in order to accept the person who has returned and who is also his father, but with the after-effects of an illness. To say goodbye we have to make a ritual, we can use the empty chair (Peñarrubia, 2008) as the space where we symbolically put the person, the object that represents him, the emotion we want to release, and we go to it looking for a farewell, the release of pain, guilt, fear or anger. When this is done in a group it has a performative power.

We have recurrently encountered in these years the non-acceptance of facts, situations and realities that arise from the mourning process. When there are ruptures, losses, separations, very painful situations, we want to change the other, we want others to act in a certain way. The group can help to accept reality as it is. It is not possible to change someone, but it is possible to change one's own perception and attitude. In one particular group, where this non-acceptance was very present, the saying "You can't ask for pears from the elm tree" became a group motto internalized and repeated like a mantra in the face of certain manifestations of its members. What is being learned with the use of this phrase is to take charge of oneself, to take one's own axis and differentiate oneself.

The classic way of defining the stages of grief by Kübler-Ross and Kessler (2016) are: denial, anger, bargaining, depression and acceptance. From the interfocal perspective we will approach it in terms of feelings and talk about denial, fear, anger-blame, grief and acceptance, which

are the ones we have encountered the most in our experience.

We are going to exemplify the phases of grief and its treatment from Group Social Work and we want to start with denial. We do it in first person with the denial of the death of the father, at the age of 25:

“Years living with death. The physical death of my father, the one who gave me life. Me at his bedside accompanying him in the passage, in that last transit together. Chosen to give him the last loving look, with sweetness making the passage. Impact. Event of the denied, of the unexpected, of the announced through the serious illness. Death excluded from my imaginary, daughter of culture. Denial and death. Inevitable farewell of her physical body, end of her living presence, in that reciprocity sustained in the gaze. End yes, not loss. Love and pain. The first existential impact of death between my hands at the age of 25. Farewell dad with accompanied love and with pain the farewell the same day of death. The next day was already a deep denial until, in 2004, investigating the mourning and death helped me to mourn” (B).

We all have grief and we decided to share it. In the face of this denial, the acceptance of someone who lost her father just a year ago, feeling accompanied by the group:

“I saw the moment approaching and anticipated the loss. The pain was so deep... to think of not seeing again the person who was my reference, who protected and loved me, who was so proud of me. Thanks to the knowledge acquired over the years and thanks to the group, I was able to say goodbye to Dad and accept his departure. I suffered and suffer his absence, but today I feel fortunate to have been by his side, accompanying him in his last days and going through the pain with love” (A).

Denial is a cultural issue because it is something collective, the non-acceptance of something ugly and painful, the hiding of emotions behind cold data. We are currently experiencing this with the COVID-19 pandemic. Thousands of people are in mourning and unable to speak. We talk about the number of deaths, contagions, vaccinations, but we do not stop to accompany the mourners, to help them say goodbye to their relatives, to treat their depression.

Denial is the moment when we revolt against reality, hide it and relegate it to the background. In the groups we have coordinated, the

existence of this denial in the face of loss has been evident. A 19-year-old male student moved between denial and grief throughout the different sessions. A very rational young man, he saw grief as something static and it was necessary to bring him to the emotion, to the pain, so that acceptance could come. It was still too early for that - barely six months had passed - but he was determined to show himself well.

"I am not alone, there are more people suffering. Talking to each other helps. I talk about it only here. It's not that at home you can't talk, but you try to avoid it" (Male, 19).

Another student who had lost her dearest cousin moved between grief, helplessness and denial:

"I had a connection with my cousin and I'm misplaced. I had him and I don't have him anymore. And now how do I move forward? And it's been two years and I'm still at square one, in a lot of pain. I would like to tell you so many things... I miss you. I guess everything will be all right in due time. I would have liked to tell him things sooner." (Female, 24).

Expression helps to elaborate and realize. It helps to be heard and to listen. "Realizing" is the humanistic imperative, the taking charge of oneself.

