
La técnica del modelado en sicodrama

APLICACIONES PRÁCTICAS



ÁNGELA ARJONA LÓPEZ

Psicóloga sanitaria, psicoterapeuta, socia-fundadora del Centro Ima en Sevilla, fundadora de Espacio Psicología, docente de la escuela ALEA, directora de Sicodrama y miembro de la AEP.

sicodramangela@gmail.com

RESUMEN

Este artículo explora la técnica del modelado desarrollada por Jaime Rojas-Bermúdez, una herramienta no publicada previamente pero de uso frecuente en Sicodrama, exponiendo la metodología para su utilización, así como su fundamentación teórica, con casos comentados.

PALABRAS CLAVE

Modelado, técnica de comunicación estética, Sicodrama, Psicodrama

ABSTRACT

This article explores the modeling technique

developed by Jaime Rojas-Bermúdez, a previously unpublished tool frequently used in Psychodrama. It outlines the methodology for its application, as well as its theoretical foundation, and includes commented cases.

Keywords: modeling, aesthetic communication technique, Psychodrama, Psychodrama.

INTRODUCCIÓN Y FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL TALLER

El presente taller se centra en la exploración de la técnica del modelado desarrollada por Jaime Rojas Bermúdez, una valiosa herramienta sicodramática dentro de las

técnicas de comunicación estética. Aunque de uso frecuente en la Escuela de Rojas-Bermúdez, no se había publicado con detalle anteriormente.

Las técnicas sicodramáticas, en general, son empleadas por el director o terapeuta con el objetivo de concretar el material que el protagonista aporta en la sesión. A través de diversas estimulaciones, se busca hacer más accesible y manejable el contenido de su imaginación y sus pensamientos, permitiendo que evoquen nuevos contenidos, la adquisición de perspectivas novedosas y la toma de conciencia de ideas previamente inexploradas (Rojas-Bermúdez, 1997).

Dentro del amplio espectro de técnicas sicodramáticas (como por ejemplo las básicas, complejas, corporales, de sicodanza, etc.). Las que se engloban bajo la denominación de **técnicas de comunicación estética** se caracterizan por la creación de un objeto, ya sea de forma individual o grupal. El modelado que exploramos en este artículo forma parte de estas técnicas, otros ejemplos de técnicas de comunicación estética son los dibujos, las pinturas, la silueta, las máscaras y los collages. La particularidad de los objetos creados en este contexto radica en su **función creativa o creadora**, actuando como un facilitador y/o para la expresión de contenidos internos que se manifiestan en la forma del objeto (Rojas-Bermúdez, 1997). En este sentido, cuando el paciente modela, el objeto resultante se convierte en una representación tangible de sus contenidos subjetivos, donde el propio acto de dar forma al material es una forma de expresión de esos contenidos.

Según la teoría de Rojas, las técnicas de comunicación estética ayudan a crear una intimidad mayor que cuando se hace una imagen en el escenario. Esto se debe, en parte, a que al hacer una imagen en el escenario, se entiende que es algo para mostrar y compartir con todo el grupo (Rojas-Bermúdez, 1997). Rojas-Bermúdez añade que los contenidos de estos objetos suelen referirse: "a material muy íntimo del sujeto, por la proximidad de las formas plásticas (hemisferio derecho) a contenidos menos elaborados" (Rojas-Bermúdez, 1997, p. 168).

La consigna para la creación del objeto puede variar en su especificidad. En ocasiones, se ofrecen instrucciones abiertas, como: "Haz una figura con arcilla que represente lo que sientes ahora". En otros casos, las instrucciones pueden ser más directivas. Cuanto más específica sea la instrucción sobre lo que se debe crear, más significado tendrá el objeto resultante en relación con esa instrucción (Rojas-Bermúdez, 1997).

Vinculación del taller con el lema del Congreso "Arquitectura del Encuentro. Grupos que crean futuro": La técnica del modelado, tal como se describe, promueve un encuentro grupal a través de una experiencia creativa compartida, en el que los individuos comparten una parte de su mundo interior.

