

TECNICAS PSICODRAMATICAS

Pablo Población Knappe. Elisa López Barberá.

RESUMEN

Se propone una clasificación que engloba todas las posibles técnicas psicodramáticas. Esta clasificación se hace en función del modo en que cada técnica incide en el sistema en tratamiento.

Los autores añaden un posible modelo de metodología de la aplicación de las técnicas.

PALABRAS CLAVES

Psicodrama

Técnicas Psicodramáticas

Sistema

Clasificación

ABSTRACT

The authors propose a classification that includes all possible psychodramatic technics. This classification is made in function of the way which every technic act in the system in treatment.

The autors add a model of technic application methodology.

KEY WORDS

Psychodrama

Psychodramatic Technics

System

Classification

TECNICAS PSICODRAMATICAS

Un primer intento de clasificación

P. Población, Md.

Elisa López Barberá. Psic. Clínico.

La enorme riqueza de instrumentos técnicos que aporta al psicodrama ha llevado a muchos profesionales a quedar deslumbrados por su potencialidad práctica y olvidar la teoría en que se apoya. Ahora todos usan las técnicas de psicodrama, se incluyen en la praxis de los terapeutas pertenecientes a los más variados marcos teóricos e, incluso en la mayoría de los casos sin nombrar su procedencia.

A lo anterior se suma la dificultad de acceder al pensamiento de Moreno, que ofrece una teoría pionera de la sistemica, que ha conllevado diversas críticas, incluso dentro del conjunto profesional psicodramático. Se niega y degrada lo que no se comprende.

Nuestro deseo es intentar aportar tanto una comprensión del Corpus teórico del psicodrama, lo que se ha procurado ya en otras publicaciones anteriores, Como una teoría de la técnica, lo que perseguimos en este trabajo y esperamos continuar en sucesivas publicaciones y en el de Objetos Intermediarios, también en el presente número de VINCULOS.

En las próximas páginas nos atrevemos a intentar una primera aproximación a la clasificación de las técnicas psicodramáticas dado su modo de actuar en el sistema en tratamiento.

Las técnicas que aplica el psicodramatista en el ejercicio de su oficio Son numerosísimas. A.A.Schutzenberger, en el capítulo que dedica a técnicas en su Introducción al Psicodrama y que denomina "Sesenta técnicas clásicas de psicodrama" nos dice que "según J .L. Moreno, Pierre Renouvier y Raymond Corsini, existen 350 técnicas distintas de psicodrama", agregando en una nota a pie de página que nunca las ha visto descritas conjuntamente. Estas líneas se prestan a interpretar que no existe ese número de técnicas pero nos gustaría expresar que, en nuestra opinión podrían contabilizarse muchas más pero que nos interesan muchas menos. Podría describirse un número mucho mayor, ya que en cualquier grupo psicodramático -u otros grupos activos, como los grupos de encuentro de Schutz, por ejemplo- surgen nuevos juegos, ejercicios, técnicas en general como producto del proceso dinámico creativo del grupo

Como totalidad y como emergente de las necesidades del aquí-ahora de la evolución del sistema. Sólo nosotros hemos recogido y recopilado en fichas más de 150 técnicas, muchas de ellas Con 2, 3, 4, variantes, lo que eleva el número a más de 450 posibilidades (*)¹. No hemos añadido las que tenemos fichadas a través de comunicaciones y artículos de otros psicodramatistas, ni las que podemos trasladar de tratados de dinámica de grupos, por ejemplo.

Por otra parte "nos interesan muchas menos", queremos decir que es importante conocer bien la aplicación de algunas técnicas fundamentales, como el cambio de roles, las

¹ (*) Esperamos publicar en breve estas fichas.

esculturas, el soliloquio, etc. y partir de una claridad conceptual del significado y finalidad de otras y experiencia en su aplicación, por ejemplo referente a juegos, ejercicios, etc. donde no se trata tanto de conocer un determinado ejercicio como de saber crear uno nuevo, ayudar al grupo a crearlo o adecuar uno conocido pero siempre en función del momento grupal. Es el principio de espontaneidad-creatividad aplicado a una de las técnicas. Desde estos parámetros entendemos que es preciso aprender un número relativamente pequeño de técnicas pero también es preciso estar preparado para utilizar un número casi ilimitado de posibilidades.

