



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROYECTO TRABAJO INTEGRADOR

FINAL EL PSICODRAMA COMO

PROTAGONISTA Investigación bibliográfica

Autora: GUZMÁN, María Macarena

Legajo: G-5188/8

DNI:37330520

E-Mail:

guzmariamacarena@gmail.com

Docente responsable: Forlini, Natalia

Docente: Roma, Sebastián

2024

RESUMEN

En este Trabajo Integrador Final (TIF) el punto de partida delimitado como área problemática son las psicoterapias y focaliza como tema en la clínica psicodramática. De allí se desprende la propuesta de trabajo, siendo el abordaje del psicodrama grupal y su práctica psicoterapéutica el tema desarrollado. Los objetivos del mismo fueron analizar las características del método psicodramático que lo incluyen en lo que se denomina la clínica. , Se examinó dicho método a través de una investigación bibliográfica en donde se revisaron distintos autores y sus trabajos en torno al mismo. Durante el desarrollo se presenta brevemente a Jacob Levy Moreno, el creador del método y se repasan términos como psicoterapia, psicodrama, método, técnica, para tratar de enmarcar qué es el psicodrama. No queda por fuera la concepción filosófica de Moreno en cuanto su concepción de hombre sano y enfermo junto a sus definiciones de creatividad y espontaneidad. Finalmente, el recorrido permite encontrar vasos comunicantes en relación al rol del psicólogo en el psicodrama y la clínica psicoterapéutica.

Palabras clave: Psicodrama - Psicoterapia - Método

Índice:

1	Introducción.....	4
2	Objetivos.....	5
3	Desarrollo Sobre psicoterapia.....	6
	¿Qué es el psicodrama?.....	7
	Clínica en psicodrama.....	11
	Rol del terapeuta psicodramatista.....	11
	Grupos	12
	Sobre la práctica del psicodrama y la técnica.....	13
	Reflexiones finales.....	15
6	Referencias bibliográficas.....	16

1 INTRODUCCIÓN

Iniciar un trabajo integrador final (TIF) en la carrera de Psicología implica necesariamente lecturas y recortes de temas que se encuentren dentro del campo psi y sus incumbencias. Desde esta perspectiva la mirada se posa en el ámbito de la clínica, en otras palabras, qué se incluye en aquello que se denomina clínica psicológica y qué queda excluido de la misma.

Este punto de partida delimita como área problemática las psicoterapias y psicoterapias de grupo. Como es un tema de amplio abordaje se hace necesario realizar un recorte dentro del universo conceptual. Para ello se focaliza, entonces, en el tema de la clínica psicodramática para que se incluya dentro de este conjunto de elementos y las condiciones y/o características de las mismas para ser definidas como psicoterapias.

Como la propuesta de este trabajo busca reflexionar y analizar sobre el psicodrama y su perspectiva psicoterapéutica, el recorte del problema queda definido de la siguiente manera: Las características que se establecen y posibilitan incluir el método psicodramático dentro de la llamada clínica psicoterapéutica.

De aquí se desprende como hipótesis que el método psicodramático sería una psicoterapia clínica en tanto que cumple con los requisitos propios de la misma¹. Se agrega a los elementos teórico metodológicos, el objetivo del presente trabajo, siendo este analizar el método clínico del psicodrama, como una propuesta que se incluye dentro de la

denominada clínica psicoterapéutica. Al estudiar sus características se encuentran puntos en común entre ambos métodos. Por último, aunque no por ello menos importante se trabajó el rol del psicoterapeuta psicodramático.

La modalidad de investigación bibliográfica permitió sostener una coherencia con la metodología propuesta para realizar este TIF. En tanto que permitió poner en tensión y encontrar elementos en común entre estos marcos teóricos. Para el caso, se toma el dispositivo de la psicoterapia clínica en contrapunto con el método psicodramático.

La posibilidad de poner a jugar al psicodrama en una psicoterapia genera una riqueza mucho más profunda para la discusión a fin de hacerlos dialogar en pos de reflexionar y profundizar sobre el método psicodramático.

El desarrollo del presente trabajo se organiza partiendo de los principales conceptos teóricos acerca de qué se entiende por psicoterapia su técnica y formatos generales. Luego se presentan algunos datos de la vida del creador del psicodrama, Jacob Levy Moreno, y se profundiza en su obra. También en este apartado se desarrollaron los momentos del psicodrama, sus elementos y sus técnicas. Se define que es el hombre sano y enfermo para Moreno y se nombran algunos conceptos importantes para esta teoría, como lo es la creatividad y la espontaneidad. Otro concepto importante que se encuentra es el de clínica y como esta se desarrolla en el psicodrama. Se aborda además el rol del psicólogo psicodramatista, sus normas éticas y como se ponen en práctica esos aspectos. Se agrega un apartado en relación la importancia del trabajo en grupos.

Otro aspecto que se destaca es cómo se lleva adelante la práctica del psicodrama propiamente dicha y cuál es el encuadre apropiado.

Por último, en el trabajo se encuentran las reflexiones finales sobre el recorrido y los alcances del método psicodramático como una clínica psicoterapéutica.

¹ Aseveraciones que se desarrollaron en el cuerpo del escrito.