Además, al detallar por escrito esta técnica sicodramática no publicada previamente, este trabajo contribuye a la creación de futuro dentro del campo del Sicodrama. Al quedar documentada, la técnica del modelado se pone a disposición de otros directores de Sicodrama y profesionales de la psicoterapia,

“Esta técnica aprovecha la forma natural en que los niños se expresan (como jugar con objetos, en este caso, la arcilla)”.

asegurando su permanencia y posibilitando su aplicación futura en diversos contextos terapéuticos.

Rojas-Bermúdez considera que “El empleo de las técnicas de objeto por parte del sicodramatista precisa, como todas, de su conocimiento y adecuado manejo.” (Rojas-Bermúdez, 1997, p. 168).

PROCESO METODOLÓGICO Y DESCRIPCIÓN DE LAS TÉCNICAS PROPUESTAS PARA SU DESARROLLO

Principalmente, es un trabajo que permite explorar la imagen que la persona tiene de su propio cuerpo o de parte de él, para ver si coincide o no con la realidad. Aunque durante el proceso es frecuente que se expresen asuntos ocultos, no dichos, temidos o desconocidos.

Esta técnica aprovecha la forma natural en que los niños se expresan (como jugar con objetos, en este caso, la arcilla). Además, en otras etapas posteriores, se hacen “juegos de roles” donde se dramatiza y se da vida y movimiento al personaje creado con el modelado.

El sujeto va encontrando los contenidos a medida que manipula y va dando forma al objeto. (Rojas-Bermúdez, 1997, 167).

Las sesiones de Psicodrama se estructuran en 3 etapas: caldeamiento, dramatizaciones

y comentarios. En el Sicodrama de Jaime Rojas-Bermúdez, las etapas suelen entretenerse, y aunque a grandes rasgos en este taller se respetan. Este taller empieza con caldeamientos en la Fase 1 y Fase 2, pero como veremos en la Fase 3, se intercalan comentarios con dramatizaciones. Finalmente en la Fase 4. Se realizarán los comentarios finales para cerrar la sesión.

Las fases que estructuran éste taller se describen a continuación:

FASE 1. CALDEAMIENTO INESPECÍFICO:

El caldeamiento inespecífico son todas las actividades o dinámicas más generales y previas que centran la atención del auditorio y disminuyen los estados de tensión, facilitando así la interacción (Rojas-Bermúdez, 1966). Estas surgen desde que el director/ra dirige las primeras palabras al auditorio. En esta etapa se prepara al grupo para una actividad más concreta.

Esta fase es fundamental para el desarrollo de la técnica. Si la consigna va a ser realizar un modelado de nuestro cuerpo tenemos que prepararlo proporcionándole a éste todo tipo de estímulos a través del juego y el movimiento. Lo ideal sería un caldeamiento grupal para observar entre otras cosas, la adaptación del individuo en la dinámica grupal.

Este apartado tiene como referencia la estimulación de los sistemas interoceptivo, propioceptivo y exteroceptivo. (G. Negreira Gómez, apuntes de clase, Escuela ALEA, 2021).

Por un lado, focalizar en las sensaciones que se dan en nuestro interior, como movimientos gástricos, el bombeo del corazón, la respiración, sensaciones musculares como contracturas, tensiones, hacernos conscientes de nuestro sistema óseo, articulaciones, de este modo se introduce la interocepción, centrando la conciencia en las señales fisiológicas internas.

De manera simultánea, la observación consciente de procesos autónomos como la motilidad gástrica, la actividad cardiovascular y el ciclo respiratorio, así como la identificación de sensaciones musculares intrínsecas (contracturas, tensiones), promueve una mayor integración de la experiencia corporal total.

Por otro lado, se debe dedicar tiempo a los estímulos externos. Se proponen ejercicios que exploran la delimitación corporal a través de la experiencia del contacto. Se dedica un tiempo específico a la discriminación de estímulos externos, abarcando la percepción de la temperatura, la morfología de objetos tangibles y las variaciones de presión ejercida sobre la superficie corporal a través de los receptores corporales. Con estos ejercicios estimulamos el sistema interoceptivo.

