



UNIVERSIDAD
TÉCNICA DE
MANABÍ
Fundada en 1952



Psicoterapia grupal y su relación con las prácticas restaurativas en adolescentes

Group psychotherapy and its relationship with restorative practices in adolescents

✉ *Leonor Carolina Bravo Ayala 

✉ Robert Rafael Gómez Reyna 

Facultad de Posgrado, Universidad Técnica de Manabí, Portoviejo, Ecuador,
lbravo6230@utm.edu.ec, rgomez2851@utm.edu.ec.

*Autor de correspondencia.

Recepción: 16 de enero de 2024 / Aceptación: 2 de agosto de 2024 / Publicación: 1 de octubre de 2024.

Citación/cómo citar este artículo: Bravo, A. y Gómez, R. (2024). Psicoterapia grupal y su relación con las prácticas restaurativas en adolescentes. *Revista PSIDIAL: Psicología y Diálogo de Saberes*, 3(Edición Especial) 1-16. <https://doi.org/10.33936/psidial.v1iEspecial.6363>



e-ISSN 2806-5972

✉ revista.psidial@utm.edu.ec

REVISTA PSIDIAL: PSICOLOGÍA Y DIÁLOGO DE SABERES

Vol. 3 Edición Especial (1-16)

DOI: 10.33936/psidial.v1iEspecial.6363



Resumen

Esta investigación busca describir la relación existente entre psicoterapia grupal y las prácticas restaurativas con círculos restaurativos reactivos, cuya problemática se centra en las dificultades en la comunicación entre padres e hijos adolescentes es uno de los factores familiares que más se asocia con el surgimiento de problemas de salud mental en los jóvenes, como síntomas de depresión, ansiedad y estrés, en el ámbito escolar, también se han identificado varios elementos que pueden afectar de manera negativa la adaptación psicológica de los adolescentes como el rendimiento escolar o la convivencia entre compañeros, por ello, se planteó como objetivo principal determinar la relación que existe con la psicoterapia grupal y las prácticas restaurativas en adolescentes. La metodología empleada tiene un enfoque cualitativo de tipo analítica-descriptiva, contempla la investigación de literatura comprendida de los años 2019 a 2023 en bases de datos de Google Scholar, Scielo, así como también de repositorios de Universidades de Ecuador, Perú, España, entre otras, aplicando análisis documental de diferentes artículos, libros digitales y tesis. Se seleccionó un total de 65 documentos, siendo registrados en el gestor bibliográfico Zotero para su repaso y citados 35 como encuadre teórico evidenciados en la referencia bibliográfica. En conclusión, la psicoterapia es un proceso terapéutico que involucra la interacción entre un profesional de la salud mental y un individuo o grupo, este enfoque tiene como objetivo mejorar la salud emocional, mental y conductual del paciente. A través de diversas técnicas y enfoques, la psicoterapia aborda problemas psicológicos, emocionales o sociales.

Palabras clave: Psicoterapia, prácticas restaurativas, adolescentes, relación terapéutica, salud mental

Abstrac

This research seeks to describe the relationship between group psychotherapy and restorative practices with reactive restorative circles, whose problem is centered on the difficulties in communication between parents and adolescent children is one of the family factors most associated with the emergence of mental health problems in young people, such as symptoms of depression, anxiety and stress, in the school environment, several elements have also been identified that can negatively affect the psychological adaptation of adolescents, such as school performance or coexistence among peers, for this reason, the main objective was to determine the relationship between group psychotherapy and restorative practices in adolescents. The methodology used has a qualitative approach of analytical-descriptive type, contemplates the inquiry of literature from 2019 to 2023 in Google Scholar, Scielo databases, repositories of Universities of Ecuador, Peru, Spain, among others, applying documentary analysis of different articles, digital books and theses. A total of 65 documents were selected, being registered in the Zotero program for review and 35 were cited as theoretical framework evidenced in the bibliographic reference. In conclusion, psychotherapy is a therapeutic process that involves the interaction between a mental health professional and an individual or group, this approach aims to improve the emotional, mental and behavioral health of the patient. Through various techniques and approaches, psychotherapy addresses psychological, emotional or social problems.

Keywords: adolescents, psychotherapy, restorative practices, therapeutic relationship, mental health.

Introducción

En la actualidad los conflictos intrafamiliares se han agudizado más específicamente con los adolescentes por dificultades de comunicación, problemas psicosociales con los miembros de la familia, al igual que diferentes condiciones de salud que no son identificados ni abordadas oportunamente por profesionales en salud mental. (Sainero et al., 2015). Según la Organización Mundial de la Salud (2021) menciona que a nivel global, aproximadamente uno de cada siete adolescentes en edades comprendidas entre los 10 y los 19 años experimentan algún tipo de trastorno mental. Este tipo de trastorno constituye alrededor del 13% del total de enfermedades y afecciones afectan a este grupo en todo el mundo. La Organización Panamericana de Salud y la Organización Mundial de la Salud (2021) mencionan que la falta de atención a los problemas de salud mental en los adolescentes conlleva efectos que perduran hasta la etapa adulta, afectan tanto el bienestar físico como emocional de la persona, aminora su rendimiento académico y limitan sus oportunidades para vivir una vida satisfactoria en los años venideros.

Durante la etapa de la adolescencia, tanto el entorno familiar como el escolar desempeñan un papel fundamental en la adaptación psicológica del individuo. La existencia de dificultades en la comunicación entre padres e hijos adolescentes es uno de los factores familiares que más se asocia con el surgimiento de problemas de salud mental en los jóvenes, como síntomas de depresión, ansiedad y estrés. En el ámbito escolar, también se han identificado varios elementos que pueden afectar de manera negativa la adaptación psicológica de los adolescentes, tales como la autoestima académica/educativa baja o los desafíos en la integración social y la experiencia de ser víctima de algún tipo de violencia entre compañeros (López et al., 2005).

Partiendo de su importancia, diversos investigadores dirigen sus estudios al desarrollo de temáticas parecidas. Un primer trabajo realizado a nivel internacional denominado “Provención, prevención y solución del conflicto humano desde las prácticas restaurativas” elaborado por Revesado (2022) en Salamanca, España, dicha investigación estuvo enfocada en resolver conflictos mediante la intervención oportuna de diferentes casos. De los resultados obtenidos se pudo constatar que es necesario trabajar en centros educativos el tema de provención y prevención de conflictos como un canal necesario para la resolución pacífica de conflictos y reparación de daños causados. En lo que respecta a psicoterapia, Fernández et al. (2015) “Desde esta perspectiva la psicoterapia en adolescentes se constituye en una herramienta privilegiada de intervención en un momento evolutivo de revisión y reacomodación de aspectos centrales para el desarrollo posterior, como lo es la identidad” (p. 248).

Por otro lado, la psicoterapia grupal es el tratamiento de varios individuos al mismo tiempo, en lugar de trabajar con un solo cliente, como en la terapia individual. En este contexto, un terapeuta facilita la interacción y el proceso de cambio entre los miembros del grupo. Afirma Serebrinsky (2012). El grupo terapéutico se configura de manera sistemática en el cual se integran de manera articulada las demandas de los participantes con sus propias vivencias, valores, creencias y formas particulares de dar sentido al mundo. De esta manera entendemos que a través de los grupos y su interactuar se hace una reconstrucción de la realidad, porque dará apertura a ver, pensar, sentir una construcción social diferente a que de manera individual se tiene.

Al respecto Rodríguez & Gil (2022) sostienen que no se requiere enfrentar problemas “serios” para que la psicoterapia de grupo sea beneficiosa de hecho, muchos de los participantes en estas sesiones son individuos que experimentan dificultades y gestionan problemas cotidianos en un nivel que no les impide completamente funcionar en su vida personal y social, aunque sí les afecta y condiciona su bienestar psicológico. Esta realidad es latente en los adolescentes, dado que en muchos casos sus problemas pueden partir de un mal manejo de emociones propio de su edad hasta grandes problemas psicosociales que repercuten en su familia, colegio y entorno social.

Desde esta perspectiva la investigación busca despejar la interrogante de ¿Qué relación hay entre psicoterapia grupal con prácticas restaurativas? Para que su combinación pueda ser beneficiosa en función del grupo adolescente que tenemos en la actualidad. De acuerdo con lo descrito el objetivo del presente artículo es determinar la relación de psicoterapia con las prácticas restaurativas en adolescentes.

Marco referencial

Psicoterapia grupal

La psicoterapia de grupo es un tratamiento en el que un terapeuta se reúne en una misma sesión a un conjunto pequeño de personas con problemas emocionales que suelen ser similares, con el objetivo de que cada uno exprese sus preocupaciones y se ayuden mutuamente, bajo la moderación profesional del terapeuta. En la terapia de grupo, se centra en las interacciones y vínculos que surgen en el grupo, buscando dar herramientas a las personas para encontrar soluciones a sus problemas o conflictos psicológicos y emocionales. El objetivo es lograr un crecimiento personal, equilibrio emocional y potenciar las habilidades sociales (Gil & Rodríguez, 2022b).

La terapia de grupo es eficaz porque las personas sienten que no están solas con sus problemas, lo que rompe el aislamiento al que muchos se han sometido. Además, la posibilidad de compartir emociones y pensamientos sin miedo a la crítica fomenta un elevado nivel de cohesión grupal que conduce a cambios psicológicos más estables a lo largo del tiempo. Algunos beneficios de la psicoterapia de grupo incluyen la posibilidad de tratar una amplia gama de problemas o trastornos psicológicos, así como la oportunidad de interactuar con otros miembros del grupo, lo que proporciona una selección más variada de relaciones y la oportunidad de recibir apoyo mutuo (Gómez, 2019).

La psicoterapia de grupo es un tratamiento en el que un terapeuta reúne a un conjunto pequeño de personas con problemas emocionales similares, con el objetivo de que cada uno exprese sus preocupaciones y se ayuden mutuamente, bajo la moderación profesional del terapeuta. Este enfoque se centra en las interacciones y vínculos que surgen en el grupo, buscando dar herramientas a las personas para encontrar soluciones a sus problemas o conflictos psicológicos y emocionales, con el objetivo de lograr un crecimiento personal, equilibrio emocional y potenciar las habilidades sociales (Hermida et al., 2022).

Este enfoque se centra en las interacciones y vínculos que surgen en el grupo, buscando dar herramientas a las personas para encontrar soluciones a sus problemas o conflictos psicológicos y emocionales, con el objetivo de lograr un crecimiento personal, equilibrio emocional y potenciar las habilidades sociales.

Características

El Psicoterapeuta es un profesional especializado en el tratamiento de problemas emocionales y mentales. Un buen psicoterapeuta se caracteriza por (Corbella, 2020):

- Mostrar empatía y comprensión hacia sus pacientes, lo que les permite sentirse escuchados y comprendidos.
- Están obligados a respetar reglas estrictas en su práctica profesional, manteniendo la confidencialidad de lo conversado, evitando involucrarse sexualmente con el cliente o paciente, y manteniendo una actitud empática, no directiva y exenta de juicio respecto de las convicciones personales del paciente o cliente.
- Mantiene constante formación, actualizándose en las últimas investigaciones y técnicas terapéuticas para ofrecer el mejor tratamiento a sus pacientes.
- Conocer sus propias fortalezas y debilidades, y sea capaz de manejarlas. La honestidad y la ética son fundamentales en su trabajo.
- Capacidad de escuchar activamente a sus pacientes, mostrando interés genuino en sus preocupaciones y emociones.
- Establecer límites claros en la relación terapéutica, manteniendo un equilibrio entre la empatía y la profesionalidad

La formación del grupo incluye la decisión de sus miembros de constituirse en grupo, así como la definición de objetivos y estructura. Durante la etapa de formación, los integrantes del grupo se conocen, definen sus objetivos y la estructura, y buscan guía y dirección para la toma de decisiones. Además, se crean espacios apropiados para la discusión de cualquier tema, a pesar de que los miembros evitan el conflicto por temor a no ser aceptados (Gil & Rodríguez, 2022).

La frecuencia de las sesiones de terapias puede variar dependiendo de varios factores, pero generalmente al comienzo de la terapia psicológica, las sesiones suelen ser semanales. Esto permite afianzar la relación terapéutica y la confianza en el terapeuta. También es común realizar dos, tres o incluso cuatro sesiones por semana en procesos más intensivos o de análisis (Groves et al., 2018). En torno a la duración de las sesiones puede variar, pero generalmente las sesiones individuales suelen tener una duración estándar de 45 a 60 minutos. Sin embargo, las sesiones de terapia de pareja o familiar pueden ser más largas, con una duración máxima de 90 minutos. La duración de las sesiones puede ajustarse según las necesidades individuales del paciente y la recomendación del terapeuta (Groves et al., 2018).

Heterogeneidad *versus* homogeneidad del grupo se refiere a la diversidad o similitud de sus miembros en términos de culturas, razas, personalidades, perspectivas, criterios y/o rasgos físicos.

La homogeneidad se refiere a un conjunto de personas con características similares, mientras que la heterogeneidad implica una mezcla de culturas, habilidades y experiencias de vida que puede crear una dinámica más fuerte dentro de un grupo. Los grupos homogéneos a menudo proveen acceso y participación equitativa a sus miembros, ya que hay menores posibilidades de exclusión, mientras que los grupos heterogéneos pueden fomentar la creatividad y el procesamiento de la información. La heterogeneidad entre los miembros de un grupo puede influir en la dinámica del grupo y en su capacidad para alcanzar sus objetivos (Ribé, 2021). Las reglas del grupo son las normas habladas que guían la interacción, la colaboración efectiva y la eficiencia en el trabajo de los miembros del grupo. Por lo general, estas normas no están escritas, sino que se acuerdan implícitamente como reglas o estándares de comportamiento, guiados por las reglas básicas de la cultura del grupo (Ribé, 2021).

Problemas psicosociales en la adolescencia.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), define que la adolescencia “es la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, o sea desde los 10 hasta los 19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud”. La adolescencia es una etapa del desarrollo humano que se sitúa entre la infancia y la edad adulta. Desde el punto de vista biológico, la adolescencia se caracteriza por la maduración sexual, el desarrollo de características sexuales secundarias y el crecimiento físico. A nivel psicológico, los adolescentes suelen enfrentarse a la formación de la identidad, la búsqueda de autonomía, la exploración de nuevas experiencias y roles.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2020) refiere que la adolescencia es una etapa necesaria e importante para hacernos adultos. Pero, esencialmente es una etapa con valor y riqueza en sí misma, que brinda infinitas posibilidades para el aprendizaje y el desarrollo de fortalezas. Es una etapa desafiante, de muchos cambios e interrogantes para los adolescentes, pero también para sus padres y adultos cercanos. Los problemas psicosociales en adolescentes abarcan una amplia gama de desafíos emocionales y sociales que pueden afectar negativamente su bienestar en salud mental. Dentro de los cuales se puede destacar: trastornos emocionales, trastornos de comportamiento, trastornos de conductas alimentarias, psicosis, suicidios, autolesiones y conductas de riesgos (OMS, 2021).

Zambrano (2020) afirma que “Los elementos psicosociales influyen en los individuos a través de las condiciones personales y contextuales que pueden o no afectar directamente a la persona, dependiendo de su personalidad y de la complejidad de la intervención” (p.40). Lo que pone en evidencia que realmente los factores psicosociales como la deserción escolar, el consumo de drogas y alcohol, la participación en pandillas y el maltrato familiar y entre otras situaciones desfavorables han sido los principales impulsores que desvían las decisiones hacia direcciones distintas porque inciden de manera negativa en el desarrollo biopsicosocial de la población adolescente.

Durante la etapa de la adolescencia, el individuo ha consolidado sus patrones de comportamiento, tanto en el ámbito social como en las relaciones interpersonales y emocionales. (Pérez et al., 2022) Diversos factores psicosociales, como la exposición al abuso (ya sea físico o verbal), la violencia, la situación de pobreza, la deserción escolar, el riesgo en el entorno, la falta de respaldo estatal, el hacinamiento, la presencia de la venta de drogas y la participación en pandillas, entre otros, incrementan la vulnerabilidad de los adolescentes a adoptar conductas de riesgo y a enfrentar problemas en su salud mental. Por esta razón, resulta fundamental fomentar el bienestar psicológico y protegerlos de los factores de riesgo que podrían obstaculizar el desarrollo pleno de su potencial. La comprensión y abordaje de estos problemas son esenciales para promover un desarrollo saludable durante la adolescencia y prevenir posibles impactos negativos a largo plazo.

Prácticas restaurativas

Las prácticas restaurativas se basan en el desarrollo de la comunidad a partir del fortalecimiento de los vínculos. Cuando los conflictos se presentan, se busca la reparación de los daños causados asumiendo responsabilidades. Estas prácticas mejoran la convivencia escolar al crear vínculos entre los miembros de la comunidad, resolviendo conflictos a partir del diálogo, creando entornos positivos con la participación de toda la comunidad educativa y restaurando las relaciones. Se basan en el diálogo restaurativo y en los círculos de diálogo o círculos restaurativos (Cadena & Valiente, 2023).

Las prácticas restaurativas son un conjunto de estrategias cuyo fin es prevenir y resolver conflictos y gestionar problemas de comportamiento. Se emplea en organizaciones y en el ámbito educativo, donde se aplica generalmente por los profesores en el aula. Consiste en una serie de intervenciones que son más o menos formales dependiendo de la gravedad de la situación, y en la mayoría de las ocasiones los participantes se sientan formando un círculo. Se enfocan en el daño que las personas han podido causar con su comportamiento y en su reparación, con una atención especial a las personas que han resultado afectado (Sánchez & Ahumada, 2022).

Al aplicar prácticas restaurativas se incluye el reconocimiento de los conflictos como oportunidades de aprendizaje, desarrollo y crecimiento. Los seres humanos son más felices, cooperadores y productivos cuando se involucran en prácticas restaurativas, lo que demuestra que estas prácticas están estrechamente relacionadas con el bienestar emocional y el desarrollo humano. Los conflictos son inherentes al ser humano y surgen en todas las instituciones, lo que destaca la importancia de abordarlos de manera restaurativa. Además, se destaca que las prácticas restaurativas deben formar parte del sistema de justicia juvenil y ser aplicadas en todas las etapas del desarrollo (Esquivel, 2020).

Por lo tanto, las prácticas restaurativas son herramientas o métodos empleados para la resolución de conflictos alternativa basada en el sistema restaurativo. Existen distintos tipos y se clasifican entre formales y no formales. Se trata de métodos que tienen como fin lograr la resolución pacífica de conflictos similares en el diálogo.

Los escenarios de aplicación de las prácticas restaurativas incluyen:

Las prácticas restaurativas se aplican en el sistema de justicia como una alternativa para la resolución de conflictos y la promoción de la reconciliación y el perdón. Estas prácticas se centran en el diálogo, la responsabilidad y la reparación del daño causado, y se han demostrado eficaces en la reducción de la reincidencia delictiva y la promoción de la reintegración social. Además, se ha observado que el tratamiento durante y después del encarcelamiento es eficaz y debe incluir atención integral, como medicamentos, terapia conductual, oportunidades de trabajo y vivienda, lo que a largo plazo ahorra dinero y contribuye a la disminución de los niveles de impunidad y reincidencia delictiva (Guzzetti & Lima, 2022).

En el ámbito educativo, las prácticas restaurativas se aplican para mejorar la convivencia escolar, resolver conflictos a través del diálogo y crear entornos positivos con la participación de toda la comunidad educativa. Se han convertido en un enfoque relevante para fomentar la resolución pacífica de conflictos, promover la inclusión y la participación activa de los estudiantes, así como para fortalecer la convivencia escolar (Santacruz & Palacio, 2021).

En el ámbito de la comunidad y las relaciones sociales, es importante fomentar la interacción positiva y el apoyo mutuo. Establecer relaciones sociales sólidas contribuye a aumentar la resistencia emocional y promueve un sentido de pertenencia. Se pueden iniciar relaciones positivas a través de actividades como compartir momentos divertidos con amigos, enviar mensajes de aliento a quienes atraviesan dificultades, y participar en comunidades afines, como grupos religiosos. Las relaciones sociales son fundamentales para el bienestar emocional y la integración social, y ofrecer apoyo a otros fortalece los lazos sociales. Es esencial recordar que tanto dar como recibir apoyo es crucial para mantener relaciones saludables y significativas (García & Brenes, 2022).

En resumen, las prácticas restaurativas se aplican en el sistema de justicia, en el contexto de las justicias indígenas, en el ámbito educativo y en la promoción de comunidades más compasivas, abordando conflictos, comportamientos inapropiados y daños causados a través del diálogo y la reparación.

Las prácticas restaurativas en la adolescencia: se aplican en el contexto de justicia penal juvenil, con el objetivo de trabajar desde un enfoque restaurativo con adolescentes presuntos/as autores/as de una infracción penal. Estas prácticas se orientan por los principios de protección integral y justicia restaurativa, brindando la oportunidad a los adolescentes en conflicto con la ley de reflexionar sobre el impacto de sus acciones, asumir la responsabilidad y participar en procesos de reparación del daño causado. Además, se promueve el protagonismo adolescente y se implementan herramientas del enfoque restaurativo, como la escucha activa, el diálogo restaurativo y los círculos restaurativos, con el fin de fomentar la resiliencia y la reintegración social de los adolescentes en conflicto con la ley (González et al., 2021).

Tabla n.º 1. Características de las prácticas restaurativas

Características	
Facilitador y cofacilitador	Son los distintos profesionales que acompañan los procesos pedagógicos reeducativos con la capacidad de escuchar de manera activa, demostrar empatía, fomentar un ambiente de respeto y confianza, y tener habilidades para guiar el diálogo de manera imparcial y constructiva.
Participación voluntaria	La participación voluntaria promueve un sentido de empoderamiento y responsabilidad, lo que puede conducir a resultados más efectivos y sostenibles en la restauración de relaciones y la reparación del daño.
Turno de la palabra	Permite asegurar que todas las partes involucradas tengan la oportunidad de expresar sus pensamientos, sentimientos y perspectivas de manera ordenada y sin interrupciones. Esta práctica promueve la escucha activa y el diálogo constructivo.
Objeto de conversación	Es un elemento clave que se utiliza para regular la comunicación y garantizar que cada persona tenga la misma oportunidad de hablar. Este objeto puede ser físico, como un objeto que se pasa de mano en mano, o simbólico, como una piedra o un objeto especial.
Acuerdos de convivencia	Tienen como finalidad la generación de vínculos y la reparación de daños causados, asumiendo responsabilidades. Estos acuerdos buscan mejorar la convivencia al crear vínculos entre los miembros de la comunidad, resolver conflictos a través del diálogo y restaurar las relaciones.

Fuente: (Roa, 2020)

Estrategias proactivas-reactivas

Las estrategias proactivas se centran en la prevención y la anticipación de conflictos, buscando fortalecer las relaciones y promover un entorno de convivencia saludable. Por otro lado, las estrategias reactivas están orientadas a responder a situaciones conflictivas una vez que han surgido, con el objetivo de abordar el daño causado y restaurar las relaciones.

Estas estrategias pueden incluir herramientas como los círculos restaurativos proactivos, que buscan fortalecer la convivencia y prevenir conflictos, así como los círculos restaurativos reactivos, que se utilizan para abordar situaciones conflictivas una vez que han ocurrido.

Ambas estrategias, proactivas y reactivas, son importantes para el enfoque restaurativo, dado que permiten tanto la prevención como la respuesta efectiva a los conflictos en diversos contextos, incluyendo el ámbito educativo y comunitario (Galindo, 2019).

Escucha activa- empática: Es una parte fundamental de las prácticas restaurativas, ya que promueve la comprensión, el respeto y la empatía en las interacciones entre las personas. Esta práctica implica centrarse realmente en lo que el interlocutor está comunicando, esforzándose por comprender sus emociones y perspectivas. En el ámbito educativo, las prácticas restaurativas buscan desarrollar habilidades para la escucha activa y empática entre los miembros de la comunidad educativa, promoviendo el diálogo intergeneracional, el respeto, la comunicación no violenta, la equidad y la responsabilidad (Rocha & Quito, 2023).

Diálogo restaurativo: es un enfoque fundamental que busca promover la comunicación efectiva, la comprensión mutua y la resolución de conflictos a través del diálogo abierto y respetuoso. Este enfoque se basa en la creación de espacios seguros donde las personas involucradas en un conflicto pueden expresar sus emociones, necesidades y preocupaciones, y trabajar juntas hacia la reparación y la restauración de las relaciones. Este enfoque se implementa a través de herramientas como los círculos restaurativos, que facilitan la comunicación abierta y la resolución colaborativa de conflictos (Mesones, 2023).

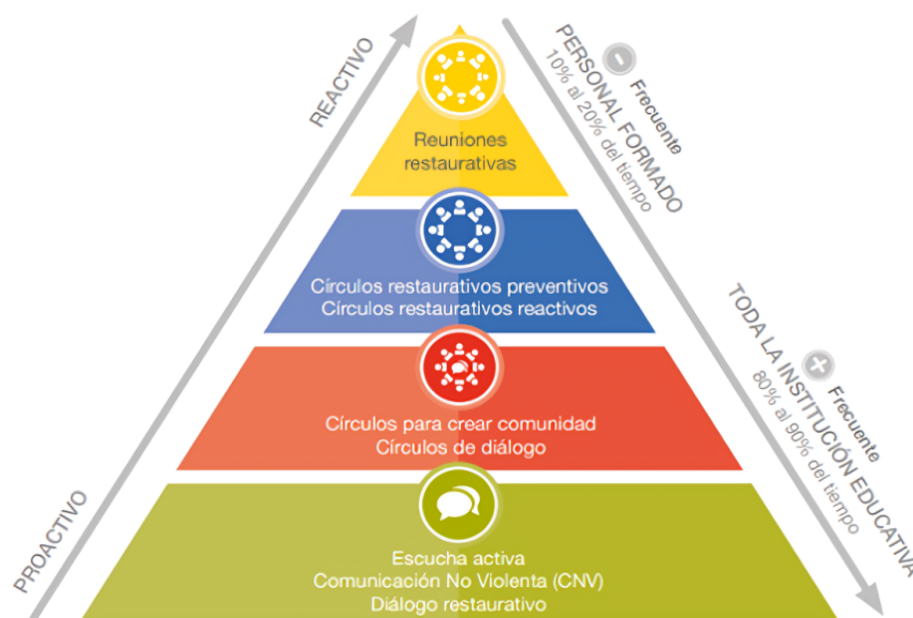
Círculos de diálogo o para crear comunidad: Estos círculos se utilizan para fortalecer los vínculos dentro de la comunidad, prevenir conflictos, resolver disputas y promover un sentido de pertenencia y responsabilidad compartida. A través del diálogo abierto y respetuoso, los participantes tienen la oportunidad de expresar sus emociones, necesidades y preocupaciones, y trabajar juntos hacia la reparación y la restauración de las relaciones. En el ámbito educativo, los círculos de diálogo y para crear comunidad se utilizan para fortalecer la convivencia escolar (Mora & Morocho, 2020).

Círculos restaurativos proactivos: son una práctica versátil que puede utilizarse de manera preventiva para desarrollar relaciones, generar comunidad y fortalecer el capital social. Estos círculos contribuyen a la construcción de una red de apoyo y promueven un entorno positivo basado en la comunicación abierta, la escucha activa y la empatía. Son una herramienta fundamental en las prácticas restaurativas, ya que buscan prevenir conflictos y fortalecer las relaciones dentro de la comunidad (Sánchez & Ahumada, 2022).

Círculos restaurativos reactivos: son una herramienta importante en las prácticas restaurativas, ya que se activan en respuesta a un problema o conflicto que ha surgido. Estos círculos proporcionan un espacio seguro para abordar y resolver situaciones conflictivas, promoviendo la comunicación abierta, la escucha activa y la búsqueda de soluciones colaborativas. Son utilizados para restaurar relaciones, reparar el daño causado y promover la responsabilidad compartida en la resolución de conflictos.

Reuniones restaurativas: Las reuniones restaurativas son una forma de resolución alternativa de conflictos basada en el diálogo y la búsqueda de soluciones colaborativas. Estas reuniones pueden ser tanto proactivas, para fortalecer la comunidad y prevenir conflictos, como reactivas, en respuesta a situaciones conflictivas específicas.

Son una parte fundamental de las prácticas restaurativas y contribuyen a la construcción de entornos positivos basados en el respeto mutuo y la responsabilidad compartida (Iglesias, 2022).



Fuente: (Schmitz, 2020)

Psicoterapia grupal y prácticas restaurativas

Las prácticas restaurativas y la psicoterapia grupal comparten varios aspectos, la psicoterapia puede ser un componente importante en la implementación de prácticas restaurativas, ya que puede proporcionar el apoyo emocional y el espacio terapéutico necesario para que las personas involucradas en un proceso restaurativo aborden sus emociones, necesidades y preocupaciones. Además, los principios de las prácticas restaurativas, como la comunicación abierta, la empatía y la resolución colaborativa de conflictos, pueden complementar y enriquecer el enfoque terapéutico (De Mezerville & Moratelli, 2020).

Por lo contrario, es importante destacar que las prácticas restaurativas no son equivalentes a la psicoterapia grupal. Si bien pueden compartir ciertos principios y objetivos, las prácticas restaurativas se centran en la construcción de comunidad, la prevención y gestión de conflictos, y la restauración de relaciones en diversos contextos, incluyendo el ámbito educativo, comunitario y de justicia. Sin embargo, la psicoterapia grupal combinado con las prácticas restaurativas permiten abordar una variedad de problemas y trastornos, como: trastornos de ansiedad, trastornos del espectro autista, trastornos del consumo de alcohol, trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y problemas de salud mental en niños. Por ejemplo, la terapia cognitivo-conductual se utiliza para identificar situaciones problemáticas o trastornos de la vida de una persona, prestando atención a los pensamientos, emociones y opiniones relacionadas con estos problemas. (Núñez & Prieto, 2018).

En resumen, la psicoterapia grupal y las prácticas restaurativas pueden influir mutuamente, ya que ambas buscan el bienestar emocional, la comunicación efectiva y la restauración de las relaciones, aunque cada una tiene su enfoque y objetivos específicos, sin embargo, al combinarlas, garantizan mejores resultados de las terapias.

Conclusiones

La psicoterapia grupal es un proceso terapéutico que involucra la interacción entre un profesional de la salud mental y un grupo. Este proceso tiene como objetivo mejorar la salud emocional, mental y conductual del paciente. A través de diversas técnicas y enfoques, la psicoterapia aborda problemas psicológicos, emocionales o sociales, promoviendo el autoconocimiento, el cambio positivo y el desarrollo de habilidades para afrontar desafíos. Tal como lo afirman Ceberio & Cruz (2023), quienes indican que, la psicoterapia es un tratamiento de colaboración basado en la relación entre una persona y un profesional de la salud, como un psicólogo o un médico, que busca promover cambios o modificaciones en el comportamiento, la salud física y psíquica. Sin embargo, Rodríguez & Gil (2022) expresan que no es necesario enfrentar problemas “serios” para que la psicoterapia de grupo sea beneficiosa de hecho, muchos de los participantes en estas sesiones son individuos que experimentan dificultades y gestionan problemas cotidianos.

Las prácticas restaurativas son estrategias y métodos que buscan la resolución constructiva de conflictos, la reparación de daños y la construcción de relaciones saludables en comunidades y sistemas sociales. Estas prácticas se centran en la responsabilidad, el diálogo abierto, la empatía y la participación activa de las personas involucradas que busca promover la justicia restaurativa, que va más allá de castigar a los infractores para buscar la curación, la reconciliación y la prevención de conflictos futuros. Coincide con el criterio de Sánchez & Ahumada (2022) los autores manifiestan que las prácticas restaurativas son un conjunto de estrategias cuyo fin es prevenir y resolver conflictos y gestionar problemas de comportamiento. De acuerdo a Esquivel (2020), está demostrado que estas prácticas están estrechamente relacionadas con el bienestar emocional y el desarrollo humano.

La relación entre la psicoterapia grupal y las prácticas restaurativas en adolescentes ofrece un enfoque integral y adaptativo para abordar sus necesidades emocionales y conductuales. La combinación de estos mecanismos puede promover el empoderamiento, la responsabilidad y la construcción de relaciones saludables, contribuyendo así a la salud mental y el bienestar de los adolescentes. Sin embargo, se deben abordar desafíos prácticos para garantizar una implementación efectiva y coordinada. Según el estudio realizado por De Mezerville & Moratelli (2020), la psicología es psicoterapia, que, al ser aplicada en los adolescentes representa un acompañamiento activo que alivia el sufrimiento y promueve la salud mental individual y colectiva.

Aunque la integración de ambas prácticas puede ser beneficiosa, existen desafíos en términos de implementación y coordinación. Es fundamental que los profesionales de la salud mental y los facilitadores de prácticas restaurativas trabajen de manera colaborativa para garantizar una atención integral y coherente, es decir, que algunos adolescentes pueden beneficiarse más de un enfoque terapéutico tradicional, mientras

que otros pueden encontrar útiles las intervenciones restaurativas grupales y la resolución de conflictos.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de interés en la presente publicación en ninguna de sus fases.

Referencias

- Cadena, H. J., & Valiente, A. (2023). *Conflicto escolar y prácticas restaurativas en estudiantes de grado octavo de la I.E Seminario de Cartagena* [Fundación Universitaria Los Libertadores. Sede Bogotá.]. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/6334>
- Cebero, M. R., & Cruz, R. D. la. (2023). Eficacia de la psicoterapia en comparación con la terapia farmacológica en el tratamiento de la hipocondría o ansiedad por la enfermedad. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 7(15), 100-111. <https://doi.org/10.53877/rc.7.15.2023070110>
- Corbella, S. (2020). El psicoterapeuta en el proceso terapéutico. *Revista de psicoterapia*, 31(116), 91-103.
- De Mezerville, C., & Moratelli, P. (2020, diciembre 2). *Psicología, justicia restaurativa y atención a situaciones complejas – Sabidurías Colectivas*. Sabidurías Colectivas de Claire de Mezerville López. <https://sabiduriascolectivas.org/cultura-restaurativa/psicologia-justicia-restaurativa-y-atencion-a-situaciones-complejas/>
- Esquivel, C. J. (2020). *Prácticas restaurativas y la resolución de conflictos de la Unidad Educativa “José Luis Tamayo”, Ecuador, 2019* [Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/42670>
- Fernández, O., Pérez, C., Gloger, S., & Krause, M. (2015). Importancia de los Cambios Iniciales en la Psicoterapia con Adolescentes. *Terapia psicológica*, 33(3), 247-255. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082015000300008>
- Galindo, F. M. (2019). *Las prácticas restaurativas como estrategia pedagógica para el abordaje del conflicto* [masterThesis, Escuela de Educación y Pedagogía]. <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/9519>
- García, R. M. G., & Brenes, L. S. (2022). Conferencias comunitarias: Una herramienta restaurativa desde la comunidad. *International E-Journal of Criminal Sciences*, 17, Article 17. <https://ojs.ehu.eus/index.php/inecs/article/view/23370>
- Gil, G., & Rodríguez, M. (2022a). Historia de la Psicoterapia de Grupo: Antecedentes, Inicio y Desarrollo. *Revista de psicoterapia*, 33(121), 7-26.
- Gil, G., & Rodríguez, M. (2022b). Revisión de la Evidencia sobre la Efectividad de la Psicoterapia de Grupo. *Revista de psicoterapia*, 33(121), 139-148.

- Gómez, R. (2019). La formación del psicoterapeuta grupal. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 39(136), 117-142. <https://doi.org/10.4321/s0211-57352019000200006>
- González, N., Rivas, J., & Obaco, E. (2021). Prácticas restaurativas para la resolución de conflictos en el ámbito escolar una experiencia de aplicación en el bachillerato.pdf. *Código Científico*, 2(1), 44-64.
- Groves, J. E., Blais, M. A., & Taylor, J. B. (2018). Psicoterapia breve: Perspectiva general. *SNC FARMA -Tratado de psiquiatría de Massachusetts General Hospital*, 1-24.
- Guzzetti, L., & Lima, A. R. (2022). *Prácticas restaurativas en el ámbito penal juvenil*. 409.
- Hermida, L., Santamarina, P., & Romero, M. (2022). Factores terapéuticos en psicoterapia grupal: Experiencia en un hospital de día de adolescentes. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(4), Article 4. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v39n4a3>
- Iglesias, C. (2022). *Prácticas restaurativas: Una herramienta para la mejora de la convivencia escolar*. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/57806>
- López, E., Ochoa, G., & Olaizola, J. H. (2005). El Rol de la comunicación familiar y del ajuste escolar en la salud mental del adolescente. *Salud Mental*, 28(4).
- Mesones, L. (2023). *Prácticas restaurativas en la inserción laboral de los estudiantes del ciclo avanzado del CEBA Cristo Joven San Miguel, 2023* [César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/121979>
- Mora, R. de J., & Morocho, B. L. (2020). *La práctica restaurativa como elemento transformador de las relaciones interpersonales en la Unidad Educativa Susudel* [masterThesis, Universidad Nacional de Educación]. <http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/1587>
- Núñez, I., & Prieto, M. (2018). *Justicia restaurativa y perdón a uno mismo* [Pontífica ICAI ICAIDE Comillas]. chrome-extension://efaidnbmninnibpcjpcglclefindmkaj/<https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/141296/retrieve>
- OMS. (2021). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- OMS. (2023). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Pérez, P. D. R., Pérez, H. S., & Guevara, G. D. (2022). Factores de riesgo y desarrollo de resiliencia en adolescentes. *Revista Científica UISRAEL*, 9(2), 23-38. <https://doi.org/10.35290/rcui.v9n2.2022.519>
- Ribé, J. (2021). *Técnica en psicoterapia analítica grupal: Experiencia desde la asistencia pública*. Herder Editorial.

-
- Roa, G. (2020). Prácticas Restaurativas en Instituciones de Reeducción. *Revista UNIMAR*, 38(2), 143-170.
- Rocha, G., & Quito, V. (2023). Mediación escolar y práctica restaurativa para la conciliación y prevención de los conflictos de aula. *CIENCIAMATRIA Revista interdisciplinaria de humanidades, ciencia y tecnología*, 9(1), 592-604. <https://doi.org/10.35381/cm.v9i1.1086>
- Rodríguez, M., & Gil, G. (2022). Psicoterapia Psicodinámica y Psicoterapia De Grupo: Conceptos e Intervenciones Terapéuticas. *Revista de Psicoterapia*, 33(121), 27-40. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1118>
- Sainero, A., Del Valle, J. F., & Bravo, A. (2015). Detección de problemas de salud mental en un grupo especialmente vulnerable: Niños y adolescentes en acogimiento residencial. *Anales de Psicología*, 31(2), 472. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.2.182051>
- Sánchez, H., & Ahumada, L. (2022). Prácticas restaurativas: Estrategias para mejorar para mejorar la convivencia escolar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(5), 1503-1524. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3169
- Santacruz, A. P., & Palacio, E. F. (2021). *Guía metodológica de prácticas restaurativas para el mejoramiento de la convivencia escolar y la resolución de conflictos* [Trabajo de grado - Maestría, Corporación Universidad de la Costa]. <https://hdl.handle.net/11323/8884>
- Schmitz, J. (2020). *Manual de Prácticas Restaurativas en el Ámbito Educativo*. <https://recursos.educacion.gob.ec/red/manual-de-practicas-restaurativas-en-el-ambito-educativo-2/>
- Serebrinsky, H. (2012). Psicoterapia de grupo. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana «San Pablo»*, 10(2), 132-155.
- Sonia Rebollo Revesado. (2022). *Provención, prevención y solución del conflicto humano desde las prácticas restaurativas* *Prevention, Prevention and Solution of Human Conflict from the Restorative Practices*.
- UNICEF, U. (2020). *¿Qué es la adolescencia?* <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>
- Zambrano, T. C. (2020). Influencia de los factores psicosociales en la conducta impulsiva de los adolescentes. *PSICOLOGÍA UNEMI*, 4(6), 39-51.

Contribución de Autores

Autor	Contribución
Leonor Carolina Bravo Ayala	Toma de los datos, redacción del documento, discusión de resultados, introducción,
Robert Rafael Gómez Reyna	resumen y revisión, tabulación de datos