I. DEFINICION

Hemos dado en definir las técnicas psicodramáticas como " Aquellos medios técnicos que incidiendo sobre un sistema-escena facilitan su cambio estructural.

En cuanto técnicas psicodramáticas se trata de técnicas activas que inciden en la dinámica del sistema".

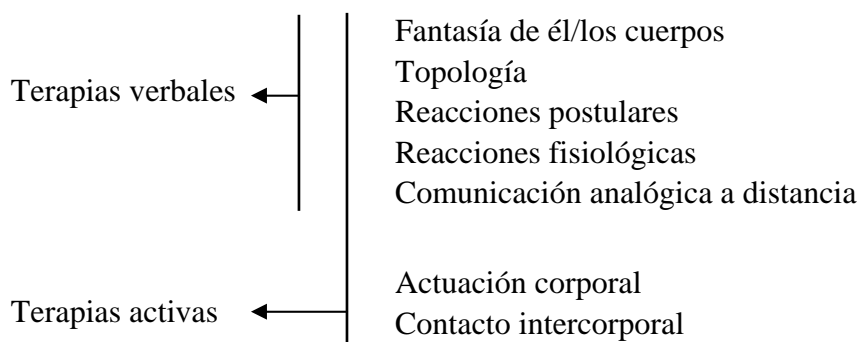
Se trata como se ve por la definición de acentuar dos puntos:

- 1.- Son técnicas activas.
- 2.- Inciden en el sistema procurando un cambio.

1.- Son técnicas activas: lo son no porque pueda utilizarse la palabra y ya se ha repetido ad nauseam que también la palabra es una actividad (**)² sino porque siempre van a implicar -se utilice o no la comunicación digital una acción, alguna movilización, sea porque se introduce el sujeto en el escenario, porque existe una movilidad o un contacto corporal, porque obliga a otro modo de interacción, etc.

Siempre está ahí el cuerpo, cuerpo en algún modo de acto. En el siguiente esquema, tomado de otro de nuestros trabajos en proceso de gestación (***)³ vemos como está presente de un modo u otro la acción, los distintos movimientos del cuerpo. El esquema está referido al cuerpo en la terapia:

"El cuerpo según el tipo de terapia":



² (**) Es el monotema de los "acomplejados de la palabra", que en un mundo de psicoterapia activa precisan revalidar la palabra.

³ (***) Sobre juegos y ejercicios en grupos (por ser su única herramienta).

Como vemos, en las terapias activas se incluyen aquellos modos en que el cuerpo está presente en las terapias verbales, pero se amplía con el acting terapéutico de la acción corporal individual e interpersonal.

2- Inciden en el sistema procurando un cambio. Obviamente esto es lo que se trata de lograr con cualquier intervención terapéutica, incluido el silencio o la inacción:

Es un a priori general aplicable a todos nuestros movimientos como profesionales de la psicoterapia. Si aquí lo señalamos específicamente es por un deseo de redundar en que la finalidad última como terapeutas desde nuestra posición teórica, es lograr modificar el sistema, llevarlo a un cambio significativo, cambio del proceso que abra al sistema y si es posible a sus componentes y al sistema jerárquicamente superior que lo engloba en una evolución hacia posiciones más funcionales.

Veremos más adelante como influyen las distintas técnicas por distintas vías en la evolución del sistema en tratamiento.

2. CLASIFICACION

En el capítulo ya citado que dedica a las técnicas psicodramáticas, en su "Introducción al Psicodrama", A.A. Schutzenberger (*)⁴ nos dice que según Moreno existían 350 técnicas, añadiendo que "en ninguna parte hemos encontrado la enumeración completa" y la autora nos remite a su descripción de "sesenta técnicas clásicas", siguiendo un orden alfabético. Del mismo modo que en esta obra ya clásica en ningún otro trabajo sobre psicodrama hemos encontrado más que esta enumeración y descripción, pero nunca un intento de clasificación según cualquier parámetro.

