

LA HOJA DE PSICODRAMA

Nº 79 - OCTUBRE 2024

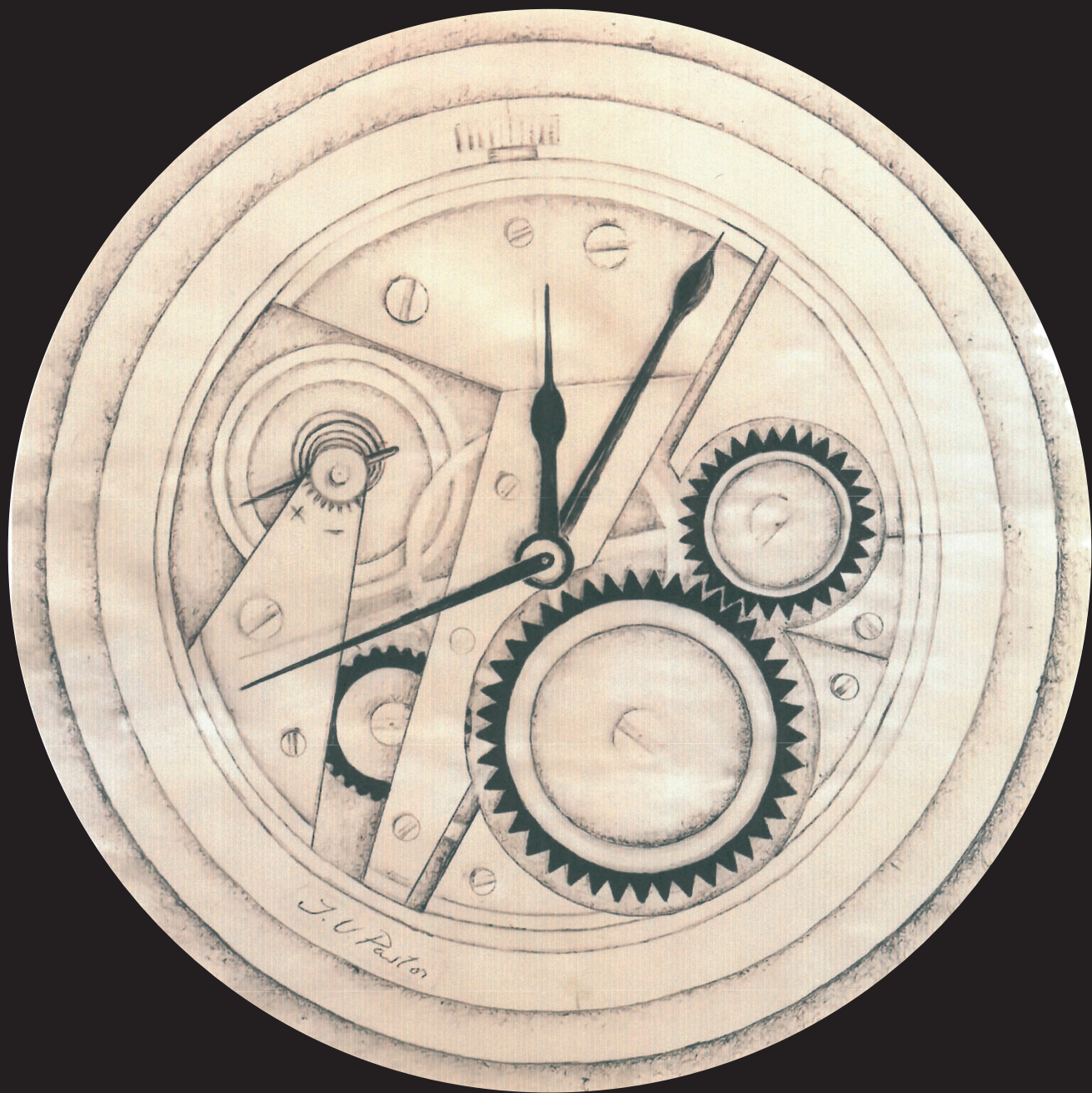


Ilustración: Joaquín Velasco Pastor

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE ARTÍCULOS

La extensión del artículo no debería exceder de 10 folios, en formato Din A4, mecanografiados en Times New Roman o similar, cuerpo 12, interlineado de 1,5 líneas, blanco de párrafo 6 puntos posterior.

Título del artículo: Subjetivo

Subtítulo: Explica en breves palabras de forma objetiva el contenido del artículo, p.e.: "Reflexiones sobre la función del yo-auxiliar". Nombre y fotografía del autor/autora (con nota a pie de documento, indicando su actividad y vinculación institucional).

Resumen del artículo destacando lo más importante en él (de tres a diez líneas aproximadamente, al menos en el idioma del autor y si es posible en español e inglés).

Palabras claves en español e inglés. Declaración de que el artículo es original y no se ha publicado en otras revistas.

Cuerpo del artículo: Separado en apartados con pequeños títulos (dos o tres palabras en negrita) al inicio de cada uno de ellos. Para referencias de obras y autores, citas, bibliografía, uso de cursivas y comillas sígase rigurosamente lo estipulado por el manual de normas A.P.A.

<https://normas-apa.org/wp-content/uploads/Guia-Normas-APA-7ma-edicion.pdf>

Los artículos serán originales y revisados para su aprobación por evaluadores externos a los que se les enviará el artículo sin nombre o referencia del autor/a.

Por último los artículos y la comunicación de la recepción y aceptación de los mismos se hará por la dirección de la revista a través del correo prensa@aepsicodrama.es

*Edición de La Hoja de Psicodrama:
Concha Mercader*

Publicada por: A.E.P. (Fundada en 1984). Miembro de la Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupos (I.A.G.P.)

Editora de la Revista/Editor-in-chief:
Concha Mercader

Coeditor:
Juan Madrid Gutiérrez

Comité editorial:

Alejandro Jiliberto, España
Amelia Coppel, España
Ana Fernández, España
Ángela de la Hoz Martínez, España
Antonio Caballero, España
Belén Hernández Zoido, España
Concha Mercader, España
Damian Kaplan, Argentina

Enrique Negueruela Azarola, España
Enrique Saracho, España
Esperanza Carballada, España
Irene Henche, España
Isabel Calvo, España
José Antonio Espina, España
Laura Galeán, España
Luciano Gamez, Brasil
Lúcio Ferracini, Brasil

Manuel Falcón, España
Maria Dolores Lanzarote, España
Marian Becerro, España
Neide Feijó, Portugal
Pedro Torres, Chile
Rafael Pérez, México
Valéria Sousa-Gomes, Portugal

Diseño y maquetación: Juan José Maroto

Dirección Secretaría Técnica:

Asesoría Ortún, SLU • Calle El Mazo, 12 – bajo • 26200 Haro
secretaria.tecnica@aepsicodrama.es
Depósito Legal: M-25707 - 2011 ISSN: 2174-4238
ISSN de la revista electrónica: ISSN: 2605-2067

2 Editorial*Concha Mercader***3 Carta de Presidencia***Ana Fernández Espinosa***A FONDO****7 Categorización de los momentos de intervención en Psicodrama Bipersonal***Teodoro Herranz***13 Intervención en psicodrama corporal a través de vídeos: un enfoque híbrido online y offline (Parte II)
Caso Bastien: Desarrollo de la experiencia***Gastón Auguste, Mónica Lombardo Cueto, Kha Villanueva***EXPERIENCIAS****37 Betty Friedan y Kate Millet. Dos vidas. Dos miradas del feminismo***Gurutze Olaizola Larrañaga***43 Teatro Sicodramático como nueva herramienta para el entrenamiento del rol de el/la sicodramatista***Sara González Santos***50 Comunicación: Reinventando el rol profesional como “profesora honorífica colaboradora”***Ana Fernández***62 Violencia y psicodrama***Teresa Ortegón***CONGRESOS****69 RESUMEN - CONGRESO SANTANDER**

EDITORIAL



Concha Mercader
Editora

Psicóloga Sanitaria US,
psicoterapeuta acreditada por
FEAP y EFPA. Directora,
Docente y supervisora
acreditada de la escuela de
sicodrama, sociodrama y
sicodanza "Concha Mercader".
Experta en criminología UHU,
Master en Psicología clínica,
legal y forense CM. Experta en
Neuropsicología forense COP.
Diplomada en Neurociencia y
salud mental UAI.

Con el número 79, celebro el cierre de mi primer año como editora, un viaje lleno de aprendizajes y momentos intensos. Quiero aprovechar esta oportunidad para despedir a Juan Madrid, quien ha sido un gran compañero en esta aventura, y dar la bienvenida a Mar Trillo, quien se unirá como coeditora en 2025.

En este número, hemos incluido artículos que abordan temas de gran relevancia en nuestro contexto histórico y social actual, desde una perspectiva psicodramática. exploramos cuestiones como la violencia, el feminismo y el rol de las personas en edad de jubilación. Además, destacamos la creciente importancia de la investigación en psicodrama con un artículo dedicado a este tema.

No podemos pasar por alto la conexión entre las artes escénicas y el psicodrama, así como la incorporación de la tecnología en nuestra metodología, que nos permite explorar nuevas formas de trabajar el psicodrama de manera online.

¡Espero que disfruten de esta edición!

Desde la PRESIDENCIA

A propósito de los símbolos de nuestra identidad como AEP



**Ana Fernández
Espinosa**
Presidencia AEP

Después del encuentro del XXXVIII Congreso de la AEP que tuvimos en Santander en octubre, del que guardo muy grato recuerdo, y en el que el Comité organizador nos recibió y atendió como magníficos/as anfitriones, me reseteeé cuando y como pude, de tantas sensaciones y emociones, para retomar mi actual rol y sus obligaciones que asumo.

En este rol, acompañé al finalizar el taller de cierre, a la coordinadora general y a la coordinadora local en la entrega del “testigo”, ya habitual, a los siguientes coordinadores generales del XXXIX congreso AEP, que a la vez será 15 Iberoamericano de Psicodrama.

Este testigo se utiliza desde hace unos años, como un símbolo adquirido en el XXXIII congreso AEP celebrado en Granada en 2018. Se entrega por parte de cada Comité organizador “saliente” al nuevo Comité “entrante”. Ya es un símbolo que reconocemos en la asociación, ya tiene su lugar, forma parte de nuestro ritual de paso o transición de un Comité al siguiente, simbolizando algo que finalizó y da paso a lo nuevo, con un sentido integrador de lo que puede movilizar esta experiencia en lo individual, en lo grupal y en lo asociativo en esta transición de equipos, roles y tareas.

Esta observación, me hizo preguntarme por los símbolos colectivos que hemos utilizado como AEP hasta este momento. Comencé a hacer una búsqueda: en mi memoria, a través de alguna conversación telefónica, y sobre todo revisando la sección de nuestra web “La revista”, en la que actualmente están incorporados los números antiguos de La Hoja de Psicodrama (desde enero-febrero de 1994, lo que me hizo revivir y reconocer la importancia y el valor del tiempo y del cuidado dedicado por la Vocal de Comunicación - Carina Sampó - en colaboración con Marisol Filgueira, al escanear estos documentos antiguos, que ahora yo pude consultar cómodamente).

Como soy una socia muy veterana, recuerdo cuando usábamos el símbolo creado por Pablo Población, **que se aprobó en el año 2000**, habiendo sido convocado en su diseño en 1999 (La Hoja nº 29). Es un dibujo lineal y sencillo de unas figuras que se toman de las manos, dentro de un círculo, representando el encuentro (puede verse la imagen). Gracias Elisa por tu colaboración.



En el primer número en el que aparece (1^{er} trimestre del año 2003) está situado al final de la publicación. Tiempo después va ganando protagonismo, y aparece como “marca de agua” en la 2^a página, hasta colocarse en la portada el n° 49 en (año 2004), como el logo oficial de la asociación ... Anteriormente también se usó en noviembre de 2002 en Sigüenza (Guadalajara), después en el XIX congreso de Salamanca, y a partir de 2003 en las reuniones nacionales de la AEP (que ahora denominamos congresos, por razones administrativas).

Esta época a la que me refiero en relación al primer logo de la asociación trajo profundos cambios (organizativos, estructurales, relacionales, estatutarios, etc.), y supuso una importante crisis que se exploró grupalmente en la reunión de la AEP de Sigüenza (2002), con la intervención de Jorge Burmeister. En la revista n° 41 (1^{er} trimestre de 2003), el Presidente refiere en su editorial la “nueva etapa de La Hoja de Psicodrama”, que se correspondía con una nueva etapa asociativa. Durante un tiempo después, se seguiría hablando del “espíritu de Sigüenza”, como aquella actitud de transformación individual y grupal, necesaria para la supervivencia de la AEP. Recomendando ver los números publicados referidos a aquellos años, en los que se promovieron muchos cambios en la AEP.



Posteriormente, con las modificaciones sucesivas de nuestra nueva web, que pretendían mejorar nuestra imagen pública, la Vocal de prensa (Pilar Arconada) promovió la adquisición de un nuevo logo (que realizó un diseñador gráfico), y se incorporó la actual imagen, que refleja una maraña que se desenreda y da lugar a una flor, a algo bello (un simbolismo fácil de explicar). **En la asamblea de junio de 2007 se aprobó** su incorporación. Sigue vigente su uso actualmente.



Años después, en la clausura del **XXXIII congreso AEP de Granada en 2018**, promovido por Natacha Navarro, se incorporó un nuevo objeto, que se entrega en el traspaso del rol del Comité organizador saliente al entrante, como un testigo material y metafórico que da continuidad a la colaboración consecutiva de unos y otros equipos en nuestra vida asociativa.

Como al comenzar a escribir este texto quise conocer su origen, empecé buscando sin éxito alguna explicación con Google (gesto muy frecuente actualmente, en la búsqueda de respuestas...) Después recurrí a preguntar a algunas personas que los utilizan, como símbolos de sus centros de Psicodrama (gracias, Natacha, Rafael), y también escribí algunos emails. Sí tuve suerte en mi búsqueda, y recibí algunas respuestas suficientemente satisfactorias.

