

INTERPSIQUE Y MENTE RELACIONAL:

Revisitando a Moreno desde Seikkula



Marisol Filgueira Bouza

Psicóloga Clínica, Psicoterapeuta, Psicodramatista, Terapeuta Familiar. Supervisora Clínica y Docente (FEAP, FEATF). Fundadora y Directora del Instituto Galego de Psicoterapia. Programa de Trastorno Mental Grave, Hospital Marítimo de Oza (A Coruña). Socia AEP.

marisol.filgueira60@gmail.com

<https://institutogalegodepsicoterapia.wordpress.com/>

RESUMEN

Los grupos heredan, incorporan y transmiten contenidos compartidos, conscientes e inconscientes, produciendo en la interacción fenómenos de sincronización que remiten a la idea de “interpsique” o “co-cerebro”, de J.L. Moreno y de “mente relacional” de J. Seikkula. Fenómenos que, como la intuición, la telepatía y la percepción extrasensorial podrían hallar explicación en las teorías de la “resonancia mórfica” propuesta por R. Sheldrake, la “superposición, entrelazamiento y teleportación de partículas” en Física Cuántica, el “desdoblamiento del espacio y el tiempo” de J.P. Garnier Malet. Revisaremos los paralelismos entre las propuestas del **Diálogo Abierto de Seikkula y del Psicodrama de Moreno, analizando (¿objetivando?) conceptos y fenómenos de comunicación a distancia, sincronización y co-construcción entre terapeutas y pacientes, y entre los miembros del grupo, con correlatos a nivel de SNC y SNA, durante la interacción en el proceso terapéutico, los cuales representan vías de transcendencia del individuo en lo social, y vehículos para la armonización de las relaciones.**

PALABRAS CLAVE:

sincronización, co-construcción, narrativa, transcendencia.

KEY WORDS:

synchronization, co-construction, narrative, transcendence.

ABSTRACT

Abstract: Groups inherit, incorporate and transmit shared conscious and unconscious contents, producing synchronization phenomena in the interaction that refer to the idea of “interpsyche” or “co-brain” from J.L. Moreno and “relational mind” of the J. Seikkula. Phenomena that, like intuition, telepathy, and extrasensory perception could be explained with the theories of “morphic resonance” from R. Sheldrake, the “overlap, entanglement, and teleportation of particles” in Quantum Physics, the “space and time splitting” from th the J.P. Garnier Malet. We will review the parallelisms between the proposals of Seikkula’s Open Dialogue and Moreno’s Psychodrama, analyzing (objectifying?) concepts and phenomena of distance communication, synchronization and co-construction between therapists and patients, and among the group members, with correlates at CNS and ANS levels, during the interaction in the therapeutic process, which represent pathways of transcendence of the individual in the social, and vehicles for the harmonization of relationships.

INTERPSIQUE Y MENTE RELACIONAL: REVISITANDO A MORENO DESDE SEIKKULA

Filgueira Bouza, M.S.

Fecha de recepción: 17/05/2021.

Fecha de aprobación: 29/09/2021.

LA HOJA DE PSICODRAMA Nº 73 (26-39)

Introducción

La obra de Moreno se desglosa en torno a dos pilares básicos: la Teoría de la Espontaneidad, o estudio de la dimensión individual del hombre, y la Sociometría, o estudio de su dimensión social. Refleja su aversión por las “conservas culturales” a las que se aferra el hombre buscando seguridad. Lucha por el “hombre creador”, el desarrollo de sus potencialidades, y el aprendizaje de la “espontaneidad creativa”. En su pensamiento se aprecia la influencia de Buda, Jesús, Marx, Nietzsche, Spinoza. El “élan vital” de Bergson (fuerza que dirige el evolucionismo del mundo) podría llamarse “élan créateur” en Moreno. Con Kierkegaard comparte la preocupación por la “existencia auténtica” vivida y el “espíritu mesiánico”. Con Buber, la idea del “encuentro”. Del Seinismo o Existencialismo Heroico (e.g., Peguy, Schweizer, Weininger, Tolstoy, Kellmer) toma la significación indivisa del ser, el optimismo (creencia en la bondad de las cosas existentes y esfuerzo constante por mantener el flujo natural y espontáneo, y la expresión de la propia existencia), el principio del instante-momento (el aquí y ahora) y la situación presente con sus desafíos (Filosofía del Momento y el proceso del nacimiento), la espontaneidad y la creatividad como proceso universal contrapuesto a las normas culturales. De la Sociología Francesa (Comte, Tarde, Durkheim) recoge la creencia en la bondad innata de lo creado, la búsqueda de una sociedad armónica, la concepción global filosófica de la sociedad (su “Ley Sociogenética” de los grupos recuerda a la “Teoría Organicista y Evolucionista” de Spencer), que le llevó a formular conceptos como el de Átomo Social, así como métodos de investigación y proyectos de organización social (estudio de estatus y roles sociales, test sociométrico, sociogramas). Del Jasidismo, su concepción y postura ante Dios, omnipresente y creador, y su idea del hombre, en

comunicación directa e ininterrumpida con la divinidad, cuyos misterios se manifiestan en la fuerza creadora de los seres: todo ha sido creado por Dios y todo lo creado lleva en sí una chispa divina que hay que descubrir para lograr el contacto inmediato con la divinidad, a la que se accede por toda acción (creación o acto creador). La misión del “zaddik” (profeta jasidista) es descubrir esa chispa en los hombres, como la del terapeuta consiste en descubrir en sus pacientes la potencialidad creadora. El hombre es un dios, en el sentido de creador, que puede convertirse en autor de su propia vida por el desarrollo de sus potencialidades, luchando contra la “máquina diabólica” que es la civilización. Rescatando su creatividad, se hace dueño de sí mismo, recupera la libertad. Moreno transformó el sentimiento religioso jasidista en ideas y técnicas psicoterapéuticas. Reacciona contra el Conductismo, la Gestalt y el Psicoanálisis, considerando que el hombre debe ser estudiado desde él mismo, con sus potencialidades y partes sanas, y no desde el animal o el hombre enfermo. Debe ser estudiado, además, como un ser en relación, trascendiendo el individualismo, proponiendo así la revolución del grupo y de la acción. Defiende insistentemente el aprendizaje en la acción o Educación Activa (Métodos de Role-Playing ó Juego de Roles Didáctico), poniendo en valor la lucha de Rousseau, Pestalozzi y Fröbel contra los métodos tradicionales de enseñanza, donde lo aprendido no está unido a la vida, el interés y la necesidad de los niños. El hombre debe ser preparado para la vida más que para el saber, por medio de la acción, el juego creativo, el contacto inmediato con la naturaleza, el uso sistemático de la danza, la música.

