

EL TEATRO SICODRAMÁTICO COMO HERRAMIENTA PARA EL ENTRENAMIENTO DEL ROL DE EL/LA SICODRAMATISTA



Sara González Santos

Sicóloga (US). Directora de Sicodrama (Centro de Sicodrama, Sociodrama y Sicodanza, Sevilla). Sicoterapeuta (FEAP). Cofundadora y codirectora del Centro de Sicodrama, Sicoterapia y Formación (CSSF, Sevilla). Fundadora y directora de la compañía de teatro sicodramático "La Sicodramática". Máster en Psicoterapia Relacional (US). Docente de Sicodrama y Teatro Sicodramático. Miembro y vocal ASSG-RB. Miembro AEP. Miembro del Grupo de Investigación en Sicodrama (GIS-CSR). Más de 15 años de experiencia como sicoterapeuta en consulta privada.

consulta@saragonzalezsantos.es

www.cssf.es

RESUMEN

El Teatro Sicodramático está fundamentado en la escenificación espontánea, implementando la técnica sicodramática, de lo compartido por el público durante la función teatral.

En este taller didáctico el auditorio experimenta una sesión de entrenamiento en Teatro Sicodramático donde la teoría y técnica de Rojas-Bermúdez son protagonistas.

Para ello, se implementan diferentes caldeos corporales y juegos dramáticos que favorezcan la preparación de las personas participantes. El objetivo del trabajo reside en la elaboración de escenas teatrales basadas en la técnica de construcción de imagen.

Una propuesta de escucha, conciencia corporal y expresividad, donde la lectura de formas es la guía para el entrenamiento de las habilidades básicas de los roles de dirección y yo-auxiliar.

PALABRAS CLAVE: sicodrama, teatro, Rojas-Bermúdez, espontaneidad, entrenamiento de rol.

ABSTRACT

Through psychodramatic techniques, psychodramatic Theater is based on the previous experiences or events told by the audience in order to perform a spontaneous dramatization.

In this educational workshop, the audience goes through a training session in Psychodramatic Theater in which the theory and technique of Rojas-Bermudez take a main role.

In order to achieve this, different corporal warm-ups and dramatic games are implemented to get the assistants ready. The point is the creation of theatrical performances based on the image construction technique.

It is a proposal of listening, body awareness and expressiveness in which the natural forms leads to the improvement of the director's and auxiliar-ego's basic skills.

KEY WORDS: psychodrama, theater, Rojas-Bermudez, spontaneity, role improvement.



EL TEATRO SICODRAMÁTICO
COMO HERRAMIENTA PARA EL
ENTRENAMIENTO DEL ROL DE EL/LA
SICODRAMATISTA
González Santos, S.

Fecha de recepción: 30/06/2024.

Fecha de aprobación: 11/12/2024.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 79 (43-49)

1. Introducción: nuevas perspectivas de nuestro instrumento.

El sicodrama es una herramienta de trabajo que bebe de diversas fuentes. Entre ellas encontramos la psicología, la sociología y el teatro. Las posibilidades que ofrece como método son extraordinarias. Emplearlo como instrumento para las distintas prácticas profesionales, hace inevitable que se fomente la creatividad, impulsando con ello a la investigación para la constante contribución al modelo.

Hoy día, las personas se encuentran inmersas en constantes procesos de cambio. Como si de ensayo y error se tratase, y sin una aparente intención, acomodamos a la vida profesional (y personal) todo lo que nos satisface e interesa para continuar mejorando y desarrollando nuestro rol. De forma natural, existe una necesidad de incorporar lo que deseamos que permanezca. Esto nos lleva a crear y desarrollar nuevas formas que se adecuen a nuestras necesidades profesionales y personales.

El teatro sicodramático constituye un buen reflejo de esta afirmación. Un modo de aplicar el sicodrama a la práctica teatral como manera de mostrar esta adaptación y nueva perspectiva, entre muchas otras, de nuestra herramienta.