Sergio Guimaraes, me aportó mucha información, lo que le agradezco sinceramente. Citó un libro de Zerka Moreno “*To Dream Again - A Memoir*” (el texto está en las páginas 504-505, publicado en 2012 por Mental Health Resources, Catskill, New York). Me explicó que: “la idea de Moreno del significativo ‘Encuentro’ está simbolizada

en su diseño, que ha sido aceptado de forma global en la comunidad internacional de Psicodrama. Moreno publicó varios de sus libros alemanes de forma anónima, pero todos bajo el título general *Einladung zu Einer Begegnung*. La publicación de 1914 describía que no bastaba con leer un libro, sino que el lector debía encontrarse físicamente con el autor, para establecer una relación antes de hablar sobre el libro. A falta de un encuentro cara a cara, el lector debía tratar el libro como un medio para encontrarse con la psique del autor. El símbolo del encuentro se colocó primero verticalmente, y luego se convirtió en horizontal. Moreno también ideó un ‘Saludo del Encuentro’ en Viena. Consiste en levantar los brazos por encima de la cabeza, cruzando las muñecas. Así, el grupo de sus seguidores podía reconocerse en las calles. Lo he presentado a grupos en varios países para que sepan instantáneamente con quién conectarse, donde sea que se encuentren. Este símbolo también muestra un espacio en el centro; esa es la zona del encuentro, el ‘espacio intermedio’. A veces me pregunto si se inspiró en el símbolo del pez con el que los primeros cristianos se saludaban en silencio. Sin embargo, el saludo de encuentro se realiza en acción, con el cuerpo. Cuando se presenta en grupos y pregunto cómo se sienten las personas, las respuestas varían: algunas personas se sienten desprotegidas y vulnerables, otras se sienten ampliadas y también abiertas, pero no amenazadas y atentas a lo que está entre medio”. El símbolo también representa la comprensión de Moreno de lo que él describió como universos paralelos, el primero y el segundo universo. El primer universo no tiene forma; es de donde venimos y a donde regresaremos. El segundo universo es tiempo, espacio, lugar, forma. La intersección de los dos es donde el método psicodramático puede traer un protagonista. Es allí donde la energía informe de la espontaneidad-creatividad se encuentra en el cuerpo, en la psique, expresada como creatividad. Esto es similar a lo que los psíquicos cuánticos describen como el campo unificado”.

Otra persona, Deniz Altanay, me aportó también más información, muy amablemente: “Hasta donde yo sé, el símbolo del psicodrama (dos semicírculos que se entrecruzan) es una figura significativa que representa sus elementos centrales y la filosofía del psicodrama. Generalmente se relaciona con la unidad y representa el primer universo y el segundo universo. Existen algunos documentos sobre las fuentes de este símbolo. También podemos decir que representa:

- Integridad personal y armonía espiritual (la figura en el símbolo representa la armonía interior de una persona y la búsqueda del equilibrio).
- Autoexpresión y experiencia: la ubicación central de la figura significa que el psicodrama apoya el proceso de expresión de los roles y la identidad de uno.
- Conexión e interacción: el símbolo también refleja las interacciones sociales dentro del grupo y la conexión con la comunidad.
- Creatividad y sanación: el concepto de espontaneidad creativa de Moreno está incrustado en el símbolo del psicodrama.
- Equilibrio entre el yo y la sociedad: la figura del símbolo del psicodrama también representa la necesidad de que los individuos equilibren su existencia interior con sus roles sociales.

Por lo tanto, este símbolo del psicodrama encarna la integridad personal, la expresión creativa, la conexión social y la exploración interior, y encapsula el propósito y la función del psicodrama a través del lenguaje visual”.

Pues bien, esta descripción se la ofrezco especialmente a todas las/los socias y socios que se han incorporado en estos últimos años a la AEP (entradas que se mantienen al alza -este año han sido 12 personas-), que ya tiene una historia de 40 años, como una línea del tiempo, una aproximación a la representación gráfica de una secuencia cronológica de algunos eventos de nuestra comunidad, que forman parte de un proceso de crecimiento y desarrollo asociativo colectivo, en el que estamos inmersos/as.

Queremos teneros presentes, abriendo el espacio para que nuestras dinámicas aprendidas se flexibilicen y os faciliten la integración a las personas nuevas, porque todos y todas somos necesarios/as en esta creación asociativa colectiva.

Os esperamos en la próxima Asamblea extraordinaria online, el día 17 de diciembre, para votar la renovación de la Vocalía de Formación. Junto con el Comité de Formación, están haciendo una labor muy importante (con reuniones periódicas desde hace varios meses), tanto en la revisión y actualización del programa de formación en Psicodrama en la adquisición de la competencia como “Director Psicodramático (Psicoterapeuta de grupo)”, así como también en el diseño de un nuevo programa formativo como “Psicodramatista en ámbitos social, educativo, comunitario, organizacional”, y en una nueva propuesta como “Psicodramatista online en ámbitos social, educativo, comunitario, organizacional”. Se votarán también estas propuestas.

Por lo demás, quiero destacar el buen ritmo que lleva el proceso de organización del XXXIX congreso AEP y 15 congreso Iberoamericano de Psicodrama de 2025 (así como el respaldo recibido en la anterior asamblea ordinaria, a la propuesta de XL congreso, a celebrarse en Estella -Navarra- en 2026). Pero no nos confiemos... es importante presentar ya propuestas de trabajo, así como inscribirse para facilitar el intenso y continuado trabajo de la organización.

Os animamos también a participar en la ruta formativa sobre “Cómo investigar en Psicodrama” (sesiones de diciembre, febrero y abril de 2025), en los grupos de encuentro online (se realizará un nuevo grupo en enero de 2025), y en los grupos de co-construcción colaborativos que ya funcionan con anterioridad, o que se pueden crear (atendiendo a vuestra demanda e implicación, que estamos abiertos a recoger y desarrollar desde la Junta directiva).

Finalizo recordando la definición del símbolo del psicodrama ofrecida por Deniz Altanay, deseando que nos siga inspirando a encarnar la integridad personal, la armonía espiritual, la expresión creativa, la conexión social y la exploración interior, encapsulando el propósito y la función del psicodrama con este objeto, que nos recuerde el sentido y el valor del encuentro.

CATEGORIZACIÓN DE LOS MOMENTOS DE INTERVENCIÓN EN PSICODRAMA BIPERSONAL

Teodoro Herranz Castillo¹, Aida Cantos Restrepo², Caridad Carrascosa Salmoral³, Zayda Domínguez Huerta⁴, Lorena Silva Balaguera⁵, Eva Lorenzo Magariño⁶, María Rodríguez Carbajal⁷, Javier Parra Montañés⁸, María Peña Campos de España Jara⁹, Gemma López Matínez¹⁰, Carina Valle Orero¹¹, Danilo Moggia Narváez¹² Ignacio Serván García¹³ ¹Asociación para el Estudio de la Psicoterapia y el Psicodrama (AEPP), Madrid, ^{2 3 4 5 6 7 8 9 10 11} AEPP, ¹² Universitat Trier, ¹³ AEPP. CEPA: Centro Especializado en Psicoterapia y Apego.

teopsicodrama@gmail.com¹, aidacantos@gmail.com², ccsalmoral@gmail.com³, zaydadh@gmail.com⁴, lorepsi@hotmail.com⁵, evalorenzo00@gmail.com⁶, psimariacopm@gmail.com⁷, javierparramont@gmail.com⁸, maripe33@gmail.com⁹, gemma.lopezm@hotmail.com¹⁰, valleorero@hotmail.com¹¹, danilomoggia@gmail.com¹², nservan@gmail.com¹³



Teodoro Herranz Castillo

Investigador Principal:
Teodoro Herranz
Castillo. Psicodramatista,
Miembro y Ex -
presidente. de la A.E.P

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo avanzar en la sistematización del trabajo psicoterapéutico en la práctica del Psicodrama Bipersonal (Herranz, 1999; 2004), explorando desde la práctica hacia la teoría. Para ello se utiliza metodología cualitativa, especialmente el análisis de tareas en sesión (Greenberg, 2007). Concluida la primera fase de la investigación, se presentan los resultados relativos a la categorización y especificación de los momentos de intervención en los que se utilizan técnicas activas propias de la aproximación psicodramática.

PALABRAS CLAVE:

Psicodrama, Investigación cualitativa, Análisis de tareas, Proceso de cambio, eventos significativos en psicoterapia

ABSTRACT

This research aims to advance in the systematization of psychotherapeutic work in the practice of Two-people Psychodrama (Herranz, 1999; 2004), exploring from practice to theory. Qualitative methodology is used, especially in-session task analysis (Greenberg, 2007). Once the first phase of the research is completed, the results presented would be those related to the categorization and specification of the moments of intervention in which active techniques, typical of the psychodramatic approach, are used.

KEY WORDS:

Psychodrama, Qualitative research, Task analysis, Change Process, Significant Events in Psychotherapy



CATEGORIZACIÓN
DE LOS MOMENTOS
DE INTERVENCIÓN
EN PSICODRAMA
BIPERSONAL
Herranz Castillo, T.

Fecha de recepción: 17/09/2024.
Fecha de aprobación: 10/12/2024.
LA HOJA DE PSICODRAMA
Nº 79 (7-12)

Dentro de los cuatro grandes enfoques en psicoterapia (Fernández-Álvarez, 2020), las terapias humanistas, entre las que se encuentra el psicodrama (Moreno, 1961), han sido las que tradicionalmente han mostrado una menor predisposición hacia la investigación empírica y la constatación de su efectividad (Elliott y cols., 2021). El psicodrama de dos, apenas es citado por Moreno y, cuando lo hace, como nos dice Cukier (1992) lo hace de una forma peyorativa. Renombrado por Bustos (1985) como psicodrama bipersonal, le da un lugar de reconocimiento en el ámbito psicodramático y clínico. Desarrollado por Herranz (1999,2004), supone un marco óptimo para llevar a cabo este estudio en el ámbito psicodramático, dada la posibilidad de ejercer un mayor control de las variables intervinientes al conducirse en un formato diádico.

Antecedentes

El psicodrama está desde su origen unido a la idea de espontaneidad y representación. Nos cuenta Ramírez, J. A. (1997) que cerca del teatro de la Opera de Viena, entre los años 1921 a 1923, un grupo de actores que trabajaban con Moreno representaban con espontaneidad y sin ensayo temas sugeridos por el público presente. El modo de transmitirlo habitual era la descripción de casos clínicos y el beneficio que aportaba a los participantes su participación en las sesiones de psicodrama.

En el año 1952, de la mano de Eysenck, se introduce la idea de la eficacia en psicoterapia, no como algo que se puede evidenciar por los resultados observados después de una intervención, sino como unos resultados que han tenido que atravesar los criterios de control necesarios para poder afirmar que se deben al modelo utilizado y no a cualquier otra razón, variable o sesgo que el terapeuta haya pasado por alto.

Justificación

Desde entonces, confiar en la explicación que un terapeuta realiza de su modo de intervención y a la que atribuye validez no deja de ser su modo de compartir lo que conoce, de su modo de conocer y de intervenir, pero ¿se corresponde con lo que sucede?

Nos propusimos generar una línea de investigación sobre los diferentes procesos que aparecen en psicodrama bipersonal por diferentes razones. Por un lado, posibilitar la operativización y sistematizar el trabajo a través de categorías que permitan analizar qué ocurre en cada sesión y cómo se produce el efecto terapéutico en el paciente; estudiar qué técnicas psicodramáticas utilizamos para cada categoría, así como la efectividad de las mismas, pudiendo así analizar y mejorar cada una de nuestras intervenciones. Esto también posibilitará el poder generar un lenguaje común con otros psicodramatistas y así analizar conjuntamente nuestro trabajo aunando diferentes puntos de vista. Por otro lado, detectamos también la escasez de bibliografía existente en relación con la eficacia del modelo psicodramático, una carencia que pretendemos colaborar a subsanar.

Objetivos

El objetivo específico de este primer estadio es identificar y categorizar los momentos significativos en las sesiones de psicoterapia, en los que el profesional decide iniciar un

trabajo específico, en nuestro caso utilizando técnicas activas propias de la orientación psicodramática

En futuras investigaciones se operativizarán los caminos y secuencias técnicas de intervención para cada tipo de momento crítico, así como se evaluará la utilidad de la intervención en la resolución del evento significativo activado en sesión.

Método

Las dos principales tendencias emergentes en la investigación de procesos de psicoterapia son “enfocarse en el microanálisis de pequeñas secuencias que ejemplifican el cambio de clientes” y el “análisis detallado de las interacciones consultante-terapeuta que encapsulan eventos terapéuticos relevantes dentro del contexto clínico” (Horvath, 2016, p. 226). Este tipo de investigación parte de la investigación de tipo cualitativo (Corbella, 2004; Knox y Lutz, 2014), una metodología que avanza desde el análisis de la práctica real en sesión hacia la depuración de las intervenciones eficaces. En este ámbito, el análisis de tareas (Greenberg, 2007; Pascual Leone y cols., 2009; Benítez Ortega y Garrido Fernández, 2015) es el armazón en el que se basa la presente investigación.

Participantes

Catorce psicoterapeutas de ambos sexos, con un rango de experiencia en la práctica del psicodrama bipersonal de entre los cinco y los cuarenta años, acreditados por la Asociación para el Estudio de la Psicoterapia y el Psicodrama, se constituyeron como Grupo de Investigación en Psicodrama bipersonal Dalmiro Bustos Madrid, desde la gratitud hacia Dalmiro, que nos lo permitió y al que honró que este grupo tuviera su nombre.

Materiales

Como punto de partida, se pide a los participantes que lleven a cabo un registro no estructurado de los momentos en que utilicen técnicas activas en las sesiones de psicoterapia bipersonal, en el que registren su trabajo tratando de responder a estas tres cuestiones:

- Cuándo lo hago (identificación del momento de intervención)
- Qué hago (esquemización de los objetivos y secuencia de intervención)
- Cómo lo hago (monitorización detallada del proceso)

En sucesivas reuniones se delinea un esquema de un **modelo general de intervención con técnicas activas en sesión y se elabora una ficha de recogida de información que incluye la siguiente información.**

- Datos de filiación codificados y motivo de consulta
- Descripción de los aspectos de proceso:

o Indicadores en el paciente que llevan al terapeuta a decidirse por el uso de una técnica activa.