2 OBJETIVOS

Objetivo General

Analizar las características del método psicodramático que lo incluyen dentro de lo que se denomina como una psicoterapia clínica.

Objetivos específicos

● Examinar el método psicodramático como propuesta para la clínica psicoterapéutica.

● Registrar el rol del terapeuta en la psicoterapia psicodramática. ● Observar las

conexiones entre el método psicodramático y la clínica psicoterapéutica.

5

3 DESARROLLO

Sobre psicoterapias

Larga es la historia de la psicoterapia, incluso muchos años antes de Freud. Si bien se pueden ubicar sus orígenes en el siglo XIX, mucho tiempo antes, pensando en Pinel en el siglo XVIII ya se registran antecedentes de tratamientos psicológicos e ideas en torno a la locura, la vida psíquica y la normalidad.

Freud, (1978) en su publicación denominada “Sobre psicoterapias” afirma que las psicoterapias son muy antiguas y que siempre han estado acompañando a la medicina. Hoy en día se encuentran dentro de una mirada integral e interdisciplinaria, que no tiene que ver con un mero acompañamiento, sino como una disciplina más, siendo un pilar entre otras, como la abogacía, la lingüística, el trabajo social, al considerar a las psicoterapias como tratamientos psicológicos que ayudan a los seres humanos para su bienestar psíquico, físico y social.

A fin de poder comprender la psicoterapia, se la definirá según Bandolín (2014) que toma de la Federación Española de Psicoterapeutas:

Todo tratamiento de naturaleza psicológica que, a partir de manifestaciones

psíquicas o físicas del sufrimiento humano, promueve el logro de cambios o modificaciones en el comportamiento, la adaptación al entorno, la salud física y psíquica, la integración de la personalidad psíquica y el bienestar bio-psico social de las personas y grupos, tales como la familia. (Bandolín, 2014, p. 14)

En el programa del año 2020 de la cátedra Psicoterapias de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Rosario (UNR), se hace referencia a la psicoterapia como una disciplina que se ubica dentro del marco de la psicología clínica, junto con el psicodiagnóstico y la investigación. La relación entre estos ámbitos disciplinares es interdependiente, ya que en cada modelo de psicoterapia se trabaja sobre la evaluación y el diagnóstico de quienes consultan.

La psicoterapia tal y como la entiende Fernandez-Alvarez (2011) puede pensarse como una práctica y para ello tiene que estar fundamentada en diferentes marcos teóricos que sean reconocidos y estudiados por comunidades científicas que realicen investigaciones, desarrollen teorías y se encarguen de generar herramientas que sirvan para la aplicación clínica, teniendo en cuenta el momento histórico y el contexto en el cual se realiza la práctica.

Estos requisitos se refieren a, como postula Bandolín (2014), que cumplan con un marco teórico, filosófico y científico, es decir que sus propuestas se hayan desarrollado científicamente, debatido, compartido teóricamente, puestas en práctica dentro de los discursos científicos que las avalen, y que estén en un marco teórico pertinente.

Una práctica psicoterapéutica tampoco escapa a una concepción epistemológica de hombre, es decir, no es lo mismo si se trabaja con el concepto de sujeto o individuo, o si refiere a un hombre social. Indefectiblemente, se posiciona desde una perspectiva de ser humano que será con la cual se llevarán adelante las teorizaciones y las prácticas de terapia propiamente dicha.

En este TIF se estudió si el psicodrama posee los requisitos que propone la psicoterapia para poder llamarlo de ese modo.

6

¿Qué es el psicodrama?

En este apartado se realizó un breve recorrido por la historia de Jacob Levy Moreno quien fue el creador del psicodrama. La propuesta tiene como fin conocer los momentos vitales más importantes de este intelectual para también presentar cómo abonaron a lo que denominamos su terapia o al método psicodramático

Tomamos la bibliografía de Moreno publicada por Marineu (1995) para establecer algunos puntos importantes de su vida.

Nació en Bucarest, Rumania en 1889 en el seno de una familia judía-sefardí. Fue un médico psiquiatra, teórico y educador. Tuvo distintos trabajos a lo largo de su vida y carrera. Moreno se interesó por la filosofía, el arte y el teatro, en un marco colectivo y social, encontrándose con la gente en sus hogares, distintas instituciones, y en ámbitos cotidianos, para él el escenario eran las calles y los parques. En el año 1909 empieza sus estudios de filosofía en la Universidad de Viena, hasta el año siguiente donde finalmente se decide a estudiar medicina. Alrededor de esos años junto a otros cuatro estudiantes fundaron la “Casa del Encuentro” destinada a inmigrantes y refugiados. También siendo todavía un estudiante trabajó en dos campos de refugiados en Austria. Obtuvo su título de médico en 1916.

Viajó a Estados Unidos en 1925, donde comienza una nueva etapa en su vida y

obra. En 1931 realizó sus primeras investigaciones en la cárcel de Sing Sing, estas investigaciones fueron importantes porque realizó un estudio cualitativo y cuantitativo de las relaciones individuales entre un grupo de reclusos, esos resultados los presentó en una mesa redonda en la Reunión anual de la American Psychiatric Association, en Filadelfia en 1932. Este acontecimiento, para su biógrafo Marineau (1995), se considera el comienzo formal de la psicoterapia de grupo cuya paternidad se le reconoce a Moreno. Luego de publicado el informe, emprendió una investigación, en el año 1932, en la Hudson School para niñas de Nueva York, en ese lugar filmó películas ilustrativas de la psicoterapia de grupo, y el entrenamiento de rol.

