

Psicodrama: cuerpo, espacio y tiempo hacia la libertad creadora

Gabriela SEVERINO SIMONETTI¹
gseverino54@gmail.com

Walter Sergio SILVA MAIOLINO²
waltersilva72@hotmail.com

María Florencia SILVA SEVERINO³
mariaflorencias@blanquerna.url.edu

Recibido: 12-4-15

Aceptado: 11-11-15

Resumen

El Psicodrama, creado por Jacob Levy Moreno, es un método de abordaje del individuo, la familia, los grupos y la comunidad, que tuvo sus orígenes en el teatro, la sociología y la psicología. Desde su trabajo con niños y grupos marginales, su creador va gestando su teoría y su técnica. Se desarrolla en diferentes ámbitos: clínica, psicoterapia, pedagogía y comunidad. El cuerpo, el juego, el espacio y el tiempo confluyen de una manera poética y contribuyen a la libertad creadora y a la tan añorada espontaneidad. El Psicodrama se desarrolla en ese espacio transicional, que no siendo ni interno, ni externo, se transforma en ese espacio pluripotencial de infinitas posibilidades creadoras.

Palabras clave: Psicodrama; creatividad; espontaneidad; juego; psicoterapia.

Psychodrama: “body, space and time towards creative freedom”

Abstract

Psychodrama, created by Jacob Levy Moreno, is a method of approach to the individual, the family, groups and the community, which had its origins in the theatre, sociology and psychology. From his work with children and marginalized groups, its creator gestated its theory and its technique. It develops in different areas: clinical, psychotherapy, pedagogy and community. The body, the game, the space and the time, converge in a poetic manner and contribute to the creative freedom and so cherished spontaneity. The psychodrama unfolds in this transitional space, which being neither internal nor external, becomes the pluripotent space of infinite creative possibilities

Key words: Psychodrama; creativity; spontaneity; play and psychotherapy.

Introducción

El psicodrama fue definido poéticamente por su creador como un método para explorar la verdad del alma a través de la acción. La representación escénica, los juegos dramáticos y la intervención del psicodramatista recogen el sentido lúdico y pedagógico de la comunicación grupal. Surge así la expresión y la comprensión de la temática expuesta facilitando la exploración y la exteriorización a través de lo vivencial y lo corporal.

Si bien consideramos la dramatización como método, no se excluye la expresión verbal, sino que por el contrario se jerarquizan las palabras en un contexto más amplio como es el de los actos.

La acción participativa de cada uno de los integrantes del grupo es el punto de contacto entre el psicodrama y el orden social creado por nosotros, contribuyendo de esta forma a la estructura y solidez del medio en que habitamos. Por consiguiente, nada es arbitrario o predeterminado en la vida, lo más importante para el ser humano es lo espontáneo y lo creativo, conceptos opuestos a lo que denominamos conservas culturales

Orígenes

Jacobo Levy Moreno, doctor en Medicina, creó, desarrolló y mantuvo vigente durante toda su carrera profesional, la técnica psicodramática como acto innovador en la psicoterapia grupal.

Nació en Rumania en 1892 y falleció en Estados Unidos en Mayo de 1974. Al igual que todos los grandes creadores a nivel de diversos ámbitos, los movimientos y/o técnicas creados por ellos, quedan profundamente ligados a su perfil biográfico.

Es imposible remitirse a la técnica psicodramática sin tener presente la biografía del autor.

Jacob Levy Moreno era un humanista e incursionó en diferentes campos: marginalidad, infancia, comunidades... Creía en el hombre y en su potencial creador.

La primera sesión de psicodrama se llevó a cabo el primero de Abril de 1921, entre las 19 y 21 horas en el *Komedian Hauss* de Viena un gran teatro, ante más de mil espectadores de diferentes niveles sociales. En ese entonces Austria vivía la postguerra en una situación política inestable y vacía de poder.

Moreno colocó sobre el escenario un gran sillón rojo remedando un trono convencional y sobre él una corona. Luego, mediante un breve discurso invita a los asistentes a ocupar ese lugar en el "trono" que hasta ese momento se encontraba vacío. La propuesta era que alguno de los presentes pasase al escenario, ocupase el lugar de "privilegiado mandatario" y comenzase a proporcionar soluciones para establecer un nuevo orden a nivel socio político. El resto de los asistentes sería el jurado.