- o Objetivo perseguido por el terapeuta con su intervención
- o Grado de resolución del conflicto o medida en que los objetivos se han logrado
- Técnicas psicodramáticas utilizadas
- Descripción narrativa de la secuencia de intervención

Procedimiento

Dada la complejidad de las intervenciones psicodramáticas, que no se limitan al esquema evento intrasesión-técnica-resolución, sino que incluye una secuencia en la que se articulan varias técnicas de modo flexible, elegimos un modelo basado en marcadores. Esta línea de conceptualización está en la base de grandes desarrollos sobre la intervención en psicoterapia y los procesos de cambio como la Terapia Focalizada en Emociones (Greenberg, 2004), la intervención sobre rupturas y reparaciones en la alianza (Eubanks-Carter y cols. 2015), los momentos de innovación (Gonçalves y cols. 2011) y la asimilación de experiencias problemáticas (Stiles y cols., 1990).

Podemos entender como un marcador cualquier evento identificable en el paciente o el terapeuta que señale la presencia de la activación en sesión de un conflicto a partir del cual el terapeuta puede poner en marcha una intervención, en nuestro caso intervenciones que suponen el despliegue de una escena psicodramática.

Se establece, así, un subgrupo de cuatro especialistas con más experiencia que se centrarán en el análisis y categorización de la información aportada por las fichas de recogida de datos, y se designa como auditor al supervisor en metodología, debido a su experiencia en investigación de procesos en psicoterapia y a su falta de vinculación con el día a día del grupo de investigación. Al ser una investigación cualitativa, la cantidad de datos recogidos no está predeterminada, sino que debe recogerse información hasta que se sature la información y los nuevos registros no aporten información relevante según la metodología señalada. En nuestra experiencia, este punto se acuerda cuando se alcanza una cuota de aproximadamente cien fichas de secuencias de intervención.

Se crea, a partir de esta información, una guía preliminar de categorías que aúnan momentos de intervención asociados a bloqueos en la exploración y el procesamiento experiencial. Esta guía define cada tipo de conflicto, explicita los marcadores propios de cada uno y detalla la toma de decisiones cuando surgen dudas entre dos categorías diferentes. En este punto el trabajo se desdobra: por una parte, los miembros del subgrupo recodifican individualmente las cien fichas con las categorías obtenidas para evaluar el grado de fiabilidad inter jueces como indicador tentativo de la utilidad del sistema de clasificación aplicamos la Kappa de Feiss que evalúa el grado de concordancia entre tres o más calificadores.

Tras este proceso recursivo de discusión y depuración en ambos grupos, el resultado es una guía operativa, relativamente sencilla y manualizada para la codificación.

Resultados

Se parte de la idea nuclear de que las técnicas activas se utilizan especialmente para facilitar el procesamiento experiencial por la díada terapéutica en los momentos en que este se puede ver amenazado. A continuación, en la tabla 1 se exponen las categorías preliminares que tratan de describir esos momentos de intervención y el tipo de amenaza al procesamiento que subyace. Por otra, se insta a los miembros del grupo grande a que practiquen individualmente la codificación y anoten las dificultades que encuentren abordadas en las reuniones de grupo completo y así poder depurar el proceso y la guía de codificación.

TABLA 1 *Categorías iniciales consensuadas*

	Categoría	Nº
1	Ambivalencia	17
2	Confusión de emociones/Experiencia difusa	24
3	Emoción desbordada	15
4	Falta de conexión con la experiencia interna	5
5	Discrepancia emoción-cognición	7
6	Dificultad para ver al otro	1
7	Deseo de exploración	16
8	Experiencias no procesadas	4
9	Autocrítica-culpa-juicio	9
10	Toma de decisiones	2
	TOTAL	100

Dada la escasa frecuencia de las categorías **“Dificultad para ver al otro”** y **“Toma de decisiones”**, se decide eliminarlas y subsumir las fichas correspondientes en otras categorías, según los siguientes criterios (tabla 2), para hacer más operativo el sistema de clasificación:

TABLA 2 *Categorías subsumidas por otras*

Categorías descartadas		Categorías definitivas
Dificultad para ver al otro	Por falta de conexión empática	Falta de conexión experiencia interna
	Confusión de emociones/Experiencia difusa	Emoción desbordada
Toma de decisiones	Duda entre dos alternativas	Ambivalencia
	Exploración más abierta	Deseo de exploración

Discusión

Como se ha descrito, el presente trabajo está orientado a categorizar los momentos de intervención con técnicas activas en la psicoterapia psicodramática bipersonal. Se han identificado y descrito operativamente ocho categorías de situaciones en sesión en las que el uso de técnicas de acción está indicado para potenciar el procesamiento experiencial. Se ha desarrollado una guía de codificación para ayudar al clínico a elegir la intervención más adecuada al tipo específico de dificultad de procesamiento, y se han sentado las bases para futuras investigaciones dirigidas a operativizar y sistematizar las secuencias de intervención efectivas.

REFERENCIAS

- Álvarez, H. F. (2020). La psicoterapia en su laberinto. *Revista de psicoterapia*, 31(116), 5-28.
- Bustos, D. M. (1985). Nuevos rumbos en Psicoterapia Psicodramática: individual, parejas y grupo en función social. La Plata: Momento.
- Corbella, S. (2004). *Investigación en psicoterapia: proceso, resultado y factores comunes*. Vision Libros.
- Cukier, R. (1992). Psicodrama bipessoal: sua técnica, seu terapeuta, e seu paciente. Editora Ágora.
- Eubanks-Carter, C., Muran, J. C. y Safran, J. D. (2015). Alliance-focused training. *Psychotherapy*, 52(2), 169–173.
- Elliott, R., Watson, J., Timulak, L., & Sharbanee, J. (2021). Research on humanistic-experiential psychotherapies: Updated review. *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change*, 421-467.
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion–focused therapy. 11(1), 3-16.
- Greenberg, L. S. (2007). A guide to conducting a task analysis of psychotherapeutic change. *Psychotherapy Research*, 17(1), 15-30.
- Herranz, T. (1999). Psicoterapia psicodramática individual. Desclée De Brouwer.
- Herranz, T. (2000). Integrações: Psicoterapia psicodramatica individual e Bipessoal. Sao Paulo, Brasil: Agora.
- Herranz, T. (2004). Psicodrama clínico: teoría y técnica. Ediciones de las ciencias sociales.
- Horvath, A. O. (2016). Emerging trends in psychotherapy process research. *Studies in psychology*, 37(2-3), 226-259.
- Knox, S., & Lutz, W. (2014). *Quantitative and qualitative methods in psychotherapy research*. Routledge.
- Moreno, J.L. (1996). Psicoterapia de grupo y psicodrama, Fondo de Cultura Economica.
- Ortega, J. L. B. y Fernández, M. G. (2015). Revisión de la investigación de eventos significativos en psicoterapia mediante análisis de tareas. *Revista de psicoterapia*, 26(100), 163-188.
- Pascual-Leone, A., Greenberg, L. S. y Pascual-Leone, J. (2009). Developments in task analysis: New methods to study change. *Psychotherapy Research*, 19(4-5), 527-542.
- Ramirez, J. A. (1997). Psicodrama: Teoría y Práctica, Desclée De Brouwer.
- Stiles, W. B., Elliott, R., Llewelyn, S. P., Firth-Cozens, J. A., Margison, F. R., Shapiro, D. A. y Hardy, G. (1990). Assimilation of problematic experiences by clients in psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27(3), 411

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 preconscientes 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.

BETTY FRIEDMAN Y KATE MILLET. DOS VIDAS. DOS MIRADAS DEL FEMINISMO



**Gurutze Olaizola
Larrañaga**

Psicóloga. Sexóloga.
Grupoanalista.
Psicodramatista. Trabaja
en clínica privada en
enquadre individual y
grupal.

RESUMEN

El recorrido personal tiene una gran influencia en como vemos el mundo que nos rodea, e inexorablemente, en como interpretamos los acontecimientos que vivimos. Dos mujeres, coetáneas, influyentes dentro del movimiento feminista, que remaron juntas pero con dos miradas distintas a la hora de ver la cuestión de las mujeres. Donde Friedan, aboga por trabajar por la *igualdad*. Millet, resalta la necesidad de liberar a la mujer. Si la primera favorece el encuentro entre los sexos, la segunda, la dificulta.

Un pequeño recorrido de sus vidas, a partir de sus propias autobiografías, nos permiten entender sus diferencias teóricas a la hora de explicar la situación de la mujer. Betty Friedan, en su libro, *“Mi vida hasta ahora”* (2003), Y Kate Millet en, *“Viaje al manicomio”* (2022).

Psicodramáticamente, esta comunicación sobre intervención, abre la mirada, ya que tener presente las dos perspectivas puede ayudar a la directora a la hora de formularse unas hipótesis, entender y ver lo que puede estar pasando en la escena y llegar a otro nivel de profundidad en los doblajes.

Me parece también importante porque puede abrir puertas a la hora de plantear futuros talleres.

PALABRAS CLAVE: Betty Friedan, Kate Millet, Feminismo, Igualdad, Liberación

ABSTRACT

Personal experiences greatly influence how we perceive the world around us and, inevitably, how we interpret the events we live through. Two contemporary women, influential within the feminist movement, rowed together but held different views on women's issues. While Friedan advocates for working towards equality, Millet emphasizes the need to liberate women. The former promotes the meeting between the sexes, whereas the latter complicates it. A brief exploration of their lives, based on their autobiographies, allows us to understand their theoretical differences in explaining the situation of women. Betty Friedan, in her book *“My Life So Far”* (2003), and Kate Millet in *“Journey to the Asylum”* (2022). Psychodramatically, this communication about intervention broadens the perspective, as considering both viewpoints can assist the director in formulating hypotheses, understanding, and seeing what may be happening in the scene, leading to a deeper level of insight in the enactments. I also find it important because it can open doors for proposing future workshops.

KEY WORDS: Betty Friedan, Kate Millet, Feminism, Equality, Liberation



BETTY FRIEDMAN Y KATE MILLET. DOS
VIDAS. DOS MIRADAS FEMINISTAS
Olaizola Larrañaga, G.

Fecha de recepción: 30/06/2024.
Fecha de aprobación: 17/12/2024

LA HOJA DE PSICODRAMA Nº 79 (37-42)

Introducción

El recorrido personal tiene una gran influencia en como vemos el mundo que nos rodea, e inexorablemente, en como interpretamos los acontecimientos que vivimos.

Quiero contrastar dos enfoques diferentes de entender la causa de la mujer. Voy a hablar de dos mujeres que han sido importantes y han marcado en la historia su modo de entender la relación entre los dos sexos. Cada punto de vista trae consigo un modo de relación y encuentro entre los sexos.

Ambas fueron importantes en el feminismo norteamericano, coetáneas, que compartieron su inquietud y trabajaron por la igualdad de derechos entre ambos sexos. Las dos, incluso juntas, remaron en el mismo sentido, pero con una interpretación distinta de las razones de dichas diferencias. Betty Friedan es más moderada en sus planteamientos, mientras que Kate Millet aporta un punto de vista más radical. Aunque ambas han dejado su huella en la historia, se podría decir que ha “ganado” la corriente más radical, ya que en ella estamos imbuidas.

Un pequeño recorrido de sus vidas, a partir de sus propias autobiografías, nos permiten entender sus diferencias teóricas a la hora de explicar la situación de la mujer. Betty Friedan, en su libro, *“Mi vida hasta ahora”* (2003), Y Kate Millet en, *“Viaje al manicomio”* (2022).

Los sexos buscamos el encuentro. Hay un deseo que acude a nuestros cuerpos y anhelamos la satisfacción del mismo. Hay también una necesidad de amor, afecto, compañía, intimidad, o mera satisfacción física, que tratamos de absorber en los encuentros. Hay una realidad inapelable, como seres sexuados que somos, nos buscamos.

Betty Friedan. (Illinois, 1921- Washinton D.C.,2006) (85años)

Tomo sus palabras, *“La ideología ha de nacer de la verdad personal”* (2003).

Eran judíos. Su madre trabajaba en el periódico de la ciudad y llegó a ser directora de la página femenina. A los 20 años se casó con un joyero que le doblaba la edad y dejó de trabajar. No era feliz y el ambiente de la casa dependía del humor de ella. A veces la implicaba a ella urdiendo pequeñas conspiraciones contra su padre, que sabía le enfadarían mucho. Eso, después, la hacía sentir muy mal. Convivía con el humor cambiante de su madre y la ira de su padre que a veces volcaba hacia ella. Se prometió que de mayor trabajaría porque esa era la causa de la infelicidad de su madre.

Por suerte, encontró la lectura como vía para abstraerse de todo ello. En casa no paraba de leer y en la escuela era feliz. Le adelantaron varios cursos. Se graduó *summa cum laude* y le dieron una beca para cursar Psicología en Berkeley. Primera vez que dotaban de esa beca a una chica. Rechazó la beca y así es como lo explica:

Viví sumida en la incertidumbre y la duda durante días enteros, incapaz de pensar en otra cosa. (...), un muchacho me dijo: “ Lo nuestro nunca saldrá bien. Yo jamás ganaré una beca

como la tuya”. ¿Pensé acaso que si proseguía mis estudios, escogía irremisiblemente la fría soledad de aquella tarde? Rechacé la beca, con alivio, pero en los años siguientes fui incapaz de leer una sola palabra de la ciencia que una vez consideré como el trabajo de mi vida futura; el recuerdo de lo que había dejado me resultaba demasiado doloroso.

(Friedan, 1974:104)

Ella dice que rechazó la beca porque no sabía quien era ni lo que quería ser, pero sus palabras la contradicen. *Pienso que sintió miedo a ser ella, a seguir lo que realmente sentía por miedo a que no la quisieran, temor a quedarse sola.*

Al rechazar la beca se puso a trabajar en una agencia de noticias y haciendo un reportaje sobre una huelga en Nueva Jersey, en una fábrica prácticamente de mujeres, vio que éstas cobraba menos dinero que los hombres por el mismo trabajo. Sin ser consciente de ello empezó a fraguar su libro.

Se casó en 1947, con 26 años y tuvo tres hijas. Ella era el sostén principal de la familia. En el segundo embarazo fue despedida y su marido asumió el peso económico mientras ella se dedicaba a la casa. Hacía años le había aparecido asma, sabía que era algo psicosomático, y en este momento difícil para ella volvió a aparecer. Un médico le dijo; “¿Por qué se empeña usted en ser una simple ama de casa? ¿Acaso no se graduó suma cum laude en psicología?” (Friedan, 2003). Volvió a retomar la terapia psicoanalítica que había iniciado hacía unos años, algo que con interrupciones mantuvo a lo largo de toda su vida.

En 1963 publica su libro: “*La mística de la feminidad*”. Obtuvo un gran éxito, vendiéndose como un auténtico best seller.