Hace unos años uno de nosotros hizo una primera aproximación en este sentido (**)⁵, agrupando las técnicas en:

- Dramatizaciones
- Juegos
- Ejercicios
- Role-Playing pedagógico
- Esculturas
- Sociograma

Aunque esta clasificación permite un primer agrupamiento quizás útil para separar las subclases es a todas luces insuficiente y sin duda criticable.

Posteriormente hemos desarrollado un nuevo esquema clasificatorio, ya en función de unas coordenadas prácticas. Estas coordenadas enmarcan los modos en que inciden en la escena. La posibilidad de llegar a utilizar esta clasificación es evidente que fue a través del desarrollo de nuestra teoría de la escena como modelo mental de los sistemas psico-sociales. Es, repetimos, una óptica desde el modo como actúan las técnicas sobre el sistema-escena; desde ahí se nos ha mostrado útil en nuestra praxis y en los estudios

⁴ (*) Schutzenberger, A.A.: "Introducción al Psicodrama", Ed. Aguilar.

⁵ (**) P. Población: "Psicología Dinámica Grupal", n° 115, Ed. Fundamentos.

2.- Técnicas de aprendizaje de nuevas vinculaciones:

- Role-Playing pedagógico vincular.

3.- Técnicas de injerencia en el sistema:

- Introducción del terapeuta o de los ego-auxiliares en el sistema desde roles simbólicos.

4.- Técnicas que inciden en el proceso comunicacional (objetos intermediarios).

Vamos entonces a intentar describir y aclarar lo que define y cualifica a las técnicas que agrupamos en cada apartado.

1. El primer grupo es el de "*Técnicas que ponen en juego la dinámica del sistema*":

Toda intervención terapéutica en un sistema está justificada por el estasis dinámico del mismo o, por el contrario, por encontrarse en un momento de crisis. En ambos casos lo que tratamos es de incidir en dicha dinámica para conducirla hacia una mayor funcionalidad.

Estas técnicas pueden actuar provocando una evolución, es decir, un cambio paulatino del sistema hacia nuevos esquemas vinculares o haciendo estallar una revolución, provocando una crisis en el sistema.

Cualquiera, prácticamente, de las técnicas que incluimos en este apartado pueden llevar a una u otra consecuencia, dependiendo del modo de intervención, momento, intensidad, etc.

Subdividimos este grupo, que encierra la mayoría del acervo técnico del psicodrama, en dos grandes grupos. En uno de ellos incluimos todas las "grandes" técnicas, que pueden abarcar a todo o parte del grupo (o familia) simultáneamente, y en el otro apartado aquellas técnicas que llamamos elementales, que se remiten casi siempre a un solo miembro del grupo y que con frecuencia se utilizan en el curso del desarrollo de las pertenecientes al primer grupo. Para la descripción y aplicación de cada técnica remitimos a los siguientes capítulos.

2.- *Técnica de aprendizaje de nuevas vinculaciones.*

Reservamos este apartado para el role-playing pedagógico, y más específicamente de aprendizaje de roles.

Toda dramatización es en sentido estricto un juego de roles pero Moreno distingue entre el role-playing terapéutico y el role-playing pedagógico. El primer caso es el de la dramatización con todos sus posibles desarrollos y finalidades parciales; el segundo es el juego de roles en que se busca un aprendizaje en el área de los roles. No sólo aprender un rol del cual el sujeto carezca en su yo pragmático sino, con mayor frecuencia, mejorar, adecuar o desarrollar un rol inadecuado o insuficiente.

Por supuesto que en segundo término el role-playing pedagógico tiene efecto terapéutico.

3. *Técnicas de injerencia en el sistema.*

A estas alturas no nos podemos quedar de ninguna manera en una posición limitada a una concepción sistémica desde la cibernética de 1er. orden Sabemos sobradamente que el terapeuta incide en el sistema y puede contemplarse que como un nuevo sistema, (cibernética de 2º orden) e, incluso, que desde un segundo observador o terapeuta llegamos a una posición cibernética de 3er. orden (L.Ferrer).