La Teoría de la Espontaneidad explica los elementos del proceso espontáneo creador que facilita la adaptación a las situaciones y propone una metodología para su adiestramiento. La Teoría de las Matrices explica el desarrollo de la identidad humana

como resultado de las interrelaciones básicas y el contexto en el que éstas transcurren, en un proceso que supone la diferenciación progresiva de experiencias, vínculos y roles: desde la fusión absoluta con la madre y las primeras discriminaciones en el Primer Universo (Matriz de Identidad Total Indiferenciada y Matriz de Realidad Total - orden mágico y domesticación), pasando por el impulso de transformación en el Segundo Universo (Matriz Familiar - emulación y confrontación crítica del mundo), hasta la vinculación con el mundo social en el Tercer Universo (Matriz Social - autonomía, autoafirmación, búsqueda de la autorrealización, la verdad y la transcendencia). La Teoría de Roles define y clasifica los sucesivos roles que van aflorando en el proceso evolutivo, describiendo su dinámica y organización en redes. Sobre ella elabora la Socionomía con sus tres ramas: Sociodinámica (leyes de funcionamiento de los grupos, role-playing), Sociometría (métodos de medición de las relaciones interpersonales) y Sociatría (métodos de curación de los sistemas sociales: psicodrama y sociodrama).

1. La Interpsique

La energía “Tele” fue definida por J.L. Moreno como un factor de la naturaleza de los sentimientos que une a los seres entre sí, facilitando el acercamiento y el encuentro. Es una “*unidad sociogenética*” que configura la estructura sociométrica de los grupos (líderes, subordinados, subgrupos, parejas, triángulos, islas, estrellas...), al desencadenar movimientos de atracción (tele positivo), rechazo (tele negativo) e indiferencia (tele neutro) en la dinámica grupal. Es la fuerza afectiva vincular, en forma de “*energía psíquica, proyectada a distancia y recíproca*”, que moviliza las actitudes emocionales básicas (amor, odio e indiferencia) y se manifiesta en las relaciones interpersonales en forma de poderosos lazos emocionales, determinada por la clara y correcta visión intuitiva que

dos personas hacen mutuamente sobre lo real -presente, pasado y futuro- que hay en la otra, suscitando y permitiendo percibir y comprender pensamientos y sentimientos, y configurando entre ellas pautas de relación (acercamiento, distanciamiento, encuentro, ausencia de relación) que, a su vez, configuran la estructura sociométrica de los grupos e influyen sobre su funcionamiento.

El fundamento teórico de toda psicoterapia de grupo viene dado, según Moreno, por cuatro líneas fundamentales:

- 1) El “*Encuentro*”. Fenómeno mediante el cual los miembros individuales de un grupo atraviesan las barreras de la individuación y funden sus corazas aislantes al calor del contacto interpersonal, produciéndose una comunicación transformadora que permite, básicamente, la posibilidad de situarse en el lugar del otro y actuar en consecuencia. Se produce un efecto agrupacional donde se eclipsan las trayectorias biográficas personales y que permite la creación de comportamientos nuevos en el aquí y el ahora, en el seno de la estructura grupal.
- 2) La “*estructura interactiva común*” que determina las posiciones recíprocas variables dentro del grupo.
- 3) *Las vivencias comunes del “consciente” y del “inconsciente comunes”*. En las primeras sesiones de los grupos terapéuticos, la distancia entre los respectivos inconscientes es muy superior a la de los grupos de convivencia, pero “*cuanto más largamente exista un grupo formado artificialmente, tanto más empieza a parecerse a un grupo natural, a desarrollar y a compartir una vida social y cultural inconsciente común, de la que los miembros extraen su fuerza, sus conocimientos y su seguridad...*” (Moreno, 1966).

4) El *intercambio de papeles* entre los miembros como forma de interterapia. En la terapia interpersonal, el terapeuta se transforma en actor participante. Hay dos -o más- pacientes que pueden ofrecerse terapia entre sí. La propia personalidad debe movilizarse para prestar ayuda a los otros.

Toda la teoría y terapia morenianas se fundamentan en una concepción social del hombre, por lo que todo fenómeno psíquico tiene que tener una dimensión de *“Einlandung”* (Convocatoria, invitación), de *“Zwischen”* (intermediario, eslabón), y el inconsciente no iba a ser una excepción. Así, desarrolla la idea del *Inconsciente Común o Co-Inconsciente*, que define como el sistema de vivencias inconscientes comunes que se extiende a las relaciones interpersonales del grupo, basado en las experiencias biográficas compartidas de personas con relaciones y vínculos concretos dentro de un grupo o subcultura. Explica los momentos de interasociación común (“telepatía”) entre personas con vínculos estrechos.

Un estado del yo surge cuando aparece la memoria, la capacidad de soñar, un pasado y una biografía personal. Todo lo que existe en el inconsciente es biográfico, está fundamentado en la experiencia biográfica de las personas que han convivido personal o culturalmente. Las personas con relaciones y vínculos concretos dentro de un grupo o subcultura tienen experiencias comunes, un sistema de vivencias inconscientes comunes que se extiende a las relaciones interpersonales del grupo. Las biografías compartidas explican que las personas que conviven estrechamente se entiendan sin palabras y se puedan predecir mutuamente; la vivencia y la aceptación de una misma cultura explica relaciones entre desconocidos en los tests sociométricos inexplicables por el azar.

El primer encuentro entre dos individuos destinados a una relación estrecha/íntima es el punto de partida de los estados co-conscientes y co-inconscientes. Estos estados ganan significación en los sucesivos encuentros. Se experimentan y producen conjuntamente y, por tanto, se pueden re-reproducir o volver a representar conjuntamente. (...). Tienen propiedades comunes y sólo pueden reproducirse por un esfuerzo combinado... de todos los participantes en el evento. El método lógico para dicha representación *“a deux”* o *“a plusieurs”* es el psicodrama. (...) uno solo no puede producir dicho evento porque los participantes comparten sus estados co-conscientes y co-inconscientes que constituyen la matriz de la que extraen su inspiración y conocimiento. (...) son fenómenos que han *“co”*-producido y que operan entre los que conviven estrecha/ íntimamente, y no pueden ser sustituidos por otras personas; son irremplazables. Están vinculados a través de *“encuentros”*; es la propia vida la que los vincula y es la experiencia de vivir la que desarrolla entre ellos una *“interpsique”*, una corriente estructurada de estados co-conscientes y co-inconscientes. Los encuentros entre los individuos y los estados co-conscientes y co-inconscientes desarrollados entre ellos constituyen la fuente de la que brotan el tele, la transferencia y la empatía. Operan en todo contexto grupal (...).

