

La Comunicación no verbal en la Terapia Psicodramática

Por
Dr. Juan José García Jiménez
Profesor Universidad Complutense de Madrid
Profesor tutor de la Universidad Nacional de Educación a Distancia

“El psicodrama es un método psicoterapéutico con hondas raíces en el teatro (...) constituye en principio un procedimiento de acción y de interacción. Su núcleo es la dramatización. A diferencia de las psicoterapias puramente verbales, el psicodrama hace intervenir manifiestamente el cuerpo en sus variadas expresiones e interacciones con otros cuerpos (...) A diferencia del teatro, en la dramatización –llevada a término durante una sesión psicodramática- no existe un guión a seguir por los actores. El libreto es la propia vida del protagonista” (Rojas Bermúdez, Jaime, 1.997, pp17 y 23)

Por lo tanto será inviable adentrarnos en el psicodrama pasando desapercibido el concepto de rol. El rol es la forma de funcionamiento que asume un individuo en el momento específico en que reacciona ante una situación específica en la que están involucrados otras personas u objetos.

Moreno afirma que los roles son los precursores del yo, y tienden a agruparse y unificarse. Distingue entre roles fisiológicos o psicosomáticos, roles psicológicos o psicodramáticos y roles sociales.

Los roles psicosomáticos, al ser desempeñados, ayudan a experimentar lo que llamamos cuerpo; los psicodramáticos ayudan a experimentar lo que llamamos psiquis, y los sociales contribuyen a producir lo que llamamos sociedad.

Todo individuo desarrolla roles diferentes en los que actuar, y que están presentes en él, en distintas fases del desarrollo.

Se espera que todo individuo esté a la altura de su rol oficial en la vida; pero el sujeto anhela encarnar muchos más roles que los que le están permitidos desempeñar en la vida, y aún dentro del mismo rol, una o más variedades de él.

Podemos considerar, desde el punto de vista que venimos exponiendo, que los roles y sus interacciones son los hechos más significativos dentro de las distintas culturas, ya que la función fundamental del rol es entra en el inconsciente desde las estructuras sociales para, de este modo, ordenarle y darle forma.

En términos evolutivos, los roles psicosomáticos surgen primero. Los roles psicodramáticos y sociales se desarrollarán más tarde, siendo el dominio de los roles psicodramáticos mucho más extenso y predominante que el de los roles sociales.

La representación del rol constituye una habilidad para actuar. El desempeño del rol es una función tanto de la percepción como de la representación de roles. El aprendizaje del rol es un esfuerzo que cumple ensayando roles para actuar de manera adecuada en situaciones futuras.

Normalmente, un rol puede estar:

- a) Rudimentariamente desarrollado, normalmente desarrollado o hiperdesarrollado.**
- b) Casi o totalmente ausente de la persona.**
- c) Pervertido en una situación hostil.**

El psicodrama se centra en el sujeto protagonista o en el grupo de terapia. Los participantes tienen que representar sus experiencias espontáneamente. Se pasa de un relato longitudinal al relato tridimensional de la escena representada; de una sintaxis de la palabra a una sintaxis de la acción

(Este es el punto de fractura de las terapias humanistas con las dos corrientes imperantes, tanto el psicoanálisis como el conductismo; fractura que, como ya podemos ver en el psicodrama se hace rotunda; la acción, el cuerpo, los gestos, las posturas, en definitiva la expresión no verbalizada adquirirá protagonismo importantísimo. El psicodrama como vía terapéutica fue la primera terapia para la acción. Fue la primera terapia que no solo rechazó la acción como acting patológico, sino que la puso al servicio de la terapia, igualándola con la palabra.)

La relación entre los individuos de la situación en juego deja de ser una historia narrada literalmente para pasar a ser algo vivido y revivido, y observado y compartido en el aquí y en el ahora, lo que permite la adquisición de nueva información la historia y los matices de rol interpretado por el sujeto en la misma.

