

Módulo V: Entorno – Técnicas de Dramatización

Las técnicas de dramatización se utilizan con el propósito de alterar algún o algunos aspectos de la escena que se desarrolla para reforzar o mitigar ciertas significaciones, o favorecer la emergencia de nuevos sentidos. Es decir, la decisión de aplicar una técnica es precedida por cierta valoración, al menos intuitiva, de los efectos inmediatos de la representación. A veces la dramatización parece carecer de la tensión necesaria y las técnicas se implementan a manera de sobre-caldeamiento, para obtener un mayor compromiso de los actuantes con la representación. Desde luego, en muchas oportunidades el director tiene previsto qué recursos implementará, y en su intención ya forman parte de la escena antes de iniciarse.

Persona o actor, rol, personificación.

En este punto conviene realizar una distinción que facilitará comprender y explicar ciertas técnicas. Se trata de diferenciar actor o persona, rol y personaje. El actor o persona es el individuo real que participa asumiendo la representación de un rol en la dramatización. El rol es el papel representado, caracterizable no por lo que tiene de idiosincrásico y único sino por lo que hace de él un tipo, respondiendo al contexto sociocultural, como padre, profesor, hijo, jefe, médico, amante, policía, chivo emisario. El drama terapeuta Landy (2003) define: "El rol es un conjunto predecible de pensamientos, sentimientos y conductas que se reconoce como un solo aspecto, más que como la totalidad de la existencia de una persona". Rol puede referir también a un tipo de función dentro de la lógica de la escena representada: protagonista, antagonista, facilitador, activo, pasivo, víctima, victimario.

El término personificación se utiliza, al menos en el marco de este texto, para dar cuenta de las particularidades del rol tal cual es llamado a ser representado, aquello que posibilita la realización y encarnación del rol. También puede pensarse que refiere a la caracterización estética del rol en cuestión, a la manera concreta de ser versionado, brindada por un perfil intelectual, emocional y actitudinal. Para la representación psicodramática es muy importante la caracterización conductual del rol a desarrollar, para una lograda construcción del

personaje, precisando sus modos expresivos, verbales, para-verbales y no verbales, sus formas de gestualizar, de moverse, de alzar la voz, de retirar la mirada. Ello puede evitar caer en el limbo en donde rol y personaje se confunden dado que ciertas adjetivaciones de los roles ya

configuran de por sí un estereotipo social, como padre severo, madre permisiva, hijo rebelde. Así un actor puede ser convocado a cumplir el rol de padre, pero personificado de manera tal que actúa no como se espera lo hiciese un padre según las expectativas instituidas sino más bien como amigo o compinche del hijo.

Durante la aplicación de técnicas no es extraño se produzcan modificaciones en el modo de personificar un rol, de hecho, es en parte el objetivo de muchas de las técnicas puestas en juego.

También es común trabajar en base a multiplicidad de roles que implican a su vez personificaciones complejas, desarrollando en escena características que no siempre parecen compatibles, como por ejemplo una persona que debe representar al mismo tiempo el

rol de madre y el rol de amante en una escenificación acaso tramada puntualmente para explorar dicha escisión o ambivalencia.

El doble o doblaje

Quizás junto a la inversión de roles es uno de los dos recursos más empleado en psicoterapia psicodramática. Explica Moreno: " ...se emplea para penetrar en la problemática íntima del paciente mediante un ego auxiliar. El ego auxiliar proporciona al paciente algo así como un segundo YO, actúa como si fuera la misma persona e imita al paciente en cada uno de sus gestos y movimientos. El ego auxiliar duplica al paciente y le ayuda a sentirse a sí mismo, a ver y estimar por sí mismo sus propios problemas" (Cukier 2005).

Un auxiliar entra a o se desplaza sobre el espacio escénico, se ubica detrás y un tanto al costado del protagonista, quizá establece contacto físico con él (una mano sobre el hombro, sostenida durante el doblaje o al iniciar el mismo), y asume durante un breve tiempo la personificación de su rol tal si fuese él, hablando en primera persona y remedando en lo posible, al menos al iniciar el doblaje, su actitud corporal. Otra posibilidad es que el doble reemplace al protagonista, saliendo este del espacio escénico.

El doble, es decir el auxiliar que realiza el doblaje, expresará, tanto mediante lenguaje verbal como no verbal, aquello que cree o siente que el doblado no está comunicando y podría o debería comunicar: lo que no se decide o elude expresar (por vergüenza, para no resultar ofensivo, etc.), lo que no sabe expresar o lo hace de manera confusa, lo que cree debiese expresar, lo que él siente que expresaría si estuviese en su lugar, lo que piensa se debería expresar según los estereotipos sociales o grupales. O actuará los sentimientos que debieron acompañar la verbalización del doblado, pero estuvieron ausentes, o imitará su aflicción gestual sumando las palabras que se callaron. O ensayará conductas alternativas que podrán reflejar distintos aspectos de los conflictos del protagonista.

