



MANUAL DE FORMACIÓN DE LA
ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PSICODRAMA:
NORMATIVA DE ACREDITACIONES, ESCUELAS
Y PROGRAMA OFICIAL

.....
Coordinadora General: Marisol Filgueira Bouza

© 2009 Asociación Española de Psicodrama
ISBN: 978-84-613-4434-5

Asociación Española de Psicodrama
<http://www.aepsicodrama.org/>
info@aepsicodrama.org
C/ Arganda, 8 - 1º C - 28005 Madrid
Tf: 616 995 837



HISTORIA DEL PSICODRAMA, DEFINICIÓN Y FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Coordinador: José Antonio Espina Barrio

5.1 Definición, origen y evolución del Psicodrama. Vida y obra de Jacob Levy Moreno. *José Antonio Espina Barrio*

5.1.1 Definición del Psicodrama

“El Psicodrama es una terapia profunda de grupo. Empieza donde termina la Psicoterapia de Grupo y la amplía para hacerla más efectiva” (Moreno, 1975). No basta la discusión, sino que configura las experiencias internas y externas y además otorga un contenido a las expresiones y sentimientos de los participantes en el grupo.

“En el curso de sesiones de grupo típicas, verbales e interactivas sucede con frecuencia que un miembro del grupo vive su problema con tal intensidad que las palabras resultan insuficientes. Este miembro siente la necesidad de vivir la situación, construir un episodio y a menudo estructurarlo cuidadosamente, más de lo que permitiría el mundo externo real fuera de la sesión”. (Moreno, 1975, p. 108)

Esta suerte implica también a otros individuos del Grupo, por lo que se precisa que se abra un “espacio” en el que se desarrolle y despliegue la acción.

“Esta es la transformación natural y espontánea de una Psicoterapia de Grupo en un Psicodrama” (op. cit. supra, p. 108) y si se acude reiteradamente a los escritos del creador es porque en ellos se encuentra la esencia de la que va a ser la idea del Psicodrama. Se describe el paso del Individuo al Grupo y de la palabra a la interacción. Se añan las experiencias interna y externa, el pensamiento y el sentimiento, la acción y la interacción, que es una llamada a la participación corporal, inseparable del psiquismo.

Se investigan los vínculos bipersonales, así como las influencias que entre ellos se dan, y va más allá de la definición que facilita el Diccionario Terminológico de Ciencias Médicas:

“Método de diagnóstico y terapéutica psíquica que consiste en la representación teatral, por el paciente y otros personajes, de una situación que se cree análoga a la que originó su enfermedad”. (Ed. SALVAT, 1975, p. 830)

La primera parte de esta definición es descriptiva y muy clara, pero la segunda alude a la teoría traumática y a la abreacción. El Psicodrama participa de este mecanismo terapéutico, pero no es el único. A la liberación



de sentimientos hay que añadir otras propiedades curativas, como la Catarsis de Integración que reúne aquellas partes conflictivas del sujeto y le proporciona otra visión. Sin embargo, en el diccionario de MOLINER (1977) no se encuentra dicha palabra y la REAL ACADEMIA DE LA LENGUA (1984) da un significado excesivamente amplio:

“Representación teatral de fines psicoterápicos” (P. 1116).

Más restringida y clínica es la excelente definición del profesor CONDE LÓPEZ en la GRAN ENCICLOPEDIA RIALP (1981):

“El Psicodrama, en sentido restringido, suele considerarse como un método psicosociológico desarrollado por JACOB LEVY MORENO con fines diagnósticos y terapéuticos, consistente en conseguir del sujeto (y/ o enfermo mental) la reproducción como actor del drama de su propia patografía anterior, consiguiendo así una catarsis psicodramática” (Conde López, 1981, p. 351).

Pero esta definición no acaba con esta frase, sigue a MORENO en la búsqueda etimológica de drama, en griego significa cosa o acción hecha. Su unión con psique, da al Psicodrama el significado de psique en acción, o ciencia que explora la “verdad” mediante métodos psicodramáticos.

Si se escoge, a título de introducción, las palabras de MORENO, es para intentar ir algo más allá, ya que el Psicodrama no es sólo una terapia, sino también una concepción filosófica del mundo. El niño al nacer es un ser creador, oprimido y restringido por las conservas culturales que una cultura, rígidamente normativa, se empeña en introducir. La Familia, la Escuela, las Iglesias y las Empresas son las instituciones que “normalizan” los impulsos creativos del niño. Esto no quiere decir que lo mejor sea destruir las instituciones o simplemente “dejar hacer” el libre albedrío de los infantes, lo que el Psicodrama denuncia y critica no son las Instituciones en sí mismas, sino su funcionamiento opresor. La Familia es el lugar donde se juega la matriz de identidad del sujeto, la cual va a acabar de conformarse con lo social. A las Iglesias y Empresas les corresponde este segundo papel, y es dentro del funcionamiento de estas instituciones donde se va a proyectar un hombre robot ó creativo.

El Psicodrama es el alma en acción. Durante la misma se representa en la escena lo que luego se llevará a la vida. Sueños, fantasías, relaciones o el rico mundo interior, todo cabe en el espacio psicodramático. Es el lugar donde nace la espontaneidad en un tiempo siempre presente, por más que lo representado sea del pasado o del futuro.

BIBLIOGRAFÍA REVISADA

- ESPINA BARRIO, J. A. *Psicodrama: Origen y Desarrollo*. Colección Psicología, vol. 31, p. 216. Amarú. Salamanca, 1995.
- MOLINER, M. *Diccionario de Uso del Español*. “Biblioteca Románica Hispánica”, V. Dictionarios Gredos. Madrid, II Volúmenes, Reimpresión 1977.
- MORENO, J. L. *Psicoterapia de Grupo y Psicodrama-Introducción a la Teoría y la Praxis*. “Biblioteca de Psicología y Psicoanálisis”, 1ª ed., 1966, Fondo de Cultura Económica México. 1ª Reimp., 1975 (Pp. 409). (Traducido de la 1ª ed. alemana de 1959 por Armando Suárez).
- SABATÉ MURO, E. *Gran Enciclopedia Rialp*. 1ª ed., Rialp. Madrid, 1975, Tomo XXI, 2ª reimp. 1981 (Pp. 549-552).
- SALVAT (Ed.) *Diccionario Terminológico de Ciencias Médicas*. 1ª ed., Salvat. Barcelona, 1918. 11ª ed., 3ª reimpresión, 1977 (Pp. 1073).



5.1.2 Origen del Psicodrama en la vida y obra de Jacob Levy Moreno

Los antecedentes del Psicodrama se encuentran resumidos en la siguiente tabla:

ANTECEDENTES DEL PSICODRAMA

| 1 - ANTROPOLÓGICOS | 2 - MÉDICOS | 3 - TEATRALES |
|--|--|-----------------------------|
| - DANZAS: Guerreras, propiciatorias como caza, pesca, etc. | - TRIBALES: Curas de Hechiceros, con /sin la participación de la comunidad | - TRAGEDIA GRIEGA |
| - RITOS DE PASO: Infancia, adolescencia, adulto, matrimonio, hijos y muerte. | - GRIEGOS: Curas psíquicas en el Asclepión | - AUTO SACRAMENTAL |
| - PROCESIONES RITUALES: Petición de lluvia, Semana Santa, Navidad. | - MANICOMIOS: representación teatral, SADE | - COMEDIA DEL ARTE ITALIANA |

El nacimiento del Psicodrama se encarna en la vida de Moreno, psiquiatra, que nació en Bucarest, Rumanía, el 18 de mayo de 1889, en el seno de una familia judía de origen sefardita. Era el mayor de 6 hermanos. Pronto emigraron a Viena. Sus padres se separaron cuando era adolescente.

A los 4 años se rompió un brazo al jugar a ser Dios y caerse desde la parte alta de un montón de sillas, que representaban el cielo.