El psicodrama constituirá, pues, una técnica dirigida a que un sujeto, transforme en acción, (interprete sus roles) lo más amplia posible, los hechos vivenciales propios de un modo espontáneo, según se sienta impulsado a hacerlo sobre la marcha. El sujeto puede actuar solo, en cuyo caso se hablara de *Autodrama*. Pero por lo general el sujeto *protagonista o sujeto paciente* se ve guiado por un experto en la aplicación del método psicodramático denominado *psicodramatista* o director que habrá de ser una persona cualificada, formada psicológicamente y conocedora de la teoría, la metodología y las técnicas psicodramáticas, siendo su función poner su bagaje de conocimientos al servicio de los individuos y grupos, para darles la posibilidad de que actúen en el nivel de espontaneidad que les permita conocer las raíces de sus problemas y conflictos; buscar soluciones y desarrollar al máximo su espontaneidad, su sensibilidad y sus roles, en beneficio de una posibilidad vital gratificante. Desde este punto de vista el director o psicodramatista, es el coordinador natural de un grupo de psicodrama.

El sujeto paciente o protagonista es el actor principal de la dramatización, el que provee el material de la dramatización y al mismo tiempo la interpreta. Es, pues, de forma simultánea, actor y autor principal. En ocasiones, puede haber más de un protagonista. En relación a la actuación de este sujeto protagonista hemos de advertir que debe estar dirigida por cuatro principios:

1º. – Liberación de la espontaneidad

Ofertándole todas las posibilidades para que exprese su espontaneidad con toda libertad.

2° - Puesta en escena

El sujeto protagonista y paciente dramatiza sus conflictos en lugar de hablar de ellos, representando sus experiencias, superando el nivel verbal. El mismo sujeto elegirá el lugar el tiempo y la escena.

3° - Participación y entrega

El sujeto protagonista y paciente deberá quedar comprometidamente inmerso en la acción. Es imprescindible su compromiso afectivo y emocional.

4° - Realización simbólica o concretización en actos o imágenes

Se facilitará al sujeto protagonista o paciente el encuentro con las partes de su yo o con todas las personas que tienen relación con su mundo interno y externo. El protagonista proyecta sobre el escenario cada una de las cosas que están en su mente, en su fantasía, en su memoria sensorio-corporal.

El método psicodramático podrá ser aplicado con tres fines diferentes.

a) Fin terapéutico

Mediante el cual se pretende que el sujeto tome conciencia de los traumatismos pasados, a su catarsis, a una reproducción de los roles desempeñados. Se aplica a enfermos más o menos graves e incluso crónicos: psicóticos, neuróticos, esquizofrénicos, enfermos psicósomáticos,...

b) Fin diagnóstico o de exploración

En cuyo caso permite explorar rápidamente los problemas y entrar en lo vivo del sujeto, sin esperar la instalación de la neurosis de transferencia.

c) Fin pedagógico o de formación

En este caso irá dirigido a preparar a los individuos con vistas a situaciones nuevas o difíciles.

El sujeto paciente y el psicodramatista pueden actuar en soledad logrando una eficacia en la actuación terapéutica, pero los resultados mejorarán si se encuentran asistidos por el *ego auxiliar*, el cual viene a ser el antagonista, que estando en relación con el *protagonista o sujeto paciente* realiza una función de confrontación con el mismo durante la sesión terapéutica. “En este tipo de psicoterapia un paciente puede actuar de agente terapéutico del otro, a esta interacción se le denomina principio de interacción Terapéutica” (J. L. Moreno. Terapia de grupo y psicodrama. pp 27)

En definitiva, el ego auxiliar es un auxiliar del yo de sujeto protagonista o paciente. Es la persona que juega los roles complementarios que necesita el

protagonista para poder cumplir con la dramatización. Pero también puede hacer referencia al auxiliar de director o psicodramatista, ya que, salvo excepciones, el director interviene en el contexto dramático por medio de los egos auxiliares. Es un profesional con formación psicológica, entrenamiento y experiencia. El ego auxiliar puede desempeñarse desde tres facetas diferentes: puede interactuar representado como una persona real con el protagonista, puede jugar una parte del propio yo del sujeto o puede representar un personaje del mundo del protagonista. En psicodrama, el ego auxiliar desarrolla una triple función: actor, agente terapéutico e investigador social.