Si interviene en una escena en la cual el doblado ha centrado su atención en uno de los roles complementarios, puede orientar la interacción hacia otros. El rumbo que tome el doblaje puede responder a consignas sugeridas por el director, sea antes de iniciarse el doblaje o como corrección mientras se desarrolla. El doble puede valerse del soliloquio, del diálogo consigo mismo (tanto para reforzar la posición del doblado como para cuestionarla), puede recurrir a la auto-parodia (útil para mitigar actitudes catastróficas). El refuerzo de la actitud del doblado puede realizarse legitimando contradicciones, depurando antagonismos de culpa, validando sentimientos. El cuestionamiento suele estar dirigido a dudar de la certeza de un sentimiento o creencia, o a depreciar la importancia que se le adjudica. Ejemplos de doblaje tomados de Blatner (2005b): "¿por qué tengo que sonreír cuando hablo con esta persona?"; "¿por qué he de crearme obligado a cumplir tus expectativas?", "¡no me avergüenza sentir lo que siento!", "¿realmente es eso lo que siento?". Salvo excepción (acaso sugerida por el director), el doble deberá evitar tanto ser complaciente como ser hipercrítico. Una de los mecanismos de performance del doble más útiles suele ser la modulación (por ejemplo, maximizando) de la forma e intensidad, tanto verbal como gestual, de expresar los sentimientos: "Si el protagonista dice: «me gustas», el doble podría decir: «te necesito»; si aquél dice: «estoy molesto», el doble dirá: «te odio»" (Baltner 2005b).

Varios auxiliares pueden realizar en secuencia doblaje de un mismo rol. Puede también descomponerse el rol en diferentes aspectos o personificaciones de sí, y diferentes auxiliares realizar un doblaje múltiple y simultáneo, en el que cada auxiliar representa uno de esos aspectos.

Es oportuno subrayar que no se dobla al protagonista en el vacío, sino en el interior de la escena que se está representando. Los auxiliares deben proseguir la escena tal si el doble

no estuviese. Si bien es imposible para quienes actúan los roles auxiliares ser indiferentes a la participación del doble, es conveniente que los efectos del doblaje, si los hay inmediatos, los incorpore a la escena el protagonista. De esa manera permiten al doblado sin suspender la representación rechazar o al menos ignorar las modificaciones más o menos implícitas sugeridas por el doblaje, que en todo caso siempre pueden ser tema en la etapa de comentarios.

Eventualmente el director puede intuir que el doblaje y sus efectos pueden ser optimizados si el actor que representa al protagonista sale del espacio escénico, y uno o más dobles se hacen cargo de explorar su rol. Ello puede prescribirse también para que el actor que prestó escena vea la misma desde afuera, tome distancia de ella.

Es un recurso muy útil cuando un partícipe del grupo presenta dificultades para representarse a sí mismo. Dice Moreno: "Una sesión puede construirse de tal manera que el protagonista no

actúe en escena, sino que tome parte en la representación como espectador. Su problema será retratado y estudiado por un doble en escena... El contraste entre las imágenes de sí mismo que el paciente ve en escena y su propia opinión de sí puede ser tan dramático que proteste contra la imagen, salte a escena y se ponga a actuar el mismo" (Cukier 2005).

El doblaje lo puede realizar el director, y también pueden ser doblados los roles no protagónicos.

Inversión o cambio de roles

La inversión de roles o cambio de roles, acontece cuando la representación de una escena, o de un fragmento de escena, se rehace o se continua, tras producirse un desplazamiento por el cual el protagonista pasa a representar a otro de los roles en escena y el auxiliar que jugaba ese rol ocupa el papel del protagonista. Lo más habitual es que el intercambio se realice entre el protagonista y aquel de los auxiliares que en la escena o en un fragmento de ella se presenta como antagonista. Luego se produce el retorno de los actores a su rol base. Puede realizarse inversión de roles durante el caldeamiento específico a la manera de ensayo y aprendizaje de un rol por parte de un auxiliar.

El intercambio implica desplazamiento físico, y ocupar el lugar del otro. Si se usan máscaras o sombreros u otros objetos a manera de vestuario, también suelen ser intercambiados. El

intercambio de roles puede acarrear modificación en la personificación de los roles, a veces en la intensidad con que se juega el rol, a veces en la perspectiva con que el rol juega la escena.

El objetivo básico de este recurso es observar y aprender a observar la situación desde el lugar del otro, y verse a sí mismo desde el lugar del otro. La inversión de roles facilita al protagonista percibir la situación como la percibe o pudiera percibirla el otro, y comprender sus reacciones, así como también asimilar una perspectiva situacional o interaccional de sus propias creencias y conductas, es decir experimentar como se retroalimentan la secuencia de respuestas que conforma un escenario problemático.

Erosiona la tendencia a clasificaciones rígidas de los otros e incluso de las situaciones. Modera las visiones idealistas y catastróficas del otro, de uno mismo en relación al otro o a situaciones estereotipadas, permitiendo evaluaciones más realistas y menos taxativas. Señala Rosa Cukier (2008): "Permite, además de vivenciar el rol del otro, descubrir aspectos del propio rol que

quedan en evidencia por la distancia". Dice Blatner (2005b): "... la inversión de roles permite al protagonista dramatizar sus percepciones por tergiversadas que éstas sean, de sus relaciones interpersonales, es decir, representar lo que cree que los demás piensan (sus propias proyecciones)". Y también: "Por medio de la inversión de roles los protagonistas trascienden sus inmaduras tendencias al egocentrismo y admiten que los demás poseen puntos de vistas propios".