En la adolescencia fue a prisión por animar a los hijos a elegir sus padres ideales, mientras representaba cuentos de hadas en los Jardines de Viena.

Promovió un sindicato de prostitutas que defendiera sus derechos.

En el Teatro de la Espontaneidad de Viena, donde se representaban las noticias de los periódicos del día, atendió a una pareja con problemas. Ella era actriz de papeles suaves, que en casa tenía un comportamiento opuesto. Propuso que ampliara su repertorio y comenzara a representar a mujeres agresivas, asesinas o pendencieras. Al cambiar su conducta en casa animó a la pareja a hablar de sus dificultades ante el público, lo que impresionaba a los asistentes. En estas sesiones comenzó el Psicodrama como la primera Terapia de Pareja.

Siendo médico rural, atendió a un empresario depresivo que deseaba suicidarse. Paseó con él por el campo mientras ponía en orden sus negocios antes de quitarse la vida. Dicha actividad supuso su recuperación.

En el campo social animaba, no sin polémica, a los actores a ser ellos mismos y no los personajes que representaban, de donde surgió el Axiodrama. Propuso en una sesión de Teatro Público la elección del Salvador de País, quince años antes de que Hitler llegara al poder.

Todo ello se encuentra resumido en el cuadro de la página siguiente:

De Viena emigró a Estados Unidos. La disculpa fue patentar un aparato de grabación de sonido, pues él fue pionero en sesiones terapéuticas grabadas en películas.

**EL NACIMIENTO DEL PSICODRAMA**

| 1 - BIOGRÁFICO | 2 - CONCRETO |
|---|--|
| - JUEGO DEL CIELO o La Caída de Dios (1893) | - PSICODRAMA INDIVIDUAL DEL SUICIDIO |
| - CUENTOS DE HADAS en los Jardines de Viena (1908) | - AXIODRAMA o Teatro del Conflicto (1918) |
| - GRUPOS DE PROSTITUTAS de Am Spittelberg (1913) | - SOCIODRAMA del Salvador del País (Kömedienhaus) (1921) |
| - TEATRO DE LA ESPONTANEIDAD (Stegreiftheater) (1921) | - PSICODRAMA (1922 - 1924) |
| | - TEATRO RECÍPROCO de Comunidades y Familias |

En Austria había trabajado en un campo de refugiados tirolese, lo que trasladó al trabajo sociométrico con jóvenes muchachas de un reformatorio en Estados Unidos. La elección de compañeras y cuidadoras disminuyó de forma notable las fugas de la institución.

Abandonó a su novia en Austria y vivió unos años de “galeras” en Estados Unidos. Tras un matrimonio de conveniencia, se hizo ciudadano americano.

Después se dedicó a expandir el Psicodrama por el mundo, acompañado de su tercera esposa, Zerka, que ha sido su continuadora.

BIBLIOGRAFÍA REVISADA

- ESPINA BARRIO, J. A. *Psicodrama: Origen y Desarrollo*, Colección Psicología, Amarú. Salamanca, 1995, Vol. 31, (P. 216).
- MORENO, J. D. *The autobiography of J.L. Moreno, MD (Abridged)*. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, vol. 42, nº 1 y 2, Spring and Summer 1989. (Pp. 3-126).
- MARINEAU, R.F. *Jacob Levy Moreno 1889-1974 - Father of psychodrama, sociometry, and group psychotherapy*. “Intern. Library of G.P. and G. Process”, Tavistock-Routledge. Londres y Nueva York, 1989. (Pp. 198).

5.1.3 Evolución del Psicodrama

El Psicodrama puede ser *espontáneo*, con puesta en marcha no directiva, y *preparado*, en el que el Psicodramatista y los *Yo-Auxiliares* realizan el guión de una sesión. Otras veces se acuerda plantear un problema en una fecha determinada. Hay muchos estilos intermedios, como por ejemplo el estudio psicodramático de diferentes síndromes mentales, que está más cercano del preparado; o el uso del Psicodrama como autopresentación, en sus facetas diagnóstica y exploratoria, que está muy próximo a lo espontáneo. Existen otros campos a medio camino, que a veces se relacionan con la investigación, como por ejemplo la representación psicodramática y estudio de los mitos.

El Psicodrama Educativo o de Formación es de carácter pedagógico. El juego de roles sirve para una mejor preparación de los docentes y se utiliza en las relaciones humanas, en vendedores, en estamentos asistenciales: médicos, psicólogos, asistentes sociales, ATS, auxiliares, en futuros profesores, en relaciones públicas, etc. El fin del



juego de roles es familiarizar al estudiante con el papel que va a desempeñar y prepararle ante las situaciones temidas. También la readaptación sigue un esquema terapéutico, donde lo importante es reintegrar al sujeto a un modo de funcionamiento perdido, por ejemplo libertad condicional, preparación al alta tras ingreso prolongado, etc.

El Psicodrama Terapéutico se centra en el participante para lograr una mayor comprensión de sus interacciones. En el Psicodrama Clásico o de Grupo se exploran los roles así como el átomo social del protagonista, todo ello en el “aquí-ahora” de la dramatización. El protagonista es el emergente grupal y como tal es vista la escenificación. En el Psicodrama de influjo psicoanalítico, la dramatización pretende movilizar las defensas del paciente, y lo representado es analizado e interpretado; la escena es un motor que impulsa la asociación libre y cataliza y acelera el proceso terapéutico.

Las discrepancias se minimizan en la praxis. Las únicas disimilitudes se dan entre el Psicodrama Bipersonal (un paciente y un terapeuta sólo o con *Yo-Auxiliares*) y el Psicodrama Grupal (varios pacientes y uno o varios terapeutas, con o sin equipo de *Yo-Auxiliares*), y entre las visiones del grupo como una totalidad y los que ven el grupo como una colección de individuos (Psicodrama del individuo en grupo).

Es preciso remarcar las diferencias del Psicodrama con el Teatro y otras Terapias Verbales. Con el primero le une el origen, pero el Guionista es el Protagonista. Éste desarrolla fragmentos de su vida, imaginarios o reales, en el “aquí-ahora” de la Escena; el Director es un facilitador y el Público comparte con el Protagonista sus sentimientos. Es decir, en el Psicodrama, actor y autor se confunden, desarrollan una escena elaborada en el momento y no un guión preestablecido. No se necesitan aptitudes de actor, ya que ¿quién se representa mejor a sí mismo que uno mismo? Por el contrario, el buen actor puede sobreactuar, con lo que se pierde espontaneidad

En cuanto a las Terapias Verbales, lo que señala el punto de inflexión es la escena, es decir, la dramatización. La actuación, el “ponerse fuera de sí” que es la acepción etimológica de actor, diferencia al Psicodrama de aquellas terapias que sólo usan la palabra. Este salirse fuera de uno mismo es lo que denota la potencialidad del Psicodrama y también las resistencias y los miedos que genera, puesto que al decidirse a representar, se hace sin la máscara con la que uno se defiende y resulta mucho más difícil tapar aquello que se quiere ocultar.

Como resumen final y escueto: El Psicodrama es una Psicoterapia de Grupo en la que además de hablar de los problemas, se representan.

BIBLIOGRAFÍA REVISADA

MORENO, J.D. *The autobiography of J.L. Moreno, MD (Abridged)*. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, vol. 42, nº 1 y 2, Spring and Summer, 1989. pp. 3-126.

MARINEAU, R.F. *Jacob Levy Moreno 1889-1974 - Father of psychodrama, sociometry, and group psychotherapy*. “Intern. Library of G.P. and G. Process”, Tavistock-Routledge, Londres y Nueva York, 1989, pp. 198.

LECTURAS RECOMENDADAS

ESPINA BARRIO, J. A. *Psicodrama: Origen y Desarrollo*. Colección Psicología, Amarú, Salamanca, 1995, vol. 31, p. 216.