Su popularidad creció, su poder adquisitivo también pero su matrimonio se deterioró más. Ella no fue capaz de marcharse ni de marcar unos límites claros y aceptó los malos tratos. Era otra vez la lucha entre dejar desarrollarse plenamente o abortar el goce personal por no aceptar la incertidumbre del camino en solitario. Aunque no real, era ese miedo a la soledad que llevaba con ella en lo más profundo, lo que le impedía permitirse volar y atreverse a ser.

Llevaba una vida intensa de viajes, movimientos sociales por los derechos de las mujeres, conferencias, entrevistas, como la que le hizo a Indira Gandhi, y sin embargo, como ella misma dice, le daba miedo el divorcio y durante años convivieron con el alcohol, la palizas, las provocaciones mutuas... una situación que sabía no era sana pero del que no era capaz de salir. Finalmente, en 1969, se divorció. Es curioso cómo lo explica; “*Muy bien, después de la conferencia me voy a París tres días yo sola. Y si soy capaz de hacerlo y no morir en el empeño, en cuanto vuelva a casa me divorcio*” (Friedan 2003). Así lo hizo.

NOW, National Organization for Women

Tal y como cuenta, Betty Friedan, el 29 de junio de 1966, en un almuerzo se decidió que el movimiento de mujeres se llamase NOW. Ella, en una servilleta de

papel escribió la primera frase de la Declaración de Principios; *“Acometer las acciones necesarias para que se incluya a las mujeres en la corriente general de la sociedad norteamericana ya, ejerciendo todos los privilegios y responsabilidades que de ella se derivan, en una asociación auténticamente igualitaria con los hombres”*. NOW empieza oficialmente el 29 de octubre de 1966, con 30 miembras. Ella era la presidenta, cargo del que dimitirá en 1970, después de haber organizado una gran manifestación que movilizó a miles de mujeres con un éxito de participación. Consiguieron que la ley de 1964, la no discriminación por razón de sexo, no cayera en saco roto que es lo que perseguía. (Friedan 2003)

Kate Millet. (Minnesota, 1934- París, 2017) (82 años)

En su libro *Viaje al Manicomio*, que es del que extraigo su vida, apenas habla de su infancia. Era la mediana de tres hermanas. Menciona a un padre bebedor que le daba azotes en el culo y que su madre echó de casa porque se relacionaba con otras mujeres. Ella estaba en la adolescencia. No le volvió a ver hasta veintiún años después. Tuvieron un pequeño encuentro en el que él apareció con un ejemplar de *Política Sexual*, debajo del brazo.

Estudió Lengua inglesa y se graduó con honores. En 1961, se trasladó a Japón para dar clases de inglés donde permaneció durante dos años, después de los cuales volvió a los Estados Unidos con el escultor Fumio Yoshimuro, con quien se casó en 1965. Estuvo casada 10 años. Paralelamente mantuvo relaciones homosexuales y una vez separada tuvo varias parejas.

En 1970, escribió *Política Sexual*. Fue su tesis doctoral y se convirtió en un verdadero best seller, que ha dejado una gran huella y tiene una enorme influencia en el feminismo del momento y actual.

En 1973, fue ingresada en un psiquiátrico por su madre, hermana mayor, Sita (pareja del momento) y Fumio. Diagnosticada de psicosis maniaca-depresiva. Estuvo ingresada pocos días y fue “liberada “ por abogados de los Derechos Civiles que estaban en contra del ingreso forzoso. Fue miembro fundadora de Network Against Psychiatric Assault (NAPA), red contra el asalto psiquiátrico (Millet, 2022).

En 1980 viajó a Irán con su pareja Sophie y es expulsada. Ese verano se compró una granja con intención de crear una comunidad de mujeres artistas. Llevó a nueve chicas a pasar el verano y ayudarla a reconstruir la granja mientras desarrollaban sus facetas artísticas. Dejó de tomar litio, poco a poco fue volviéndose más irascible y las chicas se fueron marchando. Sophie le presionaba para que volviera a tomar el medicamento y ella lo eludía por considerar que no lo necesitaba. Se fue volviendo cada vez más caótica y terminó con un segundo ingreso, en el que intervienen, su hermana menor, Sophie y Washburn, una amiga. Vuelve a tomar litio. En 1988, contacta con un grupo cercano a la antipsiquiatría y deja el litio, ya definitivamente, según ella. Retoma la granja y es un éxito. (Millet, 2022).

Kate Millet, era miembro de la delegación de NOW en Nueva York. Tomó parte activa en la gran manifestación del 26 de agosto de 1970 (Friedan 2003).

DIFERENCIAS EN EL ENFOQUE DE LA CUESTIÓN DE LAS MUJERES

BETTY FRIEDMAN	KATE MILLET
La corriente general. Refiere a una igualdad de oportunidades y derechos	Lo personal es político <i>Liberación de la mujer</i>
Orquestación social de ensalzamiento de lo femenino. Económicamente les venía bien	El amor es el opio de las mujeres
Mantenimiento de un sistema tradicional	Patriarcado. Dominio de un sexo sobre el otro
Los conflictos entre los sexos entran dentro de las relaciones humanas y son complejas	La relación entre los sexos es política porque es una relación de poder
	El mundo contra mí. El patriarcado contra mis ideas y por eso me ingresan en el Psiquiátrico

Conclusiones

Hay continuamente dos puntos de vista diferentes a la hora de entender la cuestión de las mujeres. Friedan aporta un enfoque más sosegado, de comprensión y entendimiento de los problemas entre los sexos, enmarcándolo dentro de unas relaciones complejas entre los mismos. Unas relaciones más humanas, donde la desventaja de la mujer se mezcla con el deseo en las relaciones y proyectos de vida. Así lo expresa; *“Para mí el movimiento de mujeres siempre ha tomado parte de mi profunda revolución de los roles definidos en función de sexo; no se trataba de mujeres contra hombres sino mujeres y hombres desechando los roles obsoletos establecidos en función de sexo que nos impedían ser lo que todas podíamos ser”* (Friedan, 2003, pp,258-259). (La bastardilla es mía)

Millet, es más confrontadora, para ella el hombre oprime a la mujer y hay que liberarla. Parece olvidarse de la relación de amor, de necesidad, de interdependencia entre ambas.

Arrastramos la interiorización de unos roles que marcan nuestras vidas. Hemos heredado su rabia y hablamos en un lenguaje duro con palabras como, machismo,

hembrismo, patriarcal, liberación, opresión...colocándonos más en un estado defensivo que de apertura, hacia el otro sexo

Estaría bien que pudiéramos empezar a enfocar el futuro de nuestras reivindicaciones desde el encuentro entre los sexos, desde un apoyo mutuo y menos beligerante. Somos seres sexuados, y como tales, nos buscamos y necesitamos. Salir de los prejuicios asociados al sexo nos permitirían ser más libres y poder acercarnos a las personas pudiendo trascender la representación ficticia de nuestras mentes.

...porque andando se hace el camino...

Escribo como mujer (en femenino)

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilera Sastre, J. y Lizarraga Vizcarra, I. (2021). CLARA CAMPOAMOR, DE VIVA VOZ. *ENTREVISTAS 1925-1936*. Sevilla, Editorial Renacimiento
- Beauvoir, de S. (2014). *EL SEGUNDO SEXO*. Madrid, Ediciones Cátedra
- Falcón, L. (2000). *LOS NUEVOS MITOS DEL FEMINISMO*. Madrid. *Vindicación Feminista*, Publicaciones.
- Friedan, B. (2003). *MI VIDA HASTA AHORA*. Madrid. Ediciones Cátedra
- (1983). *LA SEGUNDA FASE*. Barcelona. Plaza y Janés
- (1974). *LA MÍSTICA DE LA FEMINIDAD*. Madrid Ediciones Júcar
- Garrido Peña, J M. (2022). *MI TR.AJE DE HOMBRE. Una mirada feminista desde la masculinidad*. Barcelona. Ediciones Bellaterra.
- Millet, K. (2020). *POLÍTICA SEXUAL*. Madrid, Ediciones Cátedra, S.A.
- (2018). *SITA*. Barcelona, Ediciones Alpha Decay, S.A.
- (2022). *VIAJE AL MANICOMIO*. Barcelona, Editorial Planeta, S.A.
- Olaizola, G. (2022). *EL MIEDO: EL NUEVO DISCURSO CASTRANTE PARA LAS MUJERES* *Pasado, Presente y Futuro de la Psicoterapia y Técnicas Grupales: de los Fundadores a las Neurociencias*, 39, 171-175
- Pankhurst, E. (2022). *MI HISTORIA*. Madrid. Capitán Swing Libros, S.L.
- Valcárcel, A. (2020). *AHORA, FEMINISMO. Cuestiones candentes y frentes Abiertos*. Madrid, Ediciones Cátedra.
- (2019). *LA POLÍTICA DE LAS MUJERES*. Madrid. Ediciones Cátedra

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). Sico terapeuta (FEAP). Cofundadora y codirectora del Centro de Sicodrama, Sico terapia 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 sico terapeuta 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.

REINVENTANDO UN ROL PROFESIONAL COMO “PROFESORA HONORÍFICA COLABORADORA”

XXXVIII Congreso de la AEP – Santander, 18, 19 y 20 de octubre de 2024



Ana Fernández Espinosa

Profesora honorífica colaboradora (CyL); Codirectora de Psicodrama y Sociodrama (Impromptu - escuela acreditada por la AEP y programa acreditado por SEPTG-); Codirectora en la Escuela Ibérica de Teatro Playback (acreditada por el Centre for Playback Theatre); Colaboradora del Máster de teatro Aplicado (UV); Representante regional para España del IPTN (International Playback Theatre network); Presidenta de la AEP (Asociación española de Psicodrama), Presidenta de la AITP (Asociación Ibérica de Teatro Palyback).

RESUMEN

Planteo una reflexión desde la necesidad y la oportunidad que tuve, de reinventar un rol profesional mío, en el ámbito educativo oficial y formal, como profesora honorífica colaboradora (Junta de Castilla y León), a partir de mi jubilación laboral.

Este nuevo rol (como Profesora honorífica colaboradora) se centrará en el ámbito socioemocional, con el alumnado de diferentes grupos de secundaria postobligatoria, grupos de F.P., de distintas familias profesionales, de Ciclos formativos de grado medio y superior (que se correspondería con el “Dónde” de la invitación de la convocatoria del 38 Congreso).

La finalidad general de este artículo, pretende describir de forma autobiográfica (Historia de vida), cómo se puede aumentar la conciencia de los aspectos socioemocionales propios, para después, aplicar este conocimiento en los vínculos en el trabajo con la comunidad educativa.

En relación a este autoconocimiento (encontrado desde el Psicodrama), se puede después contribuir a desarrollar las habilidades sociales de la comunidad, entrenar formas de comunicación asertiva, promover la salud mental poniendo en valor la influencia de lo relacional en esta área personal.

La metodología de estas aplicaciones a las que me referiré en la comunidad educativa consisten en utilizar técnicas activas, como Psicodrama, Sociodrama, Role Playing, Teatro Playback, centradas en algún aspecto identificado en la primera actividad de exploración grupal, según las necesidades detectadas (correspondería al “Cómo”, de la invitación de la convocatoria del 38 congreso).

PALABRAS CLAVE: rol, técnicas activas, socioemocional, salud mental



REINVENTANDO UN ROL
PROFESIONAL COMO “PROFESORA
HONORÍFICA COLABORADORA”
Fernández Espinosa, A.

Fecha de recepción: 30/06/2024.
Fecha de aprobación: 4/12/2024.

LA HOJA DE PSICODRAMA Nº 79 (50-61)

ABSTRACT

I propose a reflection based on the need and opportunity I had to reinvent my professional role in the official and formal educational field as an honorary collaborating teacher (Junta de Castilla y León) after my retirement from work.

This new role (as an honorary collaborating teacher) will focus on the socio-emotional field, with students from different groups of post-compulsory secondary education, groups of vocational training, from different professional families, from intermediate and higher level training cycles (which would correspond to the “Where” of the invitation of the 38th Congress).

The general purpose of this article is to describe in an autobiographical way (Life Story) how one can increase awareness of one’s own socio-emotional aspects, and then apply this knowledge in the links at work with the educational community.

In relation to this self-knowledge (framed from the Psychodrama perspective), it is possible to then contribute to developing the social skills of the community, train assertive forms of communication, promote mental health by highlighting the influence of the relational in this personal area.

The methodology of these applications that I will refer to in the educational community consists of using active techniques, such as Psychodrama, Sociodrama, Role Playing, Playback Theatre, focused on some aspect identified in the first group exploration activity, according to the needs detected (it would correspond to the “How” of the invitation of the 38th congress).

KEY WORDS:role, active techniques, socio-emotional, mental health.

“El secreto para cambiar es enfocar toda tu energía no en luchar contra lo viejo, sino en construir lo nuevo.»

Sócrates

Conceptualizando la jubilación, desde mi experiencia personal

El día 19 de octubre de 2024 participé en una mesa de comunicaciones “Acerca de la práctica”, en la sede del XXXVIII congreso de la Asociación Española de Psicodrama, en Santander, presentando una comunicación cuyo título era: “Reinventando el rol profesional como “Profesora honorífica colaboradora”. Con ella recogía mi reflexión sobre una actividad personal-profesional, que estoy desarrollando desde que me jubilé como profesora y funcionaria del sistema educativo español. Y a petición de nuestra Vocal de Prensa, trataré de desarrollarla un poco más, para su inclusión en este nº de La Hoja de Psicodrama.

Según la RAE, cuando hablamos de jubilación nos referimos al retiro del mundo laboral por haber cumplido la edad exigida por la ley, o por estar incapacitado para trabajar.

En nuestra sociedad actual la vida activa se caracteriza por trabajo y acción. Pero en nuestra vida estamos activos desde que nacemos hasta que morimos, porque estamos en acción (aunque esta no sea una acción remunerada y reconocida de forma equiparable a la de la vida laboral activa). En el estado del bienestar actual, esta sociedad donde el consumismo y el productivismo son valores exaltados, la jubilación constituye un cambio importante en el ciclo vital porque modifica nuestras funciones, nuestros hábitos, la organización de nuestra vida diaria y repercute intensamente sobre nuestro sentido de eficacia y de competencia personales (Galvanovskis y Villar, 2000).