2. Objetivo del taller.

Desde un encuadre pedagógico experiencial, se realiza un acercamiento a la disciplina del teatro sicodramático para mostrar su utilidad en el desarrollo del rol de el/la sicodramatista. Después de algunos caldeamientos corporales centrados en las áreas cuerpo y ambiente, se trabaja para la elaboración espontánea de escenas teatrales basadas en lo que el auditorio comparta con el grupo desde su vivencia. Para ello, se utiliza la técnica de construcción de imagen como herramienta de creación teatral, pudiendo emplearse también, si fueran necesarias, técnicas como el soliloquio, las escenas intermediarias o el intercambio de roles.

Con este trabajo se entrenan las habilidades indispensables para los roles de director/a y yo-auxiliar, desde la práctica teatral. También, y de forma transversal, se ven subrayadas sus funciones, responsabilidades y características, pudiendo así clarificar y distinguir el compromiso de ambos/as, como unidad funcional, para la correcta articulación de la sesión de sicodrama.

3. Justificación de la propuesta: de la vivencia a la conceptualización.

3.1. Funciones, habilidades, responsabilidades y características del rol de el/la sicodramatista.

Desde el modelo de Rojas-Bermúdez, el rol del y la sicodramatista están definidos por un conjunto de habilidades, responsabilidades y características que son indispensables para el trabajo sicodramático. Tanto director/a como yo-auxiliar, necesitan mantener bien claras y definidas estas funciones. Para ello, se propone que puedan ser entrenadas desde el teatro sicodramático. Gracias a esta disciplina y con la propuesta del taller, se pretende que el grupo pueda ejercitarlas, partiendo de la vivencia para alcanzar con ello la conceptualización de las mismas.

Rojas-Bermúdez considera al instrumento del director/a como una hacedora de situaciones (Rojas-Bermúdez, 2017). Desde la observación, esta figura facilita los elementos necesarios para componer la dramatización, detectando los emergentes que pasan al escenario. Se encarga de implementar la técnica usando como guía la lectura de las formas naturales generadas por el/la protagonista. Entre sus responsabilidades, encontramos la importancia de encuadrar adecuadamente el trabajo y estar cargo de la sesión sicodramática. Como características podemos señalar que no introduce ningún material, y que su labor es de acompañamiento. Desde nuestro modelo, la persona que dirige siempre permanece fuera de la escena, no participando de forma directa en el contexto dramático. Es a través del/la yo-auxiliar, o de los distintos objetos auxiliares, su manera de contribuir en ese contexto, siendo muy importante que pueda encontrarse retirado/a para conservar una visión abarcativa de la escena.

En el rol del/la yo-auxiliar, sus funciones se hallan más centradas en lo actoral, correspondiendo la más importante a su capacidad para jugar roles complementarios o asignados por la persona protagonista. Para Rojas-Bermúdez es importante la profesionalización del mismo/a, ya que lo entiende como el polo sensitivo de la unidad funcional, y con ello, una parte indispensable del trabajo en sicodrama. Éste/a aspira a emocionar a la persona protagonista para que pueda quedar comprometida con lo acontecido en el escenario. Debe poder empaparse de la forma y el discurso que se le asigna, dejando lo personal fuera de toda la propuesta.

3.2. El Teatro Sicodramático para el entrenamiento del rol del/la sicodramatista.

El Teatro Sicodramático como disciplina se fundamenta en dramatizar, de forma espontánea y junto con la técnica sicodramática, lo que el público comparte durante la función teatral. A diferencia de otros teatros basados en la espontaneidad, como el Teatro Playback o el Teatro Espontáneo, la tarea durante la función y, más específicamente, la construcción de la escena, se realiza desde el modelo sicodramático de Rojas-Bermúdez. Con ello, se protagonizan los elementos y técnicas más importantes de dicho modelo, ofreciendo un lugar central al sicodrama en la práctica teatral.

