

7.6 Factores Terapéuticos en Relación el Proceso Dinámico Grupal.
Pablo Álvarez Valcarce. (pag.365.366)

7.8. Factores Terapéuticos en el Juego Dramático Espontáneo.
Pablo Álvarez Valcarce.(pag.367-370)

ALVAREZ VALCARCE, P. 7.6 Factores Terapéuticos en relación al proceso dinámico grupal (pag.365-366). 7.8 Factores Terapéuticos en el juego dramático espontáneo. (pag.367-370). En FACTORES TERAPEUTICOS ,Capitulo 7 del MANUAL DE FORMACION DE LA ASOCIACION ESPAÑOLA DE PSICODRAMA Coordinadora General: Marisol Filgueira Bouza. Editado en: www.lulu.com/es . 2009

7.6 Factores Terapéuticos en Relación el Proceso Dinámico Grupal.
Pablo Álvarez Valcarce. (pag.365.366)

Carlos Quintana (15) ha investigado el proceso dinámico de los grupos de acción y vamos a ver ahora como los factores terapéuticos del psicodrama operan de forma diferente en cada etapa del proceso grupal. Al inicio de un grupo se debe facilitar la cohesión a través de satisfacer las necesidades de protección, seguridad y afecto, realizando actividades y “ceremonias” grupales simbólicas que creen lazos afectivos positivos así como ideales e intereses compartidos en una atmósfera de igualdad y justicia. Hay que incrementar el conocimiento personal de los miembros y elaborar las ansiedades de dependencia del terapeuta. Serán factores terapéuticos en esta primera etapa los juegos de conocimiento, acercamiento y contacto y los ejercicios de comunicación verbal, así como las dramatizaciones sobre situaciones de dependencia y sobre conflictos evidentes en roles sociales y familiares. En una segunda etapa grupal son factores terapéuticos la elaboración de la contradependencia, de las oposiciones y de los conflictos de liderazgo, así como la dramatización de emociones, agresividad y competencia. También en esta segunda etapa son factores terapéuticos las dramatizaciones sobre carencias vinculares en la historia familiar. En la tercera etapa de un grupo donde ya existe una cohesión sociométricamente medible, son factores terapéuticos los ejercicios de desarrollo de la espontaneidad que favorezcan la conciencia grupal y el conocimiento real de los otros haciendo hincapié en la interdependencia. En la cuarta etapa grupal donde el grupo se transforma como un todo, son factores terapéuticos el desarrollo de formas dramáticas simbólicas que supongan un pensar en grupo, desarrollar nuevas conductas, hacer ejercicios de territorialidad con sus límites y ayudar a describir bien los vínculos y su estructura. En la quinta etapa de madurez grupal, son factores terapéuticos la elaboración de escenas vinculares, la evaluación de los proyectos individuales y grupales y la toma de decisiones creativas de cambio. Es en esta etapa donde se va a dar la catarsis de integración y se van a desmontar los roles patológicos. Será el momento para trabajar la sexualidad y la identidad de género. También será el momento de las escenas de rematrización de las carencias básicas y de las escenas temidas. En la última etapa previa al fin del grupo será un factor terapéutico la elaboración del duelo de la separación, revalorizándose la palabra y su contenido y promocionándose la creatividad.

7.8. Factores Terapéuticos en el Juego Dramático Espontáneo. Pablo Álvarez Valcarce.(pag.367-370)

Mucho antes de que Moreno conceptualizara el psicodrama como instrumento psicoterapéutico, había investigado en el valor terapéutico general del Teatro de la Espontaneidad (4) y de hecho el psicodrama no hace más que instrumentar el proceso natural de juego dramático espontáneo al que los niños de todas las culturas dedican muchísimas horas con gran deleite y que les sirve para aprender los roles sociales de su cultura, elaborando miedos y ansiedades y percibiendo las verdaderas motivaciones de los vínculos.