La piel funciona como aislamiento del exterior y desde que nacemos nos rodeamos de estímulos táctiles. Al experimentar el tacto

percibimos la delimitación de nuestro cuerpo con el entorno, de lo propio con lo ajeno (Alexander, 1986).

Se fomenta la diferenciación entre la modalidad activa (tocar) y pasiva (ser tocado), así como la exploración de un espectro de sensaciones táctiles que oscilan entre lo superficial y lo profundo, lo agradable y lo desagradable.

Además de estas actividades, se añadiría movimientos en el espacio para movilizar la atención sobre la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio, para trabajar de esta manera la propiocepción.

Realizar parte del caldeoamiento con los ojos cerrados, como preparación a la actividad principal, potenciaría el sentido del tacto ya que al eliminar un sentido se agudizan otros (Rauschecker, 1995). De esta manera todo se percibirá diferente como el espacio, las distancias con los objetos y las personas que están en la sala. Otra manera de trabajar con los ojos cerrados podría ser palpar partes de objetos y personas con las manos.

Como ya sabemos, las emociones están asociadas a cambios físicos y al contrario (Damasio, 1994). Damasio afirma que las emociones no son solo fenómenos mentales, sino que éstas están ligadas a procesos corporales (Damasio, 1994).

Esto enfatiza la necesidad de incorporar estímulos corporales de diferentes tipos en esta fase previa a la elaboración de un material en el que se volcarán contenidos o previo a las dramatizaciones.

Tanto en esta fase como en las siguientes, la unidad funcional estará atenta de las reacciones y actuaciones de los integrantes del grupo, para seguir guiando la sesión a las siguientes fases o realizar las devoluciones pertinentes en el caso de que el grupo no las haga.

FASE 2. CREACIÓN O CALDEAMIENTO ESPECÍFICO:

Entendemos por caldeamiento específico el que se realiza con el protagonista o , en este caso, con el tema protagónico, antes de la dramatización (Rojas-Bermúdez, 1997).

Se pide que cada uno/a elija un lugar en el espacio. En este momento se les da la arcilla o plastilina. No se proporcionará más material en el caso de que lo pidan, cada integrante deberá gestionar su material para poder representar lo que desee.

A continuación, se da la indicación de realizar el modelado con los ojos cerrados. La consigna clásica para esta técnica sería : "con los ojos cerrados modela tu cuerpo con la arcilla". Para ello, se taparán los ojos con alguna venda o tela.

Las consignas que el director da para la creación pueden ser generales " haz el modelo de tu cuerpo" o incluso "haz una figura con arcilla", o también pueden ser más concretas como "modela con el barro tu estómago, o tu mano izquierda, o la forma de cuando estás gordo y otra cuando estás delgado".

Después de las indicaciones, el grupo de manera individual, empezará a manipular el material con los ojos cerrados, desplazando la atención a la arcilla. A medida que va manipulando la arcilla los estímulos del

entorno irán perdiendo importancia para centrarse en el contacto de las manos con la arcilla y las imágenes internas que se van generando.

"Se fomenta la diferenciación entre la modalidad activa (tocar) y pasiva (ser tocado). así como la exploración de un espectro de sensaciones táctiles que oscilan entre lo superficial y lo profundo, lo agradable y lo desagradable".

La música se presenta como un elemento importante en el proceso creativo. La selección de bandas sonoras o composiciones para piano y teclados puede actuar como un estímulo auditivo que evoca el movimiento de las manos, facilitando la inmersión en la tarea y conduciendo a una conexión emocional más profunda con el material elaborado (G. Negreira Gómez, apuntes de clase, Escuela ALEA, 2021).

FASE 3. PRESENTACIÓN DE LAS OBRAS Y DRAMATIZACIONES:

Al finalizar la producción del objeto, se van a ir esclareciendo los contenidos que la forma del modelo condensaba. Todo el grupo se acercará a la obra de uno de los integrantes. Se pedirá que enseñen cada uno su obra al

grupo. Es la vuelta a lo social, el grupo hará comentarios de cada obra.