La aplicación de la metodología sicodramática, y en concreto, el uso de la técnica de construcción de imágenes como herramienta de creación teatral, fomenta un mayor acercamiento a lo que la persona relata, clarificando los elementos importantes y necesarios de la narración. Con esta técnica, se pueden observar las imágenes mentales propias que el/la narrador/a mantiene asociadas a las vivencias que comparte con el auditorio.

Estas imágenes se concretizan sobre el escenario, siendo el punto de partida de la escena teatral. Con ello, la persona que ofrece su relato al auditorio se transforma en protagonista, al pasar al escenario y entrar en el contexto dramático, convirtiéndose en la autora de su propia creación. Es el grupo actoral el encargado de portar estas imágenes, ofreciendo cuerpo y voz a las formas asignadas por la protagonista, y cumpliendo funciones similares a las de los/las yo-auxiliares.

Para que esta tarea pueda producirse, la dirección realiza un caldeamiento específico verbal centrado en el área mente. Esto facilita la emergencia de imágenes mentales,

quedando el auditorio dispuesto para la implementación de la técnica sicodramática.

Que el narrador o narradora pueda objetivar sobre el escenario los elementos indispensables de su relato, asignándoles formas corporales que los representen, es el punto de referencia para el desarrollo del acto y la construcción actoral. Esto ayuda a visualizar los contenidos psicológicos adheridos a la narración, acercándonos de forma veraz a las emociones y afectos depositados en el mismo.

El trabajo se enmarca dentro de un encuadre no terapéutico, haciéndolo saber al auditorio desde el inicio. Lo compartido públicamente por la persona es lo que se muestra sobre el escenario, enfatizando el trabajo simbólico y poético de su discurso, y sin la intervención en los contenidos personales que nos aporta. Esto no impide que se pueda presentar un efecto terapéutico para ella, pero no es tarea ni labor por nuestra parte fomentarlo.

Después de cada escena, se propicia una fase de comentarios, que puede dar lugar a una nueva dramatización.

Centrándonos en la puesta en marcha de la propuesta, nuestro taller presenta una duración de 90 minutos, no mostrando ningún límite de participantes. Para su realización se emplea el modelo de sesión sicodramática de Rojas-Bermúdez (3-5-3).

En la *etapa de caldeamiento*, y después de que la directora enmarque y encuadre el contenido del taller, se implementa un caldeamiento inespecífico corporal dirigido por la yo-auxiliar. Con esto se pretende que el sí mismo psicológico se contraiga para preparar al cuerpo para la acción.

A continuación, desde un caldeamiento específico centrado en las áreas cuerpo y ambiente dirigido por la directora, se fomenta la interacción y el encuentro entre las personas participantes, quedando así preparadas para la fase de dramatización. Es aquí donde cobran protagonismo los distintos juegos dramáticos enfocados al desarrollo del rol actoral y al entrenamiento de sus habilidades. Se enfatiza el trabajo dramático, ejercitando la tarea desde la complementariedad y la asignación de formas corporales que fomenten la creación de escenas. De forma paralela, se puntualizan las funciones, responsabilidades y características del rol de dirección descritas en el punto anterior (ver apartado 3.1).

Estas prácticas están centradas en la escucha activa, la mirada periférica, la complementariedad, la espontaneidad, la circularidad del protagonismo y el trabajo desde la unidad funcional. Se trabaja siempre de la vivencia a la conceptualización como forma representativa de nuestro modelo sicodramático.

En la *etapa de dramatización*, se traslada al escenario lo que el auditorio desea compartir con el grupo desde la estructura básica del teatro sicodramático. Esta disposición se denomina dispositivo. En ella se distinguen los diferentes roles: dirección, cuerpo actoral o equipo de yo-auxiliares, auditorio y narrador/a, generándose con su disposición el espacio compartido de trabajo o escenario. El dispositivo presenta una forma circular, permaneciendo en medio círculo el cuerpo actoral y en el otro medio círculo el auditorio. Ambos semicírculos están unidos por la dirección, aun lado, y la interprete musical al otro. Es tarea de la directora comenzar a recoger lo que el auditorio

desea compartir espontáneamente para que pueda ser dramatizado por los participantes que forman parte del cuerpo actoral.