Luego de varias propuestas nadie salió triunfante, aunque la experiencia fue reveladora de dos elementos importantes: uno sociopolítico: la posible solución a la realidad del momento, aún no estaba suficientemente procesada y un elemento técnico de la sesión psicodramática fundamental: "la inversión de roles", que nos demuestra que solamente podremos comprender al otro desde su propio lugar...

En realidad, Moreno cita esta experiencia como inicio del desarrollo de la técnica psicodramática, lo define como un juego dramático donde se representa y se actúa la situación emergente de un grupo.

También nos cuenta y se remite a una situación experimentada cuando solo tenía cuatro años y donde ya despuntaba su personalidad audaz y creadora. Corría el año 1897, tenía apenas cuatro años, se encontraba solo en su casa acompañado de varios amiguitos de su misma edad y les propone “jugar a Dios”. Entre todos juntan las sillas que hay en su casa y como la escena transcurre en el cielo, apilan una a una, sobre una mesa, todas las sillas. Moreno encarna el rol de Dios y sus amiguitos son los ángeles que vuelan a su alrededor.

Moreno sube a la silla más alta y se sienta. Los “ángeles” le preguntan por qué él no vuela, a lo que Moreno responde moviendo sus brazos imitando el vuelo de un ángel. Moreno cae desde su silla, se quiebra un brazo y la dramatización queda truncada. Esta experiencia, aunque infantil, le enseña a Moreno que es imposible ser director y protagonista al mismo tiempo y que es muy necesaria la ayuda de auxiliares para llegar a un buen fin.

En su obra, Moreno cita este hecho expresando: “Gradualmente aprendí que a otros niños también les gusta jugar a Dios”⁴

Jean Paul Sartre manifiesta que la aspiración de todo hombre es llegar a ser Dios. Moreno nos propone de algún modo un juego: la ascensión de esa “Nada” sartreana, que no es más que la posibilidad de infinitas posibilidades, que nos ofrece ese espacio y ese tiempo, creando el hombre desde su incompleta esencia.

Como expresa Gloria Reyes: “El psicodrama es un paradigma del que se deriva una teoría, un método y una técnica. Es un paradigma en cuanto a una visión integral del ser humano y de sus aspectos vitales más relevantes, el cual lleva implícito una epistemología, una forma de conocimiento y de acceder a las distintas dimensiones del mundo social e intrapsíquico”⁵. Su característica más relevante es su fortaleza epistemológica y su visión psicosocial de las temáticas en Salud Mental.

Existen diferentes Escuelas de Psicodrama, con sus especificidades teórico – técnicas, siendo las más relevantes:

- Psicodrama clásico americano (Moreno 1925, EEUU).
- Psicodrama analítico francés o psicoterapia dramática de grupo (Serge Lebovici, Didier Anzieu, Daniel Widlocher, Michel Soulé, Gennie y Paul Lemoine).
- Psicodrama triádico o centrado en el grupo (Kurt Lewin, J.L. Moreno).

- Psicoterapia de grupo

Triada: • Dinámica de grupo o sociometría

- Psicodrama

Según algunos autores existirían tantas escuelas en el momento actual, como psicodramatistas, dejando cada uno su huella personal.

Filosofía

El Psicodrama como modelo psicoterapéutico nace de una inspiración filosófica, religiosa y surge también de disciplinas como el teatro, la psicología y la sociología. El existencialismo influyó en Moreno en toda su obra en cuanto a conceptos como el “Ser y el flujo de la existencia”. La espontaneidad, la creatividad, el tiempo, el espacio y la libertad provenientes del existencialismo, son tomados por Moreno como base de su creación... y también la visión de Dios. Moreno manifestaba que el niño es un “genio en potencia” que en ocasiones la sociedad limita durante su desarrollo.

La filosofía del momento, del encuentro y de la espontaneidad y la creatividad sustentan la teoría y la práctica del psicodrama.

De Bergson adopta el principio de la *espontaneidad* y la *filosofía del momento*:

- El concepto de *espontaneidad* es para el creador del Psicodrama la capacidad de expresar sentimientos, necesidades de una manera adecuada y en el momento justo, con una adaptación al orden social pero sin quedarnos atrapados en lo ya establecido, en las conservas culturales, sino como diría Pichón Rivière “adaptándonos activamente” a la realidad y por lo tanto generando nuevas respuestas basadas en la inventiva y la creatividad.

