

## **“GRUPO DE CONTENCION EMOCIONAL UNA ALTERNATIVA A LA SOLEDAD DEL TANATOLOGO”**

Psic. Clin.& Dipl.Tanat José Luis Germán Ramírez  
Hospital Dr. Rubén Leñero, Secretaria de Salud del D.F. México D.F.

Considerando la gran importancia que tienen los Grupos de Autoayuda como los de Apoyo o los de reflexión, estos grupos plantean el ajuste a esas nuevas relaciones o roles mediante la contención emocional y la comprensión de los miembros del grupo que han pasado por la misma experiencia, así como el aprendizaje de los nuevos miembros, del modelo del rol que ellos les ofrecen, el Servicio de Psicología en el hospital Dr. Rubén Leñero, cristalizó la idea de formar un **Grupo de Contención Tanatológica** para su apoyo emocional contratransferencial del tanatólogo en formación. Entendiendo como **Contención** “Reprimir o sujetar el movimiento o impulso de un cuerpo” según el diccionario de la Lengua Española. Y por otro lado refiere “La demasiada contención cansa el Espíritu”

Este grupo surge como una necesidad del área de Psicología, en el 2000, con los Tanatólogos en Formación, al realizar el Servicio Social, como practicas tanatológicas hospitalarias, y que son canalizados por diferentes escuelas e instituciones de formación al respecto, y como éstos se percibe su estado emocional contratransferencial en sus duelos no resueltos, al estar en contacto con el enfermo, y como esto afecta en su desarrollo tanatológico en la atención hacia el paciente, así como en su vida personal, al no haber orientación, asesoría ni supervisión.

La Contención Emocional del Tanatólogo, sin lugar a dudas, imprescindible, en el trabajo con Paciente Terminales, la Familia y el Personal de la Salud.

El grupo de **Contención Tanatológica** tienen como **Objetivo** Primordial: ofrecer la contención emocional así como la enseñanza y su aprendizaje para el apoyo tanatológico con el paciente, para aprender como se convive con él, en sus diferentes fases de duelo, que está pasando el Enfermo, con la Familia, y el Personal de la Salud.

A través del apoyo del modelo del Dr. Irvin Yalom, especialista en Coordinación de Grupos terapéuticos de Contención, nos señala cinco elementos fundamentales en la dinámica grupal:

- 1.- **Universalidad**: Compartir experiencias. No sentirse únicos en el mundo
2. – **Conocimiento**: Intercambio de información. Estimular el saber Frenar fantasías desalentadoras.
3. –**Coerción Grupal**: Relación de confianza y complicidad. Consuelo y fortaleza.
- 4.- **Catarsis**: Aprender a expresar profundos sentimientos frente a otros. Sensación de paz y liberación.
- 5.- **Factores Existenciales**: Es de gravitación fundamental y de gran valor terapéutico aceptar lo que no puedo cambiar.

Para si realización y apoyo en la Contención Emocional Tanatológica en los Tanatólogos en Formación.

Metodología: El Grupo de Contención es coordinado por un profesional en psicología clínica con una formación en tanatología; los encuentros grupales se realizan una vez a la semana, los integrantes no deben ser más de doce personas, con una hora y media de duración.

Los miembros del grupo son convocados a reflexionar acerca de la problemática de la que están pasando, en donde los Tanatólogos en formación, dentro del **Grupo de Contención**, expresan su estado emocional contratransferencia positivo o negativo en atención al paciente, la cual está centrada prácticamente en un permanente esfuerzo por adaptarse y enfrentar las múltiples dificultades que la enfermedad del paciente le genera. En este enorme esfuerzo se hace necesaria la Contención como grupo de apoyo y reflexión que se enfoca en el desarrollo tanatológico para mejorar su realización; considerando que no es terapia de grupo, pero si es terapéutico el compartir las experiencia de estos vividas.

Dentro de este espacio tanatológico tiene la oportunidad de descubrirse y descubrir ciertos factores detonantes que puedan causarle una crisis o una contratransferencia negativa estos dependen de:

- Tipo de personalidad.
- Su historia de vida.
- Duelos no resueltos.
- Poca tolerancia a la frustración.
- No ser responsable de sus sentimientos y emociones
- Falta de honestidad y humildad.
- No contar con terapia personal para resolver conflictos arraigados.
- Mecanismos de defensa que surgen dentro de cada tanatólogo ante el grupo.

El coordinador, además de estas actividades, se encarga de dar Orientación, Asesoría y de llevar a cabo la Supervisión del trabajo Clínico Tanatológico que incluye: La Enseñanza - Aprendizaje sobre las necesidades del Grupo de Contención.

## Conclusiones

Durante su estancia el Tanatologo en Formación se logro hacer consciente de sus recursos, valores, y tomando con responsabilidad su sentido de vida, y de su trascendencia, para llevarlo una mejor atención al Paciente en ese proceso Terminal, así, como el manejo del duelo de la Familia y el Personal de la Salud.

Por lo tanto que los Tanatólogos en formación toman conciencia, que no se encuentran en esa soledad en la travesía del apoyo Tanatológico, como dice" ... el Dr. Yalom *"Una de mis pacientes se describió a sí misma como un solitario barco en la oscuridad. Aún cuando nada físico pudiera amarrarlo, nada era más consolador que ver las luces de otros barcos navegando por el mismo mar".* Y que sumando esfuerzos de ayuda a ayudar al quien necesita cuando yo necesite.