En 1936 tuvo la autorización para crear el Beacon Hill Sanatorium, en Estados Unidos, este pequeño hospital se convirtió en el laboratorio de todas sus hipótesis. Moreno pudo construir un escenario allí mismo, de acuerdo con sus ideas sobre la terapia y el psicodrama. Todos en el teatro eran participantes. Este hospital recibió numerosos pacientes, muchos de ellos presentaban casos muy difíciles, motivo por el cual habían sido rechazados por otros psiquiatras. Comenzó a funcionar como una comunidad terapéutica, el personal del sanatorio desempeñó los roles de yo-auxiliares y más tarde los internos, y en especial las enfermeras y los asistentes sociales acudieron a practicar psicodrama.

El 14 de mayo de 1974 fallece, dejando como legado sus ideas, métodos y tratamientos clínicos que, a lo largo del tiempo, se expandieron por todo el mundo. Poco a poco se crearon institutos de entrenamiento y de psicodrama en Europa, Sudamérica, Australia, Nueva Zelanda y Japón, y sus libros se tradujeron a más de veinte idiomas.

Haber recorrido los puntos más importantes de la vida de Jacob Levy Moreno, permite comprender por qué tomó las concepciones filosóficas que llevan al armado de su marco teórico y a la concepción del psicodrama como método clínico terapéutico El Psicodrama es definido como:

Un método de acción que permite a través de su aplicación, que las personas expresen experiencias significativas de su experiencia y así lograr establecer, mediante esas escenas, relaciones constructivas con sus semejantes. El

7

psicodrama permite una atmósfera de contención y respaldo emocional gracias a la activación de estrategias ligadas al desenvolvimiento de etapas cuidadosamente elegidas por el especialista, para encontrar la solución mas armoniosa entre las necesidades y demandas de la realidad, y finalmente, al explorarlas el individuo identifica sus propias capacidades y recursos de afrontamiento espontaneo y creativo (Pérez Silva, 2011, p.1).

Al momento de hacer un análisis sobre dicha definición se observa que Pérez Silva considera al psicodrama como un método. Se entiende por método científico a: “la serie de etapas que hay que recorrer para obtener un conocimiento válido desde el punto de vista científico, utilizando para esto instrumentos que resulten fiables”. (Gonzales, 2015, p2)

En consonancia con esta definición, se considera al psicodrama como método científico, porque cuenta con una serie de etapas que se mencionan a continuación. La primera se denomina caldeamiento, luego se encuentra la dramatización y para finalizar el schering. Dentro de estas etapas se utilizan distintas técnicas que, en este trabajo, son desarrolladas posteriormente en un apartado posterior. Ahora resulta pertinente continuar por la línea del método.

Un estudiante de Moreno, Dalmiro Bustos (2007) reflexionó sobre qué es el psicodrama, y como lo entiende su creador Moreno nos invita a pensarlo como un método, y con método quiere decir “un camino para llegar a un fin” con esto indica un camino para comprender su obra, el psicodrama se va a desarrollar en etapas y como un camino, que nunca es lineal y el fin es encontrarse con uno mismo y los demás. Lo diferencia de lo que es una técnica porque la misma indica una manera de hacer algo. Este autor también destacó que para Moreno el psicodrama es como una ciencia, la ciencia de las relaciones interpersonales.

Si se considera lo que dice Bustos el psicodrama tiene un objetivo que es rematizar las escenas vividas y resignificarlas, con esto nos referimos a volver a verlas desde la raíz, (su origen) cuando fue que ocurrió y cómo se formó lo que ahora está “conflictuando” la vida de la persona.

Se retoma la definición de Pérez Silva (2011), para trabajar exhaustivamente el concepto de acción, ya que, en el psicodrama, no se cuenta como un relato la emoción vivida, ni la anécdota o los hechos ocurridos, sino que se los pone en movimiento, se los “revive”. Tampoco se interpreta o analiza llegando a conclusiones sobre el inconsciente; sino que en esta terapia se recrea un escenario ficticio para poder volver a vivir “aquí y ahora” la escena ya vivida. La acción se lleva a cabo en la dramatización que resultó de una experiencia significativa. En otras palabras, la dramatización es la escena que se realiza de la representación de un hecho ocurrido, y el protagonista vuelve a vivir de dicha situación.

El punto principal del psicodrama es poder desarrollar una dramatización. Para llegar a ella es necesario pasar por distintos momentos que tienen un orden establecido y no es posible saltarlos para realizar una práctica completa. La duración de cada uno puede ser variable, dependiendo de las necesidades del grupo en ese momento, la etapa grupal que están atravesando y su predisposición.

El psicodrama está compuesto por tres momentos, o etapas que, como ya se nombró anteriormente, son el caldeamiento, la dramatización y el schering. El *caldeamiento* es el primer momento, en el que se observan las temáticas que el grupo trae ese día al encuentro. Por ejemplo, angustia porque un miembro se va, alegría porque alguien festeja su cumpleaños, etc, también se exploran las ansiedades, sentimientos y conflictos. Además,

8

permite prepararse para la acción. Como dice Bustos (2007), debe ir de lo superficial a lo profundo, en un principio puede ser charlar sobre como estuvo cada participante esas semanas y algo que quiera compartir, y/o puede ser un juego para entablar un contacto con los otros miembros y con uno mismo.