A Moreno le interesa el acto espontáneo en sus aspectos de creatividad, originalidad, adecuación al contexto y cualidad dramática. Por ello trata de favorecer la expresión de aquello que está dentro del creador en el instante mismo de su emergencia. Le interesa la producción inmediata del drama del momento. Lo inesperado, lo espontáneo y lo irreal fecundan el acto creador, que es “sui generis” y que determina la toma de conciencia de los procesos internos así como la concretización corporal de las intenciones. Cuando se improvisa un juego dramático espontáneo interaccionando con otros roles, se van desarrollando de forma co-inconsciente los componentes no verbales de la conducta asertiva (16) como son la duración de la mirada, la latencia de respuesta, la fluidez del habla, la frecuencia de las sonrisas, la duración de la contestación, el volumen de la voz, el contenido de condescendencia, la distancia, el contacto ocular y las peticiones de nueva conducta y afecto.

En el juego dramático espontáneo, la entrada en la temporalidad y la espacialidad es posibilitada por el otro, en tanto que transforma la proposición “ser tal persona” en otra: “ser como tal persona” y su concreción futura. En un determinado momento, el acento deja de recaer en el presente, en el Yo-Ideal estable e inmóvil, para recaer en el Ideal del Yo, en lo que el yo quiere llegar a ser y no es. Este “ser como” implica una transformación de la experiencia pasiva de necesidad en una experiencia activa, la demanda, fundada en la relación con el Tu y en su reconocimiento. Los juegos dramáticos espontáneos exploran toda esa dialéctica del “ser como” y el “hacer como si”, en que se mueve el Ideal del Yo.

Recordemos que para desarrollar adecuadamente la fase de Triangulación en el desarrollo, tienen que aceptarse los límites en la expansividad afectiva y construirse el Ideal del Yo por identificación objetiva con el tercero de la relación triangular. El juego dramático espontáneo estimula a vivir la fantasía y a explorar la creatividad e imaginación, ayudando a adoptar y adaptarse a distintos roles y situaciones grupales, al tiempo que permite hacer más consciente la comunicación a través del lenguaje analógico y por tanto metacomunicar. El sujeto canaliza sus tensiones emocionales en el juego dramático y poco a poco reconoce conscientemente los componentes psicomotores de la estructura de la personalidad. La expresión total espontánea ayuda a no inhibir la exteriorización de las observaciones personales y de los sentimientos profundos. El paso por los diferentes roles técnicos del teatro espontáneo en la situación grupal cooperativa, entrena en el nivel de la fantasía creativa para los roles sociales donde es necesario funcionar en el seno de un equipo y posibilita el encararlo de manera más creativa y complementaria, reduciendo los antagonismos y las escaladas simétricas que dificultan el progreso sociogenético (ver Cap. 8) de los grupos de pertenencia. En el juego dramático espontáneo, no interesa tanto la norma social impuesta desde el poder

oficial, como las “reglas del juego” que los propios miembros del grupo establecen para poder alcanzar la meta propuesta. Esto favorece el entendimiento de la necesidad de unas reglas en el juego social y evita subversiones y marginaciones obtusas. La práctica del juego dramático espontáneo da preponderancia a la creatividad y el ingenio como solucionadores de conflictos. Cuando un participante soluciona un conflicto dramático con originalidad, provoca la inmediata aceptación y el goce de los demás participantes, y todo el grupo percibe la situación de una manera nueva y más profunda.

Sabemos que en el Agrupamiento o Cluster de roles Fraternal, puede llegar a ser generador de psicopatología, el desequilibrio entre los vínculos de Competencia y Cooperación. El juego dramático simbólico entre hermanos está muchas veces teñido de situaciones de voluntad de dominio y exceso de rivalidad y competencia, a menudo alentada inconscientemente por la situación global del sistema socioemocional familiar. El juego dramático espontáneo puede abrir la puerta a otras realidades como la cooperación y la resolución creativa de conflictos. Pueden emplearse juegos de presentación, de conocimiento, de afirmación, de confianza, de comunicación, de cooperación y de resolución de conflictos. Es importante como factor terapéutico el introducir nuevas reglas en los juegos cooperativos de forma que los sentimientos de rivalidad, de dominio, etc., se tornen en sentimientos de goce por la creatividad y expresividad del propio juego, de la consecución de fines comunes y de una comunicación efectiva.

