

INTERVENCIÓN EN PSICODRAMA CORPORAL A TRAVÉS DE VÍDEOS: UN ENFOQUE ONLINE Y OFFLINE

(Parte II)

Caso Bastien - Desarrollo de la experiencia

El estudio se ha dividido en tres artículos: la primera parte aborda la teoría y metodología del psicodrama corporal online; la segunda parte desarrolla el análisis de un caso clínico específico; y la tercera parte se enfoca en el modelo de mentalización de Fonagy y Bateman (2004), la discusión y las conclusiones del estudio.

EQUIPO PSICODRAMÁTICO



Director del psicodrama, es psicólogo y master en grupos y psicodrama. Estudió en la Universidad de Barcelona (España) y en la Universidad Siglo 21 (Argentina). Ofrece atención psicológica a parejas y pacientes individuales tanto de manera virtual (en toda Europa) como presencial (en Barcelona). Su psicoterapia tiene perspectiva LGTBIQ+ y de género. Supervisa su trabajo con Florencia Macchioli, profesora titular de Psicología Familiar Sistémica de la Universidad de Buenos Aires (Argentina). Colabora con Serveis Clínics, Centro Especializado en el Tratamiento de la Tuberculosis, en el área de salud mental. Forma parte del equipo interdisciplinario de la Clínica Monográfica de Tuberculosis especializada en TDO (tratamiento directamente observado). La demanda psicológica es transcultural, con dificultades en la adherencia a los tratamientos de VIH, TB, abuso en el consumo de sustancias y vulnerabilidades psicosociales. Asimismo, es formador de chemsex en el departamento de salud de la Agencia de Salud Pública de Cataluña. Codirige el pódcast de difusión psicológica «Mariconsulta, un pódcast de psicología queer». Ha participado en exposiciones de arte y psicodrama pictórico sobre sexualidad y consumo de sustancias, así como en diferentes congresos y jornadas LGTBIQ+ sobre chemsex. Publicó el artículo «Chemsex y psicoterapia de grupo virtual» en la revista catalana *Intercanvis* en el año 2022.



Mónica Lombardo Cueto

Directora del movimiento de la yo auxiliar. Obtuvo el título de Profesora Nacional de Expresión Corporal en la Escuela Nacional de Danza (Argentina). Se formó en Danza Expresiva y Moderna con María Fux, en Expresión Corporal con Patricia Stokoe, en Expresión Corporal para Niños y Adolescentes con Perla Jaritonsky, en Contac-Dance con Alma Falkenberg y en Senso-Percepción y Eutonía con Patricia Stokoe y Gerda Alexander. Se graduó en la Asociación Argentina de Psicodrama como auxiliar de técnicas psicodramáticas y auxiliar de psicodanza. En Cataluña, se formó con Blandine Calais-Germain en Anatomía del Movimiento. En la actualidad, dicta clases y cursos en diferentes instituciones de Barcelona: Institut del Teatre, Escola Municipal de Psicomotricitat, Grupo de Extensión Psicodramática (G.E.P.), Escola de Teràpia Familiar, Hospital Sant Pau, Associació Internacional de Professors de Yoga (I.Y.T.A.), EÒLIA - Centre Superior d'Art Dramàtic para docentes, artistas y terapeutas. Coordina el área de trabajo corporal de GRUP - Espai de Psicoteràpia, Treball Corporal, Comunicació i Creativitat. Asimismo, es coordinadora pedagógica del área docente de Grup Formació y docente del Máster en Grupos y Psicodrama por IL3 - Universitat de Barcelona (España). Dicta clases en grupo sobre técnicas corporales para el conocimiento del cuerpo desde el año 1978.



Kha Villanueva

Yo auxiliar. Feminidad travesti no binaria, mediterránea, vecina del Raval. Artista performativa, creadora escénica y psicóloga de grupo. Graduada en Psicología, mencionada en Clínica de Adultos por la Universitat Autònoma de Barcelona (España) y posgraduada en Psicoterapia de Grupo y Psicodrama por la IL3 - Universitat de Barcelona (España). Se formó en Interpretación, Danza Contemporánea, Creación Escénica y *Performance* con artistas como Txiki Berraondo, Ricard Gázquez, Carles Salas y Mercedes Boronat, entre otros. Trabaja como *performer* con Tamara Cubas, Marcela Levi, Lucía Russo, La Fura dels Baus, Olga Álvarez y Jordi Cabestany, entre otros. Es cofundadora del colectivo PORNOTOPÍA, con el que actualmente dirige la pieza *g0g0te0*, coproducción de Antic Teatre y Festival Sàlmon. Asimismo, acompaña a diversos colectivos en riesgo de exclusión desde 2016: trabajadoras sexuales y personas con VIH+ en STOPSIDA, personas con diversidad funcional en Fundació Maresme, personas paradas de larga duración en Probens, jóvenes que han migrado solos en Punt de Referència, etc. Como psicóloga especializada en género, acompaña a grupo de infancias, adolescencias, equipos educativos, personal sanitario y cuerpos de seguridad en entidades como El Safareig, Nascor Formació, Ajuntament de Barcelona, Ajuntament de Barberà y Ajuntament de Mataró, entre otros. Integra el área de trabajo corporal de GRUP - Espai de Psicoteràpia, Treball Corporal, Comunicació i Creativitat como yo auxiliar desde 2018. Su trabajo se centra en la exploración de la psique colectiva a través de la *performance* y el dispositivo escénico como herramienta de transformación personal y social, con foco en corporalidades disidentes. Su práctica profesional está orientada al desarrollo de metodologías escénicas al servicio de la transformación social desde una perspectiva transfeminista y antirracista. Pone en juego sus travestismos y su performance identitaria en el centro del trabajo que hace.



INTERVENCIÓN EN PSICODRAMA
CORPORAL A TRAVÉS DE VÍDEOS:
UN ENFOQUE ONLINE Y OFFLINE (II)
Auguste, G.; Lombardo Cueto, M.;
Villanueva, K.

Fecha de recepción: 19/01/2024.

Fecha de aprobación: 7/09/2024.

LA HOJA DE PSICODRAMA Nº 79 (13-36)

RESUMEN

Este trabajo busca desarrollar herramientas teórico-técnicas para el psicodrama individual en línea, adaptando esta práctica a entornos digitales. Utilizando el cuerpo y el movimiento como principales herramientas, se exploraron aspectos de la mente del paciente a través de vídeos de danza. El proceso terapéutico se estructuró en dos fases: una asincrónica, basada en el intercambio de vídeos entre el paciente y la yo auxiliar, y una sincrónica, donde ambos coincidieron en una sesión de psicodrama corporal en Zoom. A lo largo del artículo, se deconstruyen estos procesos bajo el enfoque de Derrida (1990), analizando la relación entre imagen, movimiento y significado. La hipótesis plantea que el movimiento permite la emergencia de contenidos inconscientes susceptibles de ser elaborados en la intervención. Este estudio contribuye a la investigación en psicodrama contemporáneo y destaca la importancia de enfoques híbridos para mejorar la atención en salud mental.

PALABRAS CLAVE:

Psicodrama en línea, Psicodrama corporal, Danza, Movimiento, Psicoterapia híbrida.

ABSTRACT

This work aims to develop theoretical and technical tools for individual psychodrama in online settings, adapting the practice to digital environments. Using the body and movement as core tools, aspects of the patient's mind were explored through dance videos. The therapeutic process was structured in two phases: an asynchronous phase, based on video exchanges between the patient and the auxiliary ego, and a synchronous phase, where both participated in a live psychodrama session via Zoom. Throughout the article, these processes are deconstructed following Derrida's (1990) approach, analyzing the relationship between image, movement, and meaning. The hypothesis suggests that movement allows unconscious content to emerge, which can then be elaborated in the psychodramatic intervention. This study contributes to contemporary psychodrama research and emphasizes the importance of hybrid approaches to enhance mental health care.

KEY WORDS:

Online psychodrama, Body psychodrama, Dance, Movement, Hybrid psychotherapy.

Introducción: aspectos generales de la intervención psicodramática

Encuadre y Caldeamiento

La estructura psicodramática incluye tres etapas: el caldeamiento, la dramatización y los comentarios y análisis grupal (Vaimberg y Lombardo, 2015).

El caldeamiento del paciente se llevó a cabo en una sesión por videollamada previa a la grabación del vídeo, con el objetivo de prepararlo tanto física como emocionalmente para la dramatización. El director le pidió al paciente que expresara con su cuerpo lo que había compartido durante la sesión y que registrara esa acción en un vídeo. También se le sugirió utilizar una pieza musical que representara su estado emocional en ese momento.

La consigna que el director proporcionó durante este caldeamiento fue clave para facilitar la conexión del paciente con su cuerpo y con el proceso terapéutico:

Consigna: “Busca un espacio para grabarte. Usa tu móvil o cualquier otro dispositivo. Conéctate con tus sensaciones corporales, también con lo que ha surgido en esta sesión de terapia, y deja que tu cuerpo se mueva de manera espontánea. No te preocupes por hacer movimientos ‘correctos’; lo importante es expresar lo que sientas. No es necesario que diseñes una coreografía. Escoge una música que represente tu estado actual y úsala como apoyo para tu movimiento.”

