

7.4 Factores Terapéuticos Generales y Relación Terapéutica

ALVAREZ VALCARCE, P. 7.4 Factores Terapéuticos Generales y Relación Terapéutica (pag.356-363). En FACTORES TERAPEUTICOS , Capítulo 7 del MANUAL DE FORMACION DE LA ASOCIACION ESPAÑOLA DE PSICODRAMA Coordinadora General: Marisol Filgueira Bouza. Editado en: www.lulu.com/es . 2009

7.4.1 Elementos Básicos de la Comunicación Terapéutica. Pablo Álvarez Valcarce. (pag.356)

El psicodrama comparte con otros métodos de psicoterapia los factores terapéuticos básicos de toda comunicación terapéutica (6) (3):

- Aceptación, protección contención.
- Ayudar a discriminar lo que se siente, lo que se percibe y lo que se piensa.
- Relajar el Campo.
- Producir un efecto o impacto.
- Interpretar los mensajes latentes.
- Transmitir una buena disposición para comprender, reconocer y responder.
- Fomentar la autocorrección de la información, ayudando a percibir, evaluar y expresarse.
- Comunicar sobre los modos de relación en curso.
- Facilitar la comunicación de contenidos relativos a situaciones de sobreprotección, sobreexigencia, rivalidad, voluntad de dominio, desesperación, pérdida o soledad.
- Identificarse de forma concordante con la experiencia empírica del otro.
- Comprender y apreciar mutuamente las acciones y palabras.
- Poner en claves inteligibles para todos, las señales verbales y de acción.
- Observar como las respuestas propias, amplían, vinculan o alteran la declaración inicial del otro.
- Expresar las respuestas en el lenguaje del otro.
- Seleccionar las respuestas y los silencios.
- Ayudar a la elaboración de formas mas adecuadas de expresión y de acción.
- Manejar cada hecho del momento en el instante en que ocurre, y aceptarlo, ayuda a aceptar el recuerdo de hechos penosos anteriores.
- Ayudar a aceptar significa eliminar sentimientos y fantasías de previsión exageradas que atentan contra la consideración del propio status sociométrico.
- Ayudar a ordenar en el tiempo y en el espacio la sucesión de hechos vitales conectados entre si, permite que se evalúe si los puntos de vista infantiles siguen o no siendo válidos en el momento actual.
- Ayudar a la elaboración de recuerdos de situaciones traumáticas donde existió contradicción entre los aspectos cognoscitivos y los emocionales y uno de los componentes fue reprimido.
- Redescubrimiento y reavivamiento de la combinación de reacciones psíquicas y motoras, relación humana y situación ambiental, que en el pasado fue vivido como placentero.
- Observar y señalar el “como” centrándose en los efectos del comportamiento “aquí y ahora”.

- Aceptar niveles de comunicación más o menos regresivos y adaptarse al lenguaje emocional primitivo, para poder establecer contacto y gratificación, a fin de poder introducir posteriormente modos más complejos de comunicación.

7.4.2 Unión Terapéutica del Director durante el Caldeamiento Específico. Pablo Álvarez Valcarce.(pag.357)

Durante el caldeamiento específico de un protagonista, la unión del terapeuta se mantiene y amplía a través de una serie de pasos:

- Como Yo-auxiliar proyecta activamente su empatía sobre el protagonista al que elige como emergente.
- El sujeto responde con una retropatía eligiendo o rechazando.
- No siempre hay acuerdo. Pero este testimonio de empatía, afecta profundamente al sujeto de tal modo que favorece la decantación de un sentimiento que puede ser objetivado a través de los índices de liberación afectiva de orden fisiológico (7) (3).
- Con el desarrollo de la interacción y la instrumentación técnica, se llega a establecer una unidad de comunicación tanto co-inconsciente como co-consciente.
- Lo que en el protagonista es auténtico, en el Yo-auxiliar es solo una instrumentación, un artificio hábil. Si el comportamiento del Yo-auxiliar parece falso y artificial, el sujeto se perturba. Entonces, como factor terapéutico, debe elegirse un nuevo Yo-auxiliar de elevado status sociométrico, con el que exista un tele positivo. Muchas veces lo que comienza como un simple juego de roles, acaba convirtiéndose en una identidad real de sentimientos, en una complementariedad con compromiso donde existe una “Plusvalía de Realidad” (7).
- El autotele que mantiene el protagonista con personajes internos ilusorios, debe ser descubierto y transformado en tele hacia los Yo-auxiliares en el contexto dramático.