Espontaneidad es lo opuesto a la *impulsividad*, en la que la acción sin reflexión, nos hace prisioneros de nuestros impulsos y no nos permite acceder al orden de lo simbólico.

- La *creatividad* está íntimamente ligada a la espontaneidad y por lo tanto direccionáramos esta última hacia la creación de nuevas formas de arte.
- La *filosofía del momento* puede resumirse en una frase: “el presente es el pasado que será”. Presente, pasado y futuro son vividos en el aquí y ahora de la escena.

Martin Buber influye notoriamente en Moreno en cuanto a su teoría de la “Filosofía del Encuentro”: yo-tú. Ambas personas se afectan y conmueven...

Los “vínculos” que se establecen entre los integrantes del grupo, varían en el devenir de las sesiones y nos permiten trabajar los fantasmas del pasado, despejándolos paso a paso para iluminar el presente compartido.

En la obra de Moreno, la “teoría del encuentro” debemos comprenderla desde la libertad, la espontaneidad y la creatividad. En nuestro quehacer cotidiano está presente “el otro” y va permitiendo la estructuración y diferenciación de un “yo” particular y único... Moreno parte del vínculo con el otro, donde existe un emisor y un receptor que interactúan y se produce un cambio durante el encuentro.

Surge el concepto moreniano de *sociometría*: “Rama de las ciencias humanas que tiene por objeto el estudio de las relaciones entre individuos: simpatía, hostilidad, indiferencia, respeto, desprecio, tolerancia, comunicaciones, decisiones y predecisiones, resistencia al cambio, posición sociométrica, roles desempeñados, mayoría y minoría, presión del grupo hacia la uniformidad, relaciones entre diferentes formas de autoridad, estilos de mando, clima del grupo, salud mental y física, y su exploración por el juego dramático y el psicodrama.”

Moreno crea el Test sociométrico:

- Mide la calidad de los vínculos grupales: positivos, negativos o neutros.
- Mide elección y percepción de vínculos: mutualidad o incongruencia.
- Mide configuraciones de aceptación, rechazo y neutralidad.
- Evalúa el “tele” (diferente de la transferencia) del grupo a través de mutualidad o incongruencia
- Orienta la intervención sociodramática o psicoterapéutica de un grupo

Según Enrique Pichón Riviére, en su teoría acerca del vínculo, expresa que el vínculo es una estructura dinámica, en continuo movimiento que engloba al sujeto y al objeto y puede tener características normales o sufrir alteraciones patológicas. Vínculo primario es la representación del intercambio de recíprocas depositaciones de afectos y mundos internos que surgen entre el bebé y su madre. La relación de objeto es la estructura interna del vínculo.

Las configuraciones vinculares tempranas determinan modalidades vinculares futuras. Los vínculos se expresan a través de los roles, que son unidades culturales de conducta.

Moreno elabora una Teoría de los roles que es uno de sus pilares y establece varias clasificaciones, siendo las más destacadas: roles complementarios y suplementarios.

También establece una diferenciación vinculada al desarrollo del ser humano y sus vínculos, distinguiendo entre:

- *Roles psicósomáticos* (ingeridor, mingidor, defecador...)
- *Roles psicodramáticos* (madre, padre, hermanos...)
- *Roles sociales* (psicólogo, médico...)
- Agrupa asimismo los diferentes roles y los designa como “átomos”:
- *Átomo cultural*: Conjunto de roles que forman el yo.
- *Átomo social real*: Individuos que desempeñan roles complementarios.
- *Átomo social perceptual*: Representación psicológica de átomos sociales y culturales

Otros autores han enriquecido su teoría y han establecido nuevas clasificaciones. Consideramos que no podemos hablar de Psicodrama sin mencionar la “significación del cuerpo”.

Cuerpo y Psicodrama

S. Freud manifestaba: “El cuerpo, lenguaje y medio comunicativo de la relación interpersonal e intercorporal, puede expresar, revelar, traicionar, disimular, disfrazar, desfigurar a la vez la personalidad profunda y el yo. Todo síntoma del cuerpo, toda manifestación corporal, puede pues, ser simultáneamente la expresión de un conflicto y la defensa contra el mismo, lo que implica la semiología de la imagen corporal y sus máscaras”.⁵

Nos remitiremos en primera instancia a explorar los orígenes de la conciencia del cuerpo.