Out of fear we stay on the sidelines. We do things out of fear. Fear extends to different scenarios. Fear paralyzes or makes us reckless and prevents us from moving forward. It is important to take charge of our fears in order to overcome them. We have observed how pain is accompanied by fear and guilt and how fear prevents us from doing something we want to do:

"I think about her a lot. I haven't seen her for a year, sometimes she is lucid, but never with me. I want to see her, but I don't want to see how she is. It's very contradictory" (Female, 22).

Guilt and anger are the same energy. It is a matter of directionality: guilt inward, anger outward. There is a lot of guilt because there is a lot of anger. To get rid of the guilt you need to get the anger out, but first

you have to realize it. And anger must be expressed, allowing ourselves to express it harshly in a safe space where no one will judge us. This is how a young woman expresses herself, letting out her rage against the social services professionals who have allowed the institutionalization of her foster brother:

“You assholes, the damage you have done to us. Next time don’t play with us. I have anger, you incompetent, imbeciles” (Female, 19).

This is how a young woman who has just lost her grandfather releases her anger:

“My grandfather has been an asshole, he killed himself. I’m very angry with him because he didn’t take care of himself. He had cancer and he smoked. I’m angry because he left us all, I’m very angry because my grandmother took care of him all his life and he left her there... And she involved God, God for what, fuck. And if he’s hearing me let him know, that I’m very angry for him” (Woman, 19).

A young homosexual shows us his rage against a homophobic father and a mother who does not defend him and the guilt that invades him when he is not able to control himself in family discussions:

“Since I came out of the closet my father doesn’t talk to me. My mother takes his side. That’s just the way they are. But there comes a day when, knowing how they are, I feel like getting it all out. What did I do? I was born.” (Male, 22).

When these expressions arise, the coordinators invite the person to explode; the aim is to legitimize rage and its expression as a form of self-protection.

Pain must also be experienced. Showing it means liberation. When a person “breaks”, the group picks up that pain and accompanies with silence, with an individual hug, a big group hug or with a group sculpture that expresses that accompaniment. In times of pandemic we heard several times “I would give you a hug, but I can’t”.

A 20-year-old girl who was abused by her partner from the age of 13 to 15, does not forgive herself for having consented to it. Using psychodramatic techniques, she is invited to connect with her “inner child” through the dubbing done by the members of the group and

through the empty chair where we sit the teenager. Finally, she bursts into tears as she says:

“I have connected with her, I thought I had lost her already. Thank you so much, I felt like you took me to her (all members of the group cry). Other times I was overwhelmed talking out loud, but today I connected with my little girl. It was an experience, a very strong energy” (Woman, 20).

The group feels very satisfied and happy to have helped the young woman to free herself by going through a deep pain. That is the strength of the group, of psychodrama, of cohesion.

Acceptance assumes that the grief continues to exist, but without guilt or anger. When there is acceptance there is calm. The expression of acceptance by a member allows the group to grow toward positive outcomes.

“I want to share a thought, Thursdays are for me a space to think about my father and see how I am doing. My father is still the same, but I am becoming more accepting of what is there. I feel pain and sadness, I feel sorry for him, but I am flowing with the situation. I’m sad, but I’m okay. The road is curvy, but I’m at ease” (Woman, 23).

Another group member, in her 50s, very attached to her elderly mother, undoing the denial and bringing awareness to the fact that she was not letting go of her mother, allowed her to walk toward the painful acceptance that her mother must die.

The expression and use of gestalt techniques, such as the empty chair and psychodramatic techniques such as the mirror, soliloquy, dubbing, group sculpture, identification or devolution, allow people to free themselves, release anger, reveal themselves to others, receive support and become aware. All these group techniques help people to name what is happening to them and to follow their path. A path that, in this case, is not only personal, but one of training for the exercise of a profession that works with loss.