Esta consigna fue diseñada para que el paciente se conectara de manera espontánea con sus sensaciones y emociones, preparando el terreno para la dramatización y el posterior intercambio de vídeos con la yo auxiliar. Una vez grabado el vídeo, el paciente lo envió por WhatsApp, y en sesiones posteriores, el equipo lo analizó y devolvió una respuesta mediante un vídeo grabado por la yo auxiliar, Kha Villanueva.

Herramientas y Espacio

El proceso se desarrolló en un entorno virtual, utilizando plataformas como Zoom y WhatsApp para facilitar la interacción sincrónica y asincrónica. El paciente personalizó su espacio para la grabación de los vídeos, utilizando elementos que le ayudaron a conectar mejor con sus emociones. La dramatización sucedió al grabar estos vídeos, y el análisis grupal se llevó a cabo en las sesiones de intercambio de mensajes entre el equipo psicodramático, así como en las sesiones terapéuticas con el paciente, donde se discutieron los vídeos y sus resonancias emocionales.

La Fase Sincrónica

La fase sincrónica del proceso fue diferente a la asincrónica, ya que en esta ocasión el caldeamiento involucró al paciente y a la yo auxiliar, quienes bailaron juntos en la sesión de Zoom. Esta dramatización fue seguida por una discusión entre el equipo de yo auxiliares y el paciente, y luego con el director en una sesión psicoterapéutica.

Marco Teórico y Variables de Análisis

Se trabajó bajo la influencia de Jacques Derrida (1990), deconstruyendo las piezas de movimiento y viéndolas como imágenes bidimensionales en movimiento. Se analizaron variables como el espacio, el movimiento y las escenas resonantes que

surgieron en la interacción terapéutica. La hipótesis de trabajo planteó que a través del movimiento podían emerger contenidos preconcientes o inconscientes que podían ser elaborados en la intervención. Este insight surgió principalmente en la fase de comentarios grupales, donde el paciente pudo tomar consciencia de aspectos no integrados de su self, un proceso que se asocia con la catarsis de integración (Anzieu, 1978).

Formación o selección del equipo terapéutico

Al supervisar el caso con Raúl Vaimberg, él sugirió la intervención del equipo de psicodrama corporal coordinado por Mónica Lombardo. Se abrió así la posibilidad de que una yo auxiliar pudiera enviar al paciente una respuesta corporal grabada en vídeo para dialogar en esta dimensión con él.

Creemos que es importante compartir lo que ocurrió detrás de la intervención, como, por ejemplo, la formación del equipo, lo que sucedía entre sesión y sesión, cómo eran los intercambios y qué resonancias despertaba el caso en los integrantes del equipo terapéutico, tanto en las yo auxiliares como en el director.

También es importante tener en cuenta la fecha en que se desarrolló esta experiencia: mayo de 2020, en pleno confinamiento. Nuestra tarea pasó a ser en línea, lo que representó un esfuerzo enorme para los profesionales del trabajo corporal, pues implicó adaptarse a un formato singular y a una relación diferente con el paciente. A pesar de las dificultades, identificamos rápidamente la necesidad de formar un equipo de trabajo que incluyera a una yo auxiliar con formación en danza y psicodrama. Esto nos permitió compartir un lenguaje teórico y práctico, lo cual facilitó tanto el trabajo en equipo como la relación con el paciente.

Este proceso configura lo que llamamos la «pretarea». Es decir, el momento en que el director arma un equipo de trabajo, contacta a los profesionales que participarán y les pregunta por su disponibilidad y la posibilidad de trabajar con determinado perfil de paciente. Una vez formado el equipo, el director transmite los elementos de la historia del paciente que considera necesarios para el trabajo de las yo auxiliares.

Desde nuestro rol profesional, creemos que, cuando se participa en una experiencia innovadora, confiar en el equipo hace más fácil la tarea. Es decir, trabajar con personas en las que uno siente que puede apoyarse y con las que existe la sensación de que se está trabajando en equipo.

Durante todo el proceso de intervención, la comunicación entre los miembros del equipo terapéutico y el paciente se llevó a cabo de manera individual. No se utilizó un grupo de mensajería común, sino que el intercambio de mensajes fue en formato uno a uno.

En todo momento, el paciente enviaba sus vídeos de forma privada, y el equipo terapéutico mantenía una comunicación uno a uno para asegurar una revisión y análisis individualizado.

Descripción del caso Bastien

La información contenida en esta descripción fue recopilada a partir de capturas de pantalla de los correos electrónicos intercambiados entre el equipo psicoterapéutico, los mensajes de WhatsApp con el paciente, las notas tomadas durante las sesiones y los vídeos grabados por el paciente y la yo auxiliar.

En mayo de 2020, durante la pandemia, Bastien hizo una consulta por videollamada con el director del psicodrama debido a una crisis profesional que estaba atravesando. Él residía en París en ese momento, por lo que todo el proceso psicoterapéutico se llevó a cabo a través de las plataformas ya mencionadas. El tratamiento completo abarcó un periodo de un año y medio, mientras que el dispositivo de psicodrama en línea se incorporó durante cinco sesiones (una vez por semana).

Durante la primera sesión, Bastien explicó que se sentía perdido y bloqueado, con síntomas de ansiedad y depresión, tenía dificultades para organizar sus pensamientos y expresar sus ideas de manera clara. Este cuadro no le permitía gestionar el ocio de manera adecuada. Luego de dedicarse durante muchos años a la danza de manera profesional, y como les sucede a muchos bailarines, había llegado a un punto en su carrera profesional en el que necesitaba reinventarse, lo que generaba una crisis de identidad. Esto le generaba dudas acerca de qué hacer y hacia dónde ir, en especial porque su identidad se había apoyado durante muchos años en ser bailarín. Por lo tanto, el foco del trabajo terapéutico estuvo puesto en explorar la posibilidad de reinventar su carrera profesional.

Hipotesis

Como parte del trabajo terapéutico, se propusieron una serie de hipótesis de trabajo para guiar la intervención, relacionadas con el uso del cuerpo como herramienta terapéutica principal:

El mundo interno del paciente: Se planteó que la inclusión del cuerpo entero en la dramatización podía modificar su percepción interna, permitiéndole acceder a contenidos emocionales y preconcientes que antes no estaban disponibles.

Descubrimiento de nuevos aspectos del self: A través del movimiento corporal, la intervención tenía como objetivo facilitar el descubrimiento de aspectos del self poco explorados o no integrados, promoviendo un proceso de integración personal.

Resolución de la interacción con el mundo exterior: Se esperaba que, al experimentar su cuerpo en movimiento y en conexión con sus emociones, Bastien pudiera modificar su interacción con el mundo exterior, encontrando nuevas formas de relacionarse con su entorno.

Estas hipótesis guiaron el desarrollo del tratamiento, buscando promover la integración entre el mundo interno de Bastien, los aspectos emergentes de su identidad, y la manera en que interactuaba con su entorno.

En las primeras sesiones, nos dedicamos a revisar las opciones que había considerado, cómo estaba compuesta su familia de origen y qué elecciones profesionales y laborales había tomado cada uno de sus integrantes a lo largo de la vida. Identificamos que había ciertos valores que eran importantes para su familia, por lo tanto, lealtades. También examinamos este tema en otras personas de su círculo cercano, como amigos y conocidos, qué desarrollos profesionales habían tenido, etc. Conversamos sobre los sentimientos de envidia que Bastien tenía hacia personas que parecían saber qué hacer con su vida o que tenían un coche, propiedades, etc. El paciente explicó que veía en la vida de estas personas ciertas fórmulas de felicidad prefabricadas y esto lo hacía sentirse peor consigo mismo. Sin embargo, seguía sin encontrar respuesta a la pregunta de qué deseaba hacer con su vida a partir de ese momento.

Comenzamos entonces a reconocer y fortalecer los recursos internos y externos del self. Revisamos sus intereses artísticos y culturales, y explicó que tenía otros estudios (había hecho un grado en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales). Analizamos cómo había tomado la decisión de dedicarse a la danza de manera profesional, cómo fue la identificación con sus padres y cómo habían sido sus elecciones hasta ese momento de su vida.

Es importante destacar que el contexto social en el momento de la psicoterapia no era nada sencillo. A la dificultad para encontrar trabajo se le sumaba la pandemia, cuando muchos artistas, así como trabajadores de teatros y centros culturales, se encontraron en la misma situación: sin poder trabajar o ser contratados debido a las restricciones sanitarias. Afrontar esta crisis se le hacía muy difícil a Bastien, que tenía la sensación de estar atrapado en esa situación.

