PSICODRAMA: ALGUNAS REFLEXIONES TEÓRICAS, A PARTIR DE UNA EXPERIENCIA PRÁCTICA

Msc. Odalys Roche Chávez. Facultad de Psicología. Universidad de La Habana.

RESUMEN

En el artículo, la autora, a partir de una experiencia de formación realizada por un grupo de psicólogos y estudiantes de Psicología a través de la técnica psicodramática, realiza un análisis acerca de la importancia teórica, metodológica y epistemológica del Psicodrama como metodología para el conocimiento e investigación de la subjetividad, al tiempo que permite la intervención psicológica (terapéutica), y cumple objetivos de formación. Dicho análisis pretende además establecer una comparación entre el proceso terapéutico en la psicoterapia individual y el proceso terapéutico psicodramático.

ABSTRACT

At the article, the author, after an experience of formation carried out by a group of psychologists and Psychology students, through the psychodramatical technic, carries out an analysis about the theoretical, methodological and epistemological importance of the Psychodrama as a method for the research and knowledge of the subjectivity, as well as the psychotherapeutical intervention, and at the same time, makes possible the psychological training. Is a purpose of this analysis try to compare the individual psychotherapy and the psychodramatical process.

El presente artículo forma parte de un libro que se encuentra aún en proceso de edición, que sistematiza las vivencias y reflexiones personales, así como algunas reflexiones teóricas acerca del Psicodrama como escenario de formación, terapéutico y de investigación, de un grupo de profesionales y estudiantes de Psicología que participaron durante un período de dos años y medio en una experiencia de formación en el Centro de Orientación y Atención Psicológica (COAP) "Alfonso Bernal del Riesgo", de La Facultad de Psicología de la Universidad de la Habana, como parte del Programa de Intercambio Científico acerca de la labor diagnóstica y la orientación MediCuba/ Suiza-COAP, que desde el año 1997, se viene realizando en dicho centro.

A partir de los datos sistematizados en este material, el artículo presenta el análisis que realizamos acerca de la importancia teórica, metodológica y epistemológica del Psicodrama como metodología para el conocimiento e investigación de la subjetividad, al tiempo que permite la intervención psicológica (terapéutica), y cumple objetivos de formación.

La experiencia, que fue conducida por una psicóloga de formación psicoanalítica, y su equipo asesor, cumplió en primera instancia, objetivos terapéuticos y de formación. Siendo los protagonistas de la misma, profesionales y futuros profesionales de la Psicología; que contamos con la formación necesaria para comprobar el impacto de ésta sobre el propio crecimiento personal, así como su validez como vía de acceso a la profundidad de la subjetividad como realidad dinámica, compleja, que se constituye históricamente; nos planteamos como objetivo su sistematización, para demostrar la importancia del método, como instrumento de intervención psicológica y de investigación; intentando en una primera aproximación, a partir de los datos aportados por cada uno de los investigados (investigadores), elevarnos en reflexiones más generalizadoras, de carácter teórico.

El Psicoanálisis introduce una concepción de la formación de especialistas (psicólogos, psicoterapeutas), en la que se concibe que es importante el propio trabajo con la subjetividad individual de los profesionales, el análisis, o sujeción a tratamiento por parte del propio profesional, de modo tal que su propia conflictividad individual no interfiera el análisis de la conflictividad del paciente y la conducción del proceso terapéutico. Esta concepción se extiende también a la formación de otros profesionales que trabajan con seres humanos (maestros, médicos, etc.), donde la propia subjetividad del profesional, puede afectar la calidad del proceso y su actuación en contra del beneficio del paciente.

En esta experiencia científica, los participantes se sometieron a un proceso de formación, a partir de la metodología propuesta por la Dra. Úrsula Hauser, que trabaja la técnica psicodramática, conducida e interpretada desde la concepción psicoanalítica, con sede en los presupuestos conceptuales del Etnopsicoanálisis crítico, comprometido con la práctica social.

Luego de este proceso, los miembros del grupo sistematizaron sus vivencias y percepciones acerca de esta experiencia, realizando análisis individuales

de la misma; a partir de los cuales, abstraemos los elementos esenciales comunes, que intentamos sistematizar.

En este trabajo grupal los propios sujetos fueron los investigadores que, desde el análisis del impacto subjetivo que esta experiencia tuvo para ellos, aportaron los datos necesarios para fundamentar por qué el psicodrama constituye una metodología válida para la investigación, y cambio de la subjetividad.