El siguiente momento es el más importante y se lo denomina *dramatización*, está centrado en el protagonista y tiene un ordenamiento necesario para el despliegue de la vivencia y la creatividad. Para comenzar se realiza un montaje con dos parámetros fundamentales, el espacio y el tiempo, es decir, se establecen las coordenadas entre el protagonista y el director de la escena donde estamos y en qué momento (año, mes, edad del protagonista), se describe el tiempo y el espacio físico junto al protagonista, como por ejemplo de qué manera está vestido, cómo es el clima si está solo o acompañado, si está en su casa y en qué habitación de la misma, etc.

Se continúa indagando para producir la escena. En este momento se investiga de qué se trata esta escena. El protagonista debe hacer, poner en acción, no se trata de, simplemente, relatar lo que sucede, se trae la experiencia al tiempo presente. En este momento pueden participar los yo auxiliares, para representar personas o emociones en la escena y seguir investigándola, en el sentido de producirla. De esta manera se continúa con el proceso de elaboración en donde se permite salir de la escena específica y agregar

elementos imaginarios y nuevos. Aquí se puede, por ejemplo, entablar una conversación con una emoción, ser la emoción o un objeto que está en el lugar de los hechos, etc.

Por último, se llegará a una resolución o cierre escénico, su objetivo es abrir la posibilidad a alternativas. Terminar una dramatización no quiere decir cerrarla, a veces es necesario dejarla abierta para el proceso terapéutico. Es bueno encontrar alternativas en las conductas, en lo que se quiere hacer y de qué manera, y en habilitar otra posibilidad, esto sirve para que pueda ser llevado a cabo en la vida del protagonista.

La tercera y última etapa del encuentro es el *shering*, que se centra en que cada miembro del grupo pueda compartir los sentimientos, las emociones movilizadas, recuerdos de otras situaciones que surgieron a raíz de la dramatización presentada, en otras palabras, se trabaja con las resonancias de cada uno en relación a la escena que se presentó. Aquí no se va a juzgar ni decir lo que tenía o no que hacer el protagonista, o de qué manera podía hacerlo. Este momento es importante para el trabajo grupal, para generar un espacio seguro y que el protagonista y el grupo se sientan acompañados ante las ansiedades, conflictos y alegrías que puede haber despertado la escena. Si bien es un trabajo grupal el desarrollado hasta aquí, este es el punto, el momento, en donde cada uno de los integrantes del grupo puede expresar su singularidad, encontrarse con aquello que de la propuesta lo conmovió de algún modo. Si su participación como protagonista, o yo auxiliar, o como público. Estos son los elementos con los que cuenta el terapeuta (director) para llevar adelante el trabajo.

Entonces, los componentes necesarios para llevar a cabo una dramatización son: el protagonista, los yo auxiliares y el director. Para explicarlos se expondrán los conceptos como los expresa Carmen Bello (1999).

El protagonista es quien presta al grupo su historia, su escena personal, conflicto o vivencia, sobre él se centra la acción dramática. Es elegido por el grupo en el momento del caldeamiento.

Los yo auxiliares son miembros del grupo cuya tarea principal es acompañar al protagonista en su escena, representando un personaje, por ejemplo, un padre o un amigo, o al protagonista, pero también pueden representar elementos abstractos como una emoción o sensación, o un objeto. Los yo auxiliares son elegidos por el protagonista y coordinados por su calidad de auxiliares y por el director, van a cumplir cualquier rol que sea necesario en la escena para que prosiga con la acción.

9

La función del director la cumple el terapeuta, es la persona que lleva adelante y ordena la escena. Para ello utiliza técnicas y recursos psicodramáticos, trabaja escuchando más allá de lo que el protagonista dice, observando cómo se para, cómo enuncia, cómo gesticula. También coordina a los yo auxiliares para que intervengan en la escena.

Lo que más se difundió del psicodrama son sus técnicas, muchas otras terapias las utilizan o también las reinventaron. Las técnicas de psicodrama son una herramienta de búsqueda para encontrar detalles y descubrimiento, son fundamentales para las intervenciones, están pensadas para usarlas específicamente en el momento de la dramatización, no en el caldeamiento ni en el *shering*.

A continuación, se enumeran algunas de ellas mencionadas por Bello (1999):

-Soliloquio: de lo que se trata es de poder decir cómo se siente y que piensa el protagonista en el aquí y ahora, puede ser una palabra o varias cosas que le están pasando. Es como un monólogo del protagonista, permite tener registro para ir gestando nuevas acciones y poner foco en el momento.

-Espejo: el yo auxiliar le devuelve al protagonista una imagen de sí mismo. El protagonista puede verse a sí mismo fuera de la escena y tener un panorama más completo de lo que está sucediendo en la dramatización.

-Doble: un yo auxiliar va a pasar a hacer del protagonista para poder decir y/o actuar y comportarse como el protagonista, para que este pueda verse.