En el **juego dramático espontáneo** el individuo está absorto en la acción, totalmente envuelto en lo que está haciendo y manifestando sinceramente un sentimiento intenso de realidad y experiencia. Bally (17) relaciona la capacidad de jugar del hombre con su libertad con respecto a los mandatos biológicos de sus programas de conducta intraespecie. Al mismo tiempo libera a la mente y al cuerpo de los condicionantes de los roles que suponen una “conserva cultural”. Para facilitar la creación de climas es importante la utilización de Música en los juegos espontáneos, pues bien aplicada puede favorecer la resolución de conflictos dramáticos, sobre todo si se la utiliza a través de la psicodanza.

Además, los juegos dramáticos espontáneos, pueden ser utilizados para reestructurar los Modelos Psicósomáticos del Núcleo del Yo (ver Cap. 10), para rematizar los déficits en las Matrices de Identidad y para ayudar en la estructuración del orden simbólico entre lo real y lo imaginario. Habrá juegos cuya estructura ponga en marcha vinculaciones donde haya que incorporar afectos, sentimientos, conocimientos, etc. en relación al modelo de Ingeridor. Otros tendrán una estructura que desarrolle procesos de comunicación de contenidos propios hacia los demás, según el modelo de Defecador. Otros supondrán actividades donde haya que decidir llevar a cabo planes para realizar deseos, según el modelo de Mingidor. Otros facilitarán la discriminación entre lo que se siente, lo que se percibe y lo que se piensa. Desde el punto de vista de las Matrices de Identidad, habrá juegos corporales de sensibilización e interiorización que tendrán que ver con la fase de Doble y la relación consigo mismo, otros que facilitarán la comunicación tipo “espejo” propia de la fase de reconocimiento del Yo; otros juegos animarán a la representación de personajes de tal modo que ayuden al reconocimiento del Tu y a las relaciones “en corredor”; otros tendrán estructuraciones grupales de comunicación triangular o circular con intercambio de papeles.

Cuando un terapeuta grupal propone al grupo jugar espontáneamente juegos dramáticos, importa mucho cual sea su intención e ideología al hacerlo. Puede usar como factor terapéutico el juego para ayudar a explicitar una fantasía grupal que él ya reconoce, o para ayudarse a sí mismo y al grupo a descubrir una escena o estructura sociométrica latente que era desconocida hasta entonces pero estaba influyendo en la dinámica grupal estereotipándola. El juego dramático ayuda a ponerse en contacto con el verdadero origen de emociones y sentimientos interpersonales, dándoles una comprensión cognitiva, y también al camino inverso de promover la expresión emocional y viva de constructos cognitivos y creencias estancadas. El juego supone un aprendizaje de nuevas formas y la conciencia de la necesidad de complementariedad de los que juegan, aprendizaje de las relaciones grupales.

Cuando se juegan escenas en un grupo los protagonistas descubren sus expectativas y necesidades latentes en forma de roles compensatorios, y su forma de intentar forzar al grupo para que este funcione de acuerdo con sus necesidades, hasta que descubre y aprende y acepta que el grupo solo puede funcionar con las normas que de forma negociada ha establecido para sí mismo como grupo (37) Este es el factor terapéutico fundamental de toda terapia de grupo basada en el juego espontáneo. El juego dramático espontáneo ayuda a descubrir como los individuos neuróticos tienden a lanzar mensajes estereotipados para forzar a los demás a aceptar roles que ellos no quieren asumir, creando así tensiones sociométricas en los grupos en los que participan. En el juego dramático espontáneo se estimula la expresión de atracciones y rechazos esclareciéndose la realidad sociométrica y mejorando la adecuación de los átomos sociales perceptuales. Pudiendo ser esto un proceso doloroso, actúa a la larga como factor terapéutico. En el juego, el conflicto se convierte en la tarea a tratar de resolver con creatividad, objetivándose las imágenes arcaicas y poniéndose en escena los vínculos primarios familiares que dejan de ser inquietantes pues pueden ser transformados a través del proceso imaginario dramático, dándoles otro significado, otra narrativa, otra reestructuración, creada en el momento de la acción dramatizada.