5.2 Teoría de la Espontaneidad-Creatividad. El Hombre como un Ser Cósmico: Espontaneidad y Creatividad. *Jorge Burmeister*

El punto de partida para el entendimiento de la antropología moreniana es su visión holística del mundo. En esta perspectiva el individuo no es una “mónada” aislada, sino una parte integrante del cosmos, concebido como un sistema que incluye todo. Por lo tanto Moreno dice (1977) que “hay un mundo aún mayor detrás de la dinámica psíquica y social de la sociedad humana que es la dinámica cósmica”. “El hombre es un ser cósmico, no solamente un ser social o individual” (p. 108). Ahora bien, para Moreno, la esencia que constituye el cosmos es la creatividad. “Si hay una estructura primaria o nuclear del universo, independientemente si lo llamamos X o Dios o por cualquier otro nombre, suponemos que representa solamente a la creatividad pura que es en sí el misterio eterno e iluminado” (Moreno 1991, p. 20), “la creatividad es la sustancia primaria” (Moreno, 1996, p. 12) que “forma el fundamento de todos los procesos creativos en el universo”.

Pero para que este potencial creativo en el cosmos se materialice en algo útil y palpable se requiere otra fuerza que lo arranque (como la mecha para la vela), una forma específica de energía, que denomina “espontaneidad”. La espontaneidad opera como catalizador que “deja fluir la creatividad del Universo” (Moreno 1996). Moreno entiende la dinámica y el ensamblaje de las dos fuerzas, espontaneidad y creatividad, como la fuente de toda existencia y forman las bases para las leyes de la gravitación y de la evolución biológica. Son fundamentales para el desarrollo de la sociedad humana y el fenómeno de la creatividad es esencial para el crecimiento del ser humano (Moreno 1991, p. 24).

Como se puede desprender de la cita anterior espontaneidad y creatividad pertenecen de forma inherente a la naturaleza humana. El hombre es “un ser cósmico, una reflexión microcósmica del universo y de las fuerzas que actúan sobre él”. La esencia espontánea y creativa del ser humano impregna sobre todo las experiencias del niño y las del protagonista en un “**escenario del impromptu**” (Hutter, 2000).

Pero el ser humano, alienado de sus orígenes en el universo y de sí mismo, puede perder el contacto con estas fuerzas, experimentando un desarrollo patológico psíquico y social. El acceso a las fuerzas cósmicas de la creatividad y de la espontaneidad se bloquea para el hombre cuando este actúa “automáticamente”, repitiendo estereotipos o las mismas pautas de conducta (llamadas conservas de roles), sin activar la espontaneidad o llegar a un nivel de impromptu (como se verá en el siguiente párrafo). Renuncia entonces a elaborar una respuesta auténtica o verdaderamente adecuada.

Finalmente, el efecto de las dos fuerzas, en sí mismo, no es siempre constructivo, necesita también una coordinación provechosa para las finalidades del propio individuo. Por eso Moreno adjudicó las crisis de su tiempo a la “espontaneidad mal enfocada”.

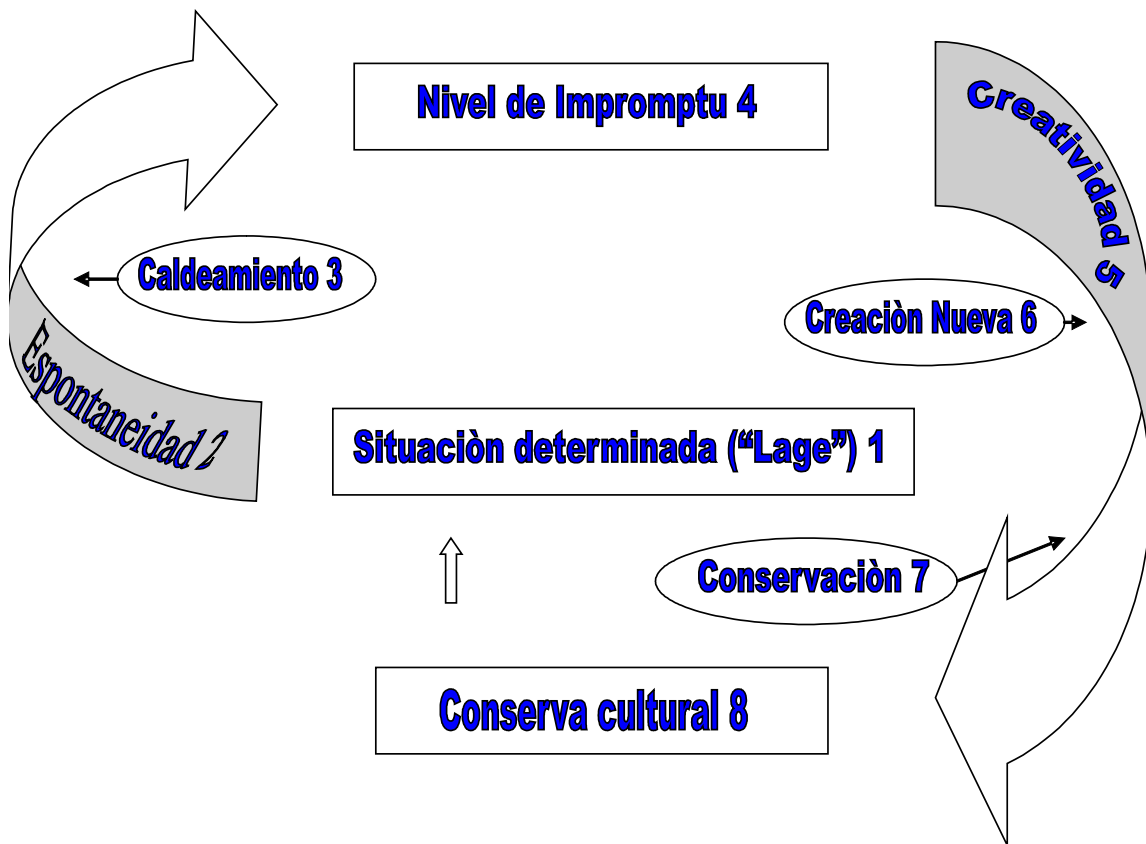
El ciclo creativo

El ciclo creativo, también llamado el “Canon de la creatividad” por el propio Moreno, describe la unidad o el proceso de una acción espontánea y creativa, incluyendo tanto sus requisitos como sus consecuencias (véase el gráfico). El punto de partida es cualquier **situación determinada** (en alemán “Lage”) de un individuo (1). Aunque sea una situación “nueva”, sin antecedentes individuales, desde el principio las acciones (los roles) del individuo quedan enmarcados por las condiciones culturales de la misma (parte cultural o social del rol). Si por ejemplo un individuo se encuentra en el compartimiento de un tren con otra persona, una parte de la comunicación estará necesariamente sujeta a las normas culturales existentes, que regulan la forma de ponerse en contacto. Otra parte de la misma situación sin embargo genera la **Activación de la espontaneidad** (parte individual del rol) (2).



A través de un proceso de **Caldeamiento** (3) el individuo se trasporta -de la manera más idónea- a un **nivel de improntu** (4). En este nivel del improntu se activa la fuerza de la **creatividad** (5), que facilita una **creación nueva y apropiada** de la situación anterior (6). En el ejemplo de la conversación en el tren, los dos pasajeros podrían darse cuenta, durante el discurso puesto en marcha por el nivel del improntu, que están viviendo en la misma ciudad y comparten los mismos intereses, desarrollando una conducta amistosa. Cuanto más se afirman las nuevas experiencias más se entra en la fase de **conservación de la creatividad** (7). Al final de esta fase se han establecido estructuras nuevas y comportamientos nuevos (por ejemplo una amistad) cristalizándose con el transcurso del tiempo en **Conservas Culturales** (8), (por ejemplo formas ritualizadas de la comunicación entre amigos: cartas, e-mail, etc.). Estas son la base para una activación repetitiva de la espontaneidad y del reinicio del ciclo: “la creatividad es el universo mismo, la espontaneidad es la llave para su puerta y las conservas son los muebles que lo llenan” (Moreno, 1956 b, p. 130).