Es un recurso que puede ser utilizado con la finalidad de desarrollar las aptitudes sociales, al permitir desarrollar la empatía, desarrollar un registro más complejo de la conducta de los otros y mejorar la asertividad. En general se aplica cuando se presentan oposiciones muy marcadas: diferencias que parecen irreconciliables en la forma de percibir el mundo, diferencias culturales y generacionales, cuando se manifiesta fuerte animadversión o encono entre los personajes, cuando se juegan roles socialmente clasificados como antagónicos (padre e hijo, profesor y alumno, empleado y jefe). Indica Población Knappe (1997): "... la inversión de roles será una técnica especialmente útil en las relaciones complementaria disimétricas, de dominio sumisión en cualquiera de sus matices o formas de expresión".

Es oportuno recordar, tal cual se explicita en la aclaración que precede a este texto, cualquier trabajo con patologías que implican se halle o pueda estar comprometido el sentido de

realidad demanda un ajuste singular tanto en la aplicación del psicodrama como método como de cualquiera de los recursos técnicos.

La inversión de roles es un recurso que puede utilizarse para tramitar diferencias entre miembros del grupo, montando una escena en la que cada cual representa el personaje de sí mismo, y luego se realiza la inversión.

Espejo

La técnica de espejo más habitual y sencilla consiste en la reproducción a cargo de un auxiliar de la manera en que el protagonista desempeña su papel, limitándose a intentar duplicar de la forma más exacta posible su comportamiento verbal y corporal. Como otros recursos, tal el doble o la inversión de roles, aunque más acotado que aquellos, es una técnica apropiada cuando se detectan limitaciones expresivas o incongruencias entre el lenguaje verbal y el no verbal. María C. Bello (1999) así la explica: "...es la posibilidad de verse a uno mismo, y tener un panorama más completo de lo que está sucediendo en acción. Consiste en que el protagonista elija un yo auxiliar que lo represente en la situación que se está dramatizando,

para poder él ver desde fuera lo que está pasando".

Álvarez Valcarce (1995) señala: "Con estas técnicas y con la utilización de la filmación en videotape de las sesiones, se favorece el que los protagonistas tengan una percepción objetiva de su propio comportamiento. Se les provee de un sistema para que puedan sugerir, indicar o criticar a su propio rol puesto en juego por un yo-auxiliar.... La técnica clásica tiene la ventaja sobre el vídeo, que el protagonista puede sugerir cambios sobre la puesta en marcha al yo-auxiliar que juega su papel. Favorece la toma de posición frente al propio comportamiento, en una suerte de comunicación sobre sus propios estilos de comunicación". Hernández Bote (1998) dice: "El objetivo es permitir que el paciente, mirando para sí mismo desde fuera de la escena, reconozca aspectos presentes en ella y pueda permitir una reacción

frente a estos aspectos. Se desea favorecer el aumento de la observación del yo y la toma de conciencia que la proximidad emocional dificulta".

Es una técnica con la que se puede intervenir en diferentes rutinas. Señala Rosa Cukier (2008): "Bien empleado, el espejo puede facilitar la percepción de sentimientos y actitudes

enmascaradas por la conducta". Bello (1999) propone: "La función del espejo psicodramático puede ser también confrontar dos épocas o dos momentos de la vida del protagonista".

La maximización puede sumarse y complementar la aplicación de técnicas de espejo, pero se debe tener en cuenta que, si bien el humor no es ajeno al psicodrama como método, se debe estar atento a que la representación no se torne grotesca o caricaturesca, lo que puede ser innecesariamente perjudicial para el espejado.

Tras la aplicación del recurso se suele proponer al espejado tome o retome el protagonismo de una escena para ensayar correcciones en la manera de ejecutar su rol.

A propósito de algunas técnicas utilizadas por el psicodrama, en especial el doblaje, la inversión o cambio de roles y acaso el espejo, se suele explicar la performance del auxiliar como facilitada por la identificación y la empatía.

Hay amplio consenso en entender la empatía como la capacidad de ubicarse figurativamente en el lugar del otro, de comprender y hasta cierto punto experimentar los pensamientos y sentimientos ajenos. Identificación parece utilizarse al menos con cuatro sentidos diferentes. Uno de ellos es como sinónimo de empatía, se manifiesta en expresiones corrientes del tipo: me identifico con su dolor, me identifico con lo que le ocurre. Un segundo uso del término concibe la identificación como la tendencia a conformar aspectos varios de la manera de sentir, reflexionar y actuar a partir de un otro que se toma como modelo. El tercer uso implica una restricción con respecto al segundo, y se vincula a las formas de concebir la identificación en el psicoanálisis: una disposición inconsciente, y no susceptible de consciencia, a adoptar o desarrollar en cuanto a algunos aspectos una identidad con otro a través de la internalización o incorporación de ciertos rasgos. A diferencia de la empatía, la identificación implica entonces una transformación que se pretende en conformidad con un modelo, y en el caso del psicoanálisis, dicha transformación no es susceptible de consciencia. También identificación puede referir al reconocimiento de una identidad en algún aspecto con otro. En la perspectiva del psicoanálisis este reconocimiento es inconsciente y no sujeto a ser

corregido o constreñido por procesos cognitivos conscientes. Y además puede acontecer en el plano de la fantasía. Por ello una persona, aunque construya una vida conductual e ideológicamente pacífica, puede sentir placer observando películas de violentos vengadores como las que produce a granel Hollywood. Si se le llama la atención sobre ese hecho, su

predisposición a sentir placer al observar dichas películas apenas se verá afectada, no al menos de manera directa, a lo sumo será cohibida quizá por alguna forma de vergüenza social. En cambio, la empatía, que implica una afinidad emocional mas no una identidad, que sentimos por ejemplo por una persona que atraviesa una circunstancia desafortunada puede deshacerse si nos enteramos que se trata de una persona malvada, violenta o criminal, y hasta puede devenir en cierta satisfacción por el dolor ajeno.