De igual forma suele incluirse al *auditorio*, como elemento vertebrador del proceso terapéutico psicodramático, el cual queda constituido por todas aquellas personas presentes en la representación (*grupo de terapia*) como espectadores, no interviniendo en ésta, aunque si observan activa y participativamente.

El auditorio, (podemos ver diferentes denominaciones de este factor psicodramático en los distintos autores tales como “audiencia”, “grupo participante” o “grupo de terapia”) se constituye en micro representación de la sociedad para los mismos individuos que lo componen y para el sujeto protagonista ya que cada miembro del auditorio grupo de terapia se va a comportar tal y como lo hace en los grupos a los que pertenece en su vida real.

El número de los integrantes del grupo, le imprime características decisivas a su dinámica y a sus dramatizaciones. En grupos grandes, hay una mayor riqueza de roles y situaciones, pero cada integrante recibe menos como individuo y es difícil que se pueda continuar con el hilo que cerró la sesión anterior. El grupo pequeño facilita la confianza y la entrega del protagonista, favorece la continuidad de las sesiones y obliga a la participación de quienes tienen dificultad para dramatizar. Suele proponerse como grupo idóneo aquel compuesto por diez integrantes con uno o dos egos auxiliares entrenados, con la misma proporción de hombres que de mujeres, edades, personalidades y niveles sociales un tanto heterogéneos. El escenario psicodramático será un lugar adecuado a la representación; limpio de obstáculos donde la acción psicodramática pueda desarrollarse con plena libertad de movimientos. El escenario proporciona al protagonista un espacio donde puede actuar en múltiples direcciones. Es una ampliación de la vida que excede los límites impuestos que existen en la vida social.

El psicodrama debe su existencia a Jacob Levi Moreno. Aunque anteriormente distintos autores habían utilizado las escenas dramáticas en el estudio de la personalidad. Binet, en 1.893 utiliza las dramatizaciones para el estudio de los tipos psicológicos infantiles, presentándolas en forma de representaciones pictóricas. Britain en 1.907 y Libby en 1.908 las utilizan en la investigación de la imaginación y otros aspectos psicológicos. Rossolino en 1.908 y Healy y Fernand en 1.911 utilizan las dramatizaciones en los estudios que llevan a término sobre el examen diferencial de la sugestionabilidad en los niños.

Jacob Levi Moreno, nació en Bucarest el año 1.889, mudándose a Viena en 1.895 donde completó sus estudios y desarrolló sus primeras experiencias y propuestas, para luego, en 1.925, trasladarse a Nueva York, donde incorpora el apellido Moreno a su identidad. El año 1.912 durante el transcurso de un curso sobre sueños telepáticos, tiene un breve encuentro con Freud. Tres años más tarde, en 1.915, estudia en un campo de refugiados tirolese de Mittenforf las relaciones de grupo tanto en personas

pertenecientes a minorías como individuos desplazados. El año 1.921, Moreno crea el Teatro de Improvisación, en Viena, sin decorados, con participación de los espectadores, a modo de teatro abierto. El año 1.923 y en el transcurso de una de estas sesiones, la joven Bárbara se encuentra transformada por la acción catártica del papel que representa (una prostituta asesinada) mejorando sus relaciones conyugales. Este es el punto de partida del teatro terapéutico que habría de convertirse en el psicodrama.

Durante el congreso de la Asociación Americana de Psiquiatría celebrado en Filadelfia el año 1.931 Moreno ya utiliza el termino *Psicoterapia de grupo*. El año 1.936 establece un sanatorio en Beacon, 50 millas al norte de la ciudad de Nueva York, junto al río Hudson, donde reside y desarrolla sus numerosas actividades hasta su fallecimiento en 1.974.