La génesis de la conciencia de la personalidad del niño y de su propio cuerpo está

expresada correctamente a través de las palabras de Marx, que Wallon recordaba frecuentemente: “El hombre comienza a reflejarse en otro hombre como un espejo únicamente cuando llega a tener frente al individuo Pablo una actitud semejante a la que tiene a sí mismo, el individuo Pedro comienza a cobrar conciencia de sí como hombre”.⁶

Existe un verdadero proceso dialéctico, un vaivén de uno mismo a los demás y de la imagen percibida en los demás a uno mismo. Podríamos resumir este proceso remitiéndonos a las propias palabras de Wallon: “El niño comienza por un sincretismo total en el cual todo está sumergido en su propia subjetividad. El niño se confunde con el objeto o con la causa de sus reacciones. El mismo se encuentra en un estado difuso en las situaciones que lo ponen en contacto con los demás y no sabe aún distinguirse de ellos. Luego va operándose la delimitación y a medida que se rompe la unidad primitiva se establecen relaciones que la mantienen en otro plano, el plano de una pluralidad objetiva.”

“Primero se trata del simple desdoblamiento de dos personajes todavía mal diferenciados, aunque a veces se hallan en oposición. Es entonces cuando el niño comienza a verse en los demás y se encuentra tanto más fácilmente en ellos porque proyecta algo de sí mismo. Semejante o contraria a la suya la acción de la otra persona le parece más o menos hecha según el mismo modelo. La asimilación sucede a la participación primitiva. Pero al tiempo de prestar a los demás su sensibilidad kinestésica, el niño recibe de ellos una marca visual pues se atribuye los efectos vistos en los otros cuando se da una situación común. De esta manera comienza a cobrar cada vez mayor conciencia de sí mismo”.⁷

Es en realidad el “fenómeno del espejo” el que rige la génesis de la conciencia del propio cuerpo o sea proceso mediante el cual el niño se ve y se refleja en los demás, reconociendo el cuerpo como suyo, semejante y diferente del de los demás simultáneamente. Se produce un verdadero proceso de identificación de su imagen visual o exteroceptiva con la que él vive kinestésicamente, cuerpo-visual y cuerpo-kinestésico, espacio-circundante y espacio-postural.

Es a partir del cuarto mes que el niño comienza a tomar interés en su imagen especular. Pero en un principio las reacciones son afectivas y mímicas. Recién al sexto mes advertimos que el niño establece un verdadero vínculo relacional. Sucede con el niño de Darwin que en una primera instancia sonríe frente a su imagen especular y la de su padre. Frente al estímulo auditivo de la voz de su padre se sorprende descubriendo que éste está detrás de él, no necesitando posteriormente de este tipo de estímulos para advertir la presencia del mismo, la que es contemplada a través del espejo. Esta imagen por simple transferencia es capaz de provocar la reacción antes descrita. En efecto, el niño comprueba aquí la realidad de una relación, pero no deja aún de ser una relación de similitud.

En el caso del niño de Preyer, sucede que al cabo de una semana cuando el niño se vuelve hacia su padre, cuya figura descubre en el espejo, intenta de todos modos asir su imagen especular con su mano.

Pero la imagen real y la del espejo constituyen dos realidades diferentes. El niño es incapaz de hacer coincidir ambas imágenes, la del espacio y la del espejo. La persona

se constituye en fuente de sonido por lo cual el niño muestra su preferencia frente a ésta comparada con su imagen. Dos imágenes reales de su yo, se presentan ante el niño, una exteroceptiva y otra activa, no resultando la simultaneidad de ambas conflictivas para el niño. Esto no nos resulta extraño desde el momento que sabemos que el niño en esta etapa sólo posee una visión fragmentaria de su cuerpo. Wallon expresa lo siguiente: "... mientras la visión continúa siendo confusa y no se ha diferenciado aún, no puede dar una imagen homogénea ni coherente de los órganos y menos del cuerpo total"⁸. (6)

¿Cómo logra el niño unificar su yo en el espacio?

Reconociendo por un lado que la imagen en el espejo no es más que una apariencia de la realidad que percibe en su propio cuerpo y por otro que esa apariencia tiene su propia realidad, siendo él incapaz de percibir con sus sentidos. Wallon plantea el siguiente dilema: "o bien imágenes sensibles pero no reales o bien imágenes reales pero sustraídas al conocimiento sensorial." Este dilema se resuelve mediante la simbolización.

Se puede explicitar este punto, si nos remitimos a lo que ocurre con la niña de Guillaume, de alrededor de un año que al pasar frente al espejo se lleva su manito al sombrerito de paja que tenía puesto desde la mañana. Se produjo una verdadera integración entre el espacio corporal y el espacio de la imagen en un espacio abstracto, construido en base a relaciones no sensoriales. La imagen reflejada en el espejo ya no tiene existencia para la niña; ésta la refiere inmediatamente a su yo propioceptivo y táctil, la imagen no es más que un sistema de referencia capaz de orientar los gestos hacia las particularidades del propio cuerpo de las cuales la imagen da la indicación. Al vaciarse de su existencia, la imagen se ha hecho puramente simbólica.

A partir de este momento el niño juega con su cuerpo en el espejo, pero ejecutando movimientos con dificultad e incorrección, ya que no son provocados por estímulos externos e internos inmediatos, sino que se rigen por representaciones abstractas.

La dualidad de una imagen y la persona real se constituyen en elementos de interés lúdico para el niño quien coquetea con su madre y la imagen de ésta en el espejo.

Existe al décimo tercer mes una cierta suerte de regresión en el comportamiento del niño, similar a lo que sucede con el chimpancé, ya que parecería ser que la causa de ilusión es más fuente de curiosidad para el niño que la ilusión misma. Esto lo demuestra cuando al ver reflejada su imagen en el espejo pasa una y otra vez ésta por detrás de él y la vuelve nuevamente en forma sucesiva.

El niño de Preyer al décimo cuarto mes, toca, lame y golpea su imagen en el espejo adjudicándole una existencia diferente a la de sí mismo. Esta actitud sería la que asume con las diferentes partes de su cuerpo a las que también personaliza. El aparente retroceso de la conciencia de la imagen especular coincide con otro aprendizaje: la oposición de su propio cuerpo frente al de los demás o sea el proceso de individuación.

Un primer intento de integración corporal, surge cuando aparece el sentido de temporalización entre nostalgia y anhelo, reconociendo así la diferencia entre hambre y gratificación.

¿Qué sucede con el adulto?

A pesar del concepto que tenemos de que la formación de la imagen del cuerpo implica la conquista progresiva de la “unidad”, que permite el dominio de nuestro cuerpo como totalidad; no podemos olvidar que éste conserva una estructura libidinal imaginaria, que está construida en base, no solamente a los fantasmas de nuestra más tierna infancia, sino también por los fantasmas que provienen de nuestros más profundos conflictos afectivos, que fueron contribuyendo a formar el rompecabezas de nuestra historia de vida.

Nuestra memoria emotiva incluye huellas mnémicas grabadas en el cuerpo a lo largo de la historia filogenética y ontogenética: la “memoria corporal”.

Cada movimiento, cada acto, incluye patrones neuromusculares y neurofisiológicos que se actualizan asociados a ideas, emociones y fantasías preverbales.

¿Qué ocurre con nuestro cuerpo en la sesión psicodramática?

Intentamos a través de la acción y la palabra abordar significantes y desbloquear cadenas de significados, que están probablemente reprimidos, disminuyendo de algún modo el dolor.

Merleau Ponty dice: “El cuerpo expresa lo que la palabra oculta.” “Nuestro cuerpo es el núcleo significativo donde confluyen y se organizan todas nuestras experiencias”⁹.

A diferencia de otras técnicas centradas en el nivel verbal de comunicación, en la sesión psicodramática, a través del vínculo terapéutico intentamos integrar lo cognitivo, corporal y afectivo. El cuerpo expresa a través de la dramatización de una “escena emergente”, de la resonancia grupal, sentimientos y sensaciones, en los que en ocasiones el lenguaje verbal resulta insuficiente. El cuerpo se constituye en un verdadero lenguaje: mi cuerpo expresa mi deseo a los demás a través de una experiencia corporal con mi cuerpo. El cuerpo viviente se constituye en una excelente ilustración de la conciencia del tiempo y fundamentalmente del presente que se encuentra “retenido” entre un pasado inmediato y un devenir inmediato.

Es imposible efectuar una disociación entre el cuerpo y el tiempo, ya que es imposible considerar el tiempo exterior como un telón de fondo de la historia de nuestro cuerpo, siendo éste nuestra vida misma. Tampoco podríamos separar la noción de cuerpo de la noción de espacio que habitamos, exterior e interior de nuestra superficie cutánea.

El Tiempo y el Espacio en la Psicoterapia Psicodramática

No es posible entonces concebir nuestra personalidad fuera del tiempo y del espacio. Decir que la vida del hombre se hace en el tiempo, no tiene relación con lo que “real y objetivamente” pasó y lo que pasará. Pasado y futuro son dimensiones del hombre – das Dasein – que es “ser en el mundo”. La única temporalidad verdadera es la intrínseca (que consiste en ser del todo), ya que la introspectiva (que afronta el tiempo vivido como “siempre”) se limita a ser reflejo de ésta. El curso oscilante de plenitud-cosificación transcurre del mismo modo que el velo de Penélope, que se hace y se deshace permanentemente.

Desde el Psicodrama podemos transitar por las diferentes etapas de la vida y por diferentes caminos. Vivimos en el aquí y el ahora de la dramatización, el presente, el pasado y el futuro en un vibrante instante compartido.

Moreno consideraba que el instante no es parte de la historia, sino que la historia es parte del instante. En el Psicodrama todo ocurre en el “aquí y en el ahora” y en el “como si” de la dramatización. Nuestras acciones van desarrollándose en un lugar determinado y concreto (*locus*), en un entorno (*matriz*) y tiene un desarrollo temporal (*status nascendi*). Recreamos lo vivido en el aquí y en el ahora.

Existen entrecruzamientos permanentes entre nuestra historia y el momento presente, siendo ambos inseparables, entre la horizontalidad del grupo y la verticalidad de la individualidad.

Todo ello está atravesado, como diría Félix Guattari por los atravesamientos sociales, políticos, económicos que nos inciden en cada momento y que debemos tener presentes en las dramatizaciones. La transversalidad lograda a través de la creatividad, es uno de nuestros objetivos en los grupos, logrando así la comunicación verbal y no verbal máxima en todos los niveles y sentidos. En el “locus dramático” o “espacio transicional” que constituye el espacio de la escena, aparecen personajes de nuestra historia que dialogan, se mueven, se relacionan y crean. El lugar, es para Moreno el escenario de un encuentro.

Este espacio constituye una zona intermedia, en perpetua construcción, que no está dentro ni fuera, donde como diría Winnicott, se crea y se juega y el terapeuta y los pacientes se sienten en un permanente encuentro. Dice Winnicott, con respecto al juego, que en él y quizás sólo en él, el niño o el adulto están en libertad de ser creadores. El espacio en Psicodrama queda tabicado por la acción fundamental de la mirada, es por lo tanto y de manera muy destacada un espacio visual. En nuestro espacio potencial de infinitas posibilidades creadoras y por ende terapéuticas, es desde donde transitamos desde lo imaginario hacia lo simbólico, para acceder a través del juego psicodramático al mundo real.

Tiempos de la Sesión de Psicodrama

Durante la dramatización entran en juego y se revelan deseos y sensaciones inconscientes y por lo tanto todos y cada uno de los integrantes del grupo van desarrollando mecanismos, que ofician a su vez como revelación práctica de conflictos personales. Por medio de técnicas expresivas como el juego, la danza, la música, la mímica, así como la utilización de elementos intermediarios como títeres, máscaras, distintos tipos de vestuarios reales o imaginarios, el psicodrama puede jugar un rol muy importante, dentro de una amplia gama actual de diferentes técnicas, agrupadas en un extenso espectro de terapias artísticas y creativas, contribuyendo de este modo, al abordaje de aquellos pacientes cuya capacidad de comunicación verbal es escasa o nula o simplemente acompañando la palabra.

A través del devenir temporal de las sesiones vamos trabajando no sólo las dificultades, sino fundamentalmente los recursos.

Nos centramos en los “procesos” individuales y grupales y no en las “estructuras inamovibles”.

María Carmen Bello manifiesta: “ El Psicodrama es así un método para coordinar grupos a través de la acción, creado a partir de y para los grupos humanos. Su cuerpo de teoría básico es la sociometría que puede ser definida como la ciencia de la relaciones interpersonales.”¹⁰

El psicodrama cumple todos los requisitos de un método:

- Es un camino para lograr un objetivo.
- Es un conjunto de procedimientos que pueden sistematizarse en pasos, técnicas y recursos dramáticos.
- Ofrece una trama básica secuenciada (caldeamiento, dramatización, compartir y procesamiento o conceptualización), que le da consistencia.
- Se deriva de una teoría con la cual es coherente.

Argumenta de ese modo que es un método que sondea a fondo el material con el que se trabaja.

El caldeamiento

Ya desde el inicio de la sesión de psicodrama apelamos a la libre expresión corporal y verbal de los participantes, basándonos y apoyándonos en elementos sensitivos como la música, la pintura, la escultura, los colores, etc. para lograr un estado que nos permita, a posteriori, dramatizar libremente sin bloqueos, ni tensiones o inhibiciones que obstruyan el camino..

La dramatización

Una vez trabajada y procesada esta primera instancia, el “yo auxiliar” y/ o el “director” de la sesión, se relacionará con el grupo indagando acerca de distintas instancias personales, a la búsqueda de una escena emergente y con la finalidad de pasar a la fase de la dramatización.

Esta fase es prácticamente un juego teatral. El juego ideal es aquel que surge de la situación imaginaria del grupo, donde los integrantes aportan su creatividad, su imaginación y su libertad a nivel corporal al servicio de la representación y reconstrucción de esa escena emergente, constituyendo una dramatización exploratoria, donde surge, casi siempre, la figura del protagonista...

Se sucederán luego dramatizaciones elaborativas y demostrativas y podremos apelar también al maravilloso recurso de la multiplicación dramática... Trabajamos las escenas manifiestas, las escenas latentes y las transferencias e identificaciones recíprocas.

Las técnicas del soliloquio, la entrevista, la inversión de roles, el espejo, el doble, la concretización, interpolación de resistencias y la interpretación desde el rol del director, se utilizan en forma sucesiva a lo largo de las sesiones.

¿Cuál es el papel del coordinador del grupo?

Trabajar como un riel con la comunicación e incidir de algún modo en el desempeño de los roles. La flexibilización en el desempeño de nuestros roles es uno de los objetivos. Según Pichón Rivière el coordinador debe “Esclarecer a través de

señalamientos e interpretaciones, las pautas estereotipadas de conductas (roles rígidos) que dificultan el aprendizaje y la comunicación”.

El director /coordinador es el encargado de:

- a) Discriminar el material a dramatizar detectando el emergente grupal.
- b) Introducir a los “yo-auxiliares”.
- c) Indicar las consignas.
- d) Efectuar un análisis final de lo trabajado.

La creatividad intenta ser estimulada y respetada, siendo fundamental la mirada y la escucha, para evitar que la terapia se transforme en la expresión encubierta de las ansiedades del terapeuta.

Sabemos que las proyecciones de algunos pacientes, como en las psicosis, invaden muchas veces el equipo tratante, sintiendo éste, la vaciedad y el aniquilamiento de la creatividad, de la vitalidad, por lo cual consideramos necesario el trabajo en co-terapia, que por otro lado desmitifica la imagen idealizada del terapeuta, obteniendo además una mejor visión del grupo. Es necesario por lo tanto, que el “director” y /o coordinadores, adopten una actitud versátil y flexible, opuesta a las propias tendencias repetitivas de los pacientes, tratando así de este modo de evitar actitudes instalacionistas y empobrecedoras.

Intentamos estimular el aprendizaje de nuevos recursos, mediante respuestas diferentes a la conocida.

¿Cuál es nuestra verdadera ayuda?

Auxiliarlos para que sean creativos y no hacer por el paciente lo que no puede.

Es muy importante que el “yo-auxiliar” mantenga una “claridad en los roles” y que esté realmente al servicio del protagonista a los efectos de no reproducir el “doble mensaje” comunicacional, que habitualmente detectamos en las familias de algunos pacientes. De este modo los pacientes podrán percibir los sentimientos despertados en el otro y las situaciones emocionales que su modo de reacción despierta en los demás.

A través de la escenificación dramática intentamos que el paciente logre discriminar fantasía y realidad, el afuera y el adentro a nivel espacial y que logre diferenciar al “otro” como distinto de su subjetividad propia.

Comentarios (Sharing)

Esta es la etapa final de la sesión. Es el momento del compartir, momento en que el grupo y el protagonista, guiados por el director, comentan lo dramatizado verbal y corporalmente. Se hace referencia a las interpretaciones, a los señalamientos, al protagonista, al grupo, a los afectos expresados, al contexto social y grupal y todo lo que haya resonado durante la sesión.

Conclusión final

El Psicodrama surge hoy como un método eficaz de abordaje tanto en el área clínica, en la docencia, en el área comunitaria y en el campo de la gestión. En la Clínica,

constituye excelente medio diagnóstico y terapéutico en la población infantil, adolescente y adulta, tanto a nivel individual como grupal. La Psicoterapia Psicodramática forma parte de un abordaje interdisciplinario, en el que se integran terapéutica individual, grupal, abordajes familiares y comunitarios. La técnica psicodramática constituye, sin lugar a dudas, un espacio infinito que mediante lo lúdico, lo artístico y lo creativo, seguimos explorando día a día, en la búsqueda de nuevas aportaciones al servicio de la psicoterapia y la comunidad.

Seguiremos construyendo juntos el camino tan deseado de Moreno hacia la libertad, la espontaneidad y la creatividad...

Bibliografía

- BELLO, M.C (2000) *Introducción al Psicodrama. Guía para leer a Moreno* p.24 México Edit.Colibrí.
- BUSTOS, D. (1975). *Psicoterapia Psicodramática*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- FREUD S. (1963)*Le moi et le ça.3º parte de Essais de Psychoanalyse* .Cap 2p.194.Paris Edit. Payot.
- KAES, R. (1977). *El aparato psíquico grupal – Construcción de Grupo*. Barcelona. Granica Editor. Colección Psicoteca mayor.
- KONONOVICH B. (1984) *Psicodrama Comunitario con psicóticos*. Buenos Aires, Amorrortu Editores
- LEMOINE, P. (1974). *Una teoría del psicodrama..* Buenos Aires. Granica. Psicoteca Mayor
- MERLEAU PONTY (1945) *La phenomenologie de la perception*.p.102 Gallimard Paris
- MOCCIO, F. (1988). *Caminos para la creatividad*. Buenos Aires: Ediciones 5.
- MORENO, J. (1972). *El Psicodrama*. Buenos Aires: Ediciones Hormé.
- POBLACIÓN K.P.(2010) *Manual de Psicodrama Diádico, Bipersonal, Individual, De relación*. España Desclée De Brouwer .
- REYES G. (2005) *Psicodrama, paradigma, teoría y método*,Santiago de Chile, Editorial Cuatro Vientos.
- ROJAS, J. (1984). *¿Qué es el psicodrama?* Buenos Aires: Editorial Celsius.
- WALLON.(Nº 3-4 Mayo-Octubre de 1959).*Kinesthésie et image visuelle du corps propre*. p.260 París.
- WALLON (1962En-Feb) *Espace postural et espace environnant*. Revista : *Enfance*.p3 París.
- WINNICOTT, D. (1972). *Realidad y Juego*. Buenos Aires: Granica. Psicoteca Mayor.

Notas al pie

1. Médica Psiquiatra, Psicoterapeuta Psicodramatista. Docente de Master de Terapias Artísticas y Creativas y docente de Master de Musicoterapia: Instituto Superior de Estudios Psicológicos: España. Docente y Coordinadora del Programa de Recursos Comunitarios y “Taula de Salut Mental”: Hospital Universitario Parc Taulí, Universidad Autónoma de

Barcelona, España.

2. Psicodramatista. Director teatral. Docente de Master de Terapias Artísticas y Creativas y docente de Master de Musicoterapia: Instituto Superior de Estudios Psicológicos: España. Especializado en Técnicas lúdicas en Psicoterapia Grupal de adultos Especializado en Técnicas de relajación progresiva (Schultz –Jacobson)

3. Graduada en Psicología- Universidad de Barcelona, España. Master en curso en Atención Precoz y Familia -Universidad Ramón Llull Barcelona, España.