La identificación además perdura aún en ausencia del modelo, es decir se independiza de la interacción a partir de la cual se despliega (salvo quizá en el caso del reconocimiento de una identidad del tipo de la que se establece con personajes de ficción). La empatía requiere la presencia de ese otro con el cual empatizamos, o al menos su inmediatez (que estemos aún pensando en él). Es posible sostener e incluso incrementar la preocupación por una persona y sus cuitas en su ausencia, pero difícil es recrear la empatía si no interaccionamos con ella, sino observamos su postura corporal y sus muecas, sino oímos su voz.

En la tarea del auxiliar que ha de actuar el rol o roles de otro en el marco del psicodrama como método creo conveniente tomar en cuenta la empatía y no así la identificación. La identificación en tanto modificación y adquisición de conductas y modos de pensar y sentir será en todo caso un objetivo del proceso psicoterapéutico y no restringida a una o a una serie de representaciones, y deberá ser vigilada por el coordinador, pues desde luego la identificación por sí no es positiva, puede ser negativa, es decir contraria a los fines terapéuticos. Además, entre los objetivos inespecíficos de toda psicoterapia se encuentra ampliar el repertorio de respuestas posibles, no incorporar estereotipos ni canjear un estereotipo por otro.

La identificación es una operación de reafirmación de la identidad a través de la consonancia con el modelo, la empatía es una maniobra de descentramiento a partir de la resonancia que la situación de un otro produce en mí.

El psicodrama psicoanalítico sí tomará en cuenta las redes de identificaciones, sobre todo en aquella terapia grupal que pongan énfasis en la interpretación de las manifestaciones y fenómenos transferenciales, o consideren la producción grupal, o al menos la dramatización, como homologable a una producción onírica u otra manifestación del inconsciente tal como lo concibe el psicoanálisis.

Algo más sobre la empatía

Si como se dijo hay consenso en considerar la empatía como la capacidad de situarse en el lugar de otro y comprender su estado mental, esa facultad demanda el sentir cierta afinidad emocional con ese otro. Por ello se suelen distinguir dos movimientos de la empatía, el cognitivo (representarse los pensamientos y motivaciones del otro) y el emocional (experimentar emociones congruentes con el estado emocional del otro). Sin el componente emocional la empatía acaso devendría un subproducto de la teoría de la mente, al menos en cuanto este concepto implica la facultad de elaborar conjeturas sobre los estados mentales de otro y explicar y predecir su comportamiento (inferir creencias, deseos, sentimientos y planes). En todo caso hay diferencia entre "...imaginarse a sí mismo en una situación e imaginarse al otro en una situación..." (Fernández Pinto 2008): la primera acción se adecua a la empatía, la segunda a la teoría de la mente.

El desarrollo de las neurociencias en las últimas dos décadas permite además considerar una inclinación filogenética propia de la especie humana (y al menos de otras especies de mamíferos) para el desarrollo de la empatía (los estudios por venir sobre el funcionamiento de las neuronas espejos en humanos quizá tengan mucho por decir al respecto). Este prelude biológico de la empatía parece consistir en que al leer las emociones de los demás se activan en nuestro cerebro los mismos circuitos neuronales involucrados en la percepción de nuestras propias emociones:" Los estudios de imagen cerebral realizados con voluntarios que veían a

otras personas experimentar un shock doloroso han puesto de relieve una activación, en una especie de remedo del sufrimiento ajeno, de sus propios circuitos ligados al dolor" (Goleman 2013).

Pero la experiencia directa que una persona tiene del sufrimiento de otra no siempre dispara la empatía. Esta es mediatizada y puede ser bloqueada por procesos cognitivos y ser dependiente de una valoración de la situación y de la persona que padece. Así tendemos a no empatizar, o empatizamos con menos intensidad, si el padecimiento que observamos es producto de una práctica médica con fines benéficos para el sufriente, o a no hacerlo cuando la persona que padece o goza nos cae mal o representa valores que repudiamos.

La activación misma de la predisposición empática a nivel biológico parece en ocasiones estar sujeta a ciertas operaciones cognitivas: "Mientras los voluntarios escuchaban relatos de personas sometidas a dolor físico, el escáner cerebral revelaba la activación instantánea de los centros cerebrales destinados a experimentar dolor. Cuando se trataba, por el contrario,

de sufrimiento psicológico, era necesario un tiempo relativamente superior para activar los centros cerebrales superiores implicados en la preocupación empática y la compasión. En palabras del equipo de investigación que llevó a cabo este trabajo, se requiere tiempo para describir las dimensiones psicológicas y morales de la situación" (Goleman 2013).

El auxiliar que afronta la tarea de doblar o invertir roles con el protagonista intentará ponerse en los zapatos del otro sin dejar de gestionar sus propias emociones, y las facultades empáticas facilitan su tarea. ¿Pero qué ocurre si no tiene afinidad emocional con el otro? En un grupo que forma parte de un proceso psicoterapéutico puede parecer difícil no se constituyan redes de afinidades entre los partícipes, pero se debe tomar en cuenta que no todos les caerán bien a todos. Entre algunos partícipes, sin necesidad de que implique reciprocidad, se desarrollan predisposiciones afectivas y valoraciones de sesgo negativo. Además, la empatía puede anesthesiarse o saturarse ante la repetición, común en un proceso grupal extendido en el tiempo, de un motivo de padecimiento o de una forma de afrontar o sencillamente de manifestar ese padecimiento. Y en el caso específico del psicodrama como método, la persona que cumple el papel de auxiliar sabe que esos roles se ponen en juego en el marco de un como si, de una representación, circunstancia que no es la ideal ni pretende serlo para el disparo espontáneo del preludio emocional de la empatía.