El primer paso de la evolución de la psicoterapia de grupo fue el desarrollo de la sociometría, que fue fundamento de una ciencia diagnóstica de los grupos normales y patológicos. La sociometría nos enseña que cada grupo tiene una estructura propia de diversa cohesión y profundidad y que nunca dos grupos son iguales. “La sociometría es la ciencia que estudia las cualidades psicosociales de la población, mide las relaciones interpersonales. Tiene mucha importancia en la terapia de grupo si tenemos en cuenta la hipótesis de la Interacción que indica que la intensidad del contacto entre los miembros del grupo y el terapeuta desempeña un papel decisivo dentro de la psicoterapia de grupo, por lo que es muy importante medir esos contactos y para esto se vale de los instrumentos sociométricos”. (J. L. Moreno. Terapia de grupo y Psicodrama. p p 37-38)

Los instrumentos sociométricos más importantes son:

a) **El tést sociométrico**

Que pone de manifiesto la organización de los grupos sociales. Los individuos de un grupo deben elegir a sujetos de su grupo o de otro distinto, de este modo se estudian las estructuras sociales mediante la medición de la atracción y la repulsión entre los miembros del grupo. Mediante el tést sociométrico se determina la posición de la persona dentro del grupo al que pertenece.

Las distintas posiciones que ocupan los miembros en el grupo también pueden ser evaluadas observando las interacciones no verbalizadas de los sujetos, ya que los individuos mejor considerados dentro de un grupo suelen mantener posturas mas cómodas, de mayor apertura a la comunicación, mientras que los sujetos peor considerados suelen tener muchas mas barreras. El tést sociométrico es un instrumento muy interesante para ser utilizado dentro de la terapia de grupo ya que es muy conveniente conocer los distintos subgrupos que se crean entre los componentes del grupo así como las relaciones de atracción y repulsión.

b) **El tést perceptual**

Es un tést sociométrico realizado sobre la mente del sujeto y no sobre la realidad social; se le pide al sujeto que se ponga en la situación de las personas que conforman su grupo y que intente elegir por ellas; y especialmente que valore los sentimientos de estas personas hacia él. Este tést se basa en el hecho de que el sujeto

pretende predecir intuitivamente los sentimientos que los otros experimentan con relación a él.

El test perceptual es una analogía de un tipo de valoración que realizan todos los individuos en todas las situaciones de la vida cotidiana, es muy útil tenerlo en cuenta en la terapia de grupo, un individuo normalmente siempre valora la opinión de los demás hacia él, y para esto no solo se basa en comentarios, etc. sino que también se vale de las distintas posturas y gestos que los demás protagonizan ante él.

No es necesario insistir en la importancia que tiene a lo largo de una terapia de grupo tener en cuenta los mensajes de atracción y repulsión con los que interactúan los sujetos mediante gestos y posturas.

c) El tést de los papeles

Mediante el cual podemos determinar la amplitud de los papeles que un sujeto protagoniza en su medio habitual; siempre deberemos tener en cuenta que dicha amplitud variará en función del ambiente, de la edad, de la cultura, etc.

Para concluir podremos decir que la elección que se medirá con el tést sociométrico, la percepción que la precisamos con el tést perceptual y el papel del individuo que le definimos mediante el tést de los papeles deben de funcionar espontáneamente para corresponder a las exigencias de la situación en la que se encuentre el individuo

“El psicodrama fue el siguiente paso en el desarrollo de la psicoterapia de grupo, aquí se trataban los males físicos y psíquicos con métodos cuasidramáticos. en el psicodrama se representa una escena en un escenario multidimensional, creando espacio y libertad para la espontaneidad, libertad para el cuerpo y para el contacto físico, libertad de movimientos, de acción y de actuación en conjunto” (J.L. Moreno. Terapia de grupo y Psicodrama. pp 29 y 115)

J. L. Moreno, creador del psicodrama, ya había empezado a utilizar la escena como instrumento para el examen de la personalidad humana en 1.911. Desde 1.911 a 1.922 realiza innovadoras aportaciones, pero, quizás, la mas trascendental sea que combina la técnica de la escena con la técnica situacional, y la escena dramática como una realidad estática y externa, que debe ser visualizada y comentada por el sujeto, pasa a ser actuada, representada por el sujeto mismo. Ya no se trata solo de provocar solo descripciones verbales de escenas, sino la actuación total- verbal y pantomímica- de la personalidad.