Después de los comentarios, y siguiendo dentro del escenario, se le pedirá a cada integrante la forma corporal de su obra y el título.

A continuación se sentarán todos fuera del escenario y se pasa a la fase de comentarios para conocer qué vivencia tuvieron. A partir de toda la información recibida por el grupo se elegirá al protagonista.

Para trabajar con el/la protagonista se podrá pedir la forma complementaria, es decir, la que provoca que la forma elegida por el protagonista sea de esa manera. De ese modo se esclarece la relación entre las dos partes. Para ello se necesitarán dos yo-auxiliares espontáneos para mostrar la complementación de las dos partes, siendo así vista desde fuera por el/la protagonista. El/la protagonista verá sus propios contenidos externamente.

A continuación se describen diversas opciones para trabajar los contenidos, pudiéndose desarrollar todos con cada uno de los integrantes, aunque queda a elección del director.

El creador deberá de explicar su obra, como la ha producido y podrá contestar preguntas del director como: ¿Qué título le pondrías? ¿Qué te ha resultado más fácil o más difícil? ¿tu cuerpo es así? ¿cómo sientes el cuerpo según tú modelado? ¿Qué te ha recordado? o preguntar sobre lo que nos llame la atención,

como por ejemplo si vemos que le falta un miembro, o una parte se rompe ¿Por qué se ha roto? ¿Qué le pasa a ese miembro? ¿En alguna ocasión te ha pasado algo en esa zona? De esta manera saldrán muchos contenidos que el director puede explorar o trabajar con ellos in situ o retomar en otro momento o en posteriores sesiones.

A continuación se puede pedir que haga una forma con el cuerpo de su propio modelado o pedirle que camine como caminaría su obra o posteriormente se pueden hacer soliloquios. En este punto sería interesante pedir la forma complementaria con preguntas como: ¿Qué es lo que provoca que esté así?, ¿ante qué?, ¿Cómo se complementa esta forma corporal? ¿qué provoca que eso esté así?

“Se tiene así un panorama más acabado de los diversos factores que pueden estar en juego, y se le ofrece al protagonista la oportunidad de relacionar el síntoma con su estructura de personalidad y la incidencia que tiene en los mismos” (Rojas-Bermúdez, 1997, p. 446).

El grupo que rodea podrá realizar comentarios y preguntas al creador de la escultura. Esto se hará con cada uno de los integrantes para que cada uno muestre su escultura al auditorio.

Fase 4. Comentarios generales y cierre

Es posible que en una sesión no dé tiempo a terminar, por lo que se pueden invertir varias sesiones. Aunque siempre es importante en todas ellas finalizar con una fase de comentarios para cambiar al contexto grupal y enfriar a los integrantes de sus contenidos y emociones.

DESCRIPCIÓN DE FIGURAS CREADAS EN UN TALLER DE MODELADO CON TÉCNICAS DE SICODRAMA Y SICODANZA

A principios de 2025, se dirigió un taller sobre la técnica del modelado para un grupo de formación ALEA de Sicodrama y Sicodanza. La sesión terminó con la creación de diversas figuras por parte de los alumnos, las cuales se describen brevemente a continuación (véase la **Fotografía 1** para una vista de todas las obras resultantes).



Fotografía 1. Obras resultantes de la sesión de modelado.

Figura 2. "Agradecimiento"

El participante (Fig.2) refirió: "En el proceso no pensé con la cabeza, me fui de la cabeza. Es una posición de agradecimiento nueva que estoy experimentando desde hace un año; siento una conexión que antes no sentía". Al solicitar una forma corporal para esta experiencia, los comentarios de los demás participantes sugirieron que la figura también parecía estar pidiendo algo. El autor de la figura lo relacionó con su reciente incorporación al grupo (su segundo día de formación), interpretándose como una petición de permiso para integrarse. Como forma complementaria, creó con el resto de integrantes un círculo en el suelo cada uno

con una forma particular. Él se incluyó como un integrante más. Todas las figuras juntas formaban un círculo, pero sin contacto físico.