Del análisis de este reporte podemos sistematizar en primer lugar, que el Psicodrama como recurso metodológico, en manos de un (a) terapeuta que fundó un proceso terapéutico- y de formación sobre la base de la confidencialidad, el respeto mutuo y la aceptación; es una técnica que propicia un viaje en el imaginario grupal e individual hacia cualquier dimensión temporal, y en tanto ello, posibilita la creación de un espacio ¨surrealista¨; en el que la persona puede retornar a su pasado vivencial, de sentidos subjetivos, y puede ver su historia, su experiencia, desde el presente vivencial. El psicodrama se apoya en el trabajo con la emocionalidad de la persona en el ¨presente surrealista¨, en el que se intentan reproducir las condiciones de sentido subjetivo de la experiencia vivida, la que generó cierta conflictividad en el pasado vivencial, que aún perdura en el presente real de la vida de la persona, y que ésta desea comprender, elaborar, un poco más profundamente.

Con la ayuda de los otros (los miembros del grupo, y el propio terapeuta: director, equipo coordinador, asistencia), se puede lograr la multiplicación del sentido subjetivo adjudicado por la persona (as) a la experiencia individual. Este mismo efecto es posible alcanzarlo desde la diada terapéutica, donde el terapeuta se convierte en un multiplicador del sentido subjetivo adjudicado por la persona a su experiencia a partir de la gama de sentidos subjetivos de las que se apropia en su ejercicio profesional, por el contacto con lo humano diverso, y su experiencia acumulada; así como, a partir de sus propias vivencias y reflexiones personales, que determinan la construcción, a nivel subjetivo, de sus propios sentidos personales, los que aporta al otro en la relación de ayuda. En el espacio psicodramático, el grupo adjudica mediante la dramatización nuevos sentidos subjetivos a las vivencias de los protagonistas. Estos sentidos son atribuidos desde las propias historias personales, aprendizajes, vivencias, de los auxiliares- yo. El conocimiento de esta regularidad fue posible a través del análisis del proceso que tenía lugar luego de cada sesión psicodramática con un protagonismo individual y grupal.

En el análisis de cada sesión podíamos comprobar que la selección de los auxiliares- yo estaba sujeta al proceso transferencial: por complejos mecanismos de naturaleza inconsciente, el protagonista selecciona a determinadas personas para desempeñar en escena el rol de las figuras y personas significativas involucradas en la trama. Pudimos comprobar siempre, en cada análisis de proceso, que esta elección no se realizaba al azar, sino que existía una relación particular entre el rol desempeñado en escena, y la propia historia de sentidos personales constituidos de aquellos seleccionados como auxiliares- yo. Realmente, los contenidos de la trama en la que se involucrara el protagonista, y las historias reales de los auxiliares-yo, no siempre se parecían, ni tenían una coincidencia, pero los sentidos adjudicados a experiencias personales similares, sí encontramos que tenían una coincidencia, toda vez que se realizaba el análisis.

Sólo en el análisis era revelada la razón hasta ese momento desconocida, de la elección de determinada persona, y no otra persona del grupo, para el desempeño de algún rol de figura o persona significativa en la vida del protagonista. A este fenómeno se le denominó ¨tele¨, por telepatía, haciendo alusión al modo de transmisión o comunicación sin mediación de la palabra, como mágicamente, comunicación de pensamiento a pensamiento. Sin embargo, pone en juego, a nuestro juicio, el fenómeno descrito, de transferencia de afectos, sentimientos, profesados a figuras o personas significativas en la propia vida, hacia otras personas, por su similaridad o parecido, o por el modo como sentimos la relación con esas personas en el aquí y ahora de nuestra existencia; similar al modo en que sentimos la relación con los otros en nuestra historia, en el pasado de nuestra vida, o el presente de nuestro sistema de vínculos. Lo interesante en especial, fue el encuentro de la correspondencia entre lo que el otro me evoca con relación a mi propia vida, y el hallazgo de que el otro se percibía a sí mismo en alguna relación histórica, de sentido similar al atribuido por el protagonista a aspectos de su experiencia. Ello, a nuestro juicio tiene un valor como hallazgo, como confirmación del modo en que transcurren los vínculos, el modo en que nos involucramos en nuestro sistema de vínculos, en que emitimos determinadas respuestas de simpatía o antipatía en las relaciones con los otros, en tanto sentidos históricamente configurados en el ámbito subjetivo, se actualizan en los vínculos presentes.