La base del psicodrama se encuentra en la representación, que consiste en una puesta en escena tratando de hacer aparecer algo oculto. En la representación psico-dramática, todo el cuerpo participa en la acción, acercándose o alejándose, haciendo un gesto o dejando de hacerlo, tocando o no al otro.”La dramatización. al hacer participar activamente al cuerpo en el proceso terapéutico, da lugar a la incorporación de elementos inhabituales en las terapias verbales: el espacio, el tiempo y las distancias... las correcciones, las actitudes posturales, los movimientos involuntarios, etc., cobran una nueva dimensión al verlos in situ nascendi, dentro de su contexto original y no como un accidente más dentro de un relato lineal”. Rojas Bermúdez, Jaime (1.977. Teoría y Técnica Psico-

dramática. Barcelona-. Paidós. pp59. **También juega un papel importante la organización del espacio en que transcurre la acción.**

En la representación se utilizan diversas técnicas dramáticas, guiadas por ciertos principios y reglas, y destinadas, según lo requerido por el proceso, a uno o más de los siguientes objetivos:

- 1) Darse cuenta de los propios sentimientos, motivaciones, conductas y relaciones.**
- 2) Mejorar la comprensión de las situaciones, de los puntos de vista de otras personas y de nuestra imagen o acción sobre ellas.**
- 3) Investigar y descubrir la posibilidad y la propia capacidad de nuevas y más funcionales opciones de conducta.**
- 4) Ensayar, aprender o prepararse para actuar las conductas o respuestas que se encontraron más convenientes.**

Conceptos básicos en el proceso psicodramático serán:

a) La espontaneidad

El estado de espontaneidad motiva a menudo, no solo un proceso interno, sino también una relación social externa, esto es, una correlación con el estado de la otra persona creadora donde ya no sólo existe actuación, sino que también interacción y comunicación.

El dramaturgo y el director son uno mismo, el actor de la obra. La presentación es improvisada en su forma y contenido.

En la obra improvisada se debe evitar la relación causal entre la palabra y el acto.

El cuerpo del actor debe de ser tan libre como sea posible, debe responder a cada motivo de la mente y de la imaginación. Debe ejecutar tantos movimientos como le sea posible, siempre que estos sean espontáneos. Debe tener un repertorio muy amplio de movimientos para que el actor pueda apelar a ellos y no se quede en “blanco” en el plano gesticular.

En base a la teoría de la conservación de la energía, se considera a la espontaneidad como una energía psíquica la cual, si no puede encontrar aplicación en una dirección, fluirá en otra dirección para conservar su volumen y lograr el equilibrio. Sin embargo, el individuo no está dotado de una reserva de espontaneidad en el sentido de un volumen o cantidad dados. Se dispone o no de espontaneidad en grados variables, desde cero al máximo y, ella opera como un canalizador psicológico. (El Psicodrama. J.L.Moreno.pp131)

En el psicodrama, la espontaneidad interviene no solo en la dimensión verbal sino también en todas las demás dimensiones de la expresión humana tales como la actuación, la interacción, el habla, la danza, el canto y el dibujo.

”La vinculación de la espontaneidad con la creatividad significó un importante progreso, la forma mas elevada de inteligencia que conocemos, y el reconocimiento de que ambas son las fuerzas primarias en la conducta humana”. (J.L.Moreno. El Psicodraa. Pp XV.