Pero la empatía también se puede actuar, todos poseemos experiencia en empatizar, y la representación de la empatía, incluyendo su representación actoral, permite evocarla y convocarla.

La empatía puede aprenderse y desarrollarse por ejemplo a través de ejercicios de role playing: "Lo que, por ejemplo, se hace, es utilizar unas instrucciones para que el sujeto empatices con alguna persona (como decirle, por ejemplo, trate de ponerse en el lugar de la otra persona, intente sentir lo que estaría sintiendo cierta persona en determinada ocasión y, si además se le pide que lo visualice o que lo escriba, todavía puede resultar más eficaz). Después se compara a los sujetos que han recibido este tipo de instrucciones con otros a los cuales no se les ha realizado la manipulación empática. Los resultados muestran que se ayuda más a otras personas cuando se han recibido instrucciones para empatizar con ellas" (Gómez Jiménez y Gaviria Stewart 2007).

La empatía no implica adhesión ni asumir la convicción de que el punto de vista del otro es mejor, ni siquiera que es saludable o sencillamente bueno. Pero es una función que permite en la psicoterapia grupal, y desde luego en la vida misma, aprehender que no hay una única

mirada sino muchas posibles. Como señala González de Rivera (2004): "Para mejor practicar el arte del cambio del punto de vista, es bueno encontrarse con gente con la que de entrada no nos comprendemos o que nos parecen absurdas e inaceptables. De lo contrario, si sólo tratamos con personas muy afines, más que cambiar de perspectiva puede que nos limitemos a reforzar nuestra coincidencia de pareceres".

Y vale también incorporar el concepto de empatía, el saber ponerse en el propio lugar, función que puede equilibrar los riesgos de la empatía: "La empatía es una forma de control intencional de la subjetividad interpersonal, que tiene como objetivo evitar la inducción de estados emocionales por otra persona tanto si lo hace de manera voluntaria, como en la manipulación, o involuntaria..." (González de Rivera 2004).

Soliloquio

Consiste en solicitarle a un actor, casi siempre el protagonista, que exprese a la manera de un diálogo consigo mismo o monólogo interior, sentimientos, pensamientos, sensaciones físicas, temores, deseos, al calor de la inmediatez de la representación que está en desarrollo. La consigna del director, siempre imperativa y escueta (para afectar el clima escénico lo menos posible), puede orientarlo a discurrir verbalmente sobre algún aspecto de lo experimentado en ese momento: "contá que sentís en este preciso momento", "decirte a vos mismo en voz alta que pensás de ellos ahora, en este instante, sin vueltas". La consigna puede ser acompañada por una invasión del director del espacio escénico, quizá estableciendo un breve contacto físico, mano en el hombro, por ejemplo, con el protagonista.

El soliloquio a veces permite tomar distancia, verse dentro de una situación como desde afuera, aclarar así sentimientos e ideas, o desenredar emociones o para que el actor mediante la verbalización perciba confusiones e incoherencias en su forma de comportarse. También puede usarse para moderar una escena que parece generar repercusiones emocionales intensas y propiciar una pausa o desaceleramiento por vía de la reflexión. Puede utilizarse si el actor se muestra inquieto o preocupado y como al margen de la representación o estancado en la misma.

Un uso habitual del soliloquio es a partir de advertir discrepancia entre la comunicación verbal y la no verbal, es decir, cuando los gestos y movimientos parecen reflejar contenidos mentales que no están siendo expresados en el diálogo escénico, y se advierte o intuye confusión o perplejidad. También como instancia final de una representación, justamente

como mecanismo de cierre (en este caso es común solicitar un soliloquio a varios de los auxiliares que están representando la escena.) Es un recurso a evitar en personas cuya tendencia a la intelectualización obtura las posibilidades expresivas del mundo emocional. Señala Población Knappe (1997): "Con mucha frecuencia el soliloquio lleva más a una reflexión racional que incluso provoca una separación, un alejamiento de lo emocional"; y más luego agrega: "Si abusamos de él veremos cómo se pasa insensiblemente de una exteriorización de los contenidos emocionales a una charla con el terapeuta...". Dice Moreno. "Difiere de la técnica freudiana de la asociación libre que es asociacional y no situacional. Tiene analogía formal con los apartes del teatro" (Cukier 2005).

El soliloquio, permite se fusionen o confundan actor o persona con el rol que juega, aunque sin abandonar la representación, y el cambio de perspectiva que motiva puede arrastrar modificaciones en la manera de personificar el rol.

En psicoterapia familiar o de pareja facilita la expresión de contenidos mentales que en la representación de una escena doméstica se eluden verbalizar o se intenta significar por medios ambiguos e indirectos.

Concretización

Consiste en recurrir a objetos para representar funciones escénicas para que su entidad dramática no quede limitada a la expresión verbal o gestual. Así una máscara puede representar la pena, un almohadón el dolor de espalda, un bastón los mandatos familiares y sociales, un sombrero la depresión, etc. Cuando la representación de sentimientos, dolores, conceptos abstractos recae en un auxiliar hablamos de personalización.