Aguiar (36) señala como factores terapéuticos del Teatro Espontáneo su potencial transformador en la medida en que posibilita la experiencia de crear en conjunto en la que se descubre la importancia del proceso como mayor que la del producto. El Juego espontáneo tiende a romper y superar los sentidos únicos cristalizados como conservas culturales, creando la apertura para nuevos sentidos, así como permite el descubrimiento del potencial artístico y de la importancia de hacer arte para mejorar la calidad de vida. También modifica la mirada sobre la problemática personal descolocándola desde el propio ombligo hacia la colectividad. Las escenas que se reactúan en el escenario contienen una Plusvalía de Realidad porque suponen una nueva experiencia emocional que propicia una nueva versión narrativa de la historia más consistente con las necesidades adaptativas de la vida actual del sujeto. Lo importante en el Juego dramático espontáneo no es la reproducción de lo ya ocurrido, sino la nueva producción que hace posible la incorporación de nuevas perspectivas aportadas por los yo-auxiliares espontáneos miembros del grupo en una experiencia de co-creación.

Cuando un grupo lleva tiempo practicando el juego dramático espontáneo, se crean lo que Moreno llamo **Estados Co-Inconscientes**, que funcionan como un factor terapéutico y que definió de esta manera (11):

“...todos los conjuntos interpersonales íntimos tienen una matriz común de entendimiento silencioso. Los miembros de tales grupos tienen un pasado común, esperan un futuro común y comparten sus vidas en sus hogares. Cuando representan en una sesión psicodramática un episodio en el que han intervenido, cada uno parece conocer la experiencia del otro con exactitud sorprendente, la misma clarividencia se manifiesta en la representación de episodios presentes o en proyecciones futuras. Es como si hubieran desarrollado en el curso del tiempo una larga e intrincada cadena de estados casi-inconscientes. Si uno de la diada o triada sale de uno de los aspectos de la experiencia común, el otro no tiene dificultad para seguirlo, suplementándolo como si fuera una sola persona y como si tuvieran una vida inconsciente común. Parecen compartir lo que he llamado estados co-conscientes y co-inconscientes. Las dimensiones personales de estos estados se acompañan de una serie de signos físicos y objetivos correspondientes y pueden ser utilizados terapéuticamente mediante el método Psicodramático de la reproducción escénica. Los signos corporales o simbólicos son indicadores muy valiosos para la evocación solidaria de episodios decisivos... Hay experiencias Co-Inconscientes entrelazadas... no surgen de una sola psique, sino de varias ligadas entre sí por lazos concretos. Carl Jung postulaba que todo individuo tiene además de un inconsciente individual, uno colectivo, pero no lo aplica a las colectividades concretas en las que la gente vive,... no se trata aquí de las imágenes colectivas de una cultura dada o de la humanidad, sino la relación y cohesión específica de un grupo de individuos. En el sistema de estados co-inconscientes, extendido a las redes interpersonales del grupo, hemos encontrado la razón del significado y la efectividad de la inversión de roles, el espejo, el doble, y otras técnicas psicodramáticas.”

La creación de los estados co-inconscientes se da en los momentos de confluencia en un Foco (ver cap.6) de las diversas matrices de identidad que forman la Zona en la que suceden los actos espontáneo-creativos que dan origen a un nuevo rol. El proceso de embarazo y nacimiento en la Matriz de Identidad Total Indiferenciada es el primer momento en el que madre e hijo crean estados co-inconscientes. En el proceso terapéutico, en la relación terapéutica con el terapeuta y con los miembros del grupo, en la Matriz Terapéutica, se generan estados co-inconscientes cada vez que se da un acto creativo, de encuentro, al cruzarse todos los elementos de la Zona en un Foco de la red de vínculos. Esa red de relaciones co-inconscientes es una red sociométrica que permite al grupo ir desvelando sus posibilidades de desarrollo creativo en la medida en que logren hacer coincidir sus átomos sociales perceptuales con sus átomos sociales objetivos y maduren así sociogenéticamente(ver Cap.8). El co-inconsciente de un grupo de personas incluye las relaciones corporales no evidentes, las experiencias sociales desconocidas de sus miembros, los grupos superpuestos de otras ideologías y los elementos transgeneracionales míticos que desvela el Genosociopsicodrama. Tratar esos elementos constituye un valioso factor terapéutico.