La discriminación por edad produce la invisibilidad de las personas mayores, la marginación y la exclusión social. Es una cierta violación del principio de igualdad. Esto se debe al “estándar dominante de normalidad” que están construyendo personas jóvenes, independientes, insertadas en el mercado laboral y consideradas el grupo más valorado. *“En la medida en que las personas importantes no se ajustan a la norma social percibida, quedan en desventaja y relegadas a un estatus de segunda clase; Sus necesidades y vidas se tratan como si no importaran mucho. La situación descrita produce grandes impedimentos para el disfrute de los derechos humanos por parte del mayor pueblo”.*

La discriminación por edad tiene efectos negativos en la persona: afecta la autoestima, fomenta el trato basado en estereotipos y perjudica al colectivo; convierte a la persona mayor en socialmente vulnerable; obstaculiza su participación plena y efectiva en la sociedad; impide o dificulta el diálogo intergeneracional. La discriminación por edad provoca invisibilidad, marginación y exclusión social de las personas mayores. Desde esta consideración negativa, se les asigna un estatus de segunda clase: no son activos, no aportan riqueza productiva, implican un gasto en fondos públicos, principalmente para pensiones de jubilación y para el sistema de salud. Y, siguiendo con el origen de esta reflexión, todos estos son efectos diversos que tienen su origen en la jubilación laboral, en relación a los conceptos, actitudes y expectativas sociales.

Como explica Ignacio Ara Pinilla (2021), la tercera edad representa un estado de inevitable decadencia física del individuo, de modo que aunque sus facultades intelectuales permanecen intactas, el deterioro físico es irreversible. Pero recogiendo lo expresado por Camps (2021), en mi caso, comparto esta reflexión: “esta trama final no tiene por qué ser un tiempo de simple espera de la muerte, porque ya no queda otra cosa que hacer...”

Byung-chul Han (2009) en su libro titulado *El aroma del tiempo*, dice que este tal aroma del tiempo no es fácil de apreciar. Y no es sólo un caso de aceleración temporal, que es lo que él llama “dispersión y disincronía temporal, porque el tiempo carece de un ritmo ordenado. El tiempo se ha atomizado y, en la sociedad actual, parece pasar mucho más rápido que antes. Los medios de comunicación y las redes sociales contribuyen a crear esta sensación porque la noticia de hace 2 horas ya quedó obsoleta, porque hay reacciones de otros participantes en relación a la noticia anterior, o porque otros acontecimientos, todos ellos de poca relevancia y entidad., pero todo sucede a un ritmo vertiginoso. Esta hipercomunicación digital está ligada por contraposición, a la quietud de la *vida contemplativa*, y al silencio que requiere el espíritu para poder reflexionar. El ruido sin orden y el concierto dificultan acercarse a este “aroma de tiempo”. Es una sociedad instantánea, se vive en un momento que, es efímero. Esta fugitividad también se refleja en nuestras relaciones con los demás, en una sociedad tecnológica basada en la productividad, que estimula un imperativo de trabajo, que degrada la persona a *animal laborans*. Y que conduce a una forma de vivir mecánica, sin pausa, que impide desarrollar la *vida contemplativa*. Y cuando se desarrolla, se ve con discreción, porque el retraso y la pausa son un lujo que esta sociedad de ingresos no puede permitirse.

Zygmunt Bauman (2007), en la Introducción a su obra *Tiempos Líquidos. Vivir en una era de incertidumbre*, ha advertido del colapso del pensamiento, de la planificación y de la acción a largo plazo, condicionando las vidas individuales en situaciones difícilmente compatibles con conceptos como “desarrollo”, “desarrollo maduro”, “progreso”, que sugieren una perspectiva temporal continua y ordenada y de progreso racional , que recién ahora se está encontrando.

Byung-chul Han (2010) también lamenta esta falta de sensibilidad para percibir el aroma del tiempo, ese que la mayoría de la gente disfruta y se deleita con su esencia, porque saben que es escasa, y porque la vida les ha proporcionado una experiencia del tiempo, en algunos casos vivido, y en otros, despreciado. “El tiempo empieza a tener aroma cuando adquiere una duración, cuando alcanza una dimensión narrativa o una tensión profunda, cuando gana en profundidad y amplitud, en *espacio*”. Por el contrario, “el aroma pierde tiempo cuando se le despoja de toda estructura de significado, de profundidad, cuando se atomiza o se aplana, se debilita o se acorta”.

Un tiempo que puede ser vivido y sentido desde la actitud o presencia interna de Khronos (tiempo cuantitativo, que se gasta, y que nos puede esclavizar en la ansiedad de poder perderlo), frente al de Kairós (tiempo cualitativo, el de vivir la novedad, oportunidad y el momento), o al de Ayón (el dios del tiempo de la vida, de la vida que no muere).

Desde un punto de vista psicológico, el efecto de la pérdida de la función laboral parece vinculado a dos factores: la importancia de la actividad laboral en la definición de la identidad personal y la presencia de otras importantes funciones sociales en la

definición de sí mismo, que puede sustituir satisfactoriamente la función laboral (Carter y Cook, 1995).

La jubilación se considera a menudo un evento caracterizado por la pérdida: la pérdida de trabajo, remuneración e identidad (Bossé, y cols.,1990). Por este motivo, supone una importante reestructuración de las funciones que definen el espacio de la vida de una persona y, por consiguiente, requiere flexibilidad y capacidad de adaptación a las nuevas condiciones y al nuevo momento vital.

Sin embargo, desde mi punto de vista, también podemos verla como una transición que implica una redefinición y un cambio de papeles, como un proceso de transición, de paso, desde la vida laboral a una vida sin trabajo remunerado, como una nueva etapa de la vida hacia adelante, en un camino por diseñar y construir, en el que la acción también esté presente, aunque sea de nuevos modos relacionales.

Pero para lograr dar ese salto hacia una nueva forma de vivir la etapa post-laboral, la nueva generación de jubilados tendremos que enfrentarnos a los falsos mitos que nuestra sociedad ha alimentado sobre el valor (o el no valor, siendo más exacta, según lo que veo a mi alrededor) del jubilado en una sociedad que está demasiado preocupada por la productividad y por los resultados.

La jubilación puede generar un impacto emocional significativo en las personas, pero también nos ofrece una etapa llena de posibilidades. Es fundamental reconocer y abordar los desafíos emocionales que surgen durante esta transición, como la pérdida de identidad laboral, los cambios en las relaciones sociales y la necesidad de adaptación a una nueva rutina.

Como miembro de esta sociedad del bienestar en la que vivo, y de las comunidades de las que participo, pienso que no permanecer activa realizando un trabajo, no significa renunciar a desarrollar una actividad, incluso una actividad profesional (actividad, al fin y al cabo). Y este aprendizaje propio, en mi propia experiencia personal, confirma en mi aprendizaje la importancia que tiene el desempeño de roles a su vez, en la definición del autoconcepto y la identidad.

¿Qué sería reinventarse en mi caso? ¿Dónde?

Hace un tiempo viví un momento de cambio evolutivo personal (desencadenado por la jubilación laboral -en mi caso, como Profesora Técnica de Formación Profesional de la familia profesional de Procedimientos sanitarios y asistenciales-), que produjo la modificación obligada de la ocupación de mi tiempo y de mis rutinas laborales cotidianas.

Describiré mi reflexión a partir del proceso vivencial que experimenté, como una *Historia de vida*, y dentro de este concepto un *relato autobiográfico*, que se encuadraría dentro de la metodología cualitativa de investigación (siendo investigadora e informante la misma persona que escribe este artículo, a partir de su reflexión personal). Según Pujadas (2000), “el origen del término autobiografía sería marcar distancias respecto al de biografía, en el sentido de que las fuentes escritas y la distancia del investigador respecto a su objeto de estudio biográfico son sustituidas aquí por la relación estrecha del

etnógrafo con un sujeto con quien éste adquiere un compromiso de respetar su oralidad y estilo”. Como señala de la Rosa (2010) “las historias de vida se convierten en un instrumento para crear posibilidades de representarse a sí mismos, reconocer y ofrecer el conocimiento que tienen sobre las personas sobre su propia realidad”

En mi proceso personal, la jubilación se acompañó de una sensación bastante reconocible de pérdida que me conectó con ciertas sensaciones de inseguridad, extrañeza, con la vivencia de incertidumbre, con nuevas dudas en mi identidad y autoconcepto, y también con cierto miedo...al futuro, al vacío, a la muerte.

Desde ahí emergió en mí, con fuerza, la necesidad de una transformación adaptativa a mi nueva realidad tanto interior (de aspectos propios que tenían que ver con conceptos, con actitudes, con conductas, con sentimientos sobre mí misma) como exterior (la mirada social cambia con la jubilación, el tono de la voz con el que me también, aparece “la paguita” entre los comentarios más frecuentes, asociados a la responsabilidad de “los otros activos laboralmente aún” mantenernos a las personas jubiladas, etc) ... Una época de transición “de” y “en” mi misma, vivida desde la conciencia del momento irrepetible de esta situación, porque el haber “aprendido a aprender vivir” también confiere una atención plena al momento para reconocerlo, validar la experiencia e incluso disfrutarla en el amplio sentido de la palabra.

Esta experiencia confirma en mi vida, la perspectiva psicosocial que parte de la idea de que la persona y la sociedad se van/nos vamos conformando mutuamente. Esto tiene que ver con “el dónde”, que señala el título del 38 congreso (Perspectivas psicodramáticas: dónde y cómo). Y en su respuesta puedo diferenciar varios niveles que tienen que ver con mi desarrollo evolutivo (en sus distintos aspectos psicológico, social, etc.). Por lo tanto, el “dónde”, se refiere a mi propia identidad, a partir de la necesidad de cambiar algo en mi relación con mi entorno y mi mundo.

Como sabemos, la visión de la identidad en Psicodrama se vincula a los roles que desarrollamos en nuestros vínculos. La visión de la identidad de Jacob Levy Moreno (1946), está relacionada con los roles que desempeñamos, que conforman y describen su estructura, su identidad, que este autor considera «unidades culturales de conducta» o dicho de otra manera, roles que hemos aprendido a jugar a lo largo de cada proceso evolutivo ontogenético, cuando estamos inmersos en momentos originarios de vincularidad.

La persona interpreta roles en consonancia con las normas de convivencia y, por el desempeño de roles, adquiere autoconciencia o identidad. Moreno sostiene que el desempeño de roles es anterior al surgimiento del «Yo» (self) y a la adquisición del lenguaje, porque el «Yo» surge de los roles.

«Rol es la forma de funcionamiento que asume un individuo en el momento preciso en que reacciona ante una situación específica en la que están involucradas personas y objetos que actúan como contra-roles» (y esto implica mantener el foco de la atención tanto en el fondo como en la

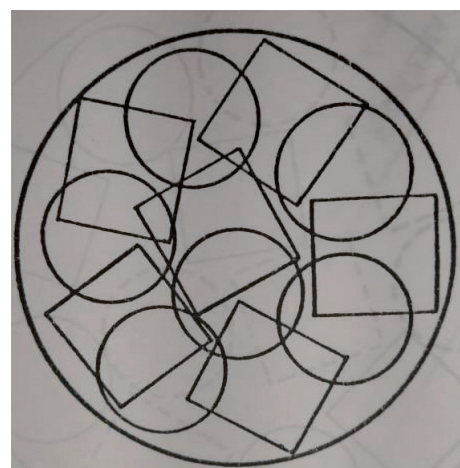


Figura 1- Matriz de identidad total-Moreno, Psicodrama, Hormé, 1978

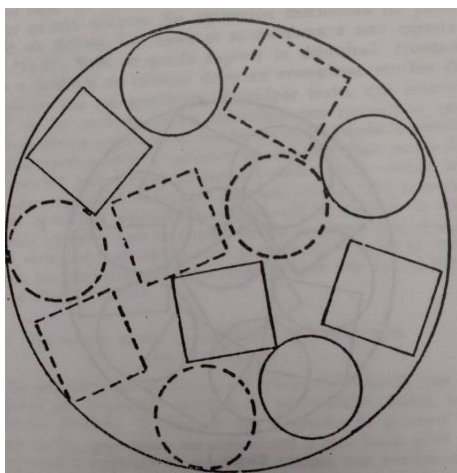


Figura 2-Matriz de identidad total diferenciada, o de realidad total-Moreno, Psicodrama, Hormé, 1978

forma, sin recortar con la mirada una parte del conjunto). El rol como un conjunto de actitudes, creencias y habilidades que conforman unidades de comportamiento. Como una fusión de elementos privados y colectivos.

Añado a continuación un recordatorio explicativo (Menegazzo 2012), desde la visión antropológica del proceso de desarrollo de los roles, en la que se reconocen universos (primer y segundo universo) y matrices (matriz de identidad total indiferenciada y diferenciada -en el 1º universo-, matriz familiar y matriz social-en el 2º universo-), como se puede ver en el esquema de la figura 4 (las figuras 1, 2 y 3 exponen, como información complementaria, las imágenes que Moreno utiliza en su obra Psicodrama,

para aclarar el concepto de matriz de identidad indiferenciada, diferenciada, y matriz de la brecha entre la fantasía y la realidad). Comienza con el nacimiento y continúa a lo largo de la existencia de la persona, en la que se suma su participación en la sociedad: antes e inmediatamente después del nacimiento el niño vive en un universo no diferenciado, llamado «matriz de identidad». Esta matriz es un locus existencial, el lugar donde emergen a través de fases graduales los roles. Los roles que son precursores del yo tienden a agruparse y unificarse formando racimos o haces.

Los primeros en aparecer son los roles psicósomáticos: contactador, mingidor, respirador, ingeridor, defecador, perceptor y kinésico, en cuyo desempeño el niño aprende a experimentar su cuerpo. Entre todos ellos se desarrollan vínculos operacionales que los asocian e integran a una unidad que podemos considerar como una especie de «yo fisiológico», es decir un «yo» parcial, o racimo de Roles Psicósomáticos.

Con el desarrollo posterior van emergiendo los roles fundantes, que a su vez se agrupan y forman lo que podemos llamar un, «yo psicodramático» o yo psicológico. Estos roles ayudarán al niño a experimentar su psiquis. Serían los roles psicodramáticos, en los que algunos autores difieren en cuanto al orden de aparición, por existir alguna contradicción en algún texto de Moreno, como señala Carmen Yuyo Bello (2000).