Para finalizar, se permite un tiempo de diálogo (*etapa de comentarios*) que cierre el trabajo planteado para el taller.

4. Tipos de técnicas planteadas.

Desde modelo sicodramático de Rojas-Bermúdez se plantean dos líneas técnicas importantes para el tarea, la técnica de imagen y el juego de roles o dramatización (ambas complementarias entre sí). Dentro de ellas, encontramos algunas técnicas sicodramáticas básicas usadas para la construcción de escenas teatrales en teatro sicodramático.

4.1. Construcción de imágenes.

Desde la técnica de construcción de imagen, los/las protagonistas muestran su idea, o imagen mental, de cómo perciben a un personaje o algún elemento importante de la escena. Con esta técnica, la persona protagonista queda fuera de la imagen, pasando a ser autora de la misma. Se enfatiza lo objetivo de lo construido, siendo esta una de las características principales del trabajo con esta técnica. También obliga a la persona a sintetizar y ser más concreta, ayudando a ordenar y configurar su producción interna. Gracias a esto, se accede al material del individuo y a su forma de configurarlo. Por último, y como característica, podemos añadir que el trabajo con imagen enfría las situaciones generadas, es por esto que se considera más global e intelectual.

4.2. Escenas intermedias.

La exploración con escenas intermedias (Rojas-Bermúdez, 2017), es una forma de continuar el trabajo desde la técnica de construcción de imagen. Con ellas se obtiene una secuencia de imágenes que permite comprender la historia del conflicto y sus perspectivas, según las ideas y fantasías de la persona protagonista. Podemos investigar solicitándole, por ejemplo, que construya la imagen siguiente y la imagen previa de la primera que ha realizado. Desde aquí, se le puede consignar que las repita cronológicamente, realizando un relato verbal de las mismas. De la misma manera, se pueden explorar las expectativas deseadas y/o temidas de la persona protagonista en relación a su imagen inicial, o las fantasías de mejora o empeoramiento.

4.3. Dramatización.

Esta técnica sicodramática se encamina más hacia la línea de lo vivencial y lo emocional. Se propone fundamentalmente para involucrar al protagonista, adquiriendo un mayor compromiso con la situación. La dramatización incluye elementos más propioceptivos, y, por tanto, de mayor subjetividad, ya que la persona siempre queda dentro de la situación. La diferencia fundamental con la dramatización de Moreno, reside en que Rojas-Bermúdez no integra solo los elementos reales de la situación, sino

que también elabora la puesta en escena con los imaginarios. Con esto consigue que el/la paciente pueda expresar sus modelos internos de relación con el afuera como formas de interacción basadas en estructuras de personalidad que aparecen y se aclaran en la interrelación (Rojas-Bermúdez, 2017).

4.4. Soliloquios.

Esta técnica (Rojas-Bermúdez, 2017), que completa a las anteriores, se puede emplear tanto para imagen como para dramatización. Consiste en que el/la protagonista exprese, por iniciativa propia o a petición de la persona que dirige, lo que piensa y siente en ese momento desde la postura o el rol que ocupa, verbalizándolo en voz alta. Por exponer un símil, es como si se realizase un paréntesis y con eso, pudiésemos conocer su discurso interno.

4.5. Intercambio de roles.

Con esta técnica, protagonista y yo-auxiliar cambian sus roles dentro de una escena, pasando cada uno/a a interpretar el papel del otro/a. Gracias a esto, podemos ver qué visión tiene la persona protagonista de las dos partes del vínculo, objetivándose así la relación. De igual modo, esto propicia la mejor caracterización de los personajes.