En una de las sesiones, Bastien comentó que le costaba verse bailando porque se ponía hipercrítico consigo mismo y esto le angustiaba. La curiosidad por saber qué había detrás de ese hipercriticismo abrió la posibilidad de generar un espacio diferente de terapia, uno en el cual pudiera verse con mayores posibilidades y recursos. Fue así que se le propuso grabar un vídeo y mirarse a través del espejo tecnológico. Es verdad que ya nos estábamos mirando a través de la pantalla de Zoom, pues siempre hay un pequeño recuadro en donde aparece nuestro reflejo, pero solo de los hombros para arriba. Quizás, si incluíamos todo el cuerpo en el espejo, podría modificar su mundo interno, descubrir nuevos aspectos suyos y resolver la interacción con el mundo exterior.

Es decir, tomando el concepto de «espacio transicional» de Winnicott (1979), se animó al paciente a crear un sustituto de su objeto de satisfacción, es decir, el trabajo que solía satisfacer sus necesidades corporales. Entonces, como objeto, se le propuso que grabara un vídeo bailando, en él debía transmitir cómo se sentía en ese momento con relación al proceso que estábamos trabajando. La técnica sugerida fue la improvisación, la música y el espacio quedaron a su elección. Por último, se le explicó que, una vez grabado, debía enviar ese material por WhatsApp y que lo comentaríamos en la siguiente sesión.

Primer intercambio asincrónico (offline)

Primer vídeo de Bastien. Proyección del vídeo: «Primer vídeo de Bastien.mp4».

Tal como habíamos acordado, Bastien envió el vídeo unos minutos antes de comenzar la sesión. Más tarde ese día, lo vimos y lo analizamos juntos. En el vídeo, él aparece bailando con unos pantalones largos de color azul y sin camiseta. El escenario es un pasillo estrecho, luminoso y blanco. Hay puertas a la izquierda, la derecha y el fondo, todas están cerradas. La canción elegida fue Everybody Knows de Sigrid.

En relación al material audiovisual y el consentimiento, es importante mencionar que, aunque los vídeos utilizados en este proceso fueron fundamentales para la intervención terapéutica, el paciente no ha otorgado permiso para su publicación en la revista. El consentimiento otorgado permite su reproducción únicamente en el contexto de formaciones profesionales, por lo que estos vídeos no están disponibles para su visualización pública ni para su inclusión en esta publicación.

Durante la sesión, conversamos y analizamos los movimientos de su cuerpo, así como las escenas que surgían de su performance. Observamos aspectos como la respiración, la postura corporal, los apoyos, la velocidad del movimiento, la fuerza y la resistencia. Bastien explicó que le gustaba improvisar, así que se le pidió que reconociera los movimientos auténticos de los movimientos técnicos, aprendidos. Al reconocer los primeros, pudo hablar sobre sus sensaciones internas.

A nivel perceptivo, la mente tiende a buscarle un sentido a la experiencia de la realidad. Por lo tanto, los movimientos del cuerpo que se realizan en una sesión de psicodrama corporal tienen el potencial de transformarse en metáforas lingüísticas terapéuticas sobre el propio self. Ahora bien, la intervención consiste en, por medio de preguntas, vincular esas metáforas a su motivo de consulta. Por esta razón, se le preguntó a Bastien si las observaciones hechas sobre los movimientos tenían sentido para él, a lo que asintió. A continuación, analizamos sus recursos personales y características de personalidad. Finalmente, Bastien expresó que se sentía bien al verse, que no suponía un mayor problema.

El estilo corporal de Bastien era neurótico. Según esta conceptualización, el tipo de movimiento que adoptó era impulsivo: «activo movedizo, movimientos bruscos, dramatizador, genera actuaciones, ansioso, está a punto de saltar, huir, atacar, cambios rápidos de movimiento, tono muscular bajo, preparado para cambios» (Vaimberg y Lombardo, 2015, p. 153).

Como decíamos al comienzo del apartado, la conversación en esta fase del psicodrama corporal en línea se puede comprender como una deconstrucción de la pieza artística (Derrida, 1990). El término «deconstrucción», que también usa Heidegger (1927), se relaciona con la disociación freudiana (Freud, 1892). Según esta línea de pensamiento, los movimientos y la escena que emerjan serán los aspectos disociados del paciente que se integran al Yo a través de un discurso compartido o de una creación conjunta con el psicólogo, generando así nuevas asociaciones y posibilidades lingüísticas. Es decir, el vínculo continente que se genera

en el espacio psicoterapéutico hace posible que el paciente pueda verse de manera distinta.

Al tratarse de un proceso asincrónico, en el psicodrama en línea, el insight dramático o integración no ocurrió en la escenificación, sino en el momento de los comentarios y análisis al ver la respuesta de la yo auxiliar.

Estas son algunas de las características principales de este trabajo: el tiempo se dilata entre el caldeamiento (sesión 1), la dramatización del paciente (grabación), los comentarios y el análisis al verse (sesión 2), la dramatización de la yo auxiliar (grabación) y, finalmente, el análisis y los comentarios (sesión 3).

Esta dilatación temporal se refiere al tiempo transcurrido entre las diferentes fases de la intervención, donde la reflexión y el análisis de los vídeos permiten un mayor procesamiento emocional y cognitivo entre las sesiones. A diferencia de una intervención en tiempo real, la distancia temporal entre la grabación del paciente y el análisis permite a cada participante (paciente, yo auxiliar y equipo terapéutico) tomarse un tiempo para observar, sentir y luego reaccionar de manera más profunda y elaborada. En este sentido, el proceso terapéutico se extiende, proporcionando un espacio más amplio para la reflexión y la elaboración de las experiencias.

El proceso se asemeja a la interpretación de los sueños. Asimismo, es un proceso bidimensional, por la pantalla y no hay contacto ocular directo entre el paciente y la yo auxiliar.

Una vez recibido el vídeo de Bastien, la respuesta se decidió entre la directora del movimiento y la yo auxiliar. Para esto, el director del psicodrama les dio la menor cantidad de información posible sobre el caso con el objetivo de no sesgar su intervención.

En el psicodrama corporal, muchas de las herramientas para trabajar la lectura del cuerpo se centran en el tono muscular, la respiración, la sensación cuerpo a cuerpo, identificar el cuerpo del paciente y sincronizar el cuerpo de la yo auxiliar con ese movimiento, con ese tono, con ese funcionar. Sin embargo, desde la perspectiva de la yo auxiliar, ante un vídeo hay un primer momento de pérdida de todas las herramientas de base que sirven para este trabajo y la tarea se reduce a mirar el vídeo una y otra vez intentando captar toda la información. En este sentido, fue la primera experiencia de la yo auxiliar haciendo esta equiparación y revisando la distancia corporal que implicaba el trabajo a través de la pantalla.

En este caso, se eligió el mismo escenario que Bastien para dar un mayor soporte a la primera devolución. Además de buscar un pasillo, la yo auxiliar puso en práctica las técnicas del espejo y del doble descritas por Moreno (1946) para que el paciente pudiera leer los movimientos, el tono y la propuesta desde fuera.

Primer vídeo de respuesta corporal de la yo auxiliar. Proyección del vídeo: «Primer vídeo de respuesta corporal de la yo auxiliar.mp4».

Estructuración del rol de la yo auxiliar

La directora del movimiento de la yo auxiliar asumió la dirección desde un rol de yo auxiliar y trabajó con la yo auxiliar en la exploración de los vídeos, las improvisaciones, los cambios de espacio y contexto, entre otros.

La intervención de la yo auxiliar se sometió a un análisis previo, el cual se hizo con Mónica Lombardo (directora de la yo auxiliar) y estuvo centrado en descubrir qué era lo que se quería devolver al paciente. Se hicieron varios ensayos y en esta instancia la yo auxiliar decidió que en la escena hubiera una luz en particular, un color, etc. Es más, incluso hubo un espacio (un poco

pantanosos) para deliberar sobre cuestiones como: ¿cuántas veces es posible repetir el mismo vídeo sin perder esa puesta en escena real del cuerpo?, ¿cómo hacer para poner en juego el cuerpo? Entonces, sí, hubo unos cuantos vídeos repetidos e instancias de volver a hacer, pero también se tomó la decisión de avanzar con lo que se tenía. En definitiva: entender qué queríamos contar desde el cuerpo y ponerlo ahí sin caer en algo milimétrico, todo en pro de dar lugar a una percepción corporal desde lo inconsciente.

Como mencionamos antes, en el vídeo de respuesta se utilizaron las técnicas del espejo y el doble corporal. En un primer momento, la yo auxiliar representó al paciente (técnica del espejo), imitó su comportamiento y trató de expresar sus sentimientos con movimientos, enseñándole cómo lo percibían los demás. En un segundo momento, utilizó la técnica del doble y, al representar a Bastien, estableció un vínculo identitario con él. Se movió, actuó y comportó como él con el objetivo de convertirse en el vínculo a través del cual el paciente puede alcanzar el mundo real (Moreno, 1969).

La escena representada por Bastien estaba relacionada con el malestar subjetivo, pues sucedía en un pasillo que tenía muchas puertas cerradas. La respuesta de la yo auxiliar se basó en abrir una de esas puertas. Bastien se sentía atrapado, sin salida. Sin embargo, se le enseñó una puerta que se abría.