Otra variante que también puede ser considerada concretización es cuando un objeto asume la representación de una persona. A veces un objeto reemplaza durante el transcurso de la escena al auxiliar que representa un determinado rol, para permitir una descarga psicomotriz. Así la presenta Cukier (2008): "Esta técnica consiste en la materialización de objetos inanimados, emociones, conflictos, partes corporales, enfermedades orgánicas, mediante la construcción de imágenes, movimientos y conversaciones dramáticas". Y Filgueira Bouza (2013), quien la denomina concreción simbólica: "Representación de elementos abstractos o inaprehensibles en forma de objetos concretos manipulables, para facilitar el abordaje".

La concretización permite externalizar sentimientos, conflictos, ideas, miedos.

Interpolación de resistencia

Consiste en que, consigna del director mediante, un auxiliar modifique la manera de versionar el rol que desarrolla alterando las funciones previstas por el protagonista al componer la escena. Esta alteración está orientada a dificultar o trabar el devenir de la escena tal cual fue planeada. Así, por ejemplo, en una interacción entre un adolescente y su padre orientada hacia un como sí de aproximación y mutuo reconocimiento de las diferencias de perspectiva, se solicita al auxiliar que actúa de padre, a partir de determinado momento de la representación, se presente rígido, intolerante, imperativo, inaccesible a los argumentos del hijo. O, por el contrario, si el adolescente propone una escena para reflejar la rigidez paterna, el auxiliar pasa a personificar su rol como abierto, accesible, en un intento genuino de comprender los problemas del hijo.

En general se trata de intervenir la representación para establecer una oposición frustrante al deseo o a los objetivos escénicos del protagonista. Es un recurso que debe ser utilizado con precaución, aunque en un grupo psicoterapéutico que en el proceso ha asimilado el psicodrama como método no es tan riesgoso como puede parecer. Si el efecto de su aplicación, como de hecho el efecto de la aplicación de cualquier técnica, conduce a un acting o a una disolución de la distancia entre la persona actor y el rol escénico, revocando el cómo sí psicodramático, la acción debe suspenderse y retomar el rumbo original de la escena o

desmontarla.

Es una técnica que se puede prescribir para sabotear escenas conformistas o complacientes, para denunciar o hacer emerger círculos viciosos, para forzar el cambio en la forma de versionar roles rígidamente estereotipados, para poner a prueba la capacidad de reacción ante lo imprevisto, para echar luz sobre la corresponsabilidad del destino de las relaciones interpersonales. Y desde una perspectiva formal para renovar la tensión dramática de una escena que se deshilacha. Atendiendo a las singularidades del proceso psicoterapéutico del protagonista, puede prescribirse para crear una situación que vía un refuerzo inesperado del síntoma aliente una reacción paradójica.

Según María Carmen Bello (1999) se trata de "...la técnica sobre la cual hay más contradicciones y ambigüedades en la bibliografía del psicodrama. Moreno la menciona a propósito de algún ejemplo, como una medida terapéutica consistente en irle presentando al

protagonista obstáculos externos en su dramatización para ejercitar su espontaneidad", y agrega: "Cuando el protagonista declara no poder reaccionar o resolver una situación, el director puede permitirle que ensaye qué pasa si no lo hace. Así, en lugar de insistirle que salga del pozo, derribe sus barreras o conteste a la agresión, puede apoyar que no lo haga, y que ensaye dramáticamente esta opción: quedarse protegido en el pozo, detrás de la barrera, o seguir siendo chiquito, etcétera. De esta manera recurre a los recursos de salud del protagonista y a su responsabilidad sobre la necesidad de cambiar".

Objeto intermediario

Consiste en el uso de objetos para sortear dificultades en la comunicación, o directamente para facilitar se establezca o restablezca la comunicación. A veces el objeto intermediario es el encargado de portar un rol o faceta del sujeto, y sólo transmite mensajes de rol. Así puede obtener palabra el miedo, la ira, la desesperanza, al mismo tiempo que son externalizadas, puestas fuera, en un limbo en el que son y no son parte del self del paciente.

Rojas Bermúdez (1992), quien exploró y conceptualizó este recurso a partir de su trabajo con psicóticos, explica que el objeto puede operar como un puente comunicacional entre el paciente y el terapeuta y también como un catalizador de la comunicación del paciente con sí mismo. También propone ciertas características que debe tener el objeto intermediario para poder cumplir su función, entre ellas la de tener existencia real y concreta, que sea inocuo (no genere ningún tipo de alarma o resquemor), que sea manipulable, que permita al individuo la posibilidad de utilizarlo como una prolongación suya, como un instrumento. Álvarez Valcarce (1988) en su investigación con esquizofrénicos concluye que el psicodrama, valiéndose del uso de objetos intermediarios, en especial títeres, es eficaz en producir una mejora significativa de las conductas de autonomía e integración social.

Uno de los objetos intermediarios más típicos son los títeres, de uso habitual en psicodrama aplicado con niños pero que también puede usarse con adultos. Máscaras, caretas, peluches, juguetes también pueden utilizarse, y cualquier objeto al que el paciente pueda atribuir la capacidad figurativa de transmitir y recibir mensajes a modo de una extensión de sí mismo. Población Knappe (2010) destaca que las formas alternativas de expresión, que no son palabras ni gestos o posturas, pero se objetivan en un soporte material, como la pintura, el dibujo, la música constituyen también objetos intermediarios. Pueden agregarse la otografía y los relatos de ficción.