People make decisions that motivate action. In this context, actions take weight off, they are acts that heal. A young woman who has not seen her cancer-stricken friend for a long time because she is afraid to face reality says:

“The session on the last day with the empty chair has helped me a lot. I received a message from S: the tumor markers are down. She is looking forward to seeing me and this weekend I am going to visit her. I am very happy” (Woman 20).

Other manifestations of healing acts:

“I went to see my great-aunt. I didn’t imagine her as bad as she is. I didn’t like it, but I feel great. I did nothing but cry. I told her I loved her, I don’t know if she heard me. She looked at me and said something like I love you” (Female, 22).

“A few days ago I talked to my mother about my grief. It was short, but she told me she never realized it because I was so little. At least I talked about it and it was important to me” (Female, 21).

“I went out of my mind on Thursday. I hadn’t been to the cemetery since the day of the funeral. I left here thinking he deserved for me to go see him. I went and I feel good” (Female, 24).

“The other day, with my parents, we were reminiscing and I suggested writing to the coordinator to find out about my foster brother. He wrote back saying that he is no longer handling the case, but that he is passing a note to the current referral professional to see if we can see him” (Female, 19).

In March 2020 the group was abruptly interrupted by confinement. March 5 was the last session. We met again virtually on April 2 and resumed the group. The reunion was a joy for all the members, who had added to their grief processes the situation of uncertainty and insecurity. We had to work virtually to support the emotions that the pandemic brought with it. It meant a radical change of scenery, a capacity of adaptation of the coordinators to the technologies. We wanted to close it in person at the end of the confinement.

As a consequence, this year we programmed a semi-presential workshop, with more face-to-face sessions than virtual ones. The techniques had to be reformulated due to the impossibility of physical contact and exchange of objects, but keeping the distances we have used expressive and integrative techniques. The number of virtual sessions was modified after the realization of an *online* session in which we could observe expressive difficulties due to the loss of intimacy in the family home. The members of the group let us know in the following face-to-face session that for them the screen constituted an obstacle

and that they had been mediated by the presence of other people, who could burst into the session unexpectedly. We should take note of the limitations of online accompaniment.

Before concluding, we would like to give voice again to two people in their reflection after closing the group:

“I leave knowing that I have truly belonged to a group, I leave feeling welcomed and cradled by everyone. I leave understanding for the first time that a group is something more than many people together, I have seen cohesion, support, gratitude, affection and empathy incarnated. I am leaving with the awareness that, despite living in an individualistic society, community values are still in people, they are not extinct concepts. I am also leaving with new glasses, with new tools to apply to my future professional practice” (Woman, 19).

“The group has been key in my process. I could never have imagined living that union and dynamic that exists between us, despite the safety distance. It was impressive how we empathized with each other and how we felt the support of the group. In addition to the concern we had for each other, the anger we felt when someone experienced something unfair and, above all, the joy when someone made progress. In the end, a set of many elements we have become a whole. We ended up being a GROUP” (Woman, 21).

Conclusion

We would like to end this text by briefly raising some reflections that arise as a consequence of our experience of group PRA.

The importance of the group in Social Work, of generating meeting and learning spaces within the training centers so that future social workers can incorporate this task into their daily practice.

The importance of accompanying numerous people who suffer ambiguous losses, people who have relatives with Alzheimer’s and other neurodegenerative diseases, refugees and asylum seekers, the large number of people who have lost a family member to COVID whom they were unable to say goodbye to in life or after death. It is necessary at this time to stop and reflect on the powerful healing role of Social Work with groups.

We believe it is necessary to review roles and beliefs in the field of Social Work. Rethink the verticality in the relationship and the use of

the power of individualized Social Work and return to the group, to the shared experience. We have the responsibility to ensure social support.

Finally, we would like to defend presence and human contact, both in training and in social intervention. The establishment of a fruitful relationship requires contact and presence.

References

References will be found at the end of the Spanish version