7.4.4 Tele y Transferencia. Pablo Álvarez Valcarce.(pag.358-360)

Moreno (11), define el Tele como la capacidad de percibir a distancia la realidad del otro sin la distorsión de las proyecciones típicas de la transferencia. Moreno desarrolla este concepto influido por las ideas de Teodoro Lipps sobre la endopatía (12) y de Martín Buber sobre el encuentro yo-tu (10). El Tele es el sentimiento y conocimiento real de otra persona, siendo el factor que interviene en las elecciones y rechazos espontáneos en los grupos humanos. Tiene este factor dos aspectos: el psicológico o Empatía, que es la capacidad para percibir correctamente al otro y el sentimiento propio hacia el otro, y el psicopatológico o Transferencia, responsable de las elecciones desacertadas, poniéndose en contacto más que con el otro, con figuras proyectadas desde el propio mundo interno. El proceso empático (16) consiste efectivamente en la percepción del otro, pero que no se reduce a una percepción elemental de sus atributos, ni a una elaboración cognoscitiva pura, afectivamente neutra. La empatía oscila constantemente entre dos extremos: la proyección del yo, y la identificación con el otro. Las influencias reciprocas del tú y del yo se hallan en perpetuo y necesario estado de equilibrio; Si este equilibrio se rompe, la empatía desaparece dejando paso o bien a una

contaminación patológica del otro por el yo, o bien a una despersonalización del yo absorbido por el otro; estos dos polos determinan el proceso dialéctico. Por otra parte el proceso empático no puede ser asimilado ni a un conocimiento deductivo abstracto, ni a un intuicionismo impresionista. La empatía representa una intención cognoscitiva, una voluntad participativa, un esfuerzo imaginativo, una tentativa de anticipación o de previsión. Pero ello no quiere decir que deba ser confundida con la simpatía, fenómeno este que compromete al yo en mayor grado, y que se sitúa a un nivel más intenso de fusión afectiva. En este sentido la empatía presenta un carácter más desinteresado, más conjetural, y en cierto modo más especulativo. Por ello aparece esencialmente como un proceso participativo dirigido a la comprensión del otro en tanto que tal, y a la previsión de sus potencialidades.

La base de toda relación terapéutica está en el Tele. En psicodrama no se fomenta la aparición inevitable de la transferencia para luego resolverla, sino que se estimulan las relaciones Tele a través de la puesta en acción de roles bien estructurados. En los conceptos de Matriz de Identidad, Moreno desarrolla su visión de la identidad humana. Al principio existe una identidad total de tipo sincrético con los Yo-auxiliares que cuidan al niño. Luego se desarrolla una Identificación Subjetiva en la que existe una proyección de un sentimiento individual sobre otro individuo, identificando a este con una figura fantaseada subjetiva. Más adelante el individuo sano logra la Identificación Objetiva o de Rol, en la que la experiencia de una imagen o de una situación de otra persona es considerablemente exacta.

En Sociodrama Familiar (12) podemos encontrar grupos donde aún prevalece una identidad colectiva, sincrética. Esta consideración de los miembros de una comunidad natural como idénticos, es una especie de reflejo colectivo fantástico de aspectos provenientes de la Matriz de Identidad Total Indiferenciada, que se proyectan sobre las matrices familiar y social.