Para crear la respuesta, el equipo de yo auxiliares se fijó en Bastien, en su tono muscular, la forma de sus movimientos, el juego de peso con el espacio (en este caso, la pared), su expresión facial y cómo apretaba la musculatura facial a veces, la relación que establecía con el espacio, etc. Entonces, se planteó el espejo desde ahí. Luego, la idea fue cambiar la técnica, del espejo al doble, y abrir la puerta. La yo auxiliar dijo que durante todo el proceso de grabación del vídeo se sintió cargada, tensa y en una situación difícil. Había algo del espacio, sobre todo con relación al pasillo y a estar encerrada, que se sumaba al hecho de estar trabajando desde casa por el confinamiento del COVID-19. En toda esta extrapolación, en la cual había algo cargado, sintió la necesidad de salir de ese pasillo. Se preguntó: «¿qué hacemos aquí encerradas?». Entonces, tras comentarlo con la directora del movimiento, el equipo decidió buscar una línea de fuga para ver qué se despertaba en el cuerpo del paciente.

La yo auxiliar, al colocarse en el mismo espacio que Bastien, tuvo la sensación de estar encorsetada. Y, al explorar esa sensación, pudo empatizar con lo que estaba proponiendo el paciente. La apertura de la puerta fue un aporte interesante, pues llevó la experiencia a un espacio nuevo, con una luz rosa y con el objetivo de añadir una capa más al espacio. Esto resultó significativo para darle profundidad, un nivel diferente a la experiencia. Aquí, pensamos, se aplicó la técnica del doble, cuando la yo auxiliar pudo proponer una alternativa diferente.

Resultó curioso ver que el paciente, al ver el vídeo y ser bailarín, se centrara en los aspectos técnicos y coreográficos, que racionalizara la experiencia. Él seguía en su rol de bailarín cuando la yo auxiliar abrió una puerta y algo le impactó emocionalmente (insight dramático). Esto funcionó como una metáfora: hay puertas que se abren, por lo tanto, existen posibilidades no contempladas hasta el momento. Ese espacio que se abrió en la virtualidad creemos que se vincula a la zona intermedia entre el exterior y el interior de la realidad psíquica del paciente (Winnicott, 1971). También es un espacio que se abrió en su mundo interno, aunque no sabemos con exactitud de qué se trata. Apostamos por la hipótesis de que con la luz rosa se proyectó una sensación de fantasía cercana a lo onírico. A Bastien le pareció muy curiosa la tarea de responder a ese vídeo, aunque estaba preparado para hacerlo.

A partir de este momento, se estableció una comunicación preverbal entre el paciente y la yo auxiliar, excluyendo al director de ciertas partes del diálogo. Es importante destacar la idea de que hay conversaciones que suceden a nivel corporal que no necesariamente se tienen que traducir a palabras, sino que simplemente suceden. Ahí está la transformación. En algunos casos, esta

conversación es más potente que la que puede darse con el lenguaje verbal. Es decir, el director podría haber intervenido y decir: «bueno, hay más opciones. Tranquilo, que la vida no acaba aquí». Es más, se podrían haber usado un montón de palabras, pero ninguna iba a tener la potencia emocional que tiene el cuerpo, que trabaja en un nivel más cercano de lo real y profundo de la mente.

En el trabajo del yo auxiliar es importante confiar en la intuición creativa o escénica, que, luego, en lo psicoterapéutico, toma otras dimensiones. En el vídeo, la yo auxiliar jugó con los elementos que el paciente le presentó. Por eso resultó necesario abrir esa puerta, para que se abrieran otros espacios.

Entre el primer y el segundo vídeo, ante la inminente respuesta del paciente, el equipo de yo auxiliares se reunió y trabajó con el cuerpo. Salir de casa, estar en una sala de ensayo y moverse fue necesario.

Segundo intercambio asincrónico (offline)

Segundo vídeo de Bastien. Proyección del vídeo: «Segundo vídeo de Bastien.mp4».

En el segundo intercambio, se observan cambios en el espacio. Bastien está en un salón. Hay un sofá, una alfombra y una ventana que refleja el interior del lugar en donde está. Afuera es de noche y, al estar oscuro, el reflejo del vidrio hace de espejo. Durante esta performance, Bastien mira hacia el reflejo y hacia la cámara. Sus movimientos son más amplios y su actitud es como de

«hechicero», está intentando mover fuerzas. Los movimientos de sus brazos y manos recuerdan a excavadoras. En este sentido, vuelve a aparecer contenido asociado a la fantasía.

La música también ha cambiado y hace que surjan preguntas: ¿dónde está el público?, ¿hay alguien mirando desde el otro lado de la ventana? Básicamente,

la posibilidad de encontrar trabajo está relacionada con la necesidad de conectar con otras personas en un contexto económico. En este sentido, Bastien pasó de la impotencia y la queja del primer vídeo a la fantasía y la acción del segundo. Cuando vimos juntos el vídeo, hablamos sobre algunos de los movimientos que allí había hecho, qué significado tenían para él, con qué los asociaba. También conversamos sobre el espacio transicional de la virtualidad y del cambio en su posición subjetiva.

Por un lado, el espacio transicional o zona intermedia de experiencia, tal como lo ha descrito Winnicott (1971), es la zona de desarrollo creada por la madre, la cual le permite al niño experimentar y explorar el mundo de manera segura y protegida. Esta zona es esencial para el desarrollo saludable del individuo y la formación de la identidad y la autonomía, ya que le permite sentirse seguro y confiado en su persona. También es crucial para desarrollar la capacidad de relacionarse con los demás de manera saludable, ya que le permite aprender a confiar en ellos y a establecer relaciones significativas. La virtualidad, por otro lado, se refiere a la capacidad de interactuar y comunicar a través de plataformas digitales en lugar de hacerlo de manera física en el mundo real (Turkle, 1995).

Aunque el espacio transicional y la virtualidad parecen diferentes, es posible identificar ciertas similitudes entre ellos. Así como el espacio transicional proporciona un lugar seguro y protegido para que el niño experimente y explore el mundo, la virtualidad proporciona un entorno seguro y protegido para que las personas experimenten y exploren sus identidades y relaciones en línea.

En este sentido, la virtualidad puede ser entendida como un tipo de espacio transicional contemporáneo, uno que les permite a las personas experimentar y explorar el mundo de manera segura y protegida a través de las plataformas digitales, modificando así su posición subjetiva. En

relación con esto, según Sartre (1943), la posición subjetiva de una persona está influenciada por sus creencias, valores y perspectivas, así como por su relación con el mundo y los demás. Este autor argumenta que la posición subjetiva de una persona puede cambiar a medida que toma decisiones y actúa en el mundo, y esto puede llevar a una mayor libertad y autoconciencia. Por otro lado, Freire (1994) argumenta que el cambio en la posición subjetiva es un componente clave del proceso de liberación, el cual se puede lograr a través de la reflexión crítica y la toma de conciencia de las creencias y perspectivas propias.

En el espacio transicional virtual, el vínculo que se construye entre la yo auxiliar y el paciente es diferente, pues no se ven físicamente, no hay una relación directa entre ellos. Sin embargo, en este intercambio virtual, sí que hubo una conversación cuerpo a cuerpo desde otro sitio.

Recibir la respuesta del paciente movilizó a la yo auxiliar, abrió preguntas en ella, generó mucho movimiento en el equipo terapéutico. Abrir la puerta hizo que Bastien y la yo auxiliar fueran a otro lugar (un comedor, un espacio cómodo y acogedor) y que aparecieran muchas preguntas en cuanto a la ventana y al reflejo que se veía en ella.

El espacio de tiempo transcurrido entre el visionado y las respuestas de los vídeos fue un periodo reflexivo y de discusión activa del equipo terapéutico. Durante este tiempo, intercambiábamos mensajes a través de WhatsApp, comentando nuestras resonancias emocionales y culturales. Reflexionábamos sobre qué aspectos personales surgían en nuestra lectura de los vídeos, así como las formas sociales y culturales que aparecían en nuestro análisis del material.

Del segundo vídeo, nos impactó que las cortinas estuvieran abiertas, porque la sensación era que Bastien sería visto, quedaría expuesto. Toda la luz estaba en el interior y la oscuridad fuera, por lo que nos preguntamos: «¿quiere ser visto desde fuera?». También rescatamos el reflejo, esa imagen que se ve y aparece en el espejo también tuvo que ver con la respuesta final de la yo auxiliar.

En relación con la lectura del cuerpo, nos llamó la atención la cantidad de movimientos, era una coreografía muy compleja, cuatro minutos con mucha técnica y algunas formas del cuerpo que nos impactaron.

Consideramos importante poner sobre la mesa la sensibilidad propia y dejarse impactar por las formas que aparecen para luego tirar de esos hilos que nos remueven. La técnica de la selección de imágenes de Moreno (1946) explica a la perfección esta situación, ya que la elección de una imagen o un símbolo que representa un problema o situación especialmente significativa para el paciente puede ayudarle a comprender mejor sus emociones y a encontrar soluciones creativas a sus problemas.