El manejo voluntario de los personajes del equipo terapéutico para modificar el sistema mediante su injerencia controlada mediante la adopción no expresa de roles simbólicos es la esencia de estas técnicas.

4.- *Técnicas que inciden en el proceso comunicacional.*

Es un apartado que limitamos a los objetos intermediarios. Nos remitimos al artículo de este mismo número de VINCULOS en el cual uno de nosotros desarrolla en extensión y profundidad el tema de los Objetos Intermediarios.

Ideas generales sobre la aplicación de estas técnicas.

En varios momentos de esta obra insistimos en la importancia que tiene el uso adecuado de las técnicas psicodramáticas, evitando su aplicación de un modo mecánico o alocado, a lo que caiga.

En un intento de organizar una metodología con esta finalidad hemos descrito los siguientes:

PASOS EN LA APLICACION DE UNA TECNICA

1. Valoración del momento del sistema en tratamiento	Percepción nivel manifiesto/nivel latente Captación del sistema como totalidad
2. Decisión sobre la introducción de una técnica	¿Es el momento oportuno? Valoración del riesgo
3. Elección de una técnica concreta	¿Qué se busca? Saber cómo actúa A todo o parte del sistema
4. Propuesta	Sorpresiva/ Advirtiendo/ Pidiendo permiso A quién/es se propone
5. Instrucciones o consignas	Precisas, claras En lenguaje En momento En el sistema concreto
6. Desarrollo	Eslabonamiento y/o relación con otras técnicas Tempo ¿Caldeamiento?
7. Comentario	En soliloquio En grupo

1. Valoración del momento del sistema en tratamiento.

Como base de todos los pasos posteriores es muy conveniente si no imprescindible que el terapeuta tenga una percepción clara de lo que está ocurriendo en aquel momento en el sistema.

Por una parte qué ocurre en los niveles ocultos, al menos en la escena latente, o primer nivel bajo la escena que se percibe en e~ drama que transcurre en el nivel manifiesto.

En segundo lugar que tenga conciencia tanto del grupo como totalidad como de cada uno de sus elementos.

Una evaluación general del sistema fundada en estas consideraciones servirá de punto de partida del proceso que sigue.

2. Decisión sobre la introducción (o no) de una técnica.

Acabamos de evaluar la pareja, familia o sistema que sea en tratamiento y tenemos que cuestionamos si es el momento adecuado para irrumpir en el proceso comunicacional e insertar una técnica o es preferible esperar otra oportunidad.

Intervenir para hacer una propuesta técnica siempre va a modificar lo que está ocurriendo en ese momento; y no siempre carece de riesgos. Por de pronto interrumpe el flujo natural de sucesos, la atención se centra en el terapeuta y surge una expectación ante lo que se da o exige, que de ambas maneras se vive la propuesta.

Por tanto un riesgo inmediato es que cortemos la afluencia posible de un material interesante y aún en estado latente. ¿La técnica que sugiramos va a enriquecer la producción terapéutica o el material que está surgiendo es lo suficientemente valioso y no conviene interrumpir?.

3. Elección de una técnica concreta.

Si tras la evaluación general y la valoración del momento hemos decidido la conveniencia de aplicar una técnica, tenemos que elegir la más adecuada y para ello habremos de responder a cuatro preguntas:

¿Qué perseguimos obtener?

¿Cómo actúa la técnica a aplicar?

¿Lo haremos a todo o parte del sistema?

¿Por fin ¿Qué técnica concreta elegimos?

-¿*Qué se busca?*: Podemos desear explorar algún área desconocida, conocer más datos o más clara o más profundamente lo que tenemos delante, o nuestro interés está en mostrar o demostrar a los sujetos en conflicto lo que no acaban de ver; o provocar una crisis, o llegar a una situación catártica, o preparar, caldear, la situación para la posterior aplicación de otra técnica...