Arrojadas por el destino social a situaciones que requieren una comunicación, co-acción y cooperación rápidas, las personas tienen que actuar, no como individuos separados, sino como un conjunto. (...), involucradas en co-acción inmediata y espontánea para la que no están preparadas, tienen que superar numerosas dificultades emocionales confrontándose entre sí. Los co-actores en producciones improvisadas tienen que desarrollar una clase especial de talento para la comunicación denominado *“comprensión medial”* (...), precursor de estados co-conscientes y co-inconscientes.

Llamamos co-inconsciente a cualquier proceso mental en el que ninguno de los participantes implicados recuerda un episodio que hay que suponer que ha tenido lugar. Partes grandes de la interpsique suelen ser co-inconscientes.

Llamamos parcialmente co-inconsciente a un proceso mental en el que uno de los miembros de la relación tiene amnesia sobre el episodio mientras que el otro lo recuerda. Dicha amnesia puede tener varias explicaciones:

- 1) A no recuerda porque estaba en la posición de actor cuando tuvo lugar la escena; B recuerda porque estaba en la posición de observador (teoría del hambre de actos en psicodrama).
- 2) A reprimió la escena porque le resulta desagradable recordar.
- 3) Las explicaciones 1 y 2 se pueden complementar.

(...) los estados co-inconscientes son el resultado de la experiencia interpersonal directa entre conjuntos de individuos con relación estrecha o íntima. Pero pueden ser también el resultado de experiencias compartidas a nivel social y cultural. El contacto personal (...) es sustituido entonces por el contacto indirecto, transpersonal o simbólico. La interpsique familiar es sustituida por la "*interpsique cultural*".

La memoria de las experiencias compartidas difiere entre los miembros de la relación:

- 1) Dos o más individuos pueden complementarse o entrar en conflicto porque uno destaca en la percepción visual de sus experiencias comunes, otro en la percepción acústica o del color, debido a diferencias en sus aparatos sensoriales.
- 2) Dos o más individuos pueden complementarse o entrar en discordia porque sus sentidos psicomotores difieren. (...) uno destaca en

sensibilidad a las señales locomotoras, por ejemplo (...).

- 3) En la representación de su futuro, con la técnica de proyección al futuro (...), el acuerdo o desacuerdo es señal de una relación armoniosa o desajustada.

La relación de los estados co-conscientes con los co-inconscientes opera con varios niveles de intensidad y profundidad. (...) Los miembros de la relación pueden tener memoria casi fotográfica para ciertos acontecimientos (...) en casos extremos de clarividencia recíproca. O puede resultar de una vida larga de aceptación, adaptación e integración gradual, de manera que recuerdan bien lo que recuerdan, y lo que ocultan el uno del otro puede haber disminuido en buena medida. Quienes han tenido experiencias compartidas pero han vivido prácticamente separados pueden tener débiles y escasos estados co-conscientes, los estados co-inconscientes dominan su relación.

Uno de los problemas cruciales en el área de las relaciones interpersonales e intergrupales es, hasta donde sabemos, de tipo fisiológico. Cada miembro individual de la relación tiene su propio cerebro que registra todas sus impresiones, incluyendo las que supone que tiene el otro. Lo que se aplica a A, también se aplica a B, C, D, etc. Cada uno depende de su propio cerebro. Este sistema puede ser adecuado para el individuo aislado, pero falta un órgano de sincronización de las condiciones fisiológicas de todos los cerebros individuales, cerebro A, cerebro B, cerebro C, cerebro D, etc., y de los epifenómenos de sus compañeros, las psiques de estos individuos. Falta un "*co-cerebro*", un "*cerebro de la humanidad*". El hecho de que la naturaleza no nos haya provisto con un sistema de co-cerebro, una especie de fisiología cerebral unificadora de la humanidad, es probablemente la razón por la que los sociometristas, sociólogos,

cibernetistas, antropólogos, religiosos, etc., estén intentando inventar un sustituto de dicho cerebro. El sociograma, la sociomatrix, la calculadora automática, etc., ilustran dichos esfuerzos. Los experimentos sobre percepción extra-sensorial, el entrenamiento en tele percepción y en espontaneidad, podrían llegar a producir ese co-cerebro en el proceso evolutivo, dentro de siglos o milenios. Parecerá entonces que la naturaleza nos hubiera provisto a todos de semejante órgano de sincronización. Será una parte de nuestro sistema mundial, tan bien integrado en él como el córtex cerebral en el organismo individual (Moreno, 1961).

Las técnicas psicodramáticas clásicas constituyen los instrumentos para investigar los estados inconscientes comunes (Moreno, 1967, 1975):

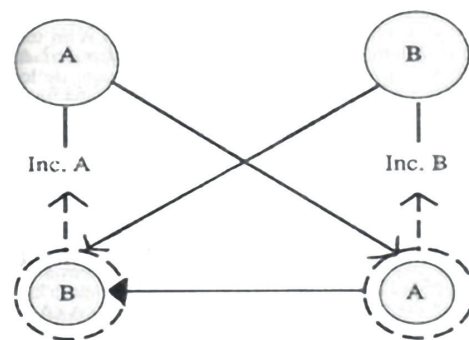
Soliloquio: Verbalización en forma de monólogo de las imágenes, ideas y vivencias evocadas en un momento escénico. “La técnica del soliloquio ‘amplifica’ los procesos inconscientes de A in situ, es decir, opera en una situación en la que A se encuentra actualmente, aparte de B o en relación con B” (Moreno, 1967, p. 93);