Decimos que una vez que empezamos a trabajar con un grupo y con un paciente hay una parte de nuestra mente que se conecta con ese grupo y con ese paciente. A medida que van pasando los días y las circunstancias, uno ve algo y lo remite. Pues bien, hubo una forma muy particular que Bastien adoptó en el segundo vídeo: con los brazos hacia atrás. Nos preguntamos entonces:

«¿esto con qué tiene que ver?, ¿es para tomar impulso?, ¿está siendo frenado, retenido, no puede avanzar?, ¿cómo nos imaginaríamos los complementarios si pudiéramos bailar algo así?, ¿cómo entraríamos como auxiliares?».

Justo esa mañana Mónica Lombardo (directora de la yo auxiliar) había visto en un telediario las manifestaciones en Rusia por el caso Navalny.¹ La forma en la que los policías detenían a las

personas era, precisamente, sujetando sus brazos hacia atrás y bloqueándolos. Esto la remitió a su historia, pues las imágenes provienen también de las yo auxiliares, no solo del paciente. Mónica Lombardo (directora de la yo auxiliar) observó que algo estaba bloqueando a Bastien desde afuera. Se lo comunicó al equipo. La yo auxiliar agregó que, para ella, ese era un intento de vuelo bloqueado.

Precisamente por esto es fundamental que toda la información se ponga sobre la mesa y se cruce. Luego, el director decidirá qué hacer con toda esa información. En el trabajo que uno hace mentalmente, las imágenes se van sucediendo y aparecen temas externos, como conflictos sociales, políticos o culturales, que nos llevan a

⁽¹⁾ El envenenamiento de Alekséi Navalni, figura de la oposición rusa y activista anticorrupción, se produjo el 20 de agosto de 2020, cuando, mediante el uso de un agente nervioso, fue envenenado y hospitalizado en estado grave.

mirar los cuerpos de una manera determinada. Esto es contenido propio, después hay que decidir qué se hace con él. En la búsqueda de resonancias, observamos cómo los cuerpos de los pacientes y los nuestros son atravesados en el trabajo que desarrollamos.

Deleuze y Guatari (1991) utilizan el concepto de resonancia para referirse a cómo una idea o un concepto pueden hacer mella en una persona o en una sociedad de manera profunda y duradera antes que simplemente transmitir una información. En lugar de ser simplemente recibida y luego olvidada, una idea que resuena en alguien puede afectar su forma de pensar y de actuar de manera prolongada en el tiempo.

En el libro *¿Qué es la filosofía?*, los autores argumentan que la filosofía es una forma de vida que implica una reflexión continua y una búsqueda constante de nuevas formas de entender el mundo. Esta búsqueda se basa en la creencia de que el conocimiento es un proceso dinámico y que no hay verdades absolutas, sino, más bien, una serie de perspectivas que deben ser evaluadas y cuestionadas continuamente.

En este sentido, la resonancia es importante porque permite que una idea o un concepto impacten de manera profunda en la forma en que una persona entiende y se relaciona con el mundo. Una idea que resuena en alguien puede influir más que una idea que es presentada de manera superficial o que no tiene conexión con la vida de esa persona.

Es importante tener en cuenta que el concepto de resonancia, tal como lo entienden Deleuze y Guatari (1991), se refiere a una idea o un concepto que es percibido como verdadero o valioso por la persona que lo recibe, es decir, no necesariamente se trata de una idea que es objetivamente verdadera o correcta. La resonancia se acaba utilizando como una fuerza positiva si permite que el paciente reflexione sobre sus creencias y perspectivas de manera crítica.

Resulta interesante recoger lo que provoca la lectura de formas desde el rol de la yo auxiliar, ya sea que se trate de imágenes sociales o personales. «¿Qué veo y cómo complementaría esa forma corporal?». Aquí es donde se vuelve necesario el relato del paciente para no contaminar el movimiento con escenas propias.

Comentarios entre Mónica Lombardo (directora de la yo auxiliar) y Kha Villanueva (yo auxiliar) sobre el segundo vídeo de Bastien.

Mónica Lombardo (directora del movimiento de la yo auxiliar):

¡Hola! ¿Lo pudiste visionar? Yo recién. Cautivan los movimientos de tronco y brazos, y no dejan conectar con pelvis, piernas y pies. Veo pies inseguros... La mirada nunca a la cámara, conecta con el reflejo en la ventana. Mucha conexión manos y ojos. Salimos del pasillo, espacio amplio y personal. Lo que está detrás deja de ser una puerta, una salida, y la ventana refleja lo que ocurre dentro. En algún momento pensé en una máscara... Que luego deje ver un rostro con comunicación y emoción... También pensé en complementar, acentuando, lo que él hace en tren inferior. Pensemos en un segundo vídeo, mitad de trabajo, aún hay tiempo, la pregunta es, ¿definimos ya o tanteamos ...?

Kha Villanueva (yo auxiliar):

Hola Mónica! Muy de acuerdo con tus observaciones. En relación al vídeo anterior percibo una liberación del movimiento, que se siente conectado a un motor con energía más propia y con un aspecto más amplio, pero solo de cintura para arriba. El foco expresivo está en las manos, y me llama la atención la tensión que se crea entre las manos y la mirada, creo que

en esta relación hay algo potente. Sí que veo lo que comentas de la desconexión, sobre todo con la pelvis, y la inseguridad del

movimiento de los pies. Me llama la atención también, que el cambio de espacio avance hacia un lugar más cómodo, con el sofá con un lugar central pero ninguna relación con este elemento.

Segundo vídeo de respuesta corporal de la yo auxiliar. Proyección del vídeo: «Segundo vídeo de respuesta corporal de la yo auxiliar.mp4».

En este vídeo, la yo auxiliar baila en un espacio nuevo. Es una sala, el suelo es de madera y el fondo es un telón negro. El único objeto que hay en la sala es un espejo de cuerpo entero que está ubicado en el centro del escenario. La escenografía está inspirada en el reflejo de la ventana del piso de Bastien (decidimos eliminar el resto de elementos para centrarnos exclusivamente en el espejo y en la oscuridad que había alrededor).

Elegimos una música diferente para esta respuesta, pues pensamos que la melodía que había elegido Bastien, al ser muy lírica, lo anclaba a la técnica del ballet y nos daba la sensación de que se sentía muy cómodo allí. Por eso, preferimos llevarlo a algo más electrónico y oscuro. Para hacerlo, y con el objetivo de que se desplace, de generar algún movimiento, nos basamos en la técnica de la complementariedad descrita por Moreno (1934). Esta técnica se basa en la observación y la expresión de los movimientos y las posturas del cuerpo que complementan las acciones y palabras de un paciente en un momento dado.

En el vídeo de Bastien habíamos observado una expansión en la libertad y en el espectro de movimientos, pero solo de la cintura para arriba, razón por la cual nos propusimos que los movimientos corporales de la devolución fueran complementarios, es decir, de la cintura para abajo. De esta manera, le pudimos devolver el contraste significativo que habíamos observado entre el espectro de movimiento de la cintura para arriba y de la cintura para abajo. También jugamos con la repetición del movimiento que Mónica Lombardo (directora de la yo auxiliar) había detectado (los brazos hacia atrás).

Algo que nos llamó mucho la atención del segundo vídeo fue el gesto con el que Bastien había decidido terminar: con el dedo medio de la mano izquierda sobre la palma de la otra mano. Entonces, retomamos ese gesto que, aunque no alcanzamos a comprender qué significaba exactamente, nos pareció muy concreto y lo usamos como punto de paso al espejo. Sostenemos la hipótesis de la importancia que tiene por el grado de definición. El vídeo de respuesta a Bastien concluye con la yo auxiliar escondiéndose detrás del espejo mientras lo toca.

La comunicación entre Bastien y la yo auxiliar sucedió a nivel preverbal, preconsciente. El lenguaje preverbal juega un papel importante en el psicodrama, ya que se refiere a las formas no verbales de comunicación, como el lenguaje corporal y la expresión emocional, que son fundamentales para expresar y procesar los conflictos emocionales subyacentes. Moreno (1934) desarrolla la teoría de la complejidad haciendo énfasis en la importancia de abordar los problemas emocionales

y psicológicos desde diversas perspectivas, así como en la importancia de la expresión no verbal en el proceso terapéutico del psicodrama, a través de técnicas como los movimientos complementarios y el trabajo en grupo. En este sentido, el autor (Moreno, 1934) desarrolla también la técnica de los movimientos complementarios para ayudar a los pacientes a explorar y expresar sus emociones y conflictos internos a través del lenguaje preverbal. La idea detrás de los movimientos complementarios es que ciertos movimientos del cuerpo pueden estar relacionados con determinadas emociones o estados mentales.

En el caso de Bastien, la intervención de la yo auxiliar estuvo centrada en moverlo del lugar seguro en el que estaba. Salir del teatro, la danza, el ballet, lo luminoso y lo exterior para llevarlo a un lugar oscuro e interno.