Esta fantasía grupal observable en familias de nivel sociogenético (ver Cap.8) bajo y en comunidades sociales de carácter tribal, es la responsable de múltiples trastornos psicológicos y sociales, pero puede ser realísticamente equilibrada a través de experiencias diferenciales que modifiquen el instrumento propiciando el conocimiento de los miembros del exogrupo por los miembros del intragrupo. Resulta paradójico comprobar que esta fantasía de identidad colectiva que convierte al grupo en una entelequia, está basada en que el principio de la identidad del carácter de los miembros de un grupo (identidad de rol) ejerce una tremenda influencia sobre la imaginación fantástica del ser humano.

Los fenómenos de Identificación Subjetiva son los responsables de la transferencia y han sido muy bien estudiados por el psicoanálisis (13). Los fenómenos de Identificación Objetiva o de Rol, son los responsables de las relaciones Tele. Una de las formas más importantes de Identificación Objetiva es la que se produce con los roles jugados por otros individuos o con la imagen que el otro con el que se está vinculado tiene de un tercero con el que ambos se relacionan en una situación Triangular. En los grupos naturales, los miembros se sienten relacionados entre sí debido al principio de identidad total que opera ya en el nivel del no conocimiento, para luego, al llegar a conocerse jugando y creando roles en la situación vincular, basar la relación en una identificación objetiva o de rol. Los tres principios, identidad, identificación subjetiva y rol, se hallan generalmente entrelazados en la relación terapéutica y rara vez aparecen separadamente.

Sin embargo el proceso de identificación rara vez es completo. La mayor parte de los procesos de identificación lo son con respecto a aspectos parciales de otra persona, siendo relaciones de objeto parcial.

El principio de **Identidad** estaría relacionado con la Matriz de Identidad Total, con la emergencia y desarrollo de los roles psicosomáticos (ver Cap.10), con el vínculo físico y el establecimiento de la Zona (ver Cap.6), con el átomo social objetivo de la madre como yo-auxiliar primitivo, y sería una identidad de tipo primario, muy condicionada filogenéticamente según un modelo incorporativo.

El principio de **Identificación Subjetiva** (responsable de la transferencia), estaría más relacionada con las fases mimética y mítica de la Matriz Familiar, una vez producida la brecha entre fantasía y realidad, con el desarrollo del imaginar y el pensar, con la recepción de la palabra transmisora de un orden mítico simbólico y por tanto con la capacidad de identificación por proyección de imágenes fantaseadas. Es una identificación intermedia.

El principio de la **Identificación Objetiva o de Rol** (responsable del Tele) estaría más relacionada con la fase ideológica de la Matriz Familiar y la Matriz Social, en la que es posible jugar y crear los roles dramatizando espontáneamente las formas y contenidos de esos roles complementarios ofrecidos por las matrices, a través del cambio de papeles espontáneo del juego simbólico infantil, con una percepción más simultánea y discriminada de las verdaderas motivaciones. Es una identificación secundaria más condicionada ontogenéticamente.

En definitiva, el proceso terapéutico psicodramático trata de lograr que las relaciones transferenciales y contratransferenciales que se establecen entre paciente y terapeuta o con otros pacientes, así como las identificaciones y contraidentificaciones proyectivas (ver Cap.1), sean objetivadas y desmontadas en el proceso de dramatización hasta hacer que prevalezcan las relaciones Tele.

El terapeuta debe tener especial cuidado con la tendencia de muchos pacientes a establecer un Vínculo Compensatorio (14) en sus vidas y especialmente con el profesional de ayuda. El vínculo compensatorio supone delegar una función de cuidado, protección, valoración u orientación, haciendo responsable a otra persona por ello. Un importante factor terapéutico es el ayudar a la persona a que tome de nuevo esas responsabilidades por sí misma una vez que puedan ser rematizados los aspectos faltantes de sus matrices de identidad y sus modelos psicosomáticos (ver Cap.10). De no ser así la relación con el terapeuta se cronifica y no progresa hacia la autonomía del paciente. El Vínculo Compensatorio puede ser una fase de la relación terapéutica, que deberá resolverse.