Cambio De Roles: Dos sujetos intercambian sus papeles (A hace de B, y B hace de A), para aportar “insight” sobre las vivencias contenidas en el lugar del otro y destapar/ajustar las incongruencias en la comunicación. “La técnica de inversión de roles se propone ligar a A al inconsciente de B y a B al inconsciente de A. El terapeuta puede hacer que A asocie libremente en el inconsciente de B y que B asocie libremente en el inconsciente de A, utilizando al revés el marco de referencia del sujeto: haciendo que A asocie libremente como si B se dirigiese a A y que B asocie

libremente como si A se dirigiese a B, de esta manera, cada uno de ellos se acerca lo más estrechamente posible a las profundidades del interior del otro. Imagínese el lector que A y B son padre e hijo, o marido y mujer; tendrán que superar, además de las resistencias “internas” que cada uno de ellos tiene frente a su propio inconsciente, la resistencia interpersonal que cada uno tiene frente al otro. Si son, por ejemplo, padre e hijo, cada uno de ellos puede estar reprimido en el inconsciente del otro. Mediante la inversión de roles, por lo tanto, podrán sacar afuera mucho de lo que han estado acumulando durante años”. Figura 1 (Moreno, 1967, p. 94).

FIGURA 1

Técnicas de inversión de roles



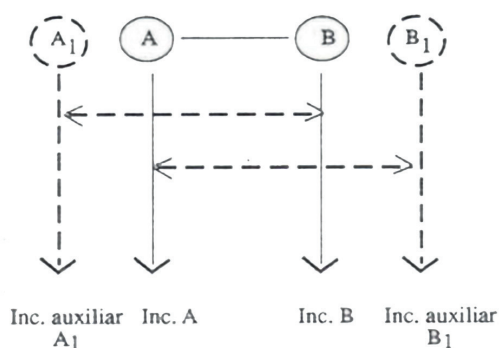
A, desempeña el rol de B.
B, desempeña el rol de A.
La técnica de la inversión de roles hace que A haga la parte de B, y B la parte de A, en situaciones que interesan a ambos. A puede vivenciar las interacciones con B dentro de sí mismo, B las interacciones con A dentro de sí mismo. A “se ve” a sí mismo cuando actúa B, B “se ve” a sí mismo cuando actúa A.

Doble: Un ego-auxiliar (o el psicodramatista) se pone en el lugar del protagonista, verbalizando a su lado (o detrás de él) lo que éste no puede o se resiste a verbalizar.

“La técnica del doble reproduce los procesos inconscientes (...). El doble le

procura a A un inconsciente auxiliar. Si B también tiene un doble, como A, aportándole un inconsciente auxiliar, la comunicación normal entre A y B se extiende transformándose en una comunicación en ocho direcciones”. Figura 2 (Moreno, 1967, pp. 95-96).

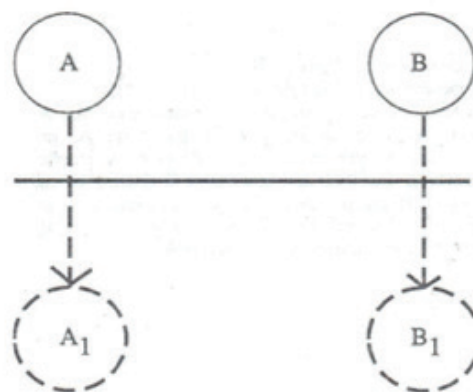
FIGURA 2
Técnica del Doble



La técnica del doble permite comunicaciones de "ocho direcciones": entre A y B, B y A, A y B1, B1 y A, A1 y B, B y A1, A1 y B1, B1 y A1.

Espejo: Un ego-auxiliar ocupa el lugar del protagonista, que sale de la escena, y reproduce fielmente su imagen o la representación para que el protagonista pueda observar desde fuera su propia imagen o representación. "La técnica del espejo 'refleja' la imagen corporal y el inconsciente de A a una distancia tal de él como para que él pueda verse a sí mismo. Esta 'reflexión' está hecha por un ego-auxiliar que ha hecho un estudio minucioso de A. Igual proceso se hace con B, el partenaire de A. A y B pueden verse el uno en el otro en el espejo de los ego-auxiliares que los reflejan respectivamente. En la técnica del espejo, el protagonista es un espectador, un observador que contempla el espejo psicológico y se ve a sí mismo". Figura 3 (Moreno, 1967, págs. 96-97).

FIGURA 3
Técnica de Espejo



A₁ - un individuo auxiliar reflejando a A en una serie de situaciones. A puede verse representado por A₁, si bien puede ocurrir que ninguno de los componentes del grupo sepa de su presencia hasta que él mismo, A, destruya el incógnito, aprobando o rechazando el "espejo". A puede ser también el B real y el espejo de B (B₁).

B₁ - un individuo auxiliar reflejando a B en una serie de situaciones. B puede verse a sí mismo representado por B₁, si bien puede ocurrir que ninguno de los componentes del grupo sepa de su presencia hasta que él mismo, B, rompa el incógnito, aprobando o rechazando el "espejo". B puede ser también el A real y el espejo de A (A₁).

A continuación, nuestras propuestas para la exploración y el trabajo con el tele, la empatía y el co-inconsciente:

- 1) Técnicas psicodramáticas clásicas y técnicas gráficas para el estudio del inconsciente (Filgueira Bouza & Mirapeix Costas, 2016; Moreno, 1961, 1966, 1967, 1975; Peciccia, 2013);
- 2) Inconsciente familiar y Psicodrama transgeneracional (Maciel, 2014; Schützenberger, 2008);
- 3) Exploración y entrenamiento de niveles de conciencia (Blatner, 1986; H. Kesselman, E. Pavlovsky, & L. Frydlevsky, 1981);
- 4) Entrenamiento en compasión y empatía (Blatner, 1991, 1992; Davidson, 2017);

5) Entrenamiento del co-inconsciente: doble como protagonista (Muñoz, 1997) y doble intérprete (Filgueira Bouza, Haire Collins, & Muñoz, 2007).

Los psicodramatistas estamos familiarizados con estos fenómenos intersíquicos, pero ¿podemos decir que su existencia ha sido o puede ser de algún modo demostrada?