Figura 2. "Agradecimiento"

Figura 3. "Al revés"

La participante (Fig.3) describió un proceso intenso: "He conectado con mis órganos. Sentía que lo acunaba al hacerlo, había ternura". Relató la pérdida de una trompa de Falopio años atrás y con ella, la posibilidad de un embarazo deseado, mencionando varios abortos por embarazos ectópicos. Al adoptar una posición corporal, esta difirió de la figura modelada. Ante la observación, explicó que la postura inicial no era cómoda. Se sugirió cambiar de plano, de estar boca arriba a tumbarse de lado, para mantener la forma original de la figura y aumentar la comodidad. En esta nueva posición, notó la ausencia de algo entre sus brazos. A continuación, se le pidió que incluyera aquello que faltaba, eligiendo a dos personas del grupo para representar la imagen. Añadió una persona

“Se pedirá que enseñen cada uno su obra al grupo. Es la vuelta a lo social, el grupo hará comentarios de cada una de ellas”.

en posición fetal, abrazada a ella. Dada la intensidad de la imagen, se realizó una sicodanza a partir de esta figura. Al finalizar, la participante expresó su agradecimiento por la experiencia, sintiendo que se había vinculado y despedido de esa parte de su historia.



Fotografía 3. “Al revés”

Figura 4. “La frustración”

La participante (Fig.4) expresó: “Ha sido muy difícil, una constante lucha; continuamente se me rompían trozos, yo seguía y volvía a chocarme. He terminado enfadada. No me ha gustado, pero he seguido así hasta el final”. Y se pregunta “¿por qué me cuesta más que al resto?” “He intentado hacerlo proporcionado, pero mi último objetivo solo era que se quedara todo pegado”. Al notar que la figura estaba muy aplastada, se le preguntó: “¿Tuvo

algún accidente? ¿Le pasó algo por encima?”. Respondió: “Sí, tuve dos accidentes de coche de pequeña; en uno perdí casi todos los dientes de leche, era una ‘postilla andante’”. Comentó que durante el proceso de modelado pensó que podría ser la última en terminar la tarea, lo que le generó mucho agobio.



Fotografía 4. “La frustración”

Figura 5. “Superyo”

La participante (Fig.5) describió su creación como “un monstruo enorme que va por la ciudad”. Posteriormente, comentó que durante la elaboración se sintió agobiada al no saber si era la última en terminar la tarea. Relacionó esta sensación con experiencias sexuales pasadas con su antigua pareja, recordando que se decía a sí misma “venga,

“Tenía necesidad de que estuviese todo muy unido, utilicé agua para unirlos bien. Al conocer otros cuerpos, conozco mi propio cuerpo”.

termina ya”, ya que solía tardar más en alcanzar el orgasmo (“más lenta”), por lo que sentía que debía apresurarse para no quedarse sin él. También lo vinculó con la presión que ejercía su madre para que hiciera las cosas rápidamente.



Fotografía 5. “Superyo”

Figura 6. “Homo erectus”

El participante (Fig.6) describió su modelado como un homínido con brazos muy grandes y pies que parecían manos. Al llegar a los genitales, pensó si los demás chicos le pondrían un pene, por lo que decidió añadir el suyo.



Figura 6. “Homo erectus”

Figura 7. “Mezcla”

La participante (Fig.7) relató: “Se me mezclaba mi cuerpo con el de otros. Realizo masajes (shiatsu), toco muchos cuerpos, y se me venían a la mente, me acordaba de una rodilla y ponía la mía. Tenía necesidad de que estuviese todo muy unido, utilicé agua para unirlos bien. Al conocer otros cuerpos, conozco mi cuerpo. Puse mis pechos, luego los aplasté porque, al ser madre, los tengo más aplastados”.

Figura 8: “Incompleto”

El participante (Fig.8) expresó: “No he conseguido lo que quería, no he disfrutado



Fotografía 7. "Mezcla"



Fotografía 8. "Incompleto"

nada. Lo conecto con mi estado creativo actual". Al intentar poner la figura de pie, la cabeza se cayó.

Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes antes de la publicación de este artículo.