En el curso del estudio de la espontaneidad del individuo es útil reunir datos bajo cuatro encabezamientos.” La respuesta dramática, la original, la creadora y la adecuada... la espontaneidad en cuanto función dramática, vigoriza al yo. La espontaneidad en cuanto función plástica u original evoca respuestas adecuadas a situaciones nuevas. La espontaneidad como función creadora se esfuerza por crear el yo y un ambiente adecuado para él. (J.L.Moreno. El psicodrama.pp 149)

La espontaneidad, en definitiva, es para el psicodrama y su iniciador J.L. Moreno “el mas importante vitalizador de la estructura viviente” (J.L.Moreno. El Psicodrama. pp 149)

b) El encuentro

Para J.L. Moreno, la facultad que cada uno tiene de ayudar a otro se explica mediante el “encuentro”, se trata de una especie de fusión, de empatía total entre los miembros de un grupo. Se trata de una “comunicación” que no se consigue a través del lenguaje, sino que con todos los miembros vigilantes y conexos entre sí; vista, tacto, movimiento o silencio, se tiene la impresión de ser una misma cosa, de comprender al otro plenamente.

“Introducimos el psicodrama como un instrumento para intentar resolver las ansiedades grupales o facilitar los emergentes naturales y espontáneos del funcionamiento grupal, o también como una forma de elaboración de los “encuentros” de los miembros del grupo a nivel dramático”(Paulovsky, Moccio, Martínez Bouque. Psicodrama, cuando y porque dramatizar. Caracas. Fundamentos. !.979)

c) La acción corporal

La verbalización no es el único modo de expresión en juego, la mímica, los gestos, la proyección del cuerpo y el manejo del espacio, entre otros introducen una nueva dimensión en el discurso. El control que se ejerce sobre la expresión verbal, se supera gracias a la dramatización. Muchas cosas que no pudieron decirse serán representadas. Con la representación se consigue una mayor autenticidad y profundidad, así como una visión mas completa del discurso total del paciente y de los terapeutas. Si ante un tema, en principio neutro, el paciente se ruboriza puede ser indicativo de que dicho tema, lejos de ser neutral para él, queda revestido de una especial importancia. En algunos casos, el gesto puede enfatizar la expresión verbal, pero sin embargo, en otras puede despojarla de su sentido. El gesto es algo más que un símbolo, algo mas que un simple refuerzo de la palabra.

Una consecuencia inmediata de la dramatización es que dificulta la utilización de la palabra como defensa, ocultación o deformación de la propia verdad, ya que la

palabra se tiene que acompañar con la acción y esta la traiciona en las formas de expresión. *“Hay pacientes que utilizan para sus intervenciones un tipo de lenguaje estereotipado)”*

Otro aspecto que se pone de manifiesto, desde la necesidad de mantener una congruencia palabra-acción, es el uso defensivo de las técnicas corporales que se hacen evidentes desde la disociación entre el discurso y la expresión emocional inscrita en la acción corporal.

“Como dice Lebovici: no se dramatiza lo que se quiere sino lo que se puede. El futuro aparece claramente determinado inconscientemente” (Paulovsky, Moccio, Martínez Bouque. Psicodrama, cuando y porque dramatizar. Ed.Fundamentos.Caracas. 1.979)

d) La catarsis dramática

La catarsis dramática es un concepto introducido por Aristóteles, el cual utilizó el término para expresar el efecto peculiar que ejercía el drama griego sobre los espectadores. *“En el teatro de la espontaneidad, el psicodrama, produce un efecto terapéutico, pero no en el espectador (catarsis secundaria) sino en los actores – productores que crean el drama y que al mismo tiempo se liberan de él” (Psicodrama J.L. Moreno. pp XVI-XVII.*

En la catarsis de integración lo que sale es el paciente mismo, y al salir de algo que lo estaba conteniendo, realiza su yo, se expresa contactando con los demás integrantes de la situación psicodramática en la experiencia vivida en común, tal y como afirma Jaime Rojas Bermúdez .

“Toda persona tiene teorías sobre su comportamiento que no solo le sirven para explicarse, sino también para ocultarse” (Paulovsky, Moccio y Martínez Bouque, 1.979, pp.9. Caracas. Ed. Fundamentos.

