

1.8. – CUERPO Y MOTRICIDAD: JUEGO Y ACCION CORPORAL EN LOS GRUPOS. Pablo Alvarez Valcarce (paginas 115-116)

ALVAREZ VALCARCE, P. Cuerpo y Motricidad: juego y acción corporal en los grupos (pag.115-116). En Encuadre General de la Psicoterapia de Grupo, Capitulo 1 del MANUAL DE FORMACION DE LA ASOCIACION ESPAÑOLA DE PSICODRAMA Coordinadora General: Marisol Filgueira Bouza. Editado en : www.lulu.com/es . 2009

El empleo de técnicas activas de juego dramático en los grupos permite la investigación de roles individuales que afectan a la dinámica grupal. La investigación dramatizada de un rol pasa por nombrarlo y jugarlo en múltiples situaciones. El juego dramático espontáneo, está libre de tensiones de campo y de iluminaciones del campo en un sentido de actividad relativamente libre de orientaciones desde los impulsos libidinales y hostiles. Al jugar pueden explorarse las diferentes motivaciones y funciones de los roles, así como relacionarlos con actividades de la vida diaria e investigar como afecta el rol a los demás. Cuando se emplean situaciones de juego en los grupos, se facilita un aprendizaje experiencial en el que los aspectos cognitivos y emocionales van juntos produciéndose un mayor impacto y fijación de las situaciones vinculares novedosas vividas en el juego. El juego está relativamente libre de la presión de los impulsos y de la presión de la evaluación. La tensión del campo disminuye y así puede fluir la espontaneidad y la creatividad. Las acciones corporales lúdicas son percibidas en los grupos desde una posición que incluye la postura, la actitud, el movimiento, los gestos y el ritmo, todo lo cual crea un buen clima afectivo grupal. A través de los juegos expresivos, utilizando materiales plásticos, el propio cuerpo, la danza o el teatro, es posible simbolizar estados de ánimo y situaciones vinculares sobrepasando las defensas que muchas veces se hacen fuertes cuando se emplea tan solo la palabra. En los juegos, la palabra queda incluida en un contexto más amplio como es el de la acción.

Cuando los niños juegan espontáneamente a representar papeles, están utilizando el juego como vía de aprendizaje social para comprender las verdaderas motivaciones de los roles, actualizando mitos culturales y familiares a través de conductas ritualizadas en los juegos (5). Al jugar, somos capaces de distanciarnos de la acción, transformándola de tal modo que podamos luego comentar lo jugado y así comunicar sobre las formas de comunicación, sobre el nivel de relación expresado en el juego, facilitándose la metacomunicación. Todos los participantes en el juego percibieron y sintieron las actitudes de los otros. Al comentar lo jugado, el grupo no se pierde en explicaciones y justificaciones, sino que se refiere concretamente a lo que todos acaban de compartir vivencialmente.

En la situación de juego grupal, los personajes son improvisados, elegidos y recreados por los miembros del grupo que juegan a ser, tienen ganas de jugar y comunicar sus contenidos a sus compañeros que les van reconociendo en la medida en que aquel que juega se representa a si mismo mientras intenta representar un papel en el juego. La acción corporal, el movimiento en el juego, suponen un estímulo a la reacción del otro con el que se juega. Entre el estímulo y la reacción hay un proceso simbólico de pensar e imaginar que lleva a mantener una relación coherente y lógica entre el pensamiento y la acción, para que la dinámica del juego se mantenga en equilibrio. Cuando en un grupo de terapia o de aprendizaje se emplean técnicas activas dramáticas,

los participantes actúan en una situación denominada “Como sí”. Este hacer “como si” es lo que nos permite suponer hechos, sujetos y lugares simbólicos, e impulsa a una actividad imaginaria interna y verdadera libre de temores y forzamientos. La adaptación en el juego dramático supone preguntarse “como lo hago” mientras improviso con los demás, evaluándose la dinámica de la acción acaecida y si es suficientemente fluida como para generar nuevas acciones. La adaptación al juego es una sucesión de intereses socioemocionales donde el cuerpo es tan solo la traducción de una motivación que genera estímulos para desarrollar las potencialidades de los que juegan. El juego, al socializarse en la dinámica grupal, va imponiendo reglas grupales que ayudan a insertarse en la trama de las relaciones sociales y a identificarse con los personajes propios y de los otros. Asumir o sentir las actitudes de los otros respecto de uno mismo es condición indispensable de la conciencia de sí. La interrelación de personajes en el juego dramático se convierte en un espejo en el cual cada uno va encontrando su propia imagen en la medida en que encuentra la de los demás.