Ciclo de Espontaneidad / Creatividad





Reflexión crítica

Los términos “espontaneidad” y “creatividad” forman parte de los pilares más importantes, pero a la vez más débiles, del edificio de la teoría moreniana. En la obra de Moreno se explicitan los dos términos de forma vaga y a veces defectuosa y contradictoria (por ejemplo se han descrito ocho significados diferentes del término espontaneidad y cuatro significados diferentes del término creatividad en la obra de Moreno). Esta carencia de coherencia ha sido siempre la presa máxima para la crítica de los dos conceptos (por ejemplo Waldow 2001, Hutter 2000, Schacht 1992). Petzold (1982) hace constar la falta de elaboración de objetivos para llegar a una práctica diferenciada de las intervenciones. “El fomento de la creatividad, de la espontaneidad y de flexibilidad de roles no basta. Hace falta plantear las siguientes preguntas también: ¿Para qué, en interés de quién y a qué precio? (p. 126).

Aunque el uso de la espontaneidad vincula al hombre a sus orígenes cósmicos o divinos y está en el centro de la atención del Psicodrama, la vida cotidiana no será factible sin el recurso a las reservas de rol. Para una economía de la situación vivencial el hombre debe reducir la complejidad de la realidad basando su conducta en pautas automatizadas. No se trata, por lo tanto, de ignorar el valor de las reservas de rol o sobreestimar el proceso de la creatividad para la supervivencia del hombre, sino más bien de encontrar un equilibrio apropiado entre las dos vertientes de la conducta humana.

Por otro lado, diversos autores psicodramáticos han demostrado sobradamente la utilidad de los dos conceptos para el trabajo terapéutico en general y para el Psicodrama en particular. Waldow (2001), por ejemplo, ha evolucionado en su artículo aún más el concepto de la espontaneidad adaptándolo al discurso actual de la Psicología Científica. Él construye la espontaneidad, en el sentido moreniano, como antónimo de la noción de las acciones automatizadas. Pero a la vez su empleo del término no sólo conecta con el sentido general que le da Moreno sino también con el sentido de “transferencia” en el concepto psicoanalítico y con el de las “reacciones estándar” en la terapia conductual. Dicha ampliación del concepto de la espontaneidad puede anclar la teoría del Psicodrama en un concepto propio y autónomo del proceso de la “desautomatización” terapéutica de conductas (Waldow 2001, p. 10).

Enlaza el fenómeno de la espontaneidad con el conocido concepto de Schultz von Thun de la **compatibilidad o consistencia de la comunicación**. Según Schultz von Thun una comunicación consistente muestra “conformidad con la verdad de la situación entera a la que pertenece mi condición interna y mis objetivos (también plasmados en la relación de roles), la condición interna del receptor y los requerimientos de la situación” (Schultz von Thun, 1981, p. 121). Y es así que para Waldow una comunicación consistente no es nada más que un ejemplo del concepto de la acción espontánea constructiva.

Finalmente, Waldow resume el análisis de los mecanismos psicológicos que impiden una situación espontánea:

- Una valoración temprana racional analítica.
- Conductas pretenciosas y de fachada.
- Una orientación máxima hacia uno mismo.
- Miedo hacia una acción definitiva.
- Miedo a confesarse abiertamente.
- Miedo a la pérdida del autocontrol.

El significado del concepto del ciclo de la espontaneidad para la práctica psicodramática

Si se reprime y bloquea la espontaneidad, el transcurso natural del ciclo creativo queda interrumpido. Esto puede llevar a la formación de la llamada **Neurosis de creatividad** desembocando en una fijación disfuncional tanto del individuo como de la sociedad. Sin embargo no se centra el trabajo psicodramático en liberar arbitrariamente



la fuerza de la espontaneidad sino en el uso del potencial de la espontaneidad para una actuación creativa y constructiva del individuo.

Espontaneidad y creatividad representan, a pesar de su relación íntima, dos principios distintos. La espontaneidad del hombre puede ser opuesta diametralmente a su creatividad. Un individuo con una espontaneidad alta puede presentarse como un ser humano totalmente carente de creatividad (por ejemplo un maniaco espontáneo). Otra persona, a pesar de su potencial creativo enorme, puede exhibir a la vez una falta enorme de espontaneidad representando a un “creador sin brazos”. Una excepción se da para Moreno en la figura de Dios. En él todo se ha convertido en espontaneidad y creatividad, en él espontaneidad y creatividad son idénticos (Moreno, 1996, p. 11).

Moreno sostiene que el uso constructivo de la espontaneidad y creatividad es el desafío decisivo para el futuro del ser humano. Este manejo “rige sobre el proceso de vida y muerte” en cuanto proporciona la facultad de responder a las demandas de su entorno existencial a través de una adaptación creativa. Esta idea queda patente también en el título de la obra “Who shall survive” (Quién sobrevivirá) donde explica Moreno los fundamentos de la Sociometría y del trabajo con el Psicodrama en general. Moreno deja constancia de su aspiración a fluidificar y poner en movimiento las “durezas de la sociedad” y de los individuos, para abrir paso a nuevas (espontáneas) y - en cuanto al contexto - apropiadas (creativas) reacciones hacia los diferentes problemas sociales. Su meta es la liberación constructiva de la espontaneidad humana y la integración a la vez de su fuerza en el entramado mental del “hombre con sentido” (Leutz, 1984 p. 56).

“El objetivo del Psicodrama es la activación y la integración de espontaneidad y creatividad. Una acción constructiva y espontánea se da cuando el protagonista ante una situación nueva o de antemano conocida realiza una reacción nueva y apropiada” (Moreno, 1959, p. 34).

Basándose en el modelo del actor del *impromptu*, como el ser humano espontáneo y creativo, el protagonista de la terapia psicodramática debería atravesar un proceso de caldeamiento que le transporte hacia el nivel del *impromptu*. En él se encuentra libre de las convenciones de la conserva del rol y abierto hacia una innovación última. A partir del nivel del *impromptu* el juego puede desplegar en el hombre espontáneo y creativo su potencial curativo, como es el caso en el propio niño como modelo referencial

Sin embargo el trabajo psicodramático sobrepasa el efecto del momento, ya que el escenario del Psicodrama se convierte en el lugar donde se entrena el empleo de la espontaneidad de forma sistemática:

“Cuando se aprende a utilizar la espontaneidad, en una situación imaginaria y también en una situación próxima a la vida real, se aprende paulatinamente a acceder a ella en cualquier momento y sobre todo en los momentos de la vida inesperados” (Moreno, 1981, p. 257).

BIBLIOGRAFÍA REVISADA

HUTTER, C. *Psychodrama als experimentelle Theologie. Rekonstruktion der therapeutischen Philosophie Morenos aus praktisch-theologischer Perspektive*. Münster: Lit., 2000

LEUTZ, G. A. *Das klassische Psychodrama nach J. L. Moreno*. Springer. Berlin, 1974

MORENO, J. L. *System of Spontaneity-Creativity-Conserve*. Sociometry, 18 (4), 1956, pp. 382-392.

MORENO, J. L. *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama, Einleitung in die Theorie und Praxis*. Thieme. Stuttgart, 1959.