2. **Mente Relacional: sintonización y sincronización a partir de contenidos no conscientes**

El equipo que ha desarrollado el Modelo Finandés Diálogo Abierto, bajo la coordinación del Profesor de Psicoterapia Jaakko Seikkula, con los mejores resultados del mundo occidental en las últimas cuatro décadas en el tratamiento de la psicosis con métodos psicosociales, está participando en un proyecto de investigación sobre intersubjetividad y sincronización entre terapeutas y clientes en relación a la alianza terapéutica y los resultados (Seikkula et al., 2014, 2015). Parten de los siguientes supuestos básicos sobre la vida relacional:

- 1) Nacemos y crecemos en relaciones, los efectos de las mismas se registran en el cuerpo (“*ser incorporado*”);
- 2) Somos intersubjetivos, la identidad se desarrolla en la interacción (paralelismo con la teoría de la identidad y los roles de Moreno);
- 3) La vida es vivir en la polifonía de voces, el diálogo entre voces es la experiencia humana básica.

El proyecto “*La Mente Relacional en Acontecimientos de Cambio en Diálogos Terapéuticos Multiactorales*” es dirigido por la Universidad de Jyväskylä en colaboración con otras cuatro universidades de Europa. La intención es examinar (I) cómo los participantes en diálogos multiactorales sincronizan su conducta –y especialmente sus movimientos corporales- entre sí; (II) si

los acontecimientos de cambio en la sesión conllevan activación emocional por parte de los clientes y los terapeutas; (III) qué ocurre implícitamente en los momentos importantes del diálogo cuando las cosas no se dicen en voz alta; (IV) cómo cualquier mejoría se relaciona con la sintonización mutua y la sincronización de movimientos en todos los aspectos recién mencionados. El estudio realiza la observación en paralelo de los diálogos externos e internos entre clientes y terapeutas, en un escenario multiactoral, con medidas del Sistema Nervioso Autónomo, y explica cómo se sincronizan mutuamente terapeutas y clientes con todo su cuerpo mientras participan en el diálogo.

La mente relacional incluye las relaciones y voces externas del momento presente en la interacción manifiesta (polifonía horizontal) y todas las relaciones o “*voces de la mente*” de nuestra vida (polifonía vertical), de todos los participantes en dicha interacción. Los recuerdos implícitos internos incorporados en el diálogo cobran significado en un momento responsivo único para cada participante. Para manejar esta interconexión de la mente, los seres humanos se sintonizan entre sí constantemente: - a nivel de Sistema Nervioso Autónomo (Simpático y Parasimpático): actividad electrodérmica, presión sanguínea, tasa cardíaca; a nivel de Sistema Nervioso Central: las neuronas espejo perciben el estado afectivo del otro (¿co-cerebro en Moreno?); en movimientos corporales, prosodia, expresiones faciales (de modo particular, la sonrisa); en diálogos con expresiones que esperan respuesta y por tanto relatos en co-autoría que se generan en el momento presente.

Los resultados preliminares sugieren que:

- i) Las reacciones del SNA (activación del Sistema Nervioso Simpático) en concordancia recíproca pueden representar la experiencia empática incorporada (clientes y terapeutas experimentan activación en sintonía mutua), y por tanto facilitar

una mejor alianza terapéutica y mejores resultados en terapia;

ii) En un episodio aislado no todo se relaciona entre sí: la sintonización no es un fenómeno de “*todos a la vez*”, sino un fenómeno complejo, diádico o triádico..., que cambia con el tiempo, por la información que llega de varios canales;

iii) Los episodios más estresantes pueden presentarse durante el discurso de otros en las reuniones, incluso durante las charlas reflexivas que mantiene el equipo profesional ante los pacientes, y ello puede reflejar la sensibilidad a lo que se dice;

iv) Los cambios en la prosodia y el ritmo del diálogo potencian el enfrentamiento de cuestiones emocionales por parte de los clientes, la activación afectiva puede producirse en ausencia de palabras verbalizadas (observaciones en los momentos de silencio);

v) La crítica de la identidad del otro produce activación del Sistema Nervioso Simpático;

vi) Puede existir una ventana óptima de estrés en terapia (a semejanza del nivel óptimo de activación para el aprendizaje);

vii) La observación de las reacciones del SNA puede arrojar luz sobre lo que es importante para la persona, incluso cuando la persona no es todavía consciente de ello, lo que podría contribuir a adaptar la terapia a las necesidades individuales.

Principios fundamentales de diálogo abierto

1. Ayuda inmediata: constitución de un equipo que ofrecerá la primera reunión en 24 h. desde la petición de ayuda, y un tratamiento integrado con la inclusión de apoyos naturales.

2. Perspectiva de red social: profesionales del equipo multidisciplinar, familia, colegas, amigos y miembros clave de la red social se incluyen en las reuniones,

para la discusión abierta y la toma conjunta de decisiones; el paciente, la familia y la red son socios competentes en el proceso de recuperación.

3. Flexibilidad y movilidad: respuesta adaptada a las necesidades especiales y cambiantes de cada paciente y su red social, reuniones de tratamiento de la duración, con toda la frecuencia y durante el período necesarios, el lugar y el momento de la reunión son flexibles y se acuerdan conjuntamente (preferiblemente se celebran en el entorno natural del paciente).

4. Responsabilidad: quien establece el primer contacto se hace cargo de concertar y organizar la primera reunión, todos los miembros del equipo son co-responsables de todas las cuestiones importantes, que se discuten abiertamente.

5. Continuidad psicológica: el mismo equipo integrado se hace cargo de todo el proceso al margen del lugar donde se administra el tratamiento, en la siguiente crisis se constituye el núcleo del mismo equipo.

6. Tolerancia de la incertidumbre: la conversación reflexiva abierta ayuda a tolerar la incertidumbre y la ansiedad, y a promover los recursos psicológicos del paciente y los suyos, en reuniones intensivas con la red (diarias si es preciso) hasta que se resuelve la crisis; requiere construir un escenario para un proceso seguro basado en la escucha atenta, ritmo pausado, respuesta a las preocupaciones específicas, responsabilidad compartida..., evitando conclusiones, decisiones y planes de tratamiento prematuros (dejar a un lado la inclinación a resolver, modificar... etc., se trata de ayudar a expresar y compartir la experiencia).

7. Dialogismo (& polifonía): énfasis en generar diálogo con transparencia y apertura más que en promover el

cambio, proceso de escuchar e intentar comprender, creación de un lenguaje conjunto en el que la persona tiene voz, todas las voces son escuchadas y tienen el mismo valor, se generan nuevas palabras para las experiencias que todavía no tienen lenguaje, se busca un entendimiento común de la situación dentro de la red. Todas las cuestiones, análisis de los problemas, toma de decisiones y planificación de tratamiento se discuten abiertamente delante de todos, incluyendo la hospitalización y el uso de medicación (se evitan los antipsicóticos si es posible, el diagnóstico se aplaza todo lo posible, se habla con las personas en lugar de administrar tests psicológicos).