-Cambio de roles: el yo auxiliar va a pasar a la escena a hacer de un otro significativo para el protagonista, intercambia papeles con él, permitiendo así experimentar el lugar del otro. Este otro significativo puede ser otra persona, o un animal o un objeto, cualquier cosa que se requiera en la escena.

-Maximización: exagerar y agrandar un gesto o una frase, para comprender, o darle un giro a la dramatización.

-Concretización: consiste en representar mediante una imagen, algún sentimiento o situación expresados por el protagonista.

Pérez Silva (2011) trabajó conceptos que son muy utilizados por Moreno. Este autor plantea que la creatividad psicodramática permite que el ser humano encuentre nuevos modos de ser, de jugar roles y de vincularse. Implica la posibilidad de un continuo enriquecimiento de sí mismo y de sus relaciones ya que brinda la capacidad de modificar su perspectiva y de modificarse.

En relación a la espontaneidad Cukier (2005) la elabora planteando que “la espontaneidad puede entenderse como la respuesta adecuada a una nueva situación o la nueva respuesta a una situación antigua. La espontaneidad es una condición del sujeto, una preparación del sujeto para una acción libre” (p. 37).

Estos dos conceptos pueden mostrar la idea sobre lo que es un ser humano saludable en psicodrama. Tomando a, Marineu (1995), se define desde Moreno que una persona sana puede expresarse a través de sus propios medios creativos y espontáneos.

Como menciona Bello (1999) el hombre ideal es para Moreno el hombre que puede crear, el hombre dios, como un niño que en un primer momento es capaz de cualquier cosa ya que no existen barreras, se desarrolla libremente y es capaz de no encasillarse en dogmas rígidos sino de vivir creando, vivir espontáneamente. Pero las conservas culturales que son producto del hombre y en nada comparable con el acto de la creación, opone al hombre espontáneo. Moreno llama hombre robot al hombre con miedos, estancado en una rutina diaria y sin ánimos de aventuras. Esto transmite las pautas de salud mental, el hombre debe ser espontáneo, capaz de crear en cada momento de su vida, único e irrepetible.

Para Moreno, el hombre es hombre (en el sentido del ser humano), en relación única e intransferible con su mundo. Él plantea que el hombre enfermo es el resultado de un sistema de vínculos deficitarios, donde lejos de estimular la confianza en sí mismo y la espontaneidad,

10

hace un culto a la sumisión, la dependencia y a la subordinación, a lo ya existente como intocable (Bustos 1974).

Esto da lugar a pensar no solo al hombre, sino también a su concepción de enfermedad. Moreno siempre estuvo reacio a la idea de recluir a las personas, por no estar dentro de los modelos impuestos por la llamada normalidad y cosificarlas con rótulos de “enfermedad”. Para él, el ser con el otro, es el origen y el destino de su concepción de salud y enfermedad. Se puede pensar a la salud como el resultado de ser con los demás, desde que venimos al mundo el camino ya está trazado, ya que somos con otro que nos sostiene y agarra a la vida; de su capacidad, cuidado y amor partirán nuestros primeros pasos en el mundo.

Clínica en psicodrama

En cuanto a la clínica, Alfonso Fernández (2013) la enmarca como una rama dentro de la psicología.

Es la parte interesada en los problemas psicológicos y en la conducta anormal, se ocupa de procesos que ocurren en personas individuales o en grupos, la familia, y en lugares donde transcurre la vida. Se diferencia en este sentido de por ejemplo la psicología interesada en reproducir procesos psicológicos en un laboratorio para comprender su funcionamiento básico y enunciar sus generalidades. La clínica es la parte de la psicología que se ocupa del sufrimiento y su razón de ser y su objetivo es aliviarlo (Fernández, 2013, p.16).

Entonces, según esta autora, la clínica actúa sobre los problemas personales o interpersonales que tienen las personas. Comprende también el estudio de la etiología de los problemas clínicos, el análisis de las condiciones en las que suelen aparecer, su evaluación y el diagnóstico.

Herranz (2018) cita a Castelló y da cuenta que cada vez más psicodramatistas han puesto esta filosofía, teórica y técnica al servicio de la clínica. Clínica es una palabra griega, *Klinikê*, que significa, lecho, o con más precisión "medicina ejercida al borde del lecho". Lo que caracteriza la clínica psicodramática es la cualidad de la humanización de las relaciones expresadas en el díada paciente-profesional (médico, psicólogo etc.).

En psicodrama, el borde del lecho está en escuchar y actuar las vivencias de las personas, y estas se trasladan al escenario. Será el escenario el lugar desde el que se intentará dar sentido a cada una de las emociones, actitudes, ideas, allí se busca el encuentro como alternativa de salud dejando de lado el aislamiento y la cultura del encierro.