Los roles sociales (que se desarrollan posteriormente), constituyen a su vez un «yo social». Todos estos «yo parciales» no son aún el «yo total integrado» que todavía no ha nacido. Tendrán que desarrollarse vínculos operacionales y de contacto entre estos tres racimos de roles para que puedan unificarse y así experimentarse lo que denominamos nuestro «Yo» (yo operativo).

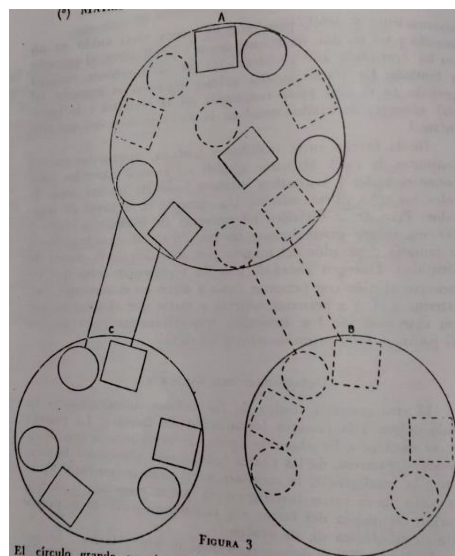


Figura 3-Matriz de la brecha entre la fantasía y la realidad-Moreno, Psicodrama, Hormé, 1978

TEORÍA MORENIANA DEL DESARROLLO DEL YO - IMPROMPTU- Ana Fernández

UNIVERSO	MATRIZ	DESCRIPCIÓN	ROLES	DINÁMICA DE ROLES	ÁTOMO CULTURAL	TÉCNICAS
Primer universo	Matriz de identidad total indiferenciada	Completa identidad madre-hijo	Roles Psicosomáticos	Role taking	Átomo cultural primigenio	DOBLE ESPEJO
	Matriz de identidad total diferenciada	Separa a la otra parte de la unidad de la experiencia				
Brecha original		El padre abre la brecha en la relación especular madre-hijo	Roles Psicodramáticos	Estructuración de roles	Átomo cultural originario	INTERPOLACIÓN DE RESISTENCIAS
Segundo universo	Matriz familiar integrada en lo social	Se ubica activamente en la otra parte, y juega su rol	Roles familiares	Role Playing	Átomo cultural familiar	Primera INVERSIÓN o CAMBIO DE ROLES
	Matriz social	Identificación respecto a otro	Roles sociales	Role Creating	Átomo social	INVERSIÓN DE ROLES completa
Tercer universo		Autorrealización Búsqueda de la verdad				Roles corales

Tabla de elaboración propia, con los conceptos del desarrollo evolutivo de Moreno, complementados con otros conceptos de la teoría de la escena, de Pablo Población y Elisa López, y el concepto de 31 universo de Natacha Navarro - Aclaración sobre la adquisición de roles, en relación a diferencias entre algunos autores, según lo citado de Moreno: M^a Carmen Bello (Yuyo) - Editorial Colibrí, México, DF, p.968-5062-15-3 (2000) - Guía para leer a Moreno

Los aspectos tangibles del «Yo» aparecen entonces en los roles como una función de los denominadores colectivos y de sus diferenciaciones individuales. El concepto de rol une lo intrapsíquico con lo cultural y social.

Este rol social, observado en una persona, es además la manifestación de un conjunto de otros roles subyacentes (roles psicosomáticos fundantes, familiares) integrados en el rol social y subsumidos a este, ya que lo sostienen. Esto tiene que ver con la cosmovisión moreniana: en cada acto humano, en cada vínculo y en cada instante coexisten y se co-implican todas las matrices (la cósmica, la biológico-genética, la de identidad total indiferenciada y diferenciada, la familiar y la social, poderosamente imbricadas entre sí; estas matrices se ofrecerán como vínculos para darle la posibilidad al ser humano de la propia individualización existencial; el acto de la muerte podrá ser el reintegro de cada uno de los seres individuales a la totalidad cósmica, del “gran proyecto totalizador en curso”, porque al principio y al final, está el Encuentro, sostiene Moreno según Menegazzo) . Se trata de universos que se imbrican para formar un todo, y que brindarán la rica red complementaria que permitirá la inserción de la persona en el mundo, por medio de la constante vinculación y encuentro.

El desempeño de un rol es función tanto perceptiva como representativa, mientras el aprendizaje de roles es un paso más, ya que, a partir de tales representaciones y desempeños, permite reensayar operativamente y entrenarse para actuar adecuadamente en situaciones futuras.

En la comprensión del desarrollo del rol, y en la aplicación metodológica, Moreno (1978) diferencia tres instancias en su identificación:

-role taking: receptor de roles, el que asume un rol acabado, plenamente establecido, que no permite variación ni libertad. Tiene que ver con imitar a otros, seguir las reglas, relacionarse desde el respeto a las normas culturales. Son las estereotipias culturales.

-role playing: intérprete de roles, situación en la que el individuo disfruta de una cierta libertad. Ya se entra en contacto con los aspectos internos del rol, se exploran los límites del rol, se comienza a jugar con el rol, a medida que se vuelve más familiar. Se agregan algunos elementos de estilo personal propio. Supone una exploración más creativa, espontánea y personal del rol.

-role creating: creador de roles: la persona goza de un alto grado de libertad. Desempeño del rol en forma espontánea y creativa. Se hace que el rol sea propio. Se modifica la “plantilla” original del rol, se expande. Permite comprenderse mejor a uno mismo y a los demás. Fomenta la iniciativa y el empoderamiento.

Así que, volviendo a mi experiencia personal, me encontré en un contexto laboral y social, en el que surgió la necesidad de resituarme y redefinirme, porque algunos conceptos (de mi autoconcepto) ya no me servían, así como tampoco algunos hábitos y costumbres adquiridos y aplicados durante mucho tiempo. Pasé de ser una Profesora Técnica de Formación Profesional (de la familia profesional de Procedimientos sanitarios y asistenciales), con 32 años de ejercicio profesional (que incluyeron la enseñanza en diversos Módulos de varios Ciclos formativos, algunos de ellos para los que tuve mucho que aprender...) en diferentes ciudades, a recibir una nueva etiqueta de “jubilada”. Y esta palabra, más allá del júbilo por la terminación del trabajo, remite no sólo a la finalización de la vida laboral activa, sino también a la actividad profesional (lo que no siempre se corresponde con la realidad), e incluso a la actividad personal en general.

Mucho dentro de mí se resistía a aceptar esa situación así, y a renunciar a la acción. Como siempre he sido una persona vital que se tuvo que rehacer, ya en ocasiones anteriores, por circunstancias personales y contextuales diversas, no me extrañó demasiado el darme cuenta que la etiqueta de “jubilada” no me representaba con satisfacción, y sentir la necesidad de cambio. La actividad profesional es más que la prestación de un servicio o función al que se asocia un pago económico, porque se pueden realizar acciones profesionales como una actividad voluntaria, cada vez con más reconocimiento social en diferentes entornos comunitarios (en asociaciones sin ánimo de lucro, ONGs, etc...), para intervenciones concretas en instituciones (me ocupe de un “teléfono de la escucha” durante mucho tiempo en el Colegio profesional de Enfermería, durante la pandemia por Covid 19, posteriormente coordine un grupo de autocuidado en Enfermería, etc), además de mantener acciones formativas en Psicodrama y en Teatro Playback.

Así que me convertí en “Profesora honorífica colaboradora”, un rol de reciente creación en Castilla y León, por el que anteriores profesores/as del sistema educativo, después de un proceso selectivo, hacemos una actividad profesional específica en los centros educativos públicos de la CCAA, en 2 modalidades (línea abierta, o proyecto concreto). En mi caso, colaboro en salud mental, en el área socioeducativa o socioemocional de los grupos escolares, de enseñanza secundaria y postsecundaria (línea abierta).

¿Cómo lo desarrollo?

Tomé la decisión de colaborar en el área de la salud mental (apoyándome en mi formación, y en mi deseo de intervención profesional), desde mi conocimiento de este medio en el que el profesorado no siempre cuenta con los medios para abordarlo, por falta de formación, de tiempo, de organización, etc. Es todavía reciente mi nuevo rol, y mi expectativa es estructurar una forma de intervenir sobre la que seguir investigando.

La finalidad general de mi intervención pretende aumentar la conciencia de los aspectos socioemocionales en los vínculos como grupo y como comunidad educativa (competencia socioemocional del currículo escolar), desarrollar las habilidades sociales, entrenar formas de comunicación asertiva, promover la salud mental, poniendo en valor la influencia de lo relacional en esta área. Desde aquí, temas habituales del trabajo concreto son la autoestima, la comunicación asertiva, el acoso escolar, etc.

Quiero señalar aquí que el objetivo no es la de hacer psicoterapia (en sentido estricto), sino la de contribuir al desarrollo personal y al crecimiento emocional, activando los recursos saludables tanto individuales como grupales.

Es indudable que la aplicación de esta metodología activa y promueve la vivencia de factores terapéuticos. Según señala Blatner (2005), por la posibilidad de compartir aspectos propios en un entorno de respeto (con contención y seguridad), por la experiencia de universalidad, por el esclarecimiento mediante la información, el desarrollo de habilidades sociales, el aprendizaje interpersonal, la cohesión grupal, el altruismo, por el aprendizaje de miradas inclusiva (que parten de que la diversidad puede ser una posibilidad de enriquecimiento interpersonal mutuo). También estimulando la conciencia de grupo, y desde aquí naturalizando el que puedan existir conflictos, cuya responsabilidad en resolver será de toda la comunidad (no sólo de las personas implicadas). De la misma forma que es saludable que el error forma parte, y es necesario en el aprendizaje para "aprender a aprender".

Quiero señalar aquí además, la necesidad de plantear un encuadre interno, que se concrete en una posición en el rol de Psicodramatista, que identifique los límites éticos y metodológicos en las aplicaciones con Psicodrama, que no deben plantear exploraciones "verticales" (referidas a la biografía y el pasado de la persona o el grupo), sino centrarse en el enfoque "horizontal", respecto a las dificultades, preferencias, conflictos, etc..

La metodología que utilizo son las técnicas activas, como Psicodrama, Sociodrama, Role Playing, y Teatro Playback. Con frecuencia combino sociometría, caldeamientos de Teatro Playback, y trabajo grupal con Psicodrama, Role Playing, Sociodrama.

Es frecuente la detección de situaciones de rechazo y acoso escolar, por lo que también suelo plantear como actividad el Psicosociodrama del acoso escolar. Para explicar esta propuesta, me remito a la publicación de un artículo en el que lo expongo, en el Boletín nº 41 de la SEPTG.

Las actividades que realizo, se centran algún aspecto identificado en la primera sesión de exploración grupal, según las necesidades detectadas. Puede tratarse de una intervención grupal general, para explorar y desarrollar las habilidades socioemocionales de las/los participantes (a partir de la cual programar específicamente otras actuaciones), estilos

de comunicación (para trabajar la asertividad), exploración de roles de abuso o bullying (y abordaje desde el Sociodrama), o de intervención dirigida al desarrollo profesional específico (habilidades profesionales de una determinada competencia profesional -ciclo formativo de “Técnico en cuidados sociosanitarios a personas dependientes”, o “Agencias de viajes”, “Dirección de cocina”, “Servicios de restaurante y bar”, “Estética y Peluquería”, etc -). Generalmente comienzo la primera sesión con la exploración del grupo a través de la sociometría en acción, que permite reconocer sus rasgos principales, a la vez que comenzar con pequeñas intervenciones en la dinámica relacional establecida.

La demanda suelen realizarla el profesorado de los IES (en contacto con el Departamento de Orientación) que o bien me conocen ya previamente, o con quienes contacté personalmente para ofrecerles la actividad. Generalmente señalan como demanda el que el grupo se conozca más, desarrolle alguna habilidad específica formativa (role playing), y también la existencia de dificultades relacionales en el grupo (que a veces refieren como muy difíciles de sostener), en las que solicitan colaboración.

El nº de intervenciones suelen ser en **bloques de 3- 5 sesiones de unas 2 horas de duración** (negociamos previamente las salidas en los toques de timbre, para no interrumpir la actividad). El profesor/a del Módulo suele estar presente, aunque generalmente no participa de las actividades (excepto en el eco final del grupo).

En una ocasión pasada (que se repetirá de forma semejante pronto), me solicitaron unas jornadas transversales para trabajar con una gran nº de alumnado la competencia social, y las soft skills, para lo que conté con varias exalumnas de Impromptu para hacer algunos talleres prácticos (sobre habilidades de comunicación, resolución de conflictos, inteligencia emocional), un role playing sobre las entrevistas de trabajo, y una función de teatro playback (sobre el acceso a la vida adulta y activa).