El proceso de reparación emocional o experiencia emocional correctiva que se da en toda terapia, tiene que ver en el contexto psicodramático con las posibilidades que ofrece esta técnica de crear un espacio "surrealista" donde no existe el tiempo, en tanto el pasado puede traerse al presente desde el sentido subjetivo que este tiene para el protagonista. También es posible traer a personas que ya no están físicamente (por viaje, desaparición física, o simplemente porque no forman parte del sistema de vínculos actuales del protagonista). La técnica permite jugar con los sentidos personales y vivencias evocados por el protagonista en el aquí y ahora de su vida, a partir de la reproducción de las

condiciones evocadoras de vivencia conflictiva o malestar emocional para el protagonista. No importa el tiempo o momento histórico real en el que tales circunstancias y vivencias tuvieran lugar realmente. Si tales vivencias o situaciones tuvieron un sentido conflictivo para el protagonista, se pueden reproducir estas condiciones de manera tal que se refuerce la magnitud de lo acontecido, para que el protagonista pueda "sacar" su vivencia conflictiva, a partir de la expresión emocional de los sentimientos hasta entonces reprimidos.

La expresión catártica de las emociones contenidas asociadas al suceso o situación conflictiva, contribuye a la "reparación emocional " del conflicto por parte del protagonista. A este proceso contribuyen las inserciones en escena de personas del coro, a través de los doblajes.

El doblaje también es un proceso interesante: los dobles espontáneos se insertan en escena poniendo voces y discursos alternativos a las expresadas por los auxiliares- yo en la representación de las figuras significativas o personas que aparecen en las escenas propuestas por el protagonista. Es interesante este proceso en tanto también está sujeto a las leyes de la transferencia. Cada doblaje es realizado desde la propia historia individual de la persona que realiza el doblaje. La capacidad para ponerse en el lugar del otro, ponerle voces alternativas a un auxiliar- yo, intervenir en escena poniendo un discurso en sus labios, es también un proceso que involucra la propia historia individual del doble espontáneo (involucra sus propios aprendizajes, su concepción del mundo, sus propias vivencias en situaciones similares a las planteadas por la dramatización, o su propio proceso activo de interpretación de la realidad, y del comportamiento de propias personas significativas; así como su proceso activo de creación de nuevos sentidos subjetivos en las situaciones y vínculos presentes de su existencia, que son posibilidades del desarrollo adulto, en el proceso donde de manera activa, consciente e intencional, el individuo deviene sujeto de su propia experiencia).

Resumiendo lo referido a este aspecto: lo que los dobles espontáneos ofrecen en escena, es fruto de la propia experiencia, vivencias, reflexiones, que les permiten ponerse en el lugar de los otros (as), y actuar desde el rol. De aquí, que el grupo se convierta en el principal agente terapéutico. Este proceso tiene una estrecha relación con el proceso de multiplicación dramática. A través del sharing al final de cada sesión, o del análisis del proceso, posterior a cada sesión dramática, es posible conocer el modo en que la historia propia de cada auxiliar- yo se actualiza a partir de la elección realizada por el protagonista. Los propios sentidos personales constituidos históricamente a partir de historias vividas, se activan en el desempeño del rol, y esto tiene un efecto terapéutico también para los yo auxiliares, para las personas que permanecen en el coro, y que pueden ir a escena a partir de doblajes espontáneos. En este proceso debe fundamentarse la noción pichoneana del emergente grupal, como un portador de conflictos presentes en la grupalidad: el protagonista emerge del grupo con un tema que es portador de un conflicto presente en la subjetividad grupal, y a través de su conflicto se está trabajando un conflicto presente en la grupalidad. Por ello, algunos directores de Psicodrama plantean que "el protagonista presta su historia al grupo" (Sorín, M.; 1992); en tanto, a través del protagonista, el grupo puede trabajar un conflicto latente en la subjetividad grupal.

La experiencia psicodramática tiene un valor correctivo, reconstitutivo de la subjetividad, porque además de permitir la expresión emocional de sentimientos, vivencias conflictivas; la expresión de esta emocionalidad va acompañada de nuevas interpretaciones de la situación, de nuevos sentidos subjetivos adjudicados por los otros a la experiencia personal del protagonista, y este proceso contribuye a la propia resignificación o adjudicación de nuevos sentidos personales por parte del protagonista, a la propia experiencia.