Elementos de Diálogo:

1. Es seguro hablar de todos los temas, incluso los difíciles.
2. Te puedes expresar tal como eres, se permiten todas las opiniones y sentimientos.
3. Todo el mundo tiene el derecho y la oportunidad de ser escuchado.
4. Ninguna persona (ninguna voz) es mejor que otras.
5. Deseo de escuchar lo que los otros tienen que decir.
6. Disposición a reflexionar, dudar y cambiar los propios puntos de vista.
7. No tienes que estar seguro, nadie posee la verdad absoluta.
8. Valoración y puesta en común colaborativa.
9. Permiso para ser uno mismo.
10. Responsabilidad por uno mismo y por los otros.

Las investigaciones de Seikkula avalan la existencia de la comunicación a distancia

con métodos científicos. Otras propuestas que pueden proporcionar vías para objetivar los fenómenos postulados por Moreno son las teorías de la “resonancia mórfica” (Sheldrake, 1981, 2011), la “superposición, entrelazamiento y teleportación de partículas” en Física Cuántica (Álvarez, 2019; Porporato, 2015), el “desdoblamiento del espacio y el tiempo” (Malet, 2012). Las hemos revisado en un trabajo anterior (Filgueira Bouza, 2019).

La habilidad de las partículas cuánticas para estar en dos sitios a la vez explicaría la eficacia de las enzimas para catalizar todo tipo de reacciones químicas, el flujo de electrones en la acción de los neurotransmisores, los vínculos entre la conciencia y el cuerpo, la interacción entre pensamientos, emociones y células... Esta interacción explicaría los efectos beneficiosos de la meditación, las visualizaciones, las técnicas de relajación, en general, el funcionamiento holístico de las terapias naturales y tradicionales, y podría llegar a afectar a la expresión de los genes. Al meditar, el estado de armonía podría difundirse desde el cerebro al resto del cuerpo. Podríamos cambiar la actitud que lleva de la enfermedad a la salud. Y no solo eso: también afectaría a las personas que rodean al meditador, como se ha probado a través de la observación de la actividad cerebral. Entonces, sería posible curar por resonancia. Para Lipton (2007), al establecerse una relación entre terapeuta y paciente, si la mente -y cada una de las células- del primero se encuentra en armonía, ya está produciendo un beneficio en el segundo. ¡Antes de que haya iniciado tratamiento alguno! Por supuesto, esto no convierte en innecesarios los medicamentos, los cambios en la dieta u otras terapias. Lo que nos enseña el mundo cuántico es que todo en nuestro cuerpo/mente está relacionado a niveles profundos y todavía muy desconocidos. Y lo mismo se puede decir de las relaciones entre el cuerpo y su entorno. ¿Hasta dónde llega el efecto de un pensamiento, un recuerdo o una emoción? Podemos estar influyendo y, por tanto, ser

influidos por las personas que nos rodean y por las formas, los sonidos, los colores o los aromas... ¡Nunca se sabe cuál es el efecto que puede llegar a tener la movilización de energías subconscientes!

Los físicos, matemáticos e informáticos están dando pasos para desarrollar el primer ordenador cuántico, que multiplicará miles de veces la capacidad de cálculo de los actuales. Quizá cuando seamos capaces de construir computadoras potentes de este tipo, empezaremos a entender mejor cómo funcionamos desde el nivel cuántico y se desarrollarán nuevos tratamientos. O quizás avancemos en la comprensión de que el ordenador cuántico ya estaba en nuestro poder y que era nuestra propia conciencia (Walter, 2017), el co-cerebro anunciado por Moreno. Un estudio de la Universidad de Bristol ha conseguido por primera vez “teletransportar” información entre dos chips sin estar conectados física o electrónicamente (Álvarez, 2019).

3. Confluencias en las bases del Teatro Espontáneo/Psicodrama/Sociodrama y del Diálogo Abierto: Revisitando a Moreno desde Seikkula.

Trabajamos desde un marco teórico integrativo y de tratamiento integral (mente-cuerpo-entorno), en equipo transdisciplinar, en red, ajustado a necesidades, focalizando recursos y potencialidades, en los diferentes formatos (individual, bipersonal, pareja, familia, grupo, comunidad), con el Modelo Comunitario y de Tratamiento Asertivo Comunitario (Modelo Avilés), con la metodología psicodramática (técnicas activas, role-playing, teatro espontáneo, psicodrama, sociodrama), sistémica (terapia narrativa) y diálogo abierto, sobre la identidad, los roles, la mente relacional, el construccionismo social y la inclusión social (Filgueira Bouza, 2017; Marfá Vallverdú, Filgueira Bouza, & Olabarría González, 2019; Filgueira Bouza, 2020, in prensa). Con estas premisas, señalamos los paralelismos que detectamos entre Moreno y Seikkula.

Identidad, Roles e Interpsique en Jacob Levy Moreno

La identidad es un “mosaico de roles en constante interrelación”. El individuo interpreta roles en la inter-acción de acuerdo a normas de convivencia y, por el desempeño de roles, adquiere autoconciencia (su identidad). El Yo se forma por conglomerados cada vez más complejos de roles que van afluyendo progresivamente en el desarrollo evolutivo hasta la confluencia de una totalidad integrada. El Yo total tiene tres partes intermediarias: el Cuerpo, a cuya conciencia se accede por medio de los Roles Psicosomáticos, la Psique, a la que se accede por los Roles Psicodramáticos, y la Sociedad, a la que se accede por los Roles Sociales.

Los miembros de los grupos (naturales, sociales) incorporan y transmiten, a través de las relaciones interpersonales y de los vínculos, por contacto directo (convivencia) o indirecto (transpersonal, transgeneracional, simbólico), contenidos de una vida cultural común y un sistema de vivencias y creencias compartidas, una “interpsique” o corriente estructurada de estados conscientes e inconscientes. Las situaciones que requieren comunicación y cooperación exigen de las personas actuar como un conjunto, en co-acción. Los co-actores en producciones improvisadas tienen que desarrollar una clase especial de talento para la comunicación llamado “comprensión medial”. Cada miembro individual de la relación tiene y depende de su propio cerebro, pero hace falta un órgano de sincronización de las condiciones fisiológicas de todos los cerebros y sus “psiques”, un “co-cerebro” o “cerebro de la humanidad”. Los encuentros entre los individuos y los estados co-conscientes y co-inconscientes desarrollados entre ellos constituyen la fuente de la que brota el tele, la transferencia y la empatía, configurando la estructura y la dinámica grupal. Esta es la vía para la transcendencia del individuo

y para el tratamiento y la curación (acceso a la armonía) de los sistemas sociales (Sociatría).