Tenemos en proyecto, en un centro integrado de FP, crear un grupo de desarrollo personal (con alumnado al que inviten los/las tutores y/o el Departamento de Orientación, a partir de una preselección, en base a sus necesidades personales y contando con la voluntariedad del alumno o alumna), y un grupo de Teatro Playback, que puedan ser los “mediadores teatrales” de la convivencia en la comunidad educativa, e introducir prácticas de justicia restaurativa (las prácticas restaurativas se basan en el desarrollo de la comunidad a partir del fortalecimiento de los vínculos. De esta manera cuando los conflictos se dan en la vida del centro, lo que se busca es la reparación de los daños causados asumiendo responsabilidades. Las prácticas restaurativas mejoran la convivencia escolar al crear vínculos entre los miembros de la comunidad, resolviendo conflictos a partir del diálogo, creando entornos positivos con la participación de toda la comunidad educativa y restaurando las relaciones interpersonales. Estas prácticas se basan en el diálogo restaurativo y en los círculos de diálogo (o círculos restaurativos)

<https://www.educacionfpydeportes.gob.es/mc/sgctie/convivencia-escolar/en-accion/practicas-restaurativas.html>

Y seguiré investigando, a través de la acción y la reflexión, otras formas de seguir reinventando ... **“el cómo”**

REFERENCIAS

- Ara Pinilla, I., (2021) “Prólogo” en Belloso Martín, N. (Director), *Sociedad plural y nuevos rectos del Derecho*
- Bauman, Z., (2007) *Tiempo líquido. Viviendo en una época de incertidumbre*, trad. por Carmen Corral, México, Tusquets Editores.
- Blatner A., (2005), Bases del Psicodrama. Editorial Pax. México
- Bossé, y cols.,(1990). Mental health differences among retirees and workers: findings from the Normative Aging Study. Psychol Aging
- Camps, V., (2021) *El tiempo de atención. Otra manera de estar en el mundo*.
- Carter y Cook (1995). Prepararse para la jubilación: el papel del apoyo social en la gestión de la ansiedad. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones - 2008 Volumen 24, n.º 3
- Fernández A., (2024) Psicosociodrama del acoso escolar. Boletín nº 41 de la SEPTG
- Galvanovskis, A. y Villar, E. (2000). Revisión de vida y su relación con el autoconcepto y la depresión en el periodo de jubilación. Geriatrika, 16
- Han, B. Ch., (2020) *El aroma del tiempo. Un ensayo filosófico sobre el arte de retrasar* (Bielefeld, 2009), trad. por Paula Kuffer, Barcelona, Herder, 10.ª reimpresión
- Han, B. Ch., (2017) *La sociedad del cansancio* (Berlín, 2010), trad. de Arantzazu Saratzaga Arregui y Alberto Ciria, 2ª ed. amp., Barcelona, Herder.
- Martínez Q., AA, (2015) “La protección jurídica de las personas mayores desde la perspectiva de los derechos humanos”, Revista de Derecho UNED, 17, Madrid
- Moreno J., L., (1978) *Psicodrama*. Editorial Hormé 1978. Argentina
- Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama: Volume I*. New York: Beacon House
- Moreno de la Rosa, L., (2010). *Participación de las personas con diversidad funcional en la enseñanza universitaria: una dilatada y enriquecedora experiencia*. Mesa 6: La formación de los docentes y el Currículum Escolar: la atención a la diversidad y la formación para la convivencia. I Congreso Internacional. Reinventar la Formación Docente. Málaga.
- Pujadas, J., (2000) *El método biográfico y los géneros de la memoria*. Revista de Antropología Social, núm. 9. Universidad Complutense de Madrid Madrid, España
- Zuretti, M., Menegazzo, C., Tomasini, M. A., (1995) *Diccionario de Psicodrama y Sociodrama*. Editorial Agora, Brasil. Disponible también en : <https://centrozerkamoreno.net/c-cadena-culpa-neurotica/8/>
- Yuyo Bello, Mª C.,(2000). *Guía para leer a Moreno*. Editorial Colibrí, Mexico

LA VIOLENCIA EN LA PERSPECTIVA (P)SICODRAMÁTICA¹: DÓNDE Y CÓMO

(1) Se utiliza el término (p)sicodrama para hacer referencia al eclecticismo de teorías y técnicas de Moreno y Rojas-Bermúdez.



Teresa Ramírez Ortegón

Psicóloga General Sanitaria, trabaja en consulta privada en Jerez de la Frontera y Cádiz. Se formó en Psicodrama en el Centro Moreno de Granada bajo la dirección de Natacha Navarro y actualmente estudia en la Escuela de Concha Mercader de Sicodrama en Sevilla.

Su modelo de trabajo principal psicoterapéutico es el Sicodrama, compaginándolo con EMDR y Sistémica Familiar de los cuáles también tiene formación.

teresaramirezortegonpsicologia@gmail.com

Teléfono: 622 95 13 77

RESUMEN

La perspectiva psicodramática tiene en cuenta dentro de sus elementos el contexto social, para Moreno (1962), “la realidad social” en la que vive la persona y en la que ha enfermado. Dentro de lo social, se encuentra, la violencia, que en palabras de Byung-Chul Han (2016), está entre las cosas que nunca desaparecen en la sociedad, mutando en la actualidad “de visible en invisible, de frontal en viral, de física en psíquica, de negativa en positiva, y se retira a espacios subcomunicativos [...], de manera que puede dar la impresión de que ha desaparecido”.

Teniendo en cuenta el párrafo anterior, este taller tiene como objetivo reflexionar sobre la violencia dentro de la perspectiva (p)sicodramática; es decir, dónde y cómo la violencia puede estar presente en el contexto grupal y dramático.

Para ello se utilizarán técnicas como objetos intraintermediarios y escultura en la dramatización.

PALABRAS CLAVE: violencia, psicodrama, sicodrama, contexto social, esquema de roles

ABSTRACT

The psychodramatic perspective takes into account, among its elements, the social context. According to Moreno (1962), “the social reality” in which the person lives and in which they have become ill. Within the social realm, there is violence, which, in the words of Byung-Chul Han (2020), is one of the things that never disappears in society, now transforming “from visible to invisible, from frontal to viral, from physical to psychological, from negative to positive, and withdrawing to subcommunicative spaces [...], so that it may give the impression that it has disappeared.”

Considering the previous paragraph, this workshop aims to reflect on violence within the (psycho)dramatic perspective; that is, where and how violence can be present in the group and dramatic context. For this, techniques such as intermediary objects, image construction, and sculpture in dramatization will be used.

KEY WORDS: violence, psychodrama, social context, role schema



LA VIOLENCIA EN LA PERSPECTIVA (P) SICODRAMÁTICA: DÓNDE Y CÓMO
Ramírez Ortegón, T.

Fecha de recepción: 30/06/2024.
Fecha de aprobación: 12/12/2024.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 79 (62-68)

Introducción:

¿Qué es la violencia?

El concepto de violencia ha sido estudiado por numerosas disciplinas como la Etología, Psicología, Sociología, Antropología, Semiótica, Política, Criminología, Historia, entre otras. Por ello, los intentos por encontrar una definición que satisfaga las necesidades de tan variado público han sido numerosas (Fernández, Revilla, Domínguez, 2015).

Teniendo en cuenta la definición de la Real Academia Española (R.A.E.), tiene las siguientes acepciones:

1. Cualidad de ser violento. (En el que podemos encontrar como sinónimo agresividad o brutalidad entre otros)
2. Acción y efecto de violentar o violentarse.

Pero, ¿qué es ser violento?, si volvemos a la misma podemos encontrar lo siguiente:

1. Dicho de una persona: que actúa con ímpetu y fuerza y se deja llevar por la ira.
2. Propio de la persona violenta.

Es importante reseñar el contexto social en el que está inmerso el Yo. Para Moreno (1962), “la realidad social” en la que vive la persona y en la que ha enfermado. Es decir, dentro del contexto social, se encuentra, la violencia, que en palabras de Byung-Chul Han (2020), está entre las cosas que nunca desaparecen en la sociedad, mutando en la actualidad “de visible en invisible, de frontal en viral, de física en psíquica, de negativa en positiva, y se retira a espacios subcomunicativos [...], de manera que puede dar la impresión de que ha desaparecido”. “

La violencia en el (p)sicodrama: dónde y cómo

Según Rojas-Bermúdez (2012), aunque la violencia es un tema frecuente, la bibliografía disponible desde la perspectiva del director/a o la unidad funcional es escasa. El autor destaca la importancia de profundizar en el conocimiento de la violencia para comprenderla mejor, más que intentar eliminarla. Partiendo de esta idea, se explicarán brevemente algunos ejemplos de cómo y dónde puede manifestarse la violencia en contextos grupales y psicodramáticos, así como los posibles involucrados.

El (p)sicodrama es una metodología psicoterapéutica centrada en la acción. Esta característica lo diferencia de otras terapias, ya que permite la participación corporal y verbal del paciente, el uso terapéutico del espacio y la representación de las imágenes mentales. En la psicoterapia (p)sicodramática, además de la “escucha” terapéutica, se suma la “mirada” terapéutica dirigida a la representación/creación del protagonista, con las “miradas” del grupo que participa en la dramatización. Es dentro de este contexto

que el director realiza su trabajo terapéutico junto al protagonista. Estas “miradas” pueden influir en el director, llevándolo a priorizar la creación de un espectáculo que lo resalte como director en lugar de concentrarse en su rol terapéutico al servicio del protagonista (Rojas-Bermúdez, 2012).

Dentro del Código Ético de la Asociación Española de Psicodrama (a partir de ahora AEP) se explicita “el conjunto de principios y reglas éticas que han de inspirar y guiar la conducta de cualquier profesional dedicado a cualquier profesión; en este caso, la del psicodramatista”. En el artículo decimosexto, punto 2 se contempla que “el psicodramatista debe abstenerse con absoluta rotundidad de perseguir como objetivo su lucimiento personal y/o profesional en su trabajo con pacientes/usuarios.” Es decir, son deberes que impone el código ético, obligando a todos los psicodramatistas en el ejercicio de su actividad, pudiendo ser sancionados por la propia Asociación.

Para Rojas-Bermúdez (2012), cuanto más discreta y profesional sea la intervención del director, menos notará el paciente su presencia y dirección, dando la impresión de que dirigir es una tarea sencilla y gratificante.

Uno de los síntomas más notables de la “enfermedad profesional” del psicoterapeuta son los cambios que introduce en su práctica habitual, que pueden llevarlo a abandonar la metodología, a integrarse gradualmente como un paciente más, o a convertir su trabajo en una exhibición de sus conocimientos y habilidades (Rojas-Bermúdez, 2012).

También pueden surgir el aburrimiento y la falta de interés, seguidos de una reacción defensiva para justificar la situación. Si el psicoterapeuta no logra superar estos estados, puede buscar nuevos estímulos para modificar la situación y probar su capacidad. Si percibe que estos problemas están relacionados con desajustes emocionales derivados de su labor terapéutica, podría tomar decisiones sobre su futuro profesional o pedir ayuda, incluso cambiar de especialidad (Rojas-Bermúdez, 2012).

Desde el Código Ético de la AEP, (artículo decimosexto, punto 1) se expresa que “el psicodramatista debe abstenerse de actuaciones que sobrepasen su capacidad. En tal caso, debería proponer que se recurriera a otro compañero competente en la materia o, al menos, recabar el apoyo, ayuda, o asesoramiento del mismo.”

Si el psicoterapeuta no percibe este desajuste y lo atribuye al marco de trabajo en lugar de a su desequilibrio emocional, podría intentar modificar la metodología para compensar sus carencias, lo que podría llevarlo a comportarse como un paciente. En algunos casos, el terapeuta puede justificar esto afirmando que lo hace para compartir más íntimamente las vivencias con los pacientes y ayudarlos desde “adentro”. En otros casos, podría “dictar cátedra” o manipular a sus pacientes (Rojas-Bermúdez, 2012).

Esta cuestión es explicitada así en el Código Ético de la AEP “En el ejercicio de su actividad, el psicodramatista respetará las convicciones de sus pacientes/usuarios y se abstendrá de imponerles las propias” (artículo sexto, punto 1).

Según Rojas-Bermúdez (2012), las carencias del psicoterapeuta, si no se abordan, pueden generar reacciones de envidia y desencadenar violencias encubiertas. Este tipo de manifestaciones es especialmente visible en contextos psicoterapéuticos, donde la competencia profesional puede exacerbarlas.

El (p)sicodrama exige que el director tenga no solo conocimientos específicos, sino también una gran creatividad para generar dramatizaciones e imágenes a partir de los planteamientos verbales del protagonista (Rojas-Bermúdez, 2012).

El yo-auxiliar, por su parte, debe tener las cualidades dramáticas necesarias para desempeñar su rol en la escena. Estos dos roles configuran la unidad funcional, que debe estar equilibrada para ser eficaz en la labor terapéutica. La profesionalidad del director y el yo-auxiliar se manifiesta en el ejercicio adecuado de sus roles, sin invadir el campo del otro, lo que implica que cada uno debe centrarse en la finalidad específica de su rol (Rojas-Bermúdez, 2012).

Sin embargo, factores como la influencia indirecta del auditorio o las características de las escenas pueden alterar la unidad funcional, generando alteraciones en la dinámica de los participantes (Rojas-Bermúdez, 2012).

Uno de los conflictos más comunes en la unidad funcional es la discrepancia entre las expectativas del director y la realidad de la dramatización, así como entre las expectativas del director y las del yo-auxiliar respecto a los roles asignados. En una unidad funcional bien integrada, las expectativas tienden a coincidir durante el calentamiento, pero si la puesta en escena no produce los resultados esperados, pueden surgir frustraciones. Del mismo modo, el yo-auxiliar puede sentirse frustrado si el rol asignado no corresponde a sus expectativas. Estos desajustes pueden solucionarse si cada uno asume su responsabilidad, pero si no se resuelven, puede haber una invasión de territorios: el director puede asumir un rol que no le corresponde, y el yo-auxiliar puede introducir cambios sin consultar al director (Rojas-Bermúdez, 2012).

Esto puede llevar a una alteración en la dinámica de la unidad funcional, provocando conflictos internos que afectan el proceso terapéutico. Estos conflictos suelen ser soterrados y no siempre son percibidos por el protagonista o el auditorio, pero pueden perjudicar el vínculo terapéutico y eventualmente llevar al rompimiento de la unidad funcional. En la supervisión, se suelen destacar las valoraciones negativas de cada miembro sobre el trabajo del otro y sus repercusiones en el grupo (Rojas-Bermúdez, 2012).

De manera sucinta, se ha expuesto algunas de las realidades del psicoterapeuta y la unidad funcional que pueden darse dentro del contexto grupal y dramático. No son los únicos roles que pueden entrar en juego generar situaciones violentas en ambos contextos, y es que, no se puede olvidar la relación entre los miembros del grupo, pudiéndose trabajar en el contexto psicodramático si se requiere.

Metodología:

Dentro del encuadre de psicodramático pedagógico el taller va a desarrollarse con las tres etapas del psicodrama; caldeamiento, dramatización y comentarios. utilizándose las siguientes técnicas:

Caldeamiento:

- Para el caldeamiento se puso música y se tuvo en cuenta las tres áreas desde lo inespecífico a lo específico; cuerpo ("siente como está tu cuerpo aquí y ahora y realiza

los movimientos a ritmo de la música”), ambiente (explora la sala y quédate en un sitio que estés cómodo/a”) y mente (con la lectura de la introducción del libro *Topología de la violencia* de Byung-Chul Han, 2016) que dice así:

Hay cosas que nunca desaparecen. Entre ellas se encuentra la violencia. La Modernidad no se define, precisamente, por su aversión a esta. La violencia solo es proteica. En la actualidad, muta de visible a invisible, de frontal en viral, de directa en mediada, de real en vertical, de física en psíquica, de negativa en positiva, y se retira a espacios subcutáneos, subcomunicativos, capilares y neuronales, de manera que puede dar la impresión de que ha desaparecido. En el momento en que coincide con su contrafigura, esto es, la libertad, se hace del todo invisible. Hoy en día, la violencia material deja lugar a una violencia anónima, desubjetivada, sistémica, que se oculta como tal porque coincide con la propia sociedad.