Este, es un proceso de desarrollo personal que trasciende el propio marco del proceso psicodramático, que continúa en el " afuera" del proceso, cuando por la acción activa, consciente e intencional, el sujeto se enfrenta a los antiguos sentidos personales adjudicados a la experiencia, e intenta mover éstos, hacia la búsqueda de nuevos sentidos subjetivos.

Este proceso tiene lugar también en todo proceso terapéutico individual: el terapeuta siempre enfrenta al paciente a nuevos referentes de análisis para su experiencia, moviéndolo desde los conceptos cotidianos, construidos a partir de la propia experiencia, hasta referentes más científicos y racionales de análisis de la propia experiencia. Los que el terapeuta ofrece, desde sus propios referentes científicos, que ofrecen un marco integrador para el análisis de las vivencias y experiencias del sujeto, y desde su efecto multiplicador de la realidad subjetiva, el que se constituye desde su experiencia profesional, y personal.

En el contexto psicodramático, el grupo, desde la pluralidad de sentidos personales adjudicados a la experiencia y vivencias del protagonista, amplía el concepto de "normalidad", llevándolo al contexto de lo humano, que es diverso, plural, heterogéneo. Ello rompe con la soledad del protagonista en el problema o conflicto, la que aumenta su vivencia de conflictividad. Para autores como Yalom (1986), uno de los factores terapéuticos más importantes de la psicoterapia de grupo es precisamente "La Universalidad" en tanto la persona puede comprender que no es única en su problema, sino que muchas personas viven problemas similares, y esto rompe con su vivencia de exclusividad y el sentido magnificencia del problema. En la psicoterapia individual, el terapeuta ayuda a "

romper" esta visión de sí mismo por parte del paciente, en tanto multiplica en su hacer, la propia experiencia personal del individuo, a partir de la experiencia vivida por las personas con las cuales participa en el proceso de ayuda psicoterapéutica.

En el grupo psicodramático, desde la dramatización misma, la persona (protagonista, o miembro del grupo), se encuentra con sentidos alternativos a su experiencia; con experiencias diferentes, diversas, que "tocan" lo propio, por alguna zona de sentido afín, o común, y esto multiplica la experiencia de los participantes, permitiendo el contacto con una gama de sentidos subjetivos diferentes al sentido personal adjudicado hasta el momento de la experiencia psicodramática. Esto permite el movimiento del propio marco cosmovisivo del protagonista y los participantes, por lo que se convierte en una experiencia de crecimiento para todo el grupo, más efectiva en aquellos en los que se produce una identificación emocional con el protagonista, donde el nuevo sentido se incorpora desde la emocionalidad. Con estos nuevos sentidos adjudicados por los otros, el protagonista desde su emocionalidad, elabora nuevas síntesis constitutivas de su subjetividad (nuevos sentidos personales); pero este es un proceso paulatino, que transcurre más allá de los marcos del proceso interventivo (terapéutico, psicodramático).

A la reconstitución subjetiva que se produce en la psicoterapia contribuye el marco científico referencial del terapeuta: la persona se siente sola en su problema, con determinadas elaboraciones de sentido adjudicadas a su experiencia, que acompañan de determinada emocionalidad la significación personal de su experiencia (de las situaciones, sucesos, representaciones de personas significativas), y el terapeuta no sólo permite a la persona su expresión emocional, sino que introduce nuevos referentes de análisis de estos acontecimientos, desde las posibilidades interpretativas que le ofrece su marco conceptual de referencia.

A expresión de Krause (1992), uno de los principales valores de las terapias efectivas, consiste en la posibilidad que ofrecen las terapias de un marco conceptual de referencia interpretativo de los problemas del paciente, y la creación por parte del mismo de teoría subjetiva para el análisis de sus propios problemas, es decir, que el paciente se mueve desde su propio marco de referencia, cargado de irracionalidad, por su compromiso emocional con el problema, hasta un referente de análisis más lógico y científico, que introduce el marco de referencia científico del terapeuta. El marco de referencia científico también legitima la diversidad en la expresión de Lo Humano, y la ciencia "saca" de la soledad del problema al paciente. Estamos hablando, sin lugar a dudas, de un importante agente de cambio terapéutico: el propio terapeuta, su persona, y su aporte de un marco conceptual de análisis para los problemas del paciente.