CONSIDERACIONES FINALES

La elección del material aportado para realizar el modelado influye directamente en la experiencia. En mi opinión, la arcilla ofrece una mayor satisfacción al modelado que otros materiales sintéticos como la plastilina. Su capacidad para caldear y la conexión que surge con el objeto creado es mayor. Esto ocurre entre otras cosas porque requiere de más tiempo y dedicación que la plastilina lo que a menudo conduce a la expresión de contenidos más intensos.

La arcilla además, permite conectar con un material natural y, para muchos, más novedoso en comparación con la plastilina. Esta misma cualidad la enriquece sensorialmente, activando de manera más profunda nuestros sentidos propioceptivos (Nan, Hinz & Lusebrink, 2021).

Finalmente, la naturaleza permanente e inmodificable de la arcilla una vez seca añade un elemento psicológico importante. Inspira al proceso de elaboración con un mayor respeto y consideración, a diferencia de la naturaleza moldeable y reutilizable de la plastilina.

En esencia, la riqueza táctil y maleable de la arcilla, su potencial de transformación duradera y la conexión con un material natural contribuyen a una experiencia de modelado más profunda y gratificante. La plastilina, aunque práctica, carece de esta complejidad

sensorial y la sensación de permanencia, lo que puede limitar la intensidad de la experiencia creativa.

Esta herramienta fue creada para utilizarse en el contexto terapéutico y como se ha comentado con anterioridad sirve principalmente para explicitar contenidos de los/las pacientes. En otros contextos no se ha probado pero a continuación se describen algunas propuestas. En el ámbito pedagógico, podría dirigirse el modelado para explorar cuál es la idea individual de un tema concreto ya que facilita la creatividad y la reflexión al realizarlo.

Por otro lado, en contextos sociocomunitarios, el modelado puede servir para la exploración de conflictos, temas relevantes para la comunidad y el fortalecimiento de la cohesión grupal a través de la creación compartida y la posterior reflexión colectiva sobre los objetos producidos.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

La autora del presente artículo, declara que no existe ningún conflicto de interés, ni financiero ni personal, que pudiera influir en los resultados de esta investigación.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Gonzalo Negerira y a Amelia Coppel por su formación y sus valiosos comentarios y sugerencias que ayudaron a mejorar significativamente este artículo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

• Alexander, G. (1986). *La eutonía. Un camino*

hacia la experiencia total del cuerpo. Paidós.

• Corts, J. M., Domínguez Rivera, C., Fonseca, J., González Cuesta, C., & Rojas-Bermúdez, J. (2012). *Actualizaciones en sicodrama. Ediciones Espiral Mayor.*

• Damasio, A. R. (1994). *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain. Putnam.*

• Fatás Cabeza, G., & Borrás, G. (1993). *Diccionario de Términos de Arte. Anaya.*

• Nan, J. K. M., Hinz, L. D., & Lusebrink, V. B. (2021). *Clay art therapy on emotion regulation: Research, theoretical underpinnings, and treatment mechanisms.* In C. R. Martin, L.-A. Hunter, V. B. Patel, V. R. Preedy, & R. Rajendram (Eds.), *The Neuroscience of Depression* (pp. 431-442). Academic Press.

• Negreira Gómez, G. (2021). *Apuntes de clase de Sicodrama y Sicodanza. Escuela ALEA.* (Clase impartida en 2021).

• Rauschecker, J. P. (1995). Compensatory plasticity in the cerebral cortex following injury. *Nature Neuroscience*, 1(8), 587-594.

• Renson, R. (1985). *The history of sport.* ASSPH.

• Rojas-Bermúdez, J. G. (1979). *Núcleo del Yo. Lectura sicológica en los Procesos Evolutivos Fisiológicos.* Genitor.

• Rojas-Bermúdez, J. G. (1984). *¿Qué es el sicodrama?: teoría y práctica.* Editorial Celcius.

• Rojas-Bermúdez, J. G. (1997). *Teoría y técnica del psicodrama.* Paidós.

• Wong, A., & Au, W. (2019). Effects of tactile experience during clay work creation in improving psychological well-being. *Art Therapy*, 36(1), 1-8. [Leer artículo completo.](#)