- *Las técnicas que barajamos ¿cómo actúan?* : La capacidad profundamente incisiva de un doblaje bien realizado dista mucho en su acción de un doblaje superficial o de un soliloquio, que incluso puede servir para tapar la latencia emocional.

- *¿Todo o parte del sistema?:* ¿Por donde nos interesa introducirnos? .Podemos actuar sobre una díada, por ejemplo los padres, como manera de re situar las posiciones relativas parentales-filiales, o en el mismo caso, con la misma finalidad, actuar con los hijos, o con la totalidad de la familia. Habremos de calibrar que subgrupo está más abierto a la intervención, o más motivado, o con una actitud más negativa, o si actuar sobre un subgrupo puede provocar un hiato indeseado en la comunicación...

- *Elección final de una técnica determinada:* Aún después de haber contemplado los puntos anteriores puede encontrarse el terapeuta ante varias técnicas de posible aplicación. No vacile y déjese aplicar la más sencilla; las técnicas complicadas suelen ser una alternativa de lucirse el terapeuta pero su sofisticación no suele corresponderse con su utilidad.

4. *Propuesta.*

Otro aspecto a decidir antes de servirse de una técnica es si se introducirá de un modo sorpresivo como es el caso habitual de lo que llamamos en psicodrama interpolación de resistencias (*)⁶, o a veces, por ejemplo el modo de intervenir con el espejo, o si previamente advertimos a los sujetos de nuestra inmediata acción, si les pedimos permiso, como suele ser conveniente en el doblaje, o incluso, es necesario pedir su colaboración, como es claro en el caso de las esculturas.

5. *Instrucciones o consignas.*

No nos cansaremos de repetir la necesidad de que las instrucciones o consignas que damos a los sujetos sean claras, precisas y comprensibles. Para ello debemos siempre adecuar el lenguaje al utilizado coloquialmente por los sujetos en función de sus niveles culturales; también que el momento elegido sea el oportuno para que lo "puedan oír" y enviado claramente al sistema o parte del sistema a quién deseamos lo reciba, sin confusión entre los miembros.

6. *Desarrollo.*

Una vez que se ha recurrido a una técnica debemos sopesar si los que la reciben precisan o no de un mayor o menor proceso de caldeamiento. Se haya o no manejado el warming-up, una vez iniciado el proceso de la dramatización deberá, en general, respetarse el tempo personal de los sujetos, que puede diferir mucho del tempo del terapeuta.

Sea lo largo del desarrollo de la técnica, o a su final, podemos introducir otras técnicas (doble, cambio de roles, etc. en una escultura) o dar paso a una nueva intervención, por ejemplo, tras una escultura podemos proponer una dramatización reconstructiva en relación con aspectos patológicos desvelados por aquella.

⁶ (*) Interpolación de resistencias = se trata de introducir una respuesta, un contrarol que resulta inesperado para el protagonista; rompe el círculo de su juego; le obliga a una nueva respuesta.

7. Comentario.

A lo largo de la 3ª fase de la sesión (eco-grupal) se procede al comentario sobre lo ocurrido en el transcurso de la aplicación de la técnica. Se promueve la aportación emocional y se desalienta en general el comentario racional-analítico, que no suele ser en estos casos más que una agresión disimulada bajo el disfraz de un buen deseo. En castellano es muy habitual decir algo así: "Yo siento que tu estas repitiendo la forma de actuar que aprendiste de pequeño y que por eso muestras tu odio hacia las personas que..." (etc.) .¡No, por favor! ¡Corten sin temor este tipo de intervención!

A MODO DE COLOFON

Se habrá hecho evidente para el lector que hemos tratado de resumir al máximo nuestra aportación. Hemos tratado de ajustarnos a lo expresado en el subtítulo y procurado remitirnos a expresar una primera propuesta de clasificación de la técnica psicodramática desde una cierta comprensión teórica. Nos gustaría que fuera un estímulo para la reflexión y desde ahí a una evolución de las coordenadas teóricas que aconsejamos en este trabajo, y también de una mayor utilidad en la aplicación de la práctica terapéutica.