En la terapia individual es el terapeuta quien legitima esta diversidad, desde su propia experiencia en el contacto científico con la diversidad de lo humano, y desde sus propios referentes científicos. En el psicodrama, la diversidad de la realidad humana se expresa por sí misma en la multiplicidad de sentidos y experiencias personales de los participantes, y en la singularidad de cada uno de ellos en los mismos; al tiempo que expresan la universalidad de los conflictos y el dilema de la existencia humana. Universalidad y singularidad se encuentran dialécticamente en el dilema de cada ser humano, que al tiempo que expresa su conexión con los otros seres humanos, es también expresión de su unicidad o singularidad. Siempre hay, por supuesto, un marco de referencia conceptual, desde el cual el terapeuta (o director), conduce el proceso de análisis de todo lo acontecido, y ello define también los propios recursos empleados dentro de la sesión psicodramática, y a todo lo largo del proceso.

Aquí es donde se halla el lugar de lo metodológico; en el psicodrama, como en toda experiencia terapéutica, la técnica, y el proceso mismo de intervención grupal, se organizan desde un determinado referente conceptual, y cumplen determinados objetivos; empleándose desde intenciones diferentes. Por sólo poner un ejemplo: el Psicodrama, conducido por un director que trabaja desde el referente del Etnopsicoanálisis crítico-social, como fue en nuestra experiencia, enfatizó la necesidad de la agudización del conflicto para provocar la expresión emocional, catártica, del protagonista, y de ahí que se empleara durante la dramatización, el recurso de maximización del conflicto; conduciéndose el proceso hacia la agudización de la conflictividad del protagonista, desde la intervención simultánea de los auxiliares-yo con sus discursos y verbalizaciones, para promover su expresión catártica.

Desde objetivos diferentes, aún con núcleos conceptuales comunes, nucleados alrededor de conceptos aportados por el psicoanálisis pichoneano, otro director pudo enfatizar, sin embargo, en la conducción del proceso psicodramático desde conceptos como el de la reparación creativa de lo siniestro, del drama humano, a partir de la creación artística, de la creatividad, de las potencialidades creadoras del ser humano; proponiendo como recurso, y conduciendo el proceso, a partir de la búsqueda de la relación dialéctica entre lo siniestro (lo difícil, amargo, de la existencia humana), y su contrapartida en lo maravilloso (identificado con lo bello, con lo humanamente enriquecedor, positivo, desarrollador de las potencialidades del ser humano) (Sorín, 1992). Ello nos habla acerca de las posibilidades de la técnica, que se puede enriquecer desde los objetivos que se persiguen en su aplicación, así como, desde los diferentes referentes conceptuales

a los que se adscriba el terapeuta, formador; los que también delimitan la especificidad en su aplicación, y las posibilidades interpretativas que los diferentes marcos de referencia ofrecen, como marcos conceptuales interpretativos de la vida y conflictividad de las personas que pueden participar de ella, como un espacio de crecimiento personal, psicoterapéutico y formativo- profesional.

El empleo de esta metodología tiene implicaciones epistemológicas para la ciencia psicológica. Pensamos que ello ha quedado implícito a todo lo largo de nuestro análisis; no obstante, queremos hacer breve referencia a ello. La legitimación del espacio psicodramático como un escenario propicio para la expresión de la subjetividad, de los más profundos conflictos del ser humano, con una fuerte implicación de la emocionalidad, hacen válido este espacio como un contexto adecuado para la investigación de los procesos psicológicos, al tiempo que se organice con objetivos terapéuticos (interventivos), o de formación. Ello valida la coincidencia en el espacio psicodramático, de las funciones del terapeuta- investigador, que al tiempo que construye conocimientos acerca de la subjetividad (desde la investigación), contribuye al cambio de la misma, en tanto propicia la formación de nuevas síntesis constitutivas, por un proceso interno, complejo, que transcurre por la acción activa del sujeto, y que trasciende los propios límites del proceso terapéutico. Ello rompe con la concepción tradicional en la investigación psicológica, donde diagnóstico, investigación e intervención psicológica, bajo los dominios de la filosofía positivista, se han visto escindidos como funciones independientes; quedando la psicoterapia sólo como ámbito de la práctica, y la aplicación, negándosele sus posibilidades como marco de conocimiento e investigación.

REFERENCIAS

Krause, M. (1992): " Efectos subjetivos de la ayuda psicológica. Discusión teórica y presentación de un estudio empírico". **Revista PSYKHE** de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Chile. No. 1, 1992.

Sorín, M. (1992): Comunicación personal, a través de una experiencia psicodramática.

Yalom, I. (1986): **Teoría y Práctica de la Psicoterapia de Grupo**. Fondo de Cultura Económica, México.