Multiplicación dramática

Los recursos técnicos hasta el momento presentados han sido pergeñados o en todo caso incorporados y adaptados al psicodrama por Moreno. La multiplicación dramática es una creación de Hernán Kesselman, Eduardo Pavlovsky y Luis Frydlewsky. Se trata de una rutina que consiste en que, a partir de la escena original que se acaba de representar, diferentes participantes del grupo, uno tras otro, ingresan al escenario y en forma de breve escena, incluso si hace falta solicitando apoyo de auxiliares para algún papel complementario, improvisan una pequeña representación que da cuenta de la repercusión o resonancia de la escena original en él. Permite así que eventualmente todos los integrantes del grupo participen en la recreación y creación de escenas. Con el objetivo de optimizar la aplicación de esta técnica que puede ser utilizada como rutina, puede realizarse una distinción entre multiplicación y multiplicidad dramática, denominando multiplicidad a las escenificaciones que respetan roles, espacio y motivos de la escenificación original y constituyen una extensión de la misma, y multiplicación a aquellas intervenciones que se presentan como sencillamente diferentes de la escena base, con la que establecen una relación no metonímica, sino metafórica.

Indica Slomovich (2000): "No existe orden en cuanto a las intervenciones más allá del que surge espontáneamente del deseo de intervenir con la propia escena imaginada. Tampoco existe orden en la cantidad de intervenciones individuales. El único orden que se respeta en la secuencia es que una escena comienza sólo a continuación de otra, cuando esta otra ha sido dada por terminada por su autor y director. El coordinador debe tener, previamente, fijado el tiempo de duración del procedimiento y es quien determina cuándo se inicia y quién la da por finalizada".

Puede ser sostenida la estructura formal, de manera de resultar una variación reconocible de la escena base, como por ejemplo un conflicto de poder que desplaza de lo laboral a lo familiar su mecánica, o articularse no por el motivo sino por el sesgo emocional, así a una escena en que el protagonista experimenta impotencia le sucederán multiplicaciones que presentan situaciones narrativamente no homologables pero caracterizadas por la frustración. También la multiplicación puede ser una escena antagónica o reivindicativa, de gozo allí donde hubo dolor, de rebelión allí donde destacó la sumisión.

Dicen Kesselman, Pavlovsky y Frydlewsky (1987): "Tiene que haber forma que es la escena original en psicodrama. En esa escena están inscriptas las posibilidades de encontrar otras

escenas. La escena original contiene en su misma estructura las futuras escenas improvisadas y las escenas de la multiplicación dramática también contienen la singularidad de la original, pero organizada de otro modo, vista desde otros ángulos, mirada desde otro punto de vista".

La escena original se expone a modificaciones, traducciones, falsificaciones, e incluso a que sus ecos sean difíciles de reconocer en el producto de la multiplicación. Si en técnicas como el doblaje o la inversión de roles, quienes participan, sin renunciar a sus formas de percibir y significar el mundo, intenta ubicarse en el lugar del otro, en la multiplicación dramática cada cual se expresa escénicamente sin necesidad de poner en juego su voluntad de empatía.

Explican Kesselman y Pavlovsky (1998): "La novedad central es que, reemplazamos la pura comprensión analítica elaborativa -Lo Objetal, Lo Edípico, Lo Transferencial, etc. de una historia que nos era narrada-por un recurso que llamamos La Multiplicación Resonante tendiente a profundizar por despliegue -es decir, por extensión-la apertura de dicha historia hacia nuevas historias posibles, por y a través del grupo".

Carolina Pavlovsky (2011) señala que la multiplicación dramática permite superar la mera devolución verbal y acentúa la dimensión expresiva grupal del psicodrama." Es la diversidad lo que produce el estallido de la versión narcisista de nuestros relatos... La diversidad, produce otras subjetividades y otras realidades, es potencia de transformación, y nos conecta con afectos más solidarios e inclusivos".

Una cuestión a tomar en consideración al decidir aplicar y desarrollar la multiplicación dramática es la intensidad emocional de la escena base u original y la evaluación de la importancia de dicha escenificación para quien prestó escena: según el caso puede convenir evitar que producto del impacto de la multiplicación, la representación original desaparezca de la etapa de comentarios o quede relegada a un segundo plano.

Role playing

El role playing o rol play es una rutina que suele emplearse para el desarrollo de habilidades sociales y que conlleva todos los elementos formales de la sesión psicodramática. Se caracteriza por la representación de roles que deben asumirse al realizar ciertas actividades, como rendir un examen, afrontar una entrevista de trabajo o conseguir una cita. El rol playing se orienta a una tarea delimitable, específica, que se desarrolla con relativa regularidad en una situación acotada y concreta, socialmente reconocida, y pone énfasis en el

entrenamiento conductual con el objetivo primario de ensayar las capacidades de afrontamiento ante esa situación específica. Por ello en el rol playing cobra protagonismo la exploración del rol por sí mismo, como medio para facilitar su adecuado desempeño.

Así lo presenta González Núñez (1999): "Su finalidad principal es didáctica. Busca el adiestramiento de los integrantes mediante técnicas dramáticas, pues se les entrena en los roles que tienen que actuar en su vida real. Se reproducen las estructuras de una situación específica en un lugar adecuado para facilitarle al participante, con el entrenamiento, su mejor dominio. En todo roleplaying se entrecruzan de manera simultánea tres dimensiones dramáticas: la personal, la grupal y la del rol a investigar".