El paciente, al ver el vídeo de la yo auxiliar, se sorprendió porque comprendió que ella lo estaba llevando a los lugares de la fantasía. Primero, al estar en un lugar cerrado, abrió una puerta y encontró una habitación rosa. Luego, encontró espacios detrás de un espejo. Aquí se produjo el segundo insight dramático (Moreno, 1948).

En la sesión en la que vimos el vídeo de la yo auxiliar, hablamos con Bastien sobre la dificultad que tenía para explorar el espacio. Entonces, explicó que vivía en un piso de 50 metros cuadrados, en donde no tenía espacio suficiente para grabar. Se le señaló que no era una cuestión de posibilidades materiales, sino de posibilidades del mundo interno y lo que hacía con lo que tenía a su alcance. A partir de esto, retomamos la conversación sobre la necesidad de fomentar su creatividad usando lo que tenía en ese momento.

Vale recordar que el espacio es una metáfora. Moreno (1948), por ejemplo, sostiene que el espacio es un reflejo de las relaciones interpersonales, las emociones y los conflictos internos de los pacientes. En este caso, Bastien se quedaba en las posibilidades materiales y concretas del mundo exterior, por lo que hablamos sobre su dificultad para explorar el espacio, lo cual era una metáfora sobre la relación que mantenía con sus recursos y sobre cómo establecía sus relaciones interpersonales.

En psicodrama, el uso del espacio es una herramienta más que sirve para comprender y mejorar las relaciones interpersonales. Leventon (2010) se centra en investigar cómo el espacio se puede utilizar de diversas maneras para ayudar a los pacientes a explorar y expresar sus emociones y conflictos internos.

En referencia a su cuerpo, Bastien señaló lo llamativo que era que sus piernas estuvieran cubiertas y su torso descubierto. Se identificó con una sirena por la imposibilidad de moverse. Hablamos sobre el espejo y lo mucho que le costaba verse porque no llegaba a ser lo que debería. Era hipercrítico consigo mismo. En el trabajo con espejos en clases de ballet, se miraba por encima para solo ver la forma completa y no centrarse en los detalles. Explicó que no usaba mallas porque no le gustaba la línea de sus piernas. En el ballet, no querían escuchar su voz y eran hipercríticos con él. Conversamos sobre cómo debía mirarse y cómo podía diferenciar entre la mirada del ballet en tanto formación profesional y la mirada que podía tener sobre sí en tanto Bastien.

En cuanto al vídeo de la yo auxiliar, a Bastien le gustó cómo empezaba. Dijo que ella había tomado sus ideas y las había mejorado. Le llamaba la atención el uso del espacio que hacía, así como el trabajo con las piernas y el torso cubierto. Le gustó lo de tocar el espejo, incluso predijo el movimiento de la mano en el espejo. También destacó el cambio de música (la suya era con ciclos que se repetían). Por último, comentó que, pasados tres cuartos del vídeo, el movimiento perdía claridad y parecía que la yo auxiliar no sabía qué hacer, entonces repetía algunos movimientos conocidos. Él se identificaba con eso, pues a menudo sentía que se le acababa la inspiración.

El vídeo de respuesta de la yo auxiliar tenía tres tomas. La primera era una toma general del espacio y de la yo auxiliar bailando, la segunda era para destacar un movimiento que hacía con las manos y la tercera volvía al plano general para registrarla escondiéndose detrás del espejo. Bastien preguntó por el cambio de tomas, pues le llamaba la atención. ¿Qué había pasado?

Después discutimos sobre la belleza y la línea de sus piernas, acerca de lo sobrevalorada que está la «belleza» en tanto valor. Pensamos en otras dimensiones que debía valorar de su self, como la creatividad, la fuerza, la sostenibilidad, la flexibilidad, la inteligencia, etc. Basándonos en la teoría sistémica de Satir (1972), de lo que se trata es de fortalecer los recursos personales para mejorar las relaciones y resolver problemas en los sistemas.

Bastien comentó que, desde que había empezado la terapia, en algunos momentos se preguntaba: «¿qué haría en esta situación si tuviera más confianza en mí?». En aquel momento de la psicoterapia, ya había cambiado de trabajo y comenzado a dar clases en una academia de idiomas. El rol de profesor le daba autoridad y esto lo empoderaba.

Sesión sincrónica (online)

De la sesión sincrónica participaron Kha Villanueva (yo auxiliar) y Mónica (directora de la yo auxiliar), además de Bastien. El encuentro fue vía Zoom. Al comienzo de la sesión se estableció la manera de trabajar y a partir de ahí comenzó la tarea. Se extrajeron, de esta experiencia sincrónica, cinco vídeos:

- 1. Primer vídeo:** una presentación corporal de la yo auxiliar y otra de Bastien. La consigna fue expresar con movimientos cómo habían llegado a la sesión y presentarse con un pequeño movimiento.
- 2. Segundo vídeo:** para este vídeo, la consigna fue que Bastien mostrara cómo se sentía en ese momento (nombre del vídeo: «Alma Yo auxiliar»).
- 3. Tercer vídeo:** para este vídeo, Bastien cambió el vestuario, el movimiento, la estabilidad, salió de lo lírico y la técnica, aparecieron otros movimientos (nombre del vídeo: «Hurry up»).
- 4. Cuarto vídeo:** se llama «Apaciguando las aguas», es la respuesta de la yo auxiliar al tercer vídeo.

5. Quinto vídeo: para este vídeo, se les pidió a la yo auxiliar y a Bastien trabajar en simultáneo improvisando y estableciendo una modalidad de diálogo dentro de las posibilidades del formato. La música la eligió la yo auxiliar: *While you are in a box* de Claraguilar.

Esta sesión fue grabada y revisada posteriormente tanto por el equipo terapéutico como por el paciente. Durante la revisión del vídeo, se analizó la experiencia de la sesión sincrónica, donde se discutieron las resonancias emocionales y corporales que surgieron. Este análisis se realizó en una sesión de psicoterapia posterior, permitiendo una mayor integración de las experiencias vividas durante la interacción sincrónica. El registro en vídeo facilitó la elaboración de las emociones que el paciente había experimentado tanto en tiempo real como en la revisión posterior.

Tras la sesión sincrónica, Bastien valoró de manera positiva el proceso de psicodrama, pues le pareció que habíamos llegado a un punto. Por nuestra parte, nos costó ponerle palabras a la experiencia del encuentro sincrónico. Bastien nos contó que después de la sesión estuvo sensible durante un par de horas, que necesitó estar consigo mismo. Creemos que hubo algo en esa conversación cuerpo a cuerpo con la yo auxiliar que fue potente. Nos pareció que, por un instante, la pantalla se había roto, que ambos habían atravesado el espejo tecnológico y sido parte de un ejercicio de «contacto», como si se tocaran la piel. Esa ilusión estuvo presente. Por supuesto, esto no fue así, sino que sucedió a nivel mental.

La yo auxiliar tuvo la misma sensación y comentó que, llegado un momento, sintió que hubo una conversación cuerpo a cuerpo, como si ambos estuvieran componiendo a la par, como si se estuvieran mirando a los ojos. La yo auxiliar dijo que aquella había sido la primera vez en todo el proceso en la que se dio un lugar de encuentro que movilizó algo en el cuerpo y le pareció muy interesante vivirlo.

Otro aspecto que resulta interesante de analizar es el paso de la música lírica a la electrónica. La yo auxiliar escogió la canción *While you are in a box* de Claraguilar porque tiene un punto lírico, cerca del universo que planteaba el paciente, que luego se va transformando y alejando. Esta nos pareció una buena transición musical para representar el proceso, pues, en el fondo, tenía que ver con la necesidad de Bastien de salir de su realidad como bailarín de ballet y transformarse en otra cosa.

Nuestra propuesta, que seguramente tuvo más que ver con nosotros mismos, pues pensamos que no necesariamente tiene que estar estrictamente relacionada con el paciente, consistió en crear posibilidades mediante sensaciones. Por lo tanto, llevamos al cuerpo hacia esas alternativas para que las viva de manera interna. Además, bajo esta premisa podrían suceder nuevas interacciones con el mundo exterior.

Otra de las cuestiones que Bastien marcó fue que la yo auxiliar tenía movimientos muy queer. Esto posibilitó diálogos sobre performances masculinas y queers, sobre cómo el cuerpo acaba estructurado en determinadas performances de género según la vida que tiene. El hecho de explorar otras performances y movimientos hace que la personalidad se vuelva flexible y, por tanto, que contemple más posibilidades en relación con el mundo exterior.

Para Bastien, la presencia de un cuerpo disidente de género funcionaba como un disparador para dialogar sobre ciertas cuestiones del cuerpo. Este es un tema que nos interesa analizar, en especial en torno a qué procesos abre en el espacio psicoterapéutico.

Butler (2007) dice que el género «resulta ser performativo, es decir, que conforma la identidad que se supone que es. En este sentido, el género siempre es un hacer». Podemos entender, entonces, tal como enuncia Bastien, que compartir este «hacer» con un cuerpo disidente de género, con «movimientos queer», abrió un diálogo performativo entre ambos cuerpos, el cual puede suscitar preguntas desplazadas de una matriz cis-centrada.