La topología de la violencia se refiere, en primer lugar, a toda manifestación macrofísica de la violencia, que se presenta como negatividad, es decir, estableciendo una relación bipolar entre el yo y el otro, entre dentro y fuera, entre amigo y enemigo. En general, suele darse de un modo expresivo, masivo y materialístico. Forman parte de esta, la violencia arcaica del sacrificio y de la sangre, la violencia de la muerte del soberano, la violencia de la tortura, la violencia viral del terrorismo. Sin embargo, la violencia macrofísica puede tomar una apariencia más sutil y expresarse, por ejemplo, como violencia lingüística. La violencia de una lengua hiriente también remite, como la violencia física, a la negatividad, pues resulta di-famadora, des-acreditadora, de-nigradora, o des-atenta. La violencia de la negatividad se distingue de la violencia de la positividad, basada en la spamización del lenguaje, en la sobrecomunicación y la sobreinformación, en la masificación lingüística, comunicativa e informativa.

La sociedad actual evita cada vez más la negatividad del otro o del extranjero. El proceso de globalización ha acelerado la desaparición de las fronteras y las diferencias. La supresión de la negatividad no se puede equiparar con la desaparición de la violencia, pues junto a la violencia de la negatividad existe también la violencia de la positividad, que se ejerce sin necesidad de enemigos ni dominación. No solo el exceso de negatividad es violencia, sino también la violencia de la positividad, la masificación de lo positivo, que se manifiesta como sobrecapacidad, sobreproducción, sobrecomunicación, hiperatención e hiperactividad. La violencia de la positividad probablemente sea mucho más funesta que la violencia de la negatividad, pues carece de visibilidad y publicidad, y su positividad hace que se quede sin defensas inmunológicas. La infección, la invasión y la infiltración, características de la violencia de la negatividad, son causa de infarto.

En este sentido, el sujeto de rendimiento, propio de la Modernidad tardía, es libre, pues no se le impone ninguna represión mediante una instancia de dominación externa. En realidad, sin embargo, goza de tan poca libertad como el sujeto de obediencia. Si la represión externa queda superada, la presión pasa al interior. Y eso hace que el sujeto de rendimiento desarrolle

una depresión. La violencia se mantiene constante. Simplemente se traslada al interior. La decapitación en la sociedad de la soberanía, la deformación en la sociedad disciplinaria y la depresión en la sociedad del rendimiento son estadios de la transformación topológica de la violencia. La violencia sufre una interiorización, se hace más psíquica y, con ello, se invisibiliza. Se desmarca cada vez más de la negatividad del otro o del enemigo y se dirige a uno mismo (pp 9-11).

Una vez leído el texto se volvió al área cuerpo a través del movimiento con la consigna “desde lo que te ha llegado del texto haz un movimiento que represente cómo te sientes”. Se apoyó con objetos intraintermediarios como guantes con forma de garras, espadas, telas, entre otros.

Se divide al grupo en diferentes subgrupos para que compartan cómo fue la experiencia y se les reparte un sobre con 3 artículos del código ético y deontológico de la AEP al azar, con la consigna “representad con una escultura grupal cómo sería ejercer la violencia según lo que indica el artículo”.

Dramatización:

La escultura es una técnica que requiere expresar corporalmente un estado de ánimo, una forma de relación con los demás, etc. Siendo la vía para romper una expresión racionalizada casi siempre convertida en cultura en conserva y cargada de elementos defensivos (Población, 2010).

Objetivos:

- Reflexionar sobre la violencia dentro de la perspectiva (p)sicodramática; es decir, dónde y cómo la violencia puede estar presente en el contexto grupal y dramático, teniendo en cuenta el Código Ético-Deontológico de la AEP.

Conclusiones:

Para concluir, es importante tener en cuenta que el psicoterapeuta psicodramático y/o yo auxiliar son roles profesionales que forman parte del contexto social grupal y dramático, pudiendo aparecer la violencia en los dos últimos contextos, como la falta de recursos del Yo (Rojas-Bermúdez, 2012). Esto no exime de responsabilidad al psicoterapeuta dentro de contexto grupal y dramático, quedando reflejado en el Código Ético-Deontológico de la AEP.

Asimismo, es primordial tener el conocimiento de dónde y cómo gestionar dicha violencia; para ello Bouza (2014) recomienda la práctica de la terapia personal, la supervisión y/o el intercontrol entre psicoterapeutas por la constatación de dificultades específicas, síntomas, riesgos y problemas éticos en el ejercicio de la profesión (influencias de la personalidad, la historia personal, las relaciones, la formación y el ejercicio

profesional sobre el rendimiento y la salud, complicaciones y especificidades del cuidado de cuidadores...) y el insuficiente uso de las medidas oportunas.

Siendo las recomendaciones más frecuentes el garantizar una formación adecuada, selecciones rigurosas de los aspirantes, distintas modalidades de terapia personal, coterapia y supervisión, así como reuniones de los equipos profesionales y actividades programadas de tiempo libre.

Asimismo, las reflexiones realizadas por los asistentes del taller fueron entre otras la dificultad y matices que existen en la interpretación de los artículos del Código ético de la AEP, creándose diversas cuestiones sobre las posibles situaciones en las que se podría dar dichas limitaciones del Código. Divididos por 4 grupos, desde el “como si” representaron cómo sería lo que el artículo expresa que no debe realizarse y cómo sería lo contrario a eso. Desde esa escultura el resto de los participantes expresaron diferentes formas de ver el mismo artículo, teniendo la oportunidad de complementar a cada uno de los roles de la escultura. Fue interesante ver cómo los roles en posiciones más vulnerables (de rodillas con la cabeza agachada por ejemplo) fueron tenidos más en cuenta siendo más complementados desde el cuidado y protección que el resto de roles y cómo desde la espontaneidad, algunas complementariedades pueden ser aportaciones sin algún fundamento basado en la lectura de formas, por lo que se podría decir que, como dice Bouza (2014), la formación tanto como directora como yo-auxiliar son sumamente importantes para la realización de un trabajo en escena más meticuloso.

BIBLIOGRAFÍA

- Bouza, M. F. (2014). Propuestas de intervención y autocuidado con psicodrama. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 22(1), 32-42.
 - Fernández Villanueva, C., Revilla Castro, J. C., & Domínguez Bilbao, R. (2015). *Psicología social de la violencia*. Síntesis.
 - Han, B. C. (2016). *Topología de la violencia*. Herder Editorial.
 - Población, P. (2010). *Manual de psicodrama diádico: bipersonal, individual, de la relación*. Desclée De Brouwer.
 - Rojas Bermúdez, J. (1997). *Teorías y técnicas psicodramáticas*. Barcelona: Paidós
 - Rojas-Bermúdez, J. (2012). De la envidia y de la violencia. En Rojas-Bermúdez, J.; Corts, J. M.; Domínguez Rivera, C.; Fonseca Fábregas, L. E.; González Cuesta, M. C.; Mercader Larios, C.; Moyano, G. y Rey Pousada, R., *Actualizaciones en Sicodrama. Imagen y acción en la teoría y la práctica*. Culleredo, A Coruña: Espiral Maior, 423-455.
- Asociación Española de Psicodrama (1983). Código ético.

RESUMEN DEL XXXVIII CONGRESO DE LA AEP EN SANTANDER



ORGANIZACIÓN

El pasado mes de octubre, nuestra asociación ha celebrado su XXXVIII Congreso bajo el lema “*Perspectivas Psicodramáticas: Dónde y Cómo*”. El evento ha tenido lugar en la ciudad de **Santander, Cantabria**, con sede en el Hotel Bahía, en el corazón de la ciudad.

El programa del congreso ha ofrecido un total de **66 propuestas de trabajo, destacando entre ellas 37 talleres simultáneos, tres mesas de comunicaciones y una mesa de debate**. Este año, además, tuvimos el honor de contar con la participación de Eva Fahlström Borg como invitada especial, quien aportó dos talleres. El congreso también integró momentos significativos, como la entrega de los premios J.L. Moreno de Investigación y un emotivo espacio dedicado a celebrar la vida y legado de Mónica Zuretti.

A diferencia de ediciones anteriores, en esta ocasión asignamos un **tiempo de duración de dos horas** a todas las presentaciones. Habitualmente, estos espacios suelen limitarse a una hora y 45 minutos como máximo. Consideramos que ampliar este tiempo era esencial para permitir el desarrollo completo de la dinámica grupal en psicodrama, favoreciendo la aparición de todos los elementos clave. Sin embargo, esta decisión también implicó un desafío en la organización de los tiempos de descanso.

Al igual que en otras ocasiones, hemos recogido todas las aportaciones. En esta ocasión hemos elaborado un **cuaderno de resúmenes** que incluye todas las propuestas presentadas. Además, algunos de los trabajos se han ampliado y publicado en nuestra revista, *La Hoja de Psicodrama* (Año 32, nº 78, octubre 2024).

ASISTENTES

Debido a la gran acogida que tuvo el evento, la organización se vio en la necesidad de cerrar las inscripciones 15 días antes del inicio del congreso. La extraordinaria respuesta de participación superó todas las expectativas, y el espacio disponible no permitía albergar a más asistentes. Finalmente, el congreso reunió a 201 participantes, aunque, lamentablemente, una veintena de personas no pudo asistir.

Los asistentes se han distribuido de la siguiente manera:

- 74 socios de la AEP (36,82 %).
- 127 no socios de la AEP (63,18 %), desglosados en las siguientes subcategorías:
 - 23 alumnos de escuelas acreditadas (11,44 %).
 - 27 miembros de Sociedades Hermanadas (13,43 %).
 - 1 estudiante de grado (0,50 %).
 - 76 otros no socios (37,81 %).

LAS ACREDITACIONES

El congreso ha contado con la acreditación de la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias de la CCAA de Cantabria. Asimismo, ha sido acreditado como Formación Continuada para quienes son psicoterapeutas por parte de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapia (FEAP).

RESULTADOS DEL CUESTIONARIO DE OPINIÓN

Tras el evento, hemos solicitado a los asistentes cumplimentar una encuesta voluntaria para conocer el nivel de satisfacción y las áreas de mejora.

De los 201 asistentes, 114 personas han respondido, representando un 56,7 % de participación.

A continuación, se presenta un breve resumen de los principales resultados:

Nivel de satisfacción general

Los resultados han reflejado un alto grado de satisfacción general:

- El 93,9 % de los participantes ha calificado el congreso con puntuaciones de 4 o 5, siendo esta última la más alta en una escala de 1 a 5.
- La puntuación máxima (5) ha sido otorgada por el 55,3 % de los encuestados, quienes han destacado la calidad del programa y la organización general.
- Solo un 1,8 % ha valorado su experiencia con un 2, indicando una minoría que considera que hay áreas significativas de mejora.

Aspectos destacados y áreas de mejora

Contenido del programa:

- La variedad y riqueza del programa ha sido muy valorada. Los asistentes han apreciado la amplia gama de actividades, aunque algunos han expresado frustración por no poder asistir a todas debido a la programación simultánea, lo que limita su participación.
- Los talleres y comunicaciones han sido percibidos como útiles para el desarrollo profesional, con comentarios en su mayoría positivos sobre el enfoque práctico y la calidad de los contenidos.
- Los talleres de la psicodramatista invitada han generado opiniones divididas: la mayor parte de las opiniones han destacado su profundidad y originalidad, mientras que algunas personas han criticado la adecuación de los temas tratados.

Organización logística:

- La sede (Hotel Bahía de Santander) se ha reconocido como un lugar muy adecuado para el congreso. Se han recibido quejas sobre el tamaño insuficiente de algunas salas, lo que ha afectado la comodidad en ciertos talleres. A raíz de esto, algunos asistentes han

sugerido implementar un sistema de preinscripción para gestionar mejor la afluencia, aunque también se han reconocido los inconvenientes de este método basados en experiencias previas, y se ha cuestionado el principio de espontaneidad.

- La cena de gala ha sido señalada como una de las áreas más insatisfactorias, describiéndose como “insuficiente”. Entendemos que esta observación ha representado una oportunidad para rediseñar este tipo de actividades en futuros congresos, asegurando que se ajusten mejor a las expectativas y comodidad de los asistentes.

Mesas de comunicaciones:

- Tal como se ha observado en congresos previos, las mesas de comunicaciones han tenido una baja asistencia en comparación con otras actividades. Esto podría implicar la necesidad de revisar la manera de promoverlas o integrarlas al programa, buscando estrategias para hacerlas más accesibles para un mayor número de participantes.

Conclusiones de la encuesta

El congreso ha sido **valorado muy positivamente** por la mayoría de los asistentes, destacando especialmente el contenido y la utilidad profesional de las actividades. Aunque los niveles de satisfacción general son altos, se han señalado aspectos organizativos **susceptibles de mejora**, como el manejo de los **espacios** y la programación de **actividades sociales y de ocio**.

El análisis del cuestionario, si bien aporta información valiosa, debe interpretarse con cautela debido al porcentaje parcial de respuestas y la subjetividad inherente a los comentarios recogidos.

CONCLUSIONES

El XXXVIII Congreso de la AEP ha sido un éxito, tanto en términos de participación como de satisfacción. Una vez más, se reafirma el psicodrama como una herramienta viva, y los congresos de la AEP como valiosos espacios de intercambio y crecimiento para nuestra asociación. Las aportaciones realizadas durante este congreso continuarán inspirando más allá de los días compartidos. Las opiniones constituyen una excelente oportunidad para seguir avanzando y podrán ser aprovechadas para optimizar la organización de futuros eventos. Entre las áreas de mejora sugerimos evaluar la conveniencia de programar tantos talleres simultáneos y buscar estrategias para incrementar la asistencia a las mesas de comunicaciones. El tiempo de duración de dos horas de las presentaciones ha resultado ser una variable interesante, especialmente en grupos numerosos, ya que ha permitido un desarrollo más completo de la dinámica grupal.

Las personas que hemos formado parte de los Comités Organizador y Científico agradecemos esta enriquecedora experiencia de aprendizaje. Nos sentimos orgullosas de haber contribuido a la creación de un encuentro que nos representa y fortalece.

Mónica Ruiz García-Diego

*Coordinadora de los Comités Organizador y Científico
del XXXVIII Congreso de la Asociación Española de Psicodrama.*



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PSICODRAMA

ISSN: 2174-4238