Rol del terapeuta psicodramatista

El rol del terapeuta tiene una serie de normas éticas, parafraseando a Bustos (1985), se hace referencia a que la asimetría en el vínculo siempre está debido a, por ejemplo, el pago de honorarios fijados por el psicólogo, también en un encuadre (lugar, horarios, etc.) y en que las normas de cada rol no son las mismas; por ejemplo el secreto profesional sólo involucra al terapeuta. De este vínculo asimétrico se distinguen dos roles: el consultante y el terapeuta. La horizontalidad de la propuesta se restringe a la modalidad de interacción. El terapeuta debe estar abierto a un encuentro genuino con quienes consulten, debe ser capaz

11

de mostrarse tal cual es, con sus experiencias vividas, sus conocimientos, sus valores, su empatía y su expansión emocional, siendo siempre capaz de ser creativo y espontáneo. Bustos (1985) menciona que todas las intervenciones se realizan en el presente, aquí y ahora. Así las vivencias y conocimientos de cada uno se fusionan y estructuran un nuevo vínculo, donde nadie objetiviza a nadie, ni nadie hace de objeto del otro. Teniendo en cuenta que quien consulta es un participante activo, el terapeuta promueve la entrega del consultante ya sea prestando escenas o emociones.

Para Moreno (1975) el director psicodramático, rol que en esta terapia lo ocuparía el terapeuta, cumple tres funciones: es un productor, es el principal terapeuta y es un analista social.

Como productor debe coordinar y producir, caldear lo suficiente al grupo para que surja un protagonista y elaborar una producción que satisfaga las necesidades personales y colectivas. Como agente terapéutico tiene la responsabilidad por el valor terapéutico de la producción total, su tarea es hacer actuar a los miembros en el nivel espontáneo que beneficia al grupo en su totalidad. Como analista social debe introducir a los yo auxiliares,

como extensiones de sí mismo para obtener información del protagonista. Para esto es necesario que los yo auxiliares sepan cómo preguntar, entrar en el rol que el protagonista necesite, saber direccionarse y caldearse para que la escena se siga desencadenando y obtengamos más datos por parte del protagonista.

En la terapia se trabaja con los deseos del hombre, con la necesidad de transformación, de crecimiento, por eso la lectura constante de la creatividad y espontaneidad que cada uno trae (tanto psicodramatista como consultante), son elementos fundamentales.

El entrenamiento en el rol y trabajo propio de cada terapeuta en su vida personal permitirá hacer un mejor trabajo con el otro. Un psicodramatista puede aprender a interiorizar el movimiento de los cuerpos, a pensar en imágenes, en escenas, puede también registrar emociones y sensaciones corporales, agudizando la observación de su entorno y de sí mismo.

Grupos

En esta investigación bibliográfica, se refiere al psicodrama siempre pensando en grupos, sabiendo que puede también hacerse de manera bipersonal (terapeuta-paciente). Sin embargo, como no se encuentra dentro de los objetivos, este aspecto no se desarrolla.

Ahora bien ¿qué es un grupo? “Un grupo puede entenderse desde la interacción entre los miembros, los intereses o las actividades comunes, pero también desde la coherencia interna” (Moreno citado por Cukier, 2005).

Al igual que Del Cueto (2012) se considera a los grupos aun cuando no se aplica el método psicodramático. En el acontecer grupal se despliegan múltiples escenas que tienen que ver con sonoridades, movimientos, tiempos, silencios, cuerpos enfrentados y cuerpos que se encuentran. En el trabajo con los grupos en todo momento convocamos escenas. En ellas, el movimiento de los cuerpos nos habla de las personas que “juegan” la escena. Los gestos, la posición de cada integrante, habla. A veces una mirada perdida dice muchas cosas, o una mano que se acaricia para no sentirse sola, estos pequeños gestos en psicodrama son el portavoz de algo que hacemos zoom para observar.

El psicodrama coloca al grupo en un lugar de juego, de como sí, en donde un individuo puede reencontrar su capacidad creadora. En este “juego” una persona o un grupo no repite una escena. En toda dramatización siempre aparece un deslizamiento que da lugar a lo nuevo, a lo incierto, no siendo mera repetición de lo pasado, de la historia del sujeto o del grupo.

En el juego interviene el cuerpo. El movimiento de los cuerpos habla de las personas que están en la escena. Si la dramatización fuera sólo un conflicto libre de afectos, y sentimientos, no habría diferencia entre teatro y psicodrama. Podríamos homologar el juego de roles en psicodrama, a los roles que un actor tiene que jugar en la puesta en escena de una obra de teatro. Pero en psicodrama el que juega la escena pone en escena su propia vida, es el protagonista quien se juega a sí mismo en el “como sí” de una escena dramática. Llena de emociones y afectos, la escena es así, diferente y cualitativamente distinta a la puesta en escena de una obra teatral. Como dice Del Cueto (2005), el psicodrama tiene de similar al juego de ser el otro, aquí se encarna una multiplicidad diversa de personajes, pero siempre es el mismo protagonista, con su caos, con sus múltiples formas y máscaras. No es externo ni aun jugando el rol que un compañero le ha asignado. Siempre la importancia está centrada en cómo ese rol es jugado, (por ejemplo, si lo hace de una forma distante y calculadora, o de manera vulnerable), no en la verosimilitud del personaje, ni en que siga un texto externo. Es así como en psicodrama la puesta en escena es la puesta en escena del

drama del protagonista y de su grupo, nuevamente, en el “como sí” de la escena dramática.

Sobre la práctica de psicodrama y la técnica

Para poder llevar adelante el método psicodramático hay que seguir algunas pautas y modos de abordar la tarea. Retomando lo que Bandolín (2014) destaca de la de la noción de *encuadre* en psicoterapia, el que sirve para señalar la selección y recorte que realiza el terapeuta de algunos aspectos que se utilizan para construir la relación terapéutica, y se mantienen estables o con un margen de flexibilidad a lo largo del tratamiento.