- MORENO, J. L. *Psicoterapia de Grupo y Psicodrama: introducción a la teórica y la praxis*. F.C.E. México, 1966.
- MORENO, J. L. *Die Psychiatrie des Zwanzigsten Jahrhunderts als Funktion der Universalien Zeit, Raum, Realität und Cosmos*. In: H. Petzold (Ed.): *Angewandtes Psychodrama in Therapie, Pädagogik und Theater*. Paderborn, Jungfermann, 1977, pp. 101-112.
- MORENO, J. L. *Soziometrie als experimentelle Methode*, Paderborn, Jungfermann, 1981
- MORENO, J. L. *Globale Psychotherapie und Aussichten einer therapeutischen Weltordnung*, In: Buer (Ed.): *Jahrbuch für Psychodrama, psychosoziale Praxis & Gesellschaft*, Opladen, Leske&Buderich, 1991, pp. 11-44.
- MORENO, J. L. *Die Grundlagen der Soziometrie. Wege zur Neuordnung der Gesellschaft*, (4a Ed.), Opladen, Leske&Buderich, 1996.
- MORENO, J.L. *Fundamentos de Sociometría*. Paidós. Buenos Aires, 1965.
- PETZOLD, H. *Die sozialpsychiatrische Rollentheorie J. L. Morenos und seiner Schule*. In: H. Petzold & U. Mathias (Ed.) *Rollenentwicklung und Identität. Von den Anfängen der Rollentheorie zum sozialpsychiatrischen Rollenkonzept Morenos*. Paderborn, Jungfermann, 1982.
- SCHACHT, M. *Zwischen Ordnung und Chaos. Neue Aspekte zur theoretischen und praktischen Fundierung der Konzeption zwischen Spontaneität und Kreativität*. Psychodrama, 5 (1), 1992, pp. 95-130.
- SCHULZ VON THUN, F. *Miteinander Reden 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation*. Reinbek, Rowohlt, 1981
- WALDOW, M. *Zur grundlagentheoretischen Kategorie der Spontaneität von J. L. Moreno*. Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik, 37, 2001, pp. 1-28.

LECTURAS RECOMENDADAS

- V. AMELN, GERSTMANN, KRAMER (Eds.) *Psychodrama*. Springer. Berlin, 2004.
- BAIM, C., BURMEISTER, J., MACIEL, M. (Eds.) *Advanced Theory in Psychodrama*. Routledge. Londres, 2007.
- SCHACHT, M. *Spontaneität und Begegnung - Zur Persönlichkeitsentwicklung aus der Sicht des Psychodramas*. InScenari-Verlag. München, 2003.



5.3 Teoría Evolutiva del Yo según Moreno: Teorías de las Matrices, de los Roles y del Átomo Social. *Luis Ernesto Fonseca Fábregas*

Moreno intenta ilustrar la teoría del desarrollo del individuo desde el enfoque psicodramático, cristalizada en torno a tres conceptos básicos: **la MATRIZ, como locus fundamental; el ROL, como unidad de interacción o vincular; y el ÁTOMO SOCIAL, como núcleo relacional.**

Resaltamos que, de la observación del desarrollo evolutivo del niño, Moreno entresaca todos los elementos de la **Teoría y las Técnicas del Psicodrama**. Éstas se deducen de sus fundamentos filosóficos y, posteriormente, se desarrollaron también núcleos teóricos por otros Psicodramatistas.¹

5.3.1 Teoría de las Matrices

La Teoría de las Matrices explicita el desarrollo de la identidad humana como resultado de las interrelaciones básicas y el contexto en que éstas transcurren: las escenas en que el niño participa y los climas afectivos que las tiñen



y que condicionarán el futuro desarrollo psíquico y social de cada individuo, esto es, sus posibilidades de relación y modos de ser (roles) en el mundo²

Moreno define la matriz como *el Locus*, en el sentido de lugar original de acontecimientos básicos y fundamento donde arraiga todo aprendizaje. Constituye uno de los tres elementos - *locus nascendi, status nascendi y matriz - de la Filosofía del Momento* formulada en sus primeras obras (“Teatro de la Espontaneidad”, 1923; “Sociometría”, vol. 4, nº 2, 1941) y recogida más tarde en “Principios de Espontaneidad” (“Psicodrama”, 1978) (Menegazzo, 1981). La **Matriz de Identidad (MI)** es “*la placenta social del niño, el locus en donde arraiga*”, el Grupo Social del cual depende el recién nacido para todas sus necesidades (fisiológicas, psicológicas y sociales). Es el ambiente particular – habitualmente la familia – que además ha estado preparándose durante nueve meses para tal acontecimiento (El NACIMIENTO), habiendo realizado las modificaciones oportunas para lograr el mantenimiento de la Unidad y el Equilibrio de ese Grupo (la Familia). La MI es además la encargada de transmitir la Herencia Cultural del grupo al que pertenece el niño.

A diferencia de RANK y FREUD, Moreno no ve el Nacimiento como “un trauma”, sino como **un Acto de Espontaneidad y de Liberación** (el niño, a los nueve meses, o nace o muere). Coincide con Freud en que el niño nace en un **estado de Indefensión** (el animal humano es el mamífero más dependiente y durante más tiempo que el resto), pero añade que esa Indefensión lo coloca en una connotación positiva: el niño nace en una PLACENTA SOCIAL que viene a sustituir la PLACENTA UTERINA y lo convierte desde entonces en un Ser Social. Dicha placenta social se convierte en el “**Universo del niño**” a lo que llama **MATRIZ de IDENTIDAD (MI)**³, que irá variando a medida que el niño se desarrolla.

Evolución de la MI:

Dos momentos clave, a los que se hace referencia con el término **UNIVERSO**, marcan el desarrollo de la identidad en tres etapas:

PRIMER UNIVERSO: Orden mágico, domesticación

Etapa temprana del desarrollo que transcurre, a su vez, en dos fases:

a) Matriz de Identidad Indiferenciada o de Unidad (0-3 meses), así denominada por encontrarse el niño inmerso en un absoluto sincretismo o unicidad, un estado caracterizado por la no-discriminación entre YO-NO YO, lo INTERNO - lo EXTERNO, PROXIMIDAD-DISTANCIA, ANTES-DESPUÉS, y FANTASÍA-REALIDAD. Todo es uno y lo mismo. El niño experimenta una necesidad básica y constante de acción, de satisfacción de sus necesidades (“**Hambre de Actos**”), lo que consigue por el desempeño de **Roles Psicosomáticos**⁴ (*rol de Mingidor; Ingeridor; Defecador...*), los únicos para los que tiene capaz en esta fase con la madre, en un contexto de **co-existencia** (madre-hijo), **co-acción** (acto de mamar) y **co-experiencia** (que van a adquirir ambos) Esos contextos se convertirán en el SENTIR, el HACER y el PENSAR en el adulto (Rojas-Bermúdez). El otro -la madre- es parte de uno, la completa y espontánea identidad (Moreno, 1978; Menegazzo, 1981; Población Knappe, 1985)⁵.

La MI aparece desde el primer momento del Nacimiento, que es un “Acto Creador”, considerándolo, además, la primera “**Catarsis de Integración**” (término psicodramático que se espera aparezca también en las sesiones terapéuticas como un acto de “liberación de la enfermedad”). Considera el Nacimiento como la primera Sesión de Psicodrama, en la que el niño será el **Protagonista (o Emergente)** integrando todas sus fuerzas fisiológicas para tal acto, y la madre hace la función de **Yo-Auxiliar**; y como hace por el niño lo que él no puede hacer, juega el ROL de DOBLE.



Según Población Knappe (1985), esta primera relación de identidad indiferenciada marca **la Escena Primigenia**, la primera escena que se inscribe en el inconsciente, donde los actores están fundidos, y que traduce su relación con la madre y consigo mismo. Moreno escribe: *“en esta fase, las configuraciones que el niño experimenta están determinadas por los ACTOS: asocia las partes de personas y de cosas que se mueven hacia él como pertenecientes a una multiplicidad vinculada al acto en ese momentos (sic) personas, cosas, objetos y él mismo incluido, no son diferenciados como tales sino experimentados como una indivisible multiplicidad”*

b) Matriz de Realidad Total Diferenciada o de Realidad Total Diferenciada: En un segundo momento de este Primer Universo, el niño empieza a hacer las primeras discriminaciones entre YO-NO YO, INTERNO-EXTERNO, PROXIMIDAD-DISTANCIA y ANTES-DESPUÉS, **sin llegar todavía a discernir entre FANTASÍA-REALIDAD**: todo es real para él, también lo que imagina. El otro es situado en el exterior y puede concentrar en él toda su atención como parte extraña y ajena a uno mismo. Escribe: *“los objetos, animales y personas y, finalmente él mismo, se han diferenciado, pero sin establecer diferencia entre lo real y lo imaginado, entre lo animado y lo muerto, entre la apariencia de las cosas y las cosas como son realmente”*

Esta fase se considera una etapa intermedia – como de Transición – en la que el niño concentra toda su ATENCIÓN (cualidad primera del psiquismo) en *“la otra y extraña parte de él, separando a la otra parte de la unidad de su experiencia, dejando fuera todas las demás partes, incluyéndose a sí mismo”*. Aquí ve Moreno la técnica psicodramática de “Inversión de Roles”, que todavía no le es posible, pero sí abre el camino para diferenciarse **“del otro”**. Para entenderlo mejor, el niño se concentra en el otro extremo de la MI, que es **la madre**, pero, al no poder todavía “invertir roles”, **lo que recibe es su propio REFLEJO**, pero no sólo en los ojos de la madre (como dice LACAN), sino en todas las actitudes de ella hacia él. Nace aquí otra técnica psicodramática, al pasar el Yo-auxiliar madre de hacer el Rol de DOBLE al Rol de ESPEJO.

Aparece entonces la capacidad **TELE**, que significa “a distancia”, y la percepción de los **ROLES COMPLEMENTARIOS** ó CONTRA-ROLES (Moreno, 1978).

La separación progresiva de la madre da paso a la primera experiencia de encuentro con un rol externo. Población Knappe y otros autores denominan **Proceso Diabólico** (“diabólico” en el sentido de “lo que separa”, por oposición a “simbólico”, “lo que une”), el primer proceso dialéctico de la vida (Fusión-Separación-Encuentro) que da paso a una nueva escena, **la Escena Diabólica**, condicionada por la Escena Primigenia y que, a su vez, influirá sobre las escenas posteriores, actuando de filtro selectivo para la percepción inconsciente de las situaciones vividas, de modo que la historia interna se construye a base de las escenas que, selectivamente, llega a interiorizar el individuo como niño⁶. La separación deja un vacío doloroso que se vive como nocivo y opuesto al deseo de volver a la unicidad de la matriz de identidad. Es el componente satánico de la madre (siguiendo la “Simbología del Espíritu” de Jung), el adversario que se opone al crecimiento. Si en la Escena Primigenia predominó el amor y éste persiste en el Proceso Diabólico, prosigue el crecimiento y el desempeño de nuevos roles con dos protagonistas cada vez mejor diferenciados. Si predominó la agresión o el vacío, podrían aparecer en este momento las primeras predisposiciones psicopatológicas.⁷

SEGUNDO UNIVERSO: Relación real, emulación

El primer Universo acaba cuando el niño comienza a diferenciar el mundo entre FANTASÍA y REALIDAD, iniciándose la llamada *“Brecha entre la Fantasía y la Experiencia de Realidad”*. En la mayor parte de los casos eso sucede en la **MATRIZ FAMILIAR**, en donde comienzan las relaciones reales y las emulan.

Con la ruptura y discriminación entre los mundos de la FANTASÍA y la REALIDAD, esto es, entre fenómenos reales y ficticios, aparecen gradualmente **un mundo social y un mundo de la fantasía** separados del mundo



psicosomático de la Matriz de Identidad. Se adquiere entonces la capacidad para representar roles que relacionan al individuo con personas, cosas y metas reales exteriores (**Roles Sociales**) y con personas, cosas y metas que él imagina -o fantasea- que son también exteriores (**Roles Psicodramáticos**) (Moreno, 1978)

Si la actividad durante el período anterior estaba marcada por el **Hambre de Actos**, ahora aparece el **Hambre de Transformación**, una motivación exploratoria básica de lo extraño para transformarlo en conocido y hecho a la propia medida (Egocentrismo) Todo movimiento se vive como ejecutado por alguien (Artificialismo) y con un fin determinado (Finalismo). Aparecen la Capacidad Mimética (de Imitación), Mitopoyética (Imaginación) y el Logos o capacidad para nombrar, que darán lugar a la capacidad para ponerse en el lugar del otro (**Inversión de la Identidad**) y para la **Inversión de Roles**, técnica psicodramática por excelencia (Lecciones de Psicodrama, ITGP- Galicia).

Rojas Bermúdez explica que las dos fases se dividen a su vez en 5 Etapas:

- Identidad Completa con la otra persona.
- Diferenciación por la Focalización de la Atención en la otra y extraña para él.
- Separación “de la otra parte de la continuidad de la experiencia, dejando fuera todas las demás partes, incluyéndose a sí mismo”⁸
- Comienzo de la Inversión de Roles: “el niño se ubica activamente en la otra parte y representa su rol”, por ejemplo cuando las niñas juegan a ser la mamá de su muñeca.
- Final de la Inversión de Roles: “el niño juega el Rol del otro con respecto a otra persona”. Por ejemplo, cuando la niña juega a ser la mamá de la muñeca con otra persona⁹.

Otros autores dicen que la Matriz Familiar, a su vez, se subdivide en dos fases:

- a) Fase Mítica, o de inmersión en un estado de Omnipotencia y Absolutismo (el niño se cree capaz de conseguirlo todo).
- b) Fase Ideológica, o de confrontación crítica del mundo (actitud realista, confrontación de los límites) (Menegazzo, 1981).

Las diferentes escenas familiares y sociales vividas, condicionadas por las Escenas Primigenia y Diabólica, y en función de los diversos factores contextuales y emocionales, quedarán inscritas en el inconsciente, solapándose sobre la situación presente y condicionando, a su vez, estilos de respuesta que pueden llegar a estereotiparse, bloqueando la espontaneidad y llegando a la situación de “enfermedad” (Población Knappe y López Barberá, 1988).

M^a Carmen (“Yuyo”) Bello¹⁰, señala que en la Teoría Moreniana del Desarrollo del Niño aparecen todos los elementos de la Sesión de Psicodrama:

1. El candidato a Protagonista ó Emergente: el propio Niño.
2. El primer Yo-auxiliar: la Madre.
3. El Escenario: o espacio dramático, constituido por el espacio vital del niño, que primero se limita a la madre y posteriormente se va ampliando.
4. El Auditorio que son los personajes que adquieren significado en la Matriz Familiar.

Pero señala también que falta el **DIRECTOR, que para ella es la figura del PADRE**. Aunque conociendo la biografía de Moreno no nos extraña ni nos parece casual. Esa figura, para sus y nuestros conocimientos, cree que



es imprescindible para “romper” la figura especular que representa “madre-hijo”, para lograr la triangulación y, por ende, lo necesario para su integración en la RED SOCIAL una vez que “acepta” la relación vincular entre sus padres. Es en ese “corte” en el que, según Bello, surge la “Brecha entre la Fantasía y la Realidad” y, añade que es allí donde aparece la **Técnica Psicodramática de Interpolación de Resistencias**.

Para decir eso se basa, entre otras cosas, en lo que escribe el propio Moreno¹¹: “*la función de la Realidad opera mediante interpolaciones de resistencias que no son introducidas por el niño, sino que le son impuestas por OTRAS PERSONAS, por sus relaciones, por cosas y distancias en el ESPACIO y por Actos y distancias en el tiempo*”.

Se adjunta el ESQUEMA DIDÁCTICO de M^a Carmen (YUYO) Bello (2000) para entender aún mejor lo que se llama TEORÍA MORENIANA del DESARROLLO del NIÑO:

| Teoría Moreniana del desarrollo del niño ● Esquema didáctico de María Carmen Bello | | | | | | |
|--|---|--------------------------------------|--|---------------------------|-----------------------|-------------------------|
| Universos | Descripción | Técnicas | Matriz | Átomo cultural | Roles | Dinámica de roles |
| Primer Universo | 1- Completa y espontánea identidad madre-hijo | Doble | Matriz de identidad total diferenciada | Átomo cultural primigenio | Roles psicósomáticos | Role taking |
| | 2- Transición: el niño concentra su atención en la otra y ajena parte de él | | | | | |
| | 3- Separa a la otra parte de la continuidad de la experiencia y deja afuera las demás partes, incluyéndose a sí mismo | Espejo | Matriz de identidad total diferenciada | | | |
| Brecha original | 0- El padre abre la brecha en la relación especular madre-hijo | Interpolación de resistencias | Matriz estructurante | Átomo cultural originario | Roles estructurantes | Estructuración de roles |
| Segundo universo | 4- Se ubica activamente en la otra parte y juega su rol | Primera inversión de roles | Matriz familiar | Átomo cultural familiar | Roles psicodramáticos | Role Playing |
| | 5- Id. respecto a otro | Cambio o inversión de roles completa | Matriz social | Átomo social | Roles sociales | Role creating |

TERCER UNIVERSO: Matriz social.

Es la fase adulta, en la que la familia desempeña un papel fundamental en cuanto a la vinculación del individuo con el mundo. Una fase que se caracteriza por la Autonomía, la Autoafirmación, la Autorrealización y la búsqueda de la Verdad y la Transcendencia si la evolución en las etapas anteriores fue apropiada (Menegazzo, 1981; P. Población Knappe, 1985; Población Knappe y López Barberá, 1988).

5.3.2 Teoría de los Roles

ROL como un concepto VINCULAR que MORENO definió como “*la menor unidad de conducta*”. El Yo se forma por conglomerados cada vez más complejos de roles que van afluyendo progresivamente hasta una



totalidad integrada. La Identidad es como un mosaico de roles en constante interrelación. El individuo interpreta roles en consonancia con las normas de convivencia y por el desempeño de roles adquiere autoconciencia (esto es, su identidad). De ahí que se afirme que el Yo es posterior al Rol y que los roles son los aspectos tangibles del Yo. El Yo total tiene tres partes intermediarias: El Cuerpo, a cuya conciencia se accede por medio de los Roles Psicósomáticos; la Psique, por los Roles Psicodramáticos; y la Sociedad, por los Roles Sociales.¹²

Según MORENO los ROLES son “Unidades Culturales de Conducta”, “la cristalización del modo de responder de un sujeto a las situaciones vitales por las que ha pasado”.

Distingue tres (3) tipos de “Roles”, que indican “el conjunto de operaciones con las que el sujeto reacciona a diversos estímulos durante su existencia”.

1. **Roles Psicósomáticos:** Ligados a funciones fisiológicas no automatizadas e indispensables para la vida: Ingestión (Rol de Ingeridor), Defecación (Rol de Defecador) y Micción (Rol de Mingidor)
2. **Roles Sociales:** Con los que se vincula a las demás personas.
3. **Roles Psicodramáticos:** Los que se crean durante las Sesiones de Psicodrama para que el sujeto aprenda a jugarlos y a convertirlos en Sociales.

ROJAS-BERMEDEZ enumera dos tipos de roles más:

4. **Roles Familiares:** Son los que implican más emocionalmente al sujeto y son universales (madre, padre, hijo, esposo...).
5. **Roles Indeterminados** unidos a un adjetivo (Rol de “Dominador”, de “Perdedor’...).

La PERSONALIDAD sería “el conjunto de roles que juega un sujeto”, según la propia definición moreniana.

Moreno define de otra forma también el concepto de *Rol*: “*como una unidad de experiencia sintética en la que se han fundido elementos privados, sociales y culturales... una experiencia interpersonal (que) necesita habitualmente dos o más individuos para ser puesta en escena*” (Moreno, 1978).

Recorre las distintas facetas del rol, diciendo que puede ser imaginario (Pinocho), un modelo de la existencia (Fausto) o imitación de ella (Otelo), un personaje representado por un actor (Hamlet), un carácter o función asumidos dentro de la realidad social (policía), o también las formas reales y tangibles que toma la persona, una cristalización final de todas las situaciones, en una zona especial de operaciones, por las que ha pasado el individuo (padre).¹³

ROL es la forma de funcionamiento que asume el individuo en el momento específico en que reacciona a una situación específica en la cual están implicados otras personas u objetos (Engram).

Los roles son los elementos del sistema-escena (situación de interacción), los aspectos que se ponen en juego en la interrelación. La escena se define como el entramado dinámico de relaciones entre roles, tanto a nivel intrapsíquico en los contenidos individuales como en las relaciones manifiestas interpersonales en un grupo.

Cada individuo tiene un abanico (repertorio) de roles en los que se ve a sí mismo y se enfrenta con un abanico de CONTRA-ROLES o ROLES COMPLEMENTARIOS en los que ve a los otros a su alrededor. La persona



privada y los roles que desempeña entran en interacción con las demás personas privadas y sus roles, de donde surge toda la gama de ajustes y conflictos posibles.

A medida que desarrollamos nuestra conciencia del repertorio de roles real y potencial que poseemos, incrementamos nuestra espontaneidad, esto es, nuestra capacidad para responder adecuadamente a las situaciones (Moreno, 1978).

Ya expliqué en su momento cuándo y cómo aparecen los tres tipos fundamentales de Roles.

Métodos de Medición

- a) Representación de conservas de roles, valorando los grados de libertad (estilos individuales).
- b) Desempeño de estereotipos sociales, estimando el grado de adecuación de la representación en función de la situación concreta (espontaneidad).
- c) Improvisación en situaciones estructuradas por el equipo terapéutico.
- d) Representación de un mismo rol en situaciones diferentes, valorando el aspecto del reajuste.
- e) Test de los Papeles: determina la amplitud de los roles que un individuo desempeña en su medio, la cual varía según el ambiente, la edad y la cultura de referencia. Se miden las siguientes variables: percepción del rol y expectativas, desempeño y representación del rol, estructura de roles en un grupo (diagrama de roles) (Moreno, 1975; Hale).

Trabajo con Roles

Esquema de trabajo para alcanzar el objetivo psicodramático (D. Bustos):

- 1º) Nivel Cenestésico: localizar el rol que se va a trabajar en el ámbito corporal (identificarlo con una parte del cuerpo).
- 2º) Nivel Afectivo: dejar fluir las vivencias evocadas.
- 3º) Nivel Presimbólico/Imaginario: asociar el rol, su ubicación corporal y las vivencias resonantes con un personaje (protagonista) y con una escena de la vida personal donde dicho personaje apareció por primera vez (matrización de un rol: recuérdese el concepto de “matriz” como “locus” de nacimiento y aprendizaje). Intentar identificar también al personaje antagonista que creó al protagonista -”mi otro yo”- y con qué fines (defensa contra la ansiedad generada cuando un rol no sirve para enfrentar una situación).
- 4º) Nivel Simbólico: trabajo con los personajes. Hay que darles nombre -y un título a la escena- y confrontarlos identificando deseos, temores, necesidades... etc, en el momento de la creación (“status nascendi”), tratando de averiguar en qué habría cambiado la situación (escena), tanto en su contenido (“locus”, estímulos, personas y objetos) como en la forma (relación, roles), suponiendo que hubiese estado dispuesta de otra manera (que el individuo no tuviese determinadas carencias, que tuviese otros recursos a su disposición... La meta es averiguar dónde y por qué -”locus”-, cuándo -”status nascendi”-,



cómo y para qué -“matrix”- creamos nuestros roles (respuestas), para poder iniciar el aprendizaje de roles nuevos más adecuados (“rematrización”).

En los Niveles Cenestésico y Afectivo transcurre la Reviviscencia Afectiva. En el Nivel Presimbólico/Imaginario, la Rememoración. Y en el Nivel Simbólico, el resto del proceso catártico: Abreacción, *Insight*, Verbalización y Perlaboración.

Para aclarar mejor la evolución y nacimiento de los diferentes Roles, voy a describir brevemente lo que Rojas Bermúdez llama “Núcleo del Yo” o “lectura psicológica de los procesos evolutivos fisiológicos”. Los Roles Psicosomáticos se desarrollan durante los dos primeros años de la vida del Niño y son “tomados” (*ROLE TAKING*) por el encuentro y repetición de dos estructuras programadas genéticamente y universales: una interna (que es el tubo digestivo y el desarrollo - mielinización - de su sistema nervioso cenestésico o visceral y el aparato genito-urinario que es, embriológicamente, una derivación del tubo digestivo), y otra externa (que es el alimento, las heces en el interior de los intestinos y la orina), además de todas las vivencias experimentadas por el niño en sus cuidados. Todas las carencias que sufra el niño en el encuentro y repetición de esas dos estructuras programadas genéticamente, se traducirán en trastornos de confusión en la edad adulta. Ello da un valor e importancia al TUBO DIGESTIVO en el desarrollo de la Personalidad y es la base de muchas enfermedades psicosomáticas en el adulto. Hasta que no se acaban de estructurar dichos Roles Psicosomáticos, no aparece un Yo Incipiente, del que empiezan a surgir los Roles Sociales (*ROLE CREATING*) a base del Aprendizaje, que surgen precisamente de ese Yo Incipiente y que, recíprocamente, van desarrollando dicho YO también a base del juego de Roles Psicodramáticos (*ROLE-PLAYING*). Sí que es cierto que los Roles aparecen antes que el Yo, sobre todo los Psicosomáticos, pero los Sociales y los Psicodramáticos surgirán ya de ese Yo, primero Incipiente, y serán los encargados de irlo fortaleciendo a base del Aprendizaje y la Experiencia, desarrollándose cada vez más Roles Sociales que van a ser la forma de vinculación sana del adulto - a través de los Roles Sociales ó a través de los Psicodramáticos en situaciones de ficción ó durante las propias Sesiones de Psicodrama. De esta forma, el individuo aprende nuevos roles y los potencia, engarzándose cada vez más a la Red Social a través de ellos, evitando de esa forma el “caer” de ella y que aparezca la enfermedad por debilitamiento del Yo al no poder jugar Roles. Las relaciones sanas han de ser de Rol a Rol, y éstas serán las relaciones sociales. Las relaciones Yo a Yo sólo se darán en dos circunstancias en las cuales habrá una relación total cuerpo a cuerpo, muy comprometidas por lo tanto: en el acto sexual, permitido y deseado por ambos, en el que habrá una “entrega total” y ningún juego de Roles, y en la lucha cuerpo-a-cuerpo por la vida (“o te mato o me matas”) (ver en capítulo 10, apartado 10.7 “Psicodrama Formal”, lo que Rojas Bermúdez llama *Núcleo del Yo* y *Esquema de Roles*).

5.3.3 Átomo Social

Si rol era una unidad o elemento en interacción, el átomo social constituye un núcleo, conjunto o **red de interacciones**.

El átomo social puede definirse como:

- a) El núcleo de todos los individuos con quienes una persona está relacionada sentimental y significativamente, o que están vinculados con ella al mismo tiempo.
- b) El núcleo menor de una pauta interpersonal de matriz emotiva en el universo social.
- c) La primera estructura empíricamente tangible, discernible en la formación de una sociedad humana, su unidad menor.¹⁴



- d) El conjunto de personas que son necesarias para el funcionamiento del individuo en cada uno de sus roles”

Este concepto moreniano está ligado con los de Rol y *Tele* y con su visión Sociométrica del Ser Humano, de tal manera que para que un Átomo Social sea sano y constructivo debe de existir reciprocidad en la elección, o sea, *Tele* Positivo. Si esto no existe, el Átomo Social estará enfermo y la actividad del individuo se verá limitada. Así, si una persona está más preocupada por mantener relaciones con personas con las que hay *Tele(s)* Negativa(s) que por la confianza, afecto y oportunidad de intimar con las que le ofrecen *Tele(s)* Positiva(s), el Átomo Social necesita “poda”; y la poda será necesaria en las relaciones humanas, y será dolorosa, por ello el LUTO y el DUELO son etapas necesarias para seguir viviendo.¹⁵

Clasificación

- a) Átomo Social Colectivo: número mínimo de grupos significativos de pertenencia.
- b) Átomo Social Individual: número mínimo de personas necesarias para mantener el sentido de pertenencia a un grupo.
- c) Átomo Social Psicológico: Número mínimo de personas necesarias para mantener el estado de sociostasis (equilibrio social: Garrido Martín, 1978; Hale.)

Exploración

- a) Átomo Social de las personas emocionalmente relacionadas con el sujeto: exploración de relaciones consumadas, relaciones deseadas y volumen total de conocimientos.
- b) Colectivos del Átomo Social: determinación de los colectivos significativos de pertenencia y su interconexión.
- c) Sociograma del Átomo Social Perceptual: Exploración de los sentimientos de atracción, rechazo e indiferencia percibidos entre los miembros de un grupo.
- d) Átomo Social Psicológico: Identificación de las personas centrales en la existencia y sociostasis de la persona.
- e) Átomo Social de la Familia Fantaseada: exploración de una constelación familiar imaginaria y determinación de quiénes pueden asumir dichos roles.
- f) Mapa de la Red Social: descripción de las personas más centrales a las más alejadas, de las que más gustan a las que más desagradan..., en un Átomo Social Colectivo.
- g) Átomo Social explorado en acción: exploración de un grupo en acción para medir el grado de importancia que cada cual se adjudica en relación con el funcionamiento del grupo y hacer que cada cual exprese dónde considera que se encuentra con respecto a los demás.
- h) Código de Sociometría con luces aplicado al Átomo Social: diferentes colores (por ejemplo, los del semáforo) empleados como código de señales para facilitar la representación gráfica de la exploración.

**BIBLIOGRAFÍA REVISADA**

APUNTES ITGP-GALICIA, La Coruña y Pontevedra, 1986, 1991, 2000, 2003 y 2005
(M.S. Filgueira Bouza, L. Ferrer i Balsebre y M. Castro Soto).

BELLO, M. C. “*Introducción al Psicodrama. Guía para leer a Moreno*”. Ed. Colibrí y Emp. 1ª edición. México, 2000.

FONSECA FÁBREGAS, L. E.: “*Más allá del Monigote: Lecciones de Psicodrama*”.
Hamalgama Editorial, Colección Stvdia, nº 1. 2005.

MORENO, J. L.: “*Psicoterapia de Grupo y Psicodrama: Introducción A LA Teoría y Praxis*”. Biblioteca
de Psicología y Psicoanálisis. Fondo de Cultura Económica, 1ª reimpresión, México, 1975.

MORENO, J. L.: “*Psicodrama*”. Ed. Hormé/Psicología de Hoy.

MORENO, J. L.: “*Fundamentos de la Sociometría*”. Paidós. 2ª edición. Buenos Aires, 1972.

ROJAS-BERMÚDEZ, J. G.: “*¿Qué es el Sicodrama?*”. Ed. Celsius. 2ª edición. Buenos Aires, 1984,



PEDRO HUMBERTO TORRES-GODOY

Dramaterapia

Teatros que curan el alma

*Letra
Viva*

Capítulo 2

Psicodrama minimalista

INTRODUCCIÓN

El arte minimalista en general se refiere a diferentes cosas, objetos, formas, maneras que se han visto reducidas a lo esencial y que eliminan aquellos materiales que sobran, con el fin de redescubrir lo fundamental, utilizando lo mínimo y lo básico. Esto buscaría una mayor expresividad con ínfimos recursos, lo que transforma esta forma de ver y actuar en el mundo no sólo como crítica a lo ya establecido, que sería reduccionista, sino en una integración con la complejidad, el recargamiento y muchas veces la desmesura exhibicionista.

No siendo esta una descripción detallada del minimalismo como corriente artística