Como el curso de la interacción entre las personas es totalmente espontáneo, el grado de mala adaptación entre ellas se hará totalmente evidente, como así también el grado de catarsis mental obtenida. La catarsis tiene que ser interpersonal.

e) El “tele”

Se denomina “tele” al fenómeno por el cual, el paciente evalúa al terapeuta y percibe intuitivamente que clase de hombre es. Estas intuiciones de la conducta inmediata del terapeuta. El concepto de “tele” (del griego, lejos) constituye el fundamento la percepción interna mutua de los individuos entre sí.

“Las relaciones tele entre el protagonista, el terapeuta, los yo auxiliares y los personajes importantes del mundo que los representan, son decisivos para el progreso terapéutico.” (El psicodrama. J. L. Moreno.pp XIII Y XIV.

La práctica de una sesión terapéutica psicodramática habrá de seguir una serie de etapas:

1ª. -Caldeamiento

Se ve a esta primera etapa como una preparación para la acción en la cual se busca un triángulo comunicativo de los participantes con el terapeuta.

El grupo se centra en un tema, surgiendo un clima común, en virtud de lo cual se crean sentimientos positivos y negativos que fluctuaran y finalmente tendrán solución en la dramatización-

El caldeamiento puede ser inespecífico. La atención se centra en el director. La estructura del escenario es de tipo radiado para favorecer la interacción grupal que caracteriza esta etapa. El papel fundamental del director, aparte de atraer la atención de los participantes, es intentar disminuir estados de tensión para crear el clima necesario para que empiece la dramatización.

Durante el caldeamiento específico surge la trama o problema del protagonista, siendo entonces cuando el sujeto se prepara para la dramatización y se organizan el contexto, los personas y las acciones por parte del director. Posteriormente será el protagonista quien prosiga e interprete su rol.

2ª. - Dramatización

“El campo operativo del psicodrama es el escenario. La o operación fundamental la dramatización” (Paulovsky...)

La dramatización constituye la parte más importante de la sesión psicodramática.

Tiene como fin resolver el conflicto emocional planteado en la etapa anterior. No existen unas reglas para su desarrollo, es el protagonista quien hará fluir situaciones y pensamientos, y quien da rienda suelta a la imitación cuando es necesario ponerse en “el lugar de”.

La trama del protagonista se pone en escena y normalmente crea poca afectividad, por el contrario, cuando los participantes comienzan a entrar en su rol, la escena cobra realidad y carga emocional.

A medida que el participante entra en su rol, manifiesta los repertorios básicos de conducta, y el terapeuta puede, entonces, verlos al natural, en “el aquí y en el ahora”. (Cualquier terapia de contenidos meramente verbales no podría sacarles partido a los detalles de una dramatización, ni dar contexto tan completo a las situaciones del paciente. La impronta de la expresividad no verbal del sujeto en el psicodrama es importantísima y básica, convirtiéndose así, la comunicación no verbal en la piedra clave de la terapia psicodramática.)

“Hay que distinguir en las manifestaciones no verbales que pueden desarrollarse en el curso de una psicoterapia dos clases de fenómenos. Existen ciertamente toda una serie de reacciones que forman parte de las manifestaciones emotivas que no pueden, en ningún caso, ser consideradas como signos y que no tienen valor social, por ejemplo, la taquicardia

emotiva. Por el contrario, mímica, gestos y actitudes significativas, aunque involuntarias son percibidos como significativos) Paulovsky, 1.979. pp106.

Una de las ventajas que tiene la dramatización es, que en ella pueden unirse pasado y presente del paciente, y en esta interacción, surgen los pensamientos y problemas del paciente que él mismo debe de solucionar en el transcurso de la acción. El terapeuta tiene que dirigir de alguna forma la conducta para modificarla y que el sujeto comprenda, elabore y supere el problema.

“El psicodrama establece un grupo de personas con una barrera terapéutica más tenue y con un instrumento que es lo dramático, hacía donde se dirigió el grupo como el objeto de comprender y elaborar todos los emergentes de una experiencia humana no elegida espontáneamente” (Paulovsky, Moccio y Martínez Bouque, 1.979. Caracas. Ed. Fundamentos)

3º. – Comentarios y análisis

En esta tercera y última etapa de la sesión terapéutica psicodramática se pide opinión sobre la dramatización. Es muy importante en este punto la afectividad del auditorio y sirve para que el protagonista no se sienta solo ante sus problemas y se de cuenta de que lo que le sucede no es tan raro y que le ocurre a más personas.