Para este autor el encuadre tiene cuatro dimensiones: Marco concreto, especificación de los roles del paciente y del terapeuta, tipos de intervenciones, y definición de objetivos. Cuando se refiere al marco concreto se refiere a varios aspectos, entre ellos las condiciones materiales, como por ejemplo el lugar físico para ejercer la práctica. Para hacer psicodrama se debe contar con un espacio amplio en el cual entren varias personas y se puedan mover libremente por el mismo, una parte de este va a ser utilizado como escenario y allí se va a llevar adelante la dramatización, en el resto del lugar se acomodan los demás integrantes a modo de espectadores. Se puede también contar con sillas y algún cajón con diferentes elementos, como por ejemplo telas, ropa, almohadones, sombreros, etc, para usar en la escena.

Otro aspecto que pertenece al marco concreto es evaluar dónde se lleva adelante la terapia, si es en un consultorio privado, o en una escuela, en un club, hospital, etc. También se establecerá un horario, una frecuencia, duración de las sesiones y los honorarios.

Dentro del marco se van a establecer los roles del paciente y del terapeuta, Bandolín (2014) presenta que, tanto el rol del paciente como el de el terapeuta definen qué tipo de vínculo va a establecer con el consultante, además de qué límites y alcances hay en la terapia. Esto fue desarrollado en el capítulo anterior a modo de recordatorio se tendrá en cuenta que el psicólogo pone una serie de normas éticas y el paciente debe cumplirlas, pero en psicodrama se busca la horizontalidad del vínculo el terapeuta es un guía, pero no tiene el saber.

Otra de las características que para Bandolín forman parte del encuadre son las intervenciones y las define como todo aquello que el terapeuta comunica al paciente dentro y fuera de las sesiones. Engloba todo el comportamiento del terapeuta en relación al paciente mientras dura un tratamiento.

13

Las intervenciones en psicodrama se producen a través de las técnicas, la tarea del psicodramatista es encontrar el momento más conveniente para usarlas dentro de la escena, por ejemplo, si un consultante no puede ver su frustración y cómo está su cuerpo se puede utilizar la técnica del espejo² para verse de afuera y encontrar algún movimiento, un registro distinto sobre cómo se encuentra.

Para Herranz (2018), la más eficaz es el escenario, llevar al lugar del “como sí” las dificultades que se presentan a lo largo de todo el proceso terapéutico. La propuesta terapéutica se encuentra dentro de unos límites, espaciales, temporales y conductuales. El escenario permite llevar a la representación las dificultades de aceptación del encuadre sin crear un ambiente tenso en la relación paciente terapeuta.

Herranz, así como Del Cueto conciben al psicodrama como una técnica más. Es aquí donde surge la pregunta, ¿es el psicodrama una técnica o un método? Del Cueto (2012) refiere que muchas veces el psicodrama suele considerarlo como una técnica espúrea aplicada con un grupo de personas para diversos fines. Esta autora une al psicodrama con

el psicoanálisis pensado este último en un campo social e histórico. Al unir estas terapias observan las escenas y las analizan a veces usan “la técnica” pensando en el psicodrama o a veces no, de acuerdo a la intervención que se esté realizando. Ahora bien ¿qué es una técnica? Una técnica es una serie de procedimientos o pasos que se siguen para alcanzar un objetivo determinado o realizar una tarea que suele ser repetitiva (Aprendo hoy 2024). Es decir, en palabras simples, la técnica se refiere a una forma de alcanzar un objetivo de manera eficiente. Siguiendo el artículo citado se entiende que las técnicas cuentan con una serie de características, se utilizan tanto para tareas simples como complejas, deben ser eficaces, y son una forma de hacer y crear. Las mismas se aprenden y perfeccionan, forma parte de ambientes profesionales como así también del cotidiano, como por ejemplo pelar una naranja.

Con el recorrido establecido hasta aquí, se podría considerar que el psicodrama es ambos a la vez. Podemos verlo, en este sentido, como una gran técnica disponible a utilizar incluso en otras terapias; no obstante, también es un método por formar parte de ámbitos académicos y científicos por los cuales fue avalado. Además, de su concepción de hombre social e histórico, las etapas, orden, pautas, concepción de salud y enfermedad, roles establecidos (terapeuta- consultante- yo auxiliares), se aprende de una manera pragmática, haciendo psicodrama, no solo estudiando su material teórico, cada escena es nueva es un nuevo re-vivir y lo más importante, posee un marco teórico epistemológico concreto para desarrollar la terapia.

² Puede encontrarse su forma de llevarla a cabo en este trabajo en la página 10.

5 REFLEXIONES FINALES

El psicodrama como protagonista es el nombre de este Trabajo Integrador Final (TIF). Darle voz a Moreno y al psicodrama dentro de una psicoterapia, fue el eje vector de esta construcción académica. Difundir este saber, porque cada vez que escuchamos hablar de psicodrama o de sus técnicas como el rol playing o cambio de roles tienen un origen moreniano. Es interesante aclarar que este no era el objetivo de su creador, para él el psicodrama no se limita a objetivos terapéuticos, sino para ser útil a cualquier persona, en cualquier momento de su vida. También resulta importante que el Psicodrama se entienda por sí mismo, y no por compararlo con otras psicoterapias. Por eso al momento de buscar la bibliografía se optó por no combinarla con el psicoanálisis u otras terapias, aun así, el resultado fue que hay mucha información sobre el psicodrama, su práctica, su técnica y estudios de casos.