Mente Relacional, Polifonía y Diálogo en Jaakko Seikkula

La base del desarrollo de la mente es interactiva e intersubjetiva. La comunicación desde etapas tempranas consiste en la sincronización de acciones, movimientos corporales, gestos, vocalizaciones..., en las percepciones del otro y desde el otro que observa una misma realidad (C. Trevarthen, M.C. Bateson, S. Bråten, M. Bakhtin, M. Iacaboni, E. Husserl). La mente está parcialmente constituida por su interacción con otras mentes (D. Stern). Las experiencias de las relaciones se almacenan en la memoria corporal y, cuando se formulan en palabras, se convierten en las voces de la vida que se activan en las situaciones relacionales (E. Fivaz-Depeursinge). La mente humana es polifónica (J. Seikkula).

La mente relacional incluye las relaciones y voces externas del momento presente en la interacción manifiesta (polifonía horizontal) y todas las relaciones o "*vozes internas de la mente*" de nuestra vida (polifonía vertical) de todos los participantes en dicha interacción. Los recuerdos implícitos internos incorporados en el diálogo cobran significado en un momento responsivo único para cada participante. Para manejar esta interconexión de la mente, los seres humanos se sincronizan entre sí constantemente (con todo su cuerpo y mente), a nivel de Sistema Nervioso Autónomo (simpático y parasimpático), Sistema Nervioso Central (neuronas espejo), movimientos, expresiones y diálogos. Esta sincronización es utilizada para trabajar en metas comunes.

Los participantes en diálogos multiactorales sincronizan su conducta, especialmente los movimientos corporales

y cuando los acontecimientos conllevan activación emocional. Terapeutas y pacientes sincronizan respuestas de su Sistema Nervioso Autónomo en función de contenidos con significado compartido que emergen en la conversación terapéutica o están latentes en los momentos de silencio. Cualquier mejoría en la alianza terapéutica y en el proceso terapéutico se relaciona con la sintonización mutua (indicador, medida y desarrollo de la empatía) y la sincronización de movimientos y respuestas.

Conclusión

Los principios de Diálogo Abierto, muy particularmente el principio de Dialogismo y Polifonía, y los Elementos de Diálogo de la tabla presentada en el apartado anterior, han estado siempre presentes en la filosofía de nuestro equipo y grupos. También la corresponsabilidad, tratando de eludir la organización jerárquica, procurando simetría en las relaciones y roles, compartiendo el liderazgo de las sesiones en un funcionamiento democrático entre iguales.

Resulta gratificante comprobar cómo se amplía y enriquece el repertorio de roles de los participantes en esta dinámica colaborativa, contribuyendo al empoderamiento y la autonomía. La conexión grupal en las sesiones de Teatro Espontáneo/Psicodrama/Sociodrama emerge con fluidez, como la sintonización entre equipo terapéutico y clientes en las reuniones con Diálogo Abierto, cuando se desarrolla esta clase de inter-escucha simultánea colectiva, solidaria, empática e igualitaria. La co-construcción de narrativas colectivas aumenta el sentido de pertenencia, la identificación de objetivos comunes, la participación activa en los resultados, la autoestima y la cohesión social. La práctica de la espontaneidad y el diálogo polifónico se nutren recíprocamente armonizando la dinámica relacional. Autorrealización por la transcendencia, en definitiva, transformación personal y social.

REFERENCIAS

- Álvarez, R. (2019). Por primera vez consiguen “teletransportar” información entre dos chips sin estar conectados física o electrónicamente, según la Universidad de Bristol. <https://www.xataka.com/investigacion/primera-vez-consiguen-teletransportar-informacion-dos-chips-estar-conectados-fisica-electronicamente-universidad-bristol>
- Blatner, A. (1986, 2008). *Five levels of awareness*. <http://www.blatner.com/adam/psyntbk/fivelevelawareness.html>
- Blatner, A. (1992). *Using role playing in teaching empathy*. Paper presented as part of Symposium on the Arts in Medicine at the American Psychiatric Association Annual Meeting, May 5, 1992. <https://www.blatner.com/adam/pdntbk/tchempathy.htm>
- Ellenberger, H.F. (1976). *El descubrimiento del inconsciente. Historia y evolución de la psiquiatría dinámica*. Madrid: Gredos.
- Fernández Espinosa, A.M. (2017). *Sociodrama: características y aplicaciones*. Máster thesis. Universidad de Valencia. Valencia, España.
- Filgueira Bouza, M.S. (1991 Prim). El inconsciente en Psicodrama: Una revisión de las principales teorizaciones. *Vínculos*, 2, 69-89.
- Filgueira Bouza, M.S. (1992). Psicología Grupal y Psicodrama. *Siso Saúde*, 4.
- Filgueira Bouza, M.S. (2015a). *Psicodrama y Conciencia ¿Por qué abordar la conciencia y qué puede aportar el psicodrama?* *La Hoja de Psicodrama*, 23(63), 46-61.
- Filgueira Bouza, M.S. (2015b). *Co-Consciente y Co-Inconsciente: lazos para la construcción social*. Actas de la XXX Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama. Pontevedra: AEP.
- Filgueira Bouza, M.S. (2019). *Tele-energía, co-inconsciente, mente relacional: ¿Epifenómenos en pseudoterapia y pseudociencia?* Actas del XXXIV Congreso de la Asociación Española de Psicodrama. Salamanca: AEP.
- Filgueira Bouza, M.S. (2020). *Diálogo Abierto y Teatro Espontáneo II*. *La Hoja de Psicodrama*, 70, 70-81.
- Filgueira Bouza, M.S. (Coord.) (2009). *Manual de Formación de la Asociación Española de psicodrama: Normativa de Acreditaciones, Escuelas y Programa Oficial*. Lulu.
- Filgueira Bouza, M.S. (2017). Grupo ‘Lusco Fusco’, Arte y Salud. Teatro para la justicia y la transformación social. *La Hoja de Psicodrama*, 25(65), 20-47.
- Filgueira Bouza, M.S., & Haire Collins, A. (2006). El Doble y el Intérprete: propuesta de un programa de entrenamiento para traductores en eventos de Psicodrama y Psicoterapia. *La Hoja de Psicodrama*, 14(54), 20-29.
- Filgueira Bouza, M.S., Haire Collins, A., & Muñoz, E. (2007). *El Doble y el Intérprete: entrenamiento psicodramático para traductores*. Actas del VI Congreso Iberoamericano de Psicodrama y XXII Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama. A Coruña: AEP.
- Filgueira Bouza, M.S. (2013). La Terapia Psicodramática (desde el enfoque clásico moreniano). *Vínculos*, 1, 5-41.
- Filgueira Bouza, M.S., & Mirapeix Costas, C. (2016). Variaciones del psicodrama y función reflexiva. *La Hoja de Psicodrama*, 24(64), 37-54.
- Fundación SaludArte. <http://www.saludarte.org/>
- Garnier Malet, L., & Garnier Malet, J.P. (2012). *El doble ¿Cómo funciona?*. Madrid: Reconocerse.
- Garrido Martín, E. (1978). *Jacob Levi Moreno.- Psicología del Encuentro*. Madrid: Atenas.
- Jung, C.G. (1977). *Arquetipos e inconsciente colectivo*. Buenos Aires: Paidós.
- Kesselman, H., Pavlovsky, E., & Frydlevsky, L. (1981). *Las escenas temidas del coordinador de grupos*. Madrid: Fundamentos.
- Laplanche, J., & Pontalis, J.B. (1983). *Diccionario de Psicoanálisis*. Barcelona: Labor.
- Lipton, B.H. (2007). *La biología de la creencia: la liberación del poder de la conciencia, la materia y los milagros*. México: Palmyra.
- Maciel, M. (2014). El uso del psicodrama en la terapia transgeneracional. *La Hoja de Psicodrama*, 22(62), 45-52.
- Mandolini Guardo, R.G. (1974). *De Freud a Fromm: Historia General del Psicoanálisis*. Buenos Aires: Ciordia.