Según Blatner (2005a) entre los psicodramatistas "... role playing se refiere a la aplicación del método en contextos no terapéuticos, en los que el reto no es tanto esclarecer los sentimientos más profundos del individuo como explorar las dimensiones menos personales de un problema dado y poner a prueba una extensa variedad de respuestas".

El role playing "... comienza primeramente con una descripción verbal de alguna situación que el cliente encuentre dificultosa. Otra persona, tal vez un terapeuta, desempeña el papel de antagonista en la situación y se muestra poco razonable con el cliente... Este practica entonces llevando a cabo respuestas asertivas hacia el antagonista, centrándose en el uso correcto de los componentes conductuales... el objetivo del entrenamiento es enseñar al cliente el manejo eficaz de una variedad de situaciones" (Kelly 2002).

Es la rutina psicodramática acaso más utilizada en el marco organizacional, destinada, tal como señala Ojeda (2009), para desplegar, explorar, incorporar y eventualmente modificar, roles específicos. Desde el campo pedagógico, en donde el role playing es utilizado con frecuencia en todos los niveles educativos, explica Uría Rodríguez (1998): "En el role playing el alumno aprende a partir de su propia vivencia de la situación objeto de conocimiento..."; y señala que el tema elegido "... no debe estar orientado hacia el simple aprendizaje teórico o práctico, sino además a la adquisición, modificación o afianzamiento de contenidos actitudinales".

Crónica

La crónica no es un recurso propiamente psicodramático y no suele ser mencionado en los textos sobre psicodrama. Es un texto escrito por cada uno o algunos de los miembros del grupo después de concluida la sesión. Allí puede plasmar mediante la acción de escribir lo

que le haya quedado pendiente de la sesión, pensamientos o emociones que por el motivo que fuere (a veces sencillamente por falta de tiempo) no verbalizó en el momento, o que relacionados con la sesión en particular y con el proceso terapéutico en general se le ocurrieron o tomo conciencia de ellos o de su posible relevancia tiempo luego. En su versión más prolija es una recapitulación habitualmente parcial de lo realizado por el grupo, con comentarios y reflexiones añadidas, con especial énfasis en el registro y exploración de las emociones asociadas a lo actuado y de las resonancias posteriores. Pero puede desviarse y adquirir la forma de una disquisición personal libre o hasta de un poema, un relato o una carta, con destinatario real o imaginario. Se destina un espacio a la lectura de crónicas en la primera etapa de la sesión, y una de sus funciones es recordar lo producido en la sesión anterior.

En algunos grupos puede establecerse como rutina que uno de los participantes o a veces el co-coordinador si lo hubiese, redacte un diario de sesiones, registrando lo ocurrido.

Explican Caruso y Salovey (2005): "No es sólo el acto de escribir en sí lo que tiene efectos beneficiosos. Siendo más específicos, habría que decir que lo que resulta beneficioso es escribir sobre nuestros sentimientos y emociones más profundos e integrarlos en los pensamientos que tenemos sobre una situación que los haya producido".

La utilidad de la redacción de crónicas escritas en cuanto al proceso tanto personal como grupal, se inscribe en el uso de técnicas de escrituras, cualquiera sea la modalidad psicoterapéutica y el dispositivo o encuadre utilizado, que se ha difundido en las últimas dos décadas. Dice Fernández Álvarez (2005):" La escritura es una herramienta muy sutil cuyos alcances cumplen un papel decisivo en el desarrollo cultural y cuyas propiedades están siendo

descubiertas por los psicoterapeutas como un poderoso medio para ayudar a producir cambios en el curso de los tratamientos". La escritura genera condiciones para repensar las experiencias vividas desde una perspectiva diferente, ampliado o multiplicando los puntos de vista. Señala Lanza Castelli (2008):" ... la escritura, al externalizar, ubicar en un lugar y corporizar los distintos procesos internos que se vuelcan en el papel, favorece la toma de distancia respecto de los mismos, lo cual aumenta la posibilidad de pensar sobre ellos y verlos en perspectiva, facilitando, de este modo, la regulación emocional".

Más allá de un desahogo emocional inmediato, la acción de escribir, que incluye la producción de un documento pasible de ser releído y corregido, y presentado frente a otros, permite depurar, clarificar, ordenar los diálogos internos, y externalizar ideas y sentimientos

agobiantes. A ciertos consultantes, con limitaciones para expresar ciertas emociones o pensamientos, por ejemplo, por vergüenza o temor, puede facilitarles la comunicación tanto con el psicoterapeuta coordinador como con los compañeros de grupo.

Por otra parte, la tarea de escribir extiende el proceso terapéutico más allá de la sesión, favoreciendo la implicación y el compromiso con dicho proceso. Y crea un registro que facilita al consultante, si así lo quisiera, evaluar retrospectivamente la evolución de su proceso terapéutico. La escritura de crónicas no está vedada al coordinador del grupo.

Material extraído de: El Psicodrama como método, Marengo Marcelo.

Copyright 2021 Escuela Internacional de Coaching Profesional - Este es un trabajo protegido por las leyes de derechos de propiedad intelectual. No puede ser reproducido, copiado, publicado o prestado a otras personas o entidades sin el permiso explícito, por escrito, del autor.

www.cocreare.com.ar
<https://carreradecoaching.com/>