En este TIF se logra el objetivo de realizar un recorrido sobre cómo se lleva adelante el psicodrama como propuesta psicoterapéutica. Se nombraron sus etapas, caldeamiento, dramatización, y schering. Sus partes dentro de las mismas como la investigación que ocurre en el momento de la dramatización, sus técnicas (cambio de roles, soliloquio, etc), sus componentes (protagonista, yo auxiliares y director) el objetivo de rematizar y volver a vivir una escena de nuestra vida, y que sea de forma acompañada, porque el psicodrama que aquí desarrollamos fue el pensado en grupos.

Se logró detallar sobre el rol que cumple el director de psicodrama que en este caso lo cumple el psicólogo. El lugar asimétrico y simétrico que ocupa en el vínculo con el consultante y sus tareas como productor de la escena, y coordinador del grupo. Se destacó la importancia que tiene aprender este método en la práctica y no solo desde la teoría, sino participando activamente. Transitar el camino en un grupo y aprender de otros y con otros, cuanto más cada terapeuta se haya involucrado de ese modo más fácil será realizar la labor psicodramática.

El psicodrama como método fue creado de manera pragmática, se estudia y aprende haciendo y recorriéndolo llevándolo a la acción, a la participación, comprende al hombre como un ser histórico social y relacional, por ese motivo es que también prefiere el trabajo con grupos, y siempre busca que el hombre sea creativo vaya en pos de su creatividad y espontaneidad en toda su vida sin dejarse atrapar por cuestiones culturales y limitantes.

Para finalizar, se puede decir que el psicodrama invita a jugar, a ser creativos, tal vez, un poco a ser niños, a encontrarnos con el otro y con uno mismo, a animarnos a enfrentar nuestros miedos, deseos, emociones, las más aceptadas y las menos, nos invita a mover y poner el cuerpo. Produce movilizaciones de afectos, ideas, creencias, pensamientos en relación a nosotros mismos y a los otros.

6 REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Alizade, A (2016) *La función mediadora del títere en la facilitación de la comunicación y creación del vínculo, entre el niño con enfermedad oncológica y el psicoterapeuta.*

Recuperado de racimo.usal.edu.ar/6375/

Alfonso Fernández, Y. (2013). *Psicología clínica y Psicoterapias.* España. Universidad de Almería.

Aprendihoy.com , (2024) Categoría: Técnica.

Recuperado de

aprendihoy.com/tecnica/#:~:text=Una%20t%C3%A9cnica%20es%20una%20serie,u
n%20objetivo%20de%20manera%20eficiente.

Bello, M. C. (1999). *Introducción al psicodrama*. México D.F. Colibrí.

Bandolín, D (2014) *Apuntes sobre psicoterapias y sus elementos constructivos*. Ficha de cátedra.

Bandolín, D (2020) *Formulario para presentación de programa de las asignaturas de la carrera de psicología*.

Bustos, D. (1974a). *El psicodrama. Aplicaciones de la técnica*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Plus Ultra.

Bustos, D. (1985b). *Nuevos rumbos en psicoterapia psicodramática*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Momento.

Bustos, D. y E. Nosedá. (2007c). *Manual de psicodrama en la psicoterapia y en la educación*. Buenos Aires, Argentina: RV Ediciones.

Cukier, R. (2005). *Palabras de Jacob Levi Moreno*. Brasil: Editorial Ágora.

Del Cueto A. M (2005) *Diagramas de psicodramas y grupos cuadernos bitácoras I*. Buenos Aires, Argentina. Editorial La imprenta de las madres.

Del Cueto A. M (2006) *Diagramas de psicodramas y grupos cuadernos bitácoras II*. Buenos Aires, Argentina. Editorial La imprenta de las madres.

16

Freud, S (1978). *Sobre psicoterapias* Buenos Aires, Argentina. Editorial Amorrortu.

Guimaraes, S. (2016). *Origen y desarrollo del psicodrama como método de cambio psicosocial*.

Recuperado de

www.morenomuseum.org/sites/default/files/Origen%20y%20desarrollo%20del%20psicodrama%20%20tesis%20de%20doctorado%20S%C3%A9rgio%20Guimar%C3%A3es.pdf

Herranz, T. (2018). *Psicodrama, un escenario al servicio de la clínica*.

Recuperado de www.revistaclinicacontemporanea.org/art/cc2018a12

Marineu, R. (1995). *J.L. Moreno su biografía*. Buenos Aires, Argentina: Lumen Hormé.

Moreno, J. L. (1978). *Psicodrama*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.

Pérez Silva, R. (2011) *Conceptos fundamentales de psicodrama*. Recuperado de escuelapsicodramaclasicoconceptos.blogspot.com/2011/05/definicion-de-psicodrama.html

Ucm.es (2024) ,Gonzalez E, Categoría: Método científico Recuperado de www.ucm.es/data/cont/docs/107-2016-02-17-EI%20M%C3%A9todo%20Cient%C3%ADfico.pdf