... REFERENCIAS

- Marfá Vallverdú, J., Filgueira Bouza, M.S., & Olabarria González, B. (2019). Diálogo Abierto y Teatro Espontáneo. *La Hoja de Psicodrama*, 26(68), 106-112.
- Martínez Bouquet, C. (1977, 2005). *Fundamentos para una teoría del psicodrama*. México: Siglo XXI.
- Moccio, F., Pavlovsky, E., & Martínez Bouquet, C.M. (1981). *Psicodrama: Cuándo y Por qué Dramatizar*. Madrid: Fundamentos.
- Moreno, J.L. (1961). Interpersonal Therapy and Co-Unconscious States. A Progress Report in Psychodramatic Theory. *Group Psychotherapy*, 14 (3-4), 234-241.
- Moreno, J.L. (1962). *Fundamentos de la Sociometría*. Buenos Aires: Paidós.
- Moreno, J.L. (1967). *Las bases de la psicoterapia*. Buenos Aires: Hormé.
- Moreno, J.L. (1975). *Psicoterapia de Grupo y Psicodrama*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Moreno, J.L. (1976). *Las Palabras del Padre*. Buenos Aires: Vancú.
- Moreno, J.L. (1977). *El Teatro de la Espontaneidad*. Buenos Aires: Vancú.
- Moreno, J.L. (1977). *Psicomúsica y Sociodrama*. Buenos Aires: Hormé.
- Moreno, J.L. (1978). *Psicodrama*. Buenos Aires: Hormé.
- Moreno, Z.T. (1965). Psychodramatic rules, techniques and adjunctive methods. *Group Psychotherapy*, 18(1-2), 73-86.
- Muñoz, E. (1997). *Explorando el Co-Inconsciente Moreniano*. Actas del 1er Congreso Iberoamericano de Psicodrama. Salamanca,. Universidad de Salamanca: Instituto de Estudios de Iberoamérica y Portugal.
- Pavlovsky, E., Martínez Bouquet, C., & Moccio, F. (1979). *Psicodrama Psicoanalítico en Grupos*. Madrid: Fundamentos.
- Payne, M. (2002). *Terapia Narrativa. Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós.
- Peciccia, M., & Donnari, S. (2013). *Therapeutic mirror images in the therapy of schizophrenia: progressive mirror drawing and video-integration in group therapy*. Paper presented at the 12th European Arts Therapies Conference. Paris, France.
- Pereira Tercero, R. (1994). Revisión histórica de la terapia familiar. *Psicopatología*, 14(1), 5-17.
- Porporatto, M. (2015). *Física Cuántica*. <https://quesignificado.com/fisica-cuantica/>
- Sanchís, I. (2017). *Entrevista a Richard Davidson: “La base de un cerebro sano es la bondad, y se puede entrenar”*. <https://www.lavanguardia.com/lacontra/20170327/421220248157/la-base-de-un-cerebro-sano-es-la-bondad-y-se-puede-entrenar.html>
- Schützenberger, A.A. (2008). *¡Ay, mis ancestros!*. Buenos Aires: Aguilar.
- Seikkula, J., & Arnkil, T.E. (2014). *Open dialogues and anticipations: Respecting the Otherness in the present moment*. Helsinki: THL.
- Seikkula, J., & Arnkil, T.E. (2016). *Diálogos terapéuticos en la red social (Psicopatología y Psicoterapia de las Psicosis)*. Barcelona: Herder.
- Seikkula, J., Karvonen, A. Kykyri, V.L., Kaartinen, J., & Penttonen, M. (2015). The Embodied Attunement of Therapists and a Couple within Dialogical Psychotherapy: An Introduction to the Relational Mind Research Project. *Family Process Journal*, 54(4), 703-715.
- Sheldrake, R. (1981). *A New Science of Life: The Hypothesis of Morphic Resonance*. Paris, Maine: Park Street Press.
- Sheldrake, R. (2011). *Una Nueva Ciencia de la Vida: la Hipótesis de la Causación Formativa*. Barcelona: Kairos.
- Walter, C. (2017). *Medicina cuántica: ir al origen de la enfermedad*. https://www.cuerpomente.com/salud-natural/terapias-naturales/medicinacuantica_1548
- White, M., & Epston, D. (1993). *Medios Narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.