La empatía surgida entre los miembros del grupo, hace que se muestren diferentes puntos de vista sobre la situación del protagonista y que devuelvan a éste una visión global de su problema, con el fin, de ayudarlo.

Estas tres etapas se desarrollan obedeciendo a una determinada mecánica escenificadora:

1º. -Apertura de la sesión

Jaime Rojas Bermúdez, iniciador del movimiento psicodramático en Argentina y en la actualidad residente en la española ciudad de Sevilla observa que si bien puede llevarse a término el inicio de la sesión psicodramática desde el centro del escenario y detrás de dos sillas colocadas frente a frente, también puede producirse el inicio de la sesión desde el auditorio

2ª. -Apertura de la dramatización

El director separa las dos sillas-símbolo a modo de un telón y se sienta con el protagonista.

3ª. - Cierre de la dramatización

El protagonista y los yo- auxiliares salen del escenario, aunque también puede ocurrir que el protagonista se quede y se centren en él los comentarios: Esto último ocurre cuando los niveles de emoción han sido altos y el auditorio se identifica con determinados roles perdiendo su visión grupal.

Cuando se recupera esta visión grupal, vuelve el protagonista al auditorio y se cierra la dramatización.

4ª. - Cierre de la sesión

Este paso lo indica el director cuando cree oportuno, siempre que se trate de psicodrama público sin horario. Si existe horario, hay que señalar el tiempo y el director es el que adecua las etapas a ese horario.

BIBLIOGRAFÍA

- Ancelin Schutzenberger ,A(1.979). Introducción al “role-playing”. Ed. Marova. Madrid.
- Basquin, Michel. (1.977).El psicodrama; un acercamiento psicoanalítico. Ed. Siglo XXI.México.
- Carlisky, M. (1.965)psicoanálisis, teatro y cine. Ed. Paidos. Buenos Aires.
- Herranz Castillo, Teodoro, (2.001). Psicodrama y salud. Universidad Pontificia de Comillas
- Lemoine Paul y Gene.(1.979). Una teoría del psicodrama. Ed. Gedisa. Madrid
- Lillo, L.(1.992). Las palabras del cuerpo. Sevilla. Encuentro ibérico de psicodrama.
- Moreno, José Luis (1.983).Psicoterapia de grupo y psicodrama: una introducción a la teoría y la praxis. Fondo de cultura económica. México
- Moreno, Jacob. Levy. (1.977) El teatro de la espontaneidad. Ed.Vancu. Buenos Aires.
- Moreno, Jacob. Levy. 1978. Psicodrama. Ed. Horme. Buenos Aires.
- Paulousky, Moccio, Martínez Bouquet (1.979) Psicodrama; cuando y porqué dramatizar. Ed. Fundamentos. Caracas.
- Pintado Calvo, A (1.991). La intangible realidad del cuerpo”.Actas VII Reunión de la Asociación Española del psicodrama. Santillana del Mar, pp 18
- Rojas Bermúdez, Jaime (1.979). El Núcleo del Yo. Ed .G enior. Bueno Aires
- Rojas Bermúdez, Jaime. (1.984. ¿Qué es el psicodrama?.Ed. Celsius. Buenos Aires.
- Rojas Bermúdez, Jaime. (1.997). Teoría y Técnicas psicodramáticas. Ed. Paidos. Barcelona
- Ubri Acevedo. D. (1.997) La escena pluricultural”. Actas I Congreso Iberoamericano de Psicodrama. Universidad de Sevilla. pp 77-80)
- Yavicoli, O. E. (1.984) El uso de mascarar en psicodrama. Cuadernos de Psicoterapia y Psicodrama, Vol. XV, I, pp.19-30.