5. Conclusiones.

El trabajo desde el modelo sicodramático de Rojas-Bermúdez, y su implementación en el teatro basado en la espontaneidad, nos ofrece un manera consistente y estructurada para la práctica teatral. Esta solidez y organización de su modelo, nos permite investigar en la disciplina del teatro sicodramático, presentando líneas de acción clarificadas donde priman los límites en el encuadre.

Algunas conclusiones generadas después de nuestro taller, han continuado la línea anteriormente planteada.

Se ha observado cómo los contenidos compartidos por parte del grupo, fueron más íntimos y afectivos en comparación con otros talleres de teatro donde no ha estado el uso la metodología sicodramática. El grupo manifestó cómo la claridad en el encuadre les permitió poder sentir mayor apertura para compartir sus relatos. Esto puede explicarse desde la definición implícita de los contextos. Tener claros los límites y el lugar en el que nos encontramos trabajando en cada momento, favorece que las personas que comparten sus vivencias puedan sentir mayor libertad en relación a las normas sociales establecidas en el contexto dramático. Generar espacios de posibilidad en este contexto, ayuda a los/ las protagonistas a probar distintas maneras de acción. Esto fomenta experiencias de cambio y tomas de conciencia de lo compartido en las personas participantes.

Igualmente, el trabajo con las tres etapas de la sesión sicodramática ha facilitado la emergencia de material por parte de las personas asistentes. Por un lado, el caldeamiento verbal realizado por la dirección, y por el otro, los caldeamientos corporales inespecífico y

específico, efectuados por la unidad funcional, se presenta como imprescindible para que el sí mismo psicológico pueda contraerse, favoreciendo con esto la aparición de los roles.

También se ha distinguido cómo la técnica de construcción de imágenes proporciona una ayuda importante a la concretización y representación de las historias, siendo más fácil para las personas que narran clarificarse en determinadas circunstancias. El poder observar desde fuera el contenido explícito de su propio material, ayuda a elaborar el material presentado.

Todo esto nos anima y motiva a continuar esta línea de trabajo e investigación, convirtiendo el modelo sicodramático de Rojas-Bermúdez, y sus técnicas, en el centro de la función teatral.

REFERENCIAS

- Rojas-Bermúdez, J.G. (1997). *Teoría y técnica sicodramáticas*. Paidós. Barcelona. (2017) Punto Rojo. Sevilla.

BIBLIOGRAFÍA

- Boal, A. (2009). *Teatro del oprimido*. Alba Editorial. Barcelona.
- Fernández Espinosa, A.M. (2018). *Teatro playback: historias que nos conectan*. Editorial Octaedro. Barcelona.
- Moreno, J.L (1977). *El Teatro de la Espontaneidad*. Editorial Vancu. Buenos Aires.
- Rojas-Bermúdez, J. y Moyano, G. (2012). *Teoría y técnica de las imágenes sicodramáticas*. En Rojas-Bermúdez, J. G.; Corts, J.M.; Domínguez Rivera, C.; Fonseca Fábregas, L.E.; González Cuesta, M.C.; Mercader Laríos, C.; Moyano, G. Y Rey Pousada, R. (2012). *Actualizaciones en Sicodrama. Imagen y acción en la teoría y la práctica*. Rutis-Culleredo, A Coruña: Espiral Maior.
- Rojas-Bermúdez, J. G. (1968). *La sesión en Psicodrama*. Cuadernos de Psicoterapia, volumen III, nº1. Ediciones Genitor. Buenos Aires.
- Rojas-Bermúdez, J. G. (1984). *¿Qué es el Psicodrama?*. Ediciones Genitor. Buenos Aires.
- Rojas-Bermúdez, J.G. (1997). *Teoría y técnica sicodramáticas*. Paidós. Barcelona. (2017) Punto Rojo. Sevilla.