Preciado (2008), por su parte, define «el género (feminidad/masculinidad) como una (...) ficción somaticopolítica producida por un conjunto de tecnologías de domesticación del cuerpo, por un conjunto de técnicas farmacológicas y audiovisuales que fijan y delimitan nuestras potencialidades somáticas funcionando como (...) un programa operativo a través del cual se producen percepciones sensoriales que toman la forma de afectos, deseos, acciones, creencias, identidades». Desde este prisma, la presencia de un cuerpo disidente de género en el contexto psicoterapéutico puede generar otros movimientos, replantear los límites de la ficción del género propio e incorporar en el proceso psicoterapéutico la revisión de las tecnologías de domesticación que nos articulan. A su vez, esta línea psicoterapéutica es congruente con el objetivo inicial de la yo auxiliar: ir a buscar a Bastien hasta el lugar en el que estaba y encontrar la manera de hacer posible un desplazamiento hacia lugares que desconocía o a los que no podía llegar solo.

Con esto no queremos decir que necesariamente tenga que darse algún desplazamiento en clave de género. Sin embargo, sí creemos que hacer las preguntas adecuadas permite iniciar un proceso de revisión y cuestionamiento de la propia identidad, el cual lleva a pensar en el posicionamiento político y el correspondiente agenciamiento del proceso psicoterapéutico.

En este sentido, Rolnik (2006) analiza cómo la creación artística puede ser una herramienta para la liberación y la transformación social, ya que permite la expresión de las subjetividades disidentes y la creación de nuevas formas de pensar y actuar. Además, sostiene que la subjetividad está influenciada por el contexto político, económico y cultural en el que se desarrolla, y que es necesario analizar y transformar estos contextos para conseguir cambios profundos y duraderos. En el caso de Bastien, observamos que no fue necesario, durante el proceso terapéutico, que hiciera algún desplazamiento de su identidad de género. Sin embargo, la experiencia nos permitió abrir preguntas acerca del posicionamiento político del paciente en relación con la identidad de género y la performatividad no binaria puesta en juego durante el proceso psicoterapéutico.

El arte, en concreto, se puede utilizar para crear nuevas formas de subjetividad y resistir a las formas dominantes de subjetivación impuestas por el poder. En definitiva, la relación entre arte, política y subjetividad es fundamental para la creación de sociedades más justas y libres, y el arte puede ser utilizado como una herramienta

para la transformación social y la creación de nuevas formas de subjetividad (Rolnik, 2006).

También es importante tener en cuenta que en estos procesos se puede establecer una competencia entre el paciente y la yo auxiliar, pues hay allí un descolocar, sacar, poner. No era fácil el rol de la yo auxiliar en este caso, pues tenía que sostener un trabajo técnico ante un bailarín profesional. De hecho, en un momento, Bastien dijo «dejo aquí para no cansar a Kha Villanueva (yo auxiliar)». Son estas complicidades las que necesitaba verbalizar para ponerse él en un lugar distinto, pues, al trabajar con el cuerpo (y además un cuerpo con el que él se sentía inseguro), de repente se encontró con una yo auxiliar que dijo «venga, yo también pongo el cuerpo», y tuvo que procesar esto.

Pero no queremos quedarnos solo en la competencia del movimiento porque, cuando trabajamos con el cuerpo, sobre todo al principio, cuando un grupo o un paciente se inicia en un encuadre corporal, es habitual que reproduzcan el movimiento del yo auxiliar de manera total o parcial, incluso pueden llegar a moverse como esa persona, a repetir sus gestos. Esto es parte de la etapa de reconocimiento. Necesitan ir hacia la relación con el yo auxiliar para después, lentamente y según el perfil de cada paciente, separarse poco a poco. Y esto es algo que tenemos que ser capaces de leer: cuándo el paciente está tomando los movimientos del yo auxiliar y cuándo comienza a dejarlos y aparecen los suyos. Esto es lo que está en juego en el trabajo corporal. Por eso, es importante que los auxiliares de psicodrama corporal tengan un buen entrenamiento, para conocerse y saber qué es propio y qué es del otro.

También queremos remarcar la importancia de la comunicación no verbal entre el cuerpo de la yo auxiliar y el del paciente, pues hay algo que va más allá de las palabras que nos parece interesante. Para la yo auxiliar, el proceso y la resistencia al trabajo virtual fue grande; de hecho, sigue estando, porque para Kha Villanueva (yo auxiliar) es importante reivindicar la puesta del cuerpo. Sin embargo, al momento de trabajar en línea, no solo cambia la técnica, sino que también se abren espacios para cuestionar ciertos paradigmas, ciertas formas de pensar, sobre todo desde dónde entablamos un diálogo con lo virtual. Entonces, resulta interesante que el proceso psicoterapéutico pueda pensarse desde lo online, pues hay allí un movimiento estructural que se está dando y que tiene potencial para lo colectivo.

En relación con la figura del yo auxiliar, desde el primer vídeo, la yo auxiliar fue a buscar a Bastien al lugar en donde estaba y lo llevó a un lugar diferente. En la última improvisación, aparecieron movimientos que no habíamos visto antes en él. Estos movimientos, si bien se fueron mostrando poco a poco, explotaron en la última sesión, en donde hubo una especie de soltar. Por eso, imaginamos, Bastien se quedó con la sensación de tener que recomponerse y volver a sí mismo. En este sentido, consideramos que la propuesta de la yo auxiliar fue sumamente interesante.

En el último vídeo, donde parecen estar totalmente sincronizados, hay un cambio de ángulo de la cámara. En los primeros vídeos, la cámara está girada hacia la izquierda. En el último, la cámara, que está centrada, fue una decisión del paciente y el equipo de yo auxiliares respetó eso. Al respecto, una línea de observación posible

sería la de las fragmentaciones o los lapsus que propone el formato en línea. Uno podría volver a mirar los vídeos desde esta perspectiva o, incluso, pensar en que los lapsus se componen de manera diferente según el tipo de dispositivo que se utilice. Es más, podría hacerse una lectura de este trabajo desde diversas perspectivas, una de ellas podría ser la de las apariciones fuera de lugar en formato lapsus o en formato fallo tecnológico. Ahora bien, nos preguntamos si los lapsus son en verdad una sincronización de un fallo tecnológico o si había una mirada más detrás, por ejemplo, la del editor del vídeo. En todo caso, la aparición de anécdotas y los terceros que aparecen en cámara o desde la edición configurarán el fallo tecnológico. Hacemos esta observación porque creemos que nos sumerge de manera directa en el mundo de lo que podría ser el futuro de las intervenciones mediadas por la tecnología.

En este sentido, una de las interpretaciones posibles es que ese cambio de cámara nos habla de mantener una rigidez y no de buscar simplemente la comodidad del cuerpo. Es decir, si bien este puede ser un aspecto de diferenciación, pensamos que habla de las rigideces de Bastien, de su incapacidad para darse cuenta y moverse del movimiento. Pero quizás esto tiene que ver con los procesos, con que no siempre los pacientes se mueven al ritmo que nosotros marcamos, sino que lo hacen a su propio tiempo y, por lo tanto, los procesos terapéuticos duran el tiempo que tienen que durar, hasta que ese movimiento sucede.

Respuesta a las Hipótesis

A partir de las dificultades expresadas por Bastien y el análisis realizado durante las primeras sesiones, se formularon una serie de hipótesis que guiarían el trabajo terapéutico. Estas hipótesis buscaban abordar tanto su mundo interno como su relación con el entorno, utilizando el cuerpo como herramienta principal en el proceso psicodramático.

Al finalizar el proceso de intervención, se observó que las hipótesis planteadas al inicio del trabajo se confirmaron de la siguiente manera:

El mundo interno del paciente: Bastien logró acceder a emociones y experiencias preconscientes que previamente no podía expresar verbalmente. El uso del cuerpo facilitó la exteriorización de contenidos emocionales profundos. Como resultado se observó que los movimientos espontáneos de Bastien permitieron que afloraran emociones que estaban reprimidas, facilitando así un mejor procesamiento emocional.

Descubrimiento de nuevos aspectos del self: A lo largo de la intervención, Bastien reconoció y exploró partes de su identidad que antes no había integrado completamente, lo que resultó en una mayor autocomprensión. Como resultado Bastien manifestó una mejor relación con su identidad, logrando aceptar aspectos de su persona que antes rechazaba, como su conexión con la danza y su creatividad.

Interacción con el mundo exterior: La intervención también tuvo un impacto en la manera en que Bastien se relacionaba con su entorno, especialmente en su ámbito profesional, donde pudo redirigir su carrera utilizando las herramientas aprendidas en la terapia. Como resultado a través del trabajo corporal y el análisis psicodramático,

Bastien logró modificar su relación con el entorno profesional, encontrando nuevas maneras de afrontar los desafíos y adaptarse a su contexto laboral.

