

Aportes del psicodrama al campo de la formación

Soledad Manrique

Correo electrónico: solemanrique@yahoo.com.ar

RESUMEN

El propósito de este trabajo es dar a conocer una praxis que involucra el trabajo con las emociones, lo lúdico-expresivo y el cuerpo en formación. Se trata del psicodrama grupal de la multiplicidad. Lo caracterizaremos. Ilustraremos algunos modos de utilizarlo actualmente, a partir de la descripción de cuatro tipos de dispositivos de formación en los que ha participado la autora: formación de adolescentes en la escuela media, de docentes, de pedagogos y de profesionales de la salud. Concluiremos con los aportes del psicodrama a la formación.

Palabras clave: psicodrama, formación, cuerpo, emociones, juego.

ABSTRACT

The purpose of this work is to present a praxis that involves working with emotions, with the playful-expressive and with the body, in adult education. This praxis is the group psychodrama of multiplicity. We will characterize it. We will illustrate some of the ways in which psychodrama is currently used, through the description of four different types of training devices in which the author has participated: training of adolescents in the middle school, training of teachers, pedagogues and health professionals. We will conclude with the major contributions of psychodrama to the field of adult education.

Keywords: psychodrama, adult education, body, emotion, play.



Psicodrama. Sus fundamentos

El psicodrama es un recurso para la producción y transformación de la subjetividad a través de un procedimiento utilizando diferentes fundamentos teóricos y filosóficos, según la línea que se siga. Fue creado por Jacob Levy Moreno entre 1920 y 1945 en Viena, se buscó reemplazar el encuadre del tratamiento individual y verbal por uno grupal, centrándose en la acción. Todas las líneas que se abrieron después parten de la hipótesis de que la representación en el campo de lo imaginario (del “como si”) de una

serie de actitudes, roles, personajes internos y esquemas organizadores de los vínculos, que constituyen un modo de posicionarse subjetivamente frente a las propias vivencias, permite visibilizarlos, tomar conciencia de ellos, cuestionarlos críticamente y elaborarlos subjetivamente. La elaboración implica la posibilidad de modificar el posicionamiento subjetivo, actualizar el modo en que uno mismo se narra su propia historia y reeditar el lugar que se ocupa en ella (Nemirovsky, 2007).

La trama vincular de una persona, su modo de relacionarse con los otros y consigo, de defenderse frente a lo que produce dolor, va conformando diferentes personajes que cada uno pone en escena en cada experiencia (Winnicott, 1968). Al representar en un espacio imaginario a estos personajes propios y las tramas vinculares que se edificaron en el pasado se ponen de manifiesto y se movilizan las emociones propias de dichas vivencias, apartadas frecuentemente de la conciencia. La puesta en escena permite explorar ese posicionamiento y tener un registro vivencial. Kesselman, Pavlovsky y Frydlewsky (1984) señalan que el psicodrama involucra la transformación de la carga emocional que acompañaba a determinadas situaciones en el paso de lo siniestro (innombrado) a lo patético (el reconocimiento de lo innombrado que lo vuelve absurdo) y a lo lúdico, para jugar con aquello que no podía ser nombrado y movilizarlo. Estos autores entienden este proceso como un desbloqueo emocional —de intensidades— que ofrece la posibilidad de ensayar otras respuestas, de poner en juego recursos no utilizados y experimentar afectos nuevos (Kesselman *et al.*, 1984). Es posible, entonces, ocupar un nuevo posicionamiento subjetivo, componer nuevos personajes y dejar de responder de modo conocido a las situaciones vividas.

Psicodrama grupal

En la línea del psicodrama grupal de la multiplicidad que adoptamos, el grupo es considerado un espacio amplificador de lo imaginario, una pantalla donde se proyectan los afectos y contenidos imaginarios de los integrantes, y esta misma cualidad permite que puedan constituirse como grupo (Anzieu, 1999). Al involucrarse en una escena en que se manifiesta el conflicto de un miembro, cada participante resuena de modo personal y se apropia del conflicto individual. Así, la escena individual se convierte en fuente de elaboración subjetiva para todos. La heterogeneidad de lo grupal espontáneamente da la idea de un sentido único de cada escena.

De lo planteado hasta aquí se desprende que los aspectos individual y grupal, profesional y personal,

resultan indivisibles. El individuo se sana *en y a través* de los vínculos. El psicodrama puede ser, pues, empleado como dispositivo terapéutico y utilizado en la intervención psico-socio-educativa para la transformación en instituciones y grupos.

Aspectos técnicos del psicodrama

Cualquier encuentro psicodramático comienza con un calentamiento físico para propiciar la conexión con uno mismo, con el propio cuerpo, con el espacio y con los otros. Luego se realizan algunos juegos dramáticos que pueden estar enfocados a alguna temática en particular, o también ser más indeterminados. Este trabajo lúdico y dramático conduce a la evocación de situaciones reales de la vida de cada participante. El siguiente momento es la representación psicodramática de la escena evocada por alguno de los participantes y elegida por el grupo. Quien presta su escena se convierte en el protagonista y elige a diferentes integrantes para encarnar a los otros personajes. El protagonista les indicará el texto dramático y ellos deberán respetarlo. En la escena, la representación dramática es intervenida por el coordinador, que luego de detener la acción, o dejarla en pausa en diferentes momentos, produce algunos cortes para introducir una serie de recursos, como soliloquios, doblajes, inversiones de roles, situaciones de espejo, diálogos imaginarios, esculturas, etcétera.

Los soliloquios responden a la pregunta ¿qué sientes?, realizada para que se comience a describir y comunicar el resultado de esta exploración en voz alta, dejando de lado las creencias y los juicios (Manrique, 2015). La inversión de roles se lleva a cabo entre el protagonista y los diferentes personajes significativos de la escena, para que el protagonista experimente la escena “en sus zapatos”. Los doblajes consisten en la invitación a los participantes que cumplen el rol de público a que ocupen el lugar de alguno de los personajes y desde ahí indiquen lo que sienten. Se trata de una manera de incluir las múltiples miradas y sensaciones del grupo en la escena. En las situaciones de espejo se solicita que el protagonista elija a alguien que lo represente para

verse desde fuera. Los diálogos imaginarios permiten tener conversaciones con personajes de la escena que no tuvieron lugar en la situación real, o con diferentes aspectos del protagonista que pueden ser personificados (por ejemplo, dos estados emocionales, como la rabia y el miedo). En las esculturas se emplea el cuerpo para manifestar estados de ánimo o conflictos, eludiendo el código lingüístico. El protagonista las construye con los cuerpos y luego puede observarlas, hacer soliloquios, u otras cosas, según le vaya indicando el director.

La siguiente instancia es la multiplicación dramática. El escenario queda libre para que, a partir de su resonancia con la escena original, cualquier integrante cree espontáneamente micro-escenas, para lo cual puede convocar a otros participantes a representarlas. Esta última instancia ha sido el aporte de Pavlovsky a la línea moreniana original (Kesselman y Pavlovsky, 2006). Constituye una devolución al protagonista, que reemplaza la interpretación por la producción de metáforas y nuevos sentidos a través de la acción dramática. Por otro lado, da lugar a la proliferación y multiplicación de sentidos y a la apropiación de la escena original por los otros participantes. Como resultado, el psicodrama produce subjetividades y crea las condiciones para instituir nuevas significaciones sociales (Castoriadis, 1983). Ahí reside su poder instituyente.

El psicodrama en la enseñanza y la formación

Las posibilidades de emplear el psicodrama como herramienta de diagnóstico y de intervención sobre conflictos concretos son infinitas. En este trabajo presentamos cuatro dispositivos que tienen lugar actualmente en Argentina.

1. Formación de licenciados en educación. En la materia Didáctica II, del cuarto año de la carrera, se lleva a cabo una jornada de talleres enfocada al desempeño profesional de los futuros licenciados. Entre la oferta de talleres optativos se encuentra el psicodrama, que se realiza una vez por año desde el 2012. Constituye tanto un contenido como un medio para trabajar alguna otra temática de carác-

ter emocional que se haya revelado. Algunos de los temas que ya se han trabajado psicodramáticamente son: el miedo a la evaluación, los vínculos en la formación o en el rol del formador. Se realiza una dinámica de presentación de los participantes y del encuadre, así como juegos dramáticos y alguna escena evocada ahí mismo sobre el tema, una multiplicación dramática y un cierre desde la palabra. Los estudiantes deben realizar después una reflexión sobre la experiencia y entregarla por escrito. A través de estos textos hemos podido conocer el valor que le otorgan como vivencia novedosa en la que consiguen conectarse de otra manera con sus compañeros y revisar su propio vínculo con aquello que se plantea como tema central.

El psicodrama también se emplea al comenzar cada clase práctica con un caldeamiento, para buscar la conexión en el aquí y ahora, con uno mismo y con los otros a través del cuerpo y el movimiento con la finalidad de lograr una mejor disposición para el trabajo en clase. El empleo de este dispositivo ha dado lugar a una mayor conexión emocional y un compromiso afectivo de los alumnos con la tarea y con el resto del grupo.

2. Formación de psicólogos clínicos y otros profesionales que trabajan con grupos para entrenarse como psicodramaturgos. En este caso, el dispositivo psicodramático es un curso de tres años, de tres horas semanales. En el primer año, el psicodrama se experimenta como parte de un grupo en donde los coordinadores dirigen las dinámicas, los juegos y las escenas, como ya hemos descrito. En el segundo, los participantes se entrenan como coordinadores de grupos y directores de escena de sus compañeros, mientras los coordinadores funcionan como supervisores y garantes del encuadre. En tercer año se trabaja psicodramáticamente en el estilo personal de cada coordinador, con sus singularidades, en la dirección y sus escenas temidas en relación al rol.

Este dispositivo se lleva a cabo en el Nuevo Espacio Psicodrama Grupal Pavlovsky desde hace más de diez años. Quienes participan han experimentado una transformación en su modo de vincularse, que

tiene como característica principal la aceptación de diversas facetas de uno mismo que inicialmente estaban negadas. Este cambio va acompañado de un mayor grado de tolerancia y dinamismo visible no sólo en las áreas profesionales, sino también en las personales.

3. *Formación permanente del profesorado de todos los niveles.* El Instituto Lenguas Vivas ofrece desde 2012 un espacio optativo para docentes denominado Ateneo Permanente de Problemas de la Práctica Docente, a cargo de un profesor de la institución, especialista en dinámicas grupales y expresivas. Se concibe como un espacio de acompañamiento permanente en donde se abordan los conflictos de la práctica cotidiana con la finalidad de transformar la matriz de aprendizaje y profesional para lograr un reposicionamiento personal frente a los conflictos.

La modalidad de trabajo consiste en la combinación de momentos de intercambio verbal con momentos de dinámicas corporales lúdicas y expresivas. Al comenzar se lee una crónica del encuentro anterior redactada alternativamente por cada una de las participantes y se discute grupalmente. El segundo momento, el vivencial, consta de un calentamiento corporal y unas técnicas de sensibilización para generar un clima que posibilite el trabajo, además de una serie de juegos dramáticos que pueden o no incluir la incorporación de alguna escena conflictiva de la vida profesional dramatizada por algún participante. El *sharing* es el momento de reflexión final, en el que los participantes intercambian verbalmente los sentidos atribuidos a lo vivido y se introducen elementos teóricos que permitan iluminar lo que se está abordando.

Algunos temas que se han puesto en juego son los vínculos con los colegas, con la institución, con los alumnos, con uno mismo; los estereotipos, la pérdida de sentido en la tarea pedagógica, la deshumanización del rol docente, la relación persona-rol, los problemas de autoridad y el establecimiento de límites, las dicotomías ser-deber ser, trabajo-placer, razón-afecto, etcétera.

Los testimonios recogidos señalan como producto de este trabajo expresiones como: “Se pusieron en movimiento aspectos míos donde la teoría no llegaba”. “Me conecté con mis fortalezas y mis debilidades”. “Pude habitar el cuerpo integrándolo con mi capacidad reflexiva”. “Entendí por qué estoy donde estoy y hago lo que hago”. “Me ayudó a recuperar mi intuición y a poner límites” (Medina, 2006).

4. *En la educación media superior.* El dispositivo psicodramático se planteó como respuesta a una demanda del centro de estudiantes de una escuela pública de nivel medio durante un cuatrimestre de 2016. Se solicitó la intervención luego de la manifestación de conflictos en los vínculos entre compañeros. El encuadre fue muy flexible, dado que se llevaría a cabo dentro de la escuela, bajo la forma de taller abierto y con una continuidad no asegurada por parte de los asistentes. A partir de una entrevista con la representante de la escuela se plantearon como temas a abordar: la integración, la relación con los otros, la violencia en las relaciones. Se buscaba que a partir de algunos juegos que requerían encarnar diferentes roles (el de tímido, el de estrella, el de quien es burlado, el de quien burla, el de quien da órdenes) pudieran experimentar lo que cada uno les producía. También se usaron dinámicas que permitieron que los alumnos pudieran conectarse consigo y con los otros, ponerse en el lugar del otro y a partir de esa comprensión de aquello que les resultaba más ajeno que fueran más capaces de dialogar con lo diferente. Otros juegos apuntaron al reconocimiento de qué lugar ocupan en los grupos, que registraran cómo se sentían con esto y pudieran ensayar otros modos de vinculación en el espacio lúdico proporcionado.

En este caso, el hecho de que un grupo de adolescentes asistiera *motu proprio* a un espacio que no era obligatorio dio cuenta de la necesidad y el interés que tenían. Sin embargo, la característica de taller abierto y ciertas dificultades con el uso del espacio no permitieron la constitución de un grupo estable que encarara un trabajo a profundidad

con las temáticas planeadas. La experiencia demostró la importancia de establecer una serie de condiciones mínimas para este tipo de trabajos.

Conclusiones

Se describieron en este trabajo las características del psicodrama grupal de la multiplicidad y cuatro dispositivos en los que se ha utilizado. Como puede apreciarse a partir de estas descripciones, más allá de las diferencias, el psicodrama favorece un distanciamiento con respecto a las propias acciones y reacciones que permite explicitarlas, verbalizarlas y volver sobre ellas para la reflexión. Permite así la desestructuración y reestructuración de la matriz de la que surgen los modelos mentales que permiten organizar la información del entorno y tomar una posición frente a ella. En este sentido, se encuentra en la misma línea de otras propuestas que se enfocan en la problematización de la práctica (Davini, 1995) y la reflexión sobre la acción (Schön, 1998).

Nuestra hipótesis es que el mayor aporte de esta *praxis* radica en su cualidad integradora, debido a que interpela al sujeto en tanto cuerpo-mente desde los aspectos psíquicos, cognitivos y sociales, dando lugar a la integración de aspectos usualmente escindidos y excluidos de la educación tradicional.

Por otro lado, el papel del juego y de lo imaginario, presentes en todos los ejemplos presentados, nos permite también pensar el psicodrama como un recurso que se constituye en espacio transicional (Winnicott, 1968), zona de superposición entre lo externo y lo interno, espacio intermedio que funciona como matriz en donde es posible retocar la realidad propia y crear otra, elaborar los conflictos psíquicos y sentar las bases de modos nuevos de tener contacto con la experiencia.

Todas estas características nos hacen pensar en el psicodrama como pionero de nuevos modelos formativos que permiten acceder a niveles que no alcanzan otros abordajes técnico-instrumentales de corte más tradicional que se circunscriben al discurso (Medina, 2006).

REFERENCIAS

- Anzieu, Didier, *El grupo y el inconsciente. El imaginario grupal*. París: Dunod, 1999.
- Castoriadis, Cornelius. *La institución imaginaria de la sociedad*, vol. 1. Barcelona: Tusquets, 1983.
- Davini, María Cristina, *La formación docente en cuestión: política y pedagogía*. Buenos Aires: Paidós, 1995.
- Kesselman, Hernán, y Pavlovsky, Eduardo, *La multiplicación dramática*. Buenos Aires: Atuel, 2006.
- Kesselman, Hernán, Pavlovsky, Eduardo y Frydlewsky, Luis, *Las escenas temidas del coordinador de grupos*. Buenos Aires: Ediciones Búsqueda, 1984.
- Manrique, María Soledad, "Soliloquios en la escena psicodramática", *Campo Grupal* 180. (2015): 8-9.
- Medina Viegas, Jorge, *El malestar en la pedagogía. El acto de educar desde otra identidad docente*. Buenos Aires: Noveduc, 2006.
- Nemirovsky, Carlos, "Edición-reedición: reflexiones a partir de los aportes de D. W. Winnicott a la comprensión y tratamiento de las psicosis y otras patologías graves" en *Winnicott y Kohut*. Buenos Aires: Gramma, 2007.
- Schön, Donald A., *El profesional reflexivo. Cómo piensan los profesionales cuando actúan*. Barcelona: Paidós, 1998.
- Winnicott, D.W., *Realidad y juego*, Buenos Aires: Gedisa, 1971.

RECOMENDACIONES PARA EL AULA

El psicodrama es una praxis que involucra una filosofía de fondo que la inspira y cuya presencia es necesaria para que no se constituya en una técnica vacía.

Es fundamental tener en cuenta los objetivos que se persiguen al coordinar una dinámica: el para qué. También es necesario saber que al coordinar una dinámica psicodramática no se "enseña" ni se evalúa, sino que se acompaña una experiencia.

El coordinador es garante del encuadre de trabajo. Las pautas fundamentales son: nadie puede juzgar a los otros, y al hablar u opinar se hará en primera persona y desde la resonancia personal (yo sentí...); las consignas son invitaciones a experimentar y cada participante se compromete hasta donde puede y quiere; lo más importante ocurre en su interior, no es visible. Existe confidencialidad: lo que ocurre en este espacio se queda ahí.

Algunas dinámicas específicas son:

1. Explorar el espacio con los ojos cerrados en movimiento o quietos. Se pueden ofrecer objetos para tocar u oler, o que cada uno encuentre libremente por el espacio lo que haya ahí. Se trabaja la apertura a la posibilidad de información de todos los sentidos.
2. Caminar de modos diferentes: para atrás con los talones, con las puntas, de costado. En líneas rectas, con curvas. Caminar como si el piso fuera arena/nieve/agua, etcétera. Se exploran cambios de estado.

3. Armar una escultura con el cuerpo que dé cuenta de las sensaciones. Se trabaja el pasaje de lo que se siente y la posibilidad de manifestarlo con el cuerpo, integrando la sensación y la manifestación.
4. Jugar al lazarillo: en díadas, uno con los ojos cerrados, el otro lo guía por el espacio de la manera que le resulte más cómoda (desde los hombros, con una mano). Puede jugar a cambiar los ritmos, a marear al otro. Se invierten roles. Se investigan las sensaciones desde ambos roles, la confianza y el cuidado.
5. Usar el espejo: enfrentados de a dos, uno se mira y el otro es su espejo. El que se mira hace todo lo que quiere y explora qué es verse en otro. El otro lo imita lo más fielmente posible. Se pueden introducir luego variantes como que el espejo empieza desobedecer. Se invierten los roles para que ambos exploren el lugar de la empatía a través del movimiento.
6. Hacer una ronda, y de a uno van pasando al centro y colocan su cuerpo de alguna forma y se quedan quietos, como una estatua, y el que sigue ocupa un lugar completando los huecos que van quedando hasta que pasa todo el grupo y se forma una "figura". Se pueden pedir palabras sueltas en voz alta que expresen lo que se siente. Se explora la cohesión grupal.

REFERENCIAS

- El grupo y el inconsciente. El imaginario grupal. La formación docente en cuestión: política y pedagogía. Buenos Aires: Paidós, 1995.
- La multiplicación dramática. Las escenas temidas del coordinador de grupos. Buenos Aires: Ediciones Búsqueda, 1984.
- "Soliloquios en la escena psicodramática". (2015): 8-9.
- El malestar en la pedagogía. El acto de educar desde otra identidad docente. Realidad y juego. Gedisa, 1971.

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Manrique, María Soledad. "Psicodrama, herramienta para la formación". *Campo Grupal*, 157 (2013): 12-13.
- Manrique, María Soledad. "El trabajo con la propia vulnerabilidad como parte de la integración entre el rol y la persona en los docentes". *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires, 2016.
- Matoso, Elina. *El cuerpo, territorio de la imagen*. Buenos Aires: Letra Viva, 2001.
- Moreno, Jacob Levy. *Psicodrama*. Buenos Aires: Lumen, 1993.

Recibido: 14 de noviembre de 2016.

Aceptado: 28 de febrero de 2017.

suscríbete ahora

12 EJEMPLARES AL PRECIO DE 10
RECIBE LA EDICIÓN MENSUAL EN TU PROPIO DOMICILIO

SUSCRIPCIÓN ANUAL

EN MÉXICO
\$400.00

EN EL EXTRANJERO
\$110.00 dólares

Deposita en la cuenta BBVA Bancomer 00446634494 y envía la ficha de depósito con todos tus datos (nombre, dirección completa, teléfono y, en su caso, RFC) al fax (55) 55 50 58 00 y 01 ext. 119, para mayores informes comunícate al (55) 55 50 58 01 ext. 216

reunimex@servidor.unam.mx
www.revistadeluniversidad.unam.mx

REVISTA DE LA
UNIVERSIDAD DE MÉXICO