Modelo de mentalización en psicodrama corporal en línea (online)

Según Bion (1957), el proceso de mentalización comienza en la infancia, cuando un niño aprende a reconocer y comprender los estados mentales de sus cuidadores observando sus expresiones faciales, tono de voz y otros comportamientos no verbales. A medida que el niño crece, desarrolla gradualmente la capacidad de representar mentalmente tanto los estados mentales de los demás como los propios.

Aunque Bion (1957) no utiliza explícitamente el término “mentalización”, sus teorías sobre la simbolización y la capacidad de representar mentalmente la experiencia emocional son fundamentales para el concepto de mentalización tal como lo definen Fonagy y Bateman (2004).

De lo anterior se desprende que no todas las personas mentalizan los pensamientos de la misma manera. Por lo tanto, es tarea del equipo terapéutico observar cómo cada paciente utiliza sus procesos de mentalización y preguntarse: ¿en qué lenguaje se expresa este paciente?. Tal como proponen Vaimberg y Lombardo (2015), la intervención clínica debe centrarse en observar estos procesos para diseñar un dispositivo psicodramático que se ajuste a las particularidades expresivas de cada paciente.

En este sentido, la mente puede ser vista como un espacio creativo, comparable a un lienzo en blanco, ya sea físico o digital, o como una película, una danza o un canto. Estos lenguajes expresivos permiten que las emociones y pensamientos tomen forma a través de diferentes medios. Si bien es cierto que las personas que se dedican profesionalmente al arte, como diseñadores gráficos o ilustradores, pueden tener un acceso más fluido a ciertos lenguajes expresivos, el psicodrama facilita estos procesos de transformación para cualquier individuo, independientemente de su profesión.

En el caso de la danza, hablamos de un proceso de mentalización en movimiento (Fonagy, P. y Bateman, A.W., 2004). Es decir, la capacidad de entender y predecir los estados mentales y emocionales de los demás a través de su comportamiento y sus movimientos corporales. Este proceso cognitivo es crucial para comprender las intenciones, motivaciones y emociones de los demás en situaciones sociales.

La mentalización en movimiento se produce a partir de la activación de una red de regiones cerebrales que incluyen el córtex prefrontal medial, el córtex temporal superior, el córtex parietal inferior, así como las regiones cerebrales implicadas en el procesamiento visual y motor. Estas regiones trabajan juntas para procesar la información visual y motora, así como para construir una representación mental de los estados mentales de los demás (Fonagy y Bateman, 2004).

Por ejemplo, si se observa a alguien caminando de manera errática y balanceándose, las regiones cerebrales involucradas en la mentalización en movimiento podrían activarse para comprender que esa persona podría estar experimentando una intoxicación, un mareo o algún tipo de inestabilidad (Fonagy y Bateman, 2004).

La capacidad de mentalización en movimiento puede estar influenciada por las experiencias previas, la cultura y la capacidad de empatía de la persona. Las personas con más experiencia en observar y comprender los movimientos corporales, así como con mucha empatía, pueden tener una capacidad mayor de mentalización en movimiento (Fonagy y Bateman, 2004).

Hay pacientes que tienen más facilidad para la mentalización en movimiento incluso aunque no hayan hecho un trabajo técnico de danza, pues tienen una manera kinestésica de hablar y de procesar la información. Ellos, con toda seguridad, tienen perfiles mucho más expresivos corporalmente.

Es por esto que decidimos hablar de psicodrama corporal y no de psicodanza (Vaimberg y Lombardo, 2015), porque entendemos que hay muchos recursos en el trabajo con el cuerpo que vienen de la expresión corporal, la gimnasia consciente y el trabajo con objetos.

En psicodrama corporal, no es necesario tener una formación técnica, pues en nuestro equipo contamos con auxiliares que tienen formación en distintas disciplinas y vamos pidiendo su colaboración según cada caso. Ellos tienen muchos recursos para hacer que el cuerpo entre en movimiento y los pacientes puedan comunicarse a través de él.

De todas maneras, creemos que el movimiento debe estar al alcance de cada paciente y no solo de artistas con formación técnica.

Ahora bien, así como hay personas que tienen una manera kinestésica de hablar y procesar la información, también hay quienes tienen una capacidad pictórica aunque no hayan recibido una educación técnica. Este proceso es conocido como la mentalización en imágenes, es decir, representar de manera visual los pensamientos, sentimientos y comportamientos de los demás (Fonagy y Bateman, 2004). Por lo tanto, el lenguaje en imágenes puede convertirse en una herramienta terapéutica que ayude a las personas a comprender y a procesar sus emociones y experiencias. Es decir, el arte visual puede ser también un espacio en el que el individuo explore y exprese aspectos de sí que, de otra manera, permanecerían ocultos (McDougall, 1982).

La mentalización en imágenes se produce en el cerebro a través de una red de regiones cerebrales, incluyendo el córtex prefrontal medial, el córtex temporal superior y el córtex parietal inferior. Estas regiones trabajan juntas para procesar la información visual y emocional, y construir una representación mental de los estados mentales de los demás (Fonagy y Bateman, 2004). Por ejemplo, si se observa a alguien con una expresión facial triste, las regiones cerebrales involucradas en la mentalización en imágenes podrían activarse para comprender que esa persona está experimentando tristeza o dolor emocional (Fonagy y Bateman, 2004).

Al igual que la mentalización en movimiento, la capacidad de mentalización en imágenes también puede estar influenciada por las experiencias previas, la cultura y la capacidad de empatía de la persona. Las personas con más experiencia en observar y comprender las emociones de los demás, así como con una gran empatía, pueden tener una mayor capacidad de mentalización en imágenes (Fonagy y Bateman, 2004).

Las imágenes bidimensionales que se seleccionan en el proceso de psicodrama están vinculadas a resonancias mentales del equipo psicodramático que lo compone. El modelo de intervención sistémico aporta el concepto de resonancia (Elkaim, 1992), que

incluye los sentimientos, los recuerdos, los pensamientos y las experiencias que impactan en el terapeuta, es decir, en su mundo interno, a partir del material aportado por el paciente. En este caso, el contenido audiovisual se traduce en escenas, movimientos que se devuelven en términos de hipótesis y se entrelazan con aquellas resonancias que pueden emerger a posteriori en el paciente.

Como ya mencionamos antes, la mentalización es un proceso cognitivo complejo que implica la capacidad de comprender y prever los pensamientos, sentimientos y comportamientos de los demás, y también de uno mismo.

A propósito de la mentalización en psicodrama, se nos presentan muchas preguntas acerca de cómo sería emprender una experiencia de este tipo con una persona que no está familiarizada con ninguna disciplina artística, cómo se puede hacer.

BIBLIOGRAFÍA

- Anzieu, D. (1978). El grupo y el inconsciente. Lo imaginario grupal. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Butler, J. (2007). El género en disputa, Nueva York: Paidós Studio168.
- Bion, W. R. (1957). Studies in Psychosis. London: Routledge.
- Derrida, J.; Lacoue-Labarthe, P.; Hillis Miller, J.; de Man, P.; Hartman, G.; Gasché, R.; Ferraris, M. (1990). Teoría literaria y deconstrucción (Lecturas). Madrid: Arco Libros - La Muralla, S.L.
- Deleuze, G., & Guattari, F. (1991). ¿Qué es la filosofía? Editorial Anagrama.
- Elkaim, M. (1992). L'Enseignement de l'Incertitude [The teaching of uncertainty]. Paris:Seuil.
- Freire, P. (1994). Pedagogía del oprimido. Siglo XXI.
- Freud, S. (1892/1982). «Sobre la teoría del ataque histérico», en Obras Completas, vol. 1, (1.^a ed.), pp. 187-190. Buenos Aires: Amorrortu.
- Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2004). Psychotherapy for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment. Oxford University Press.
- Heidegger, M. (1927). Ser y tiempo. Alemania: Harper Collins.
- Leventon, E. (2010). Healing Collective Trauma Using Sociodrama and Drama Therapy. New York: Springer Publishing Company.
- Moreno, J. L. (1934). Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and sociodrama. New York: Beacon House.
 - (1946). Psicodrama: Teoría y técnica. Buenos Aires: Editorial Paidós.
 - (1948). The Theatre of Spontaneity. New York: Beacon House.
 - (1969). Psychodrama: Action therapy & principles of practise. New York: Beacon House.
- Preciado, P. (2008). Testo yonqui. Editorial Espasa.
- Rolnik, S. (2006). Cartografías del deseo: Mapeo de las singularidades [Versión Kindle]. Recuperado de: Amazon.com.
- Sartre, J.P. (1943). El ser y la nada. Madrid: Alianza Editorial.
- Satir, V. (1972). Conozca a la persona. Barcelona: Editorial Paidós.
- Turkle, S. (1995). La vida en la pantalla: la construcción de la identidad en la era de Internet. Barcelona: Editorial Paidós.
- Vaimberg, R. y Lombardo M. (2015). Psicoterapia de grupo y psicodrama. Teoría y técnica. Barcelona: Ediciones Octaedro.
- Winnicott, D. W. (1971). El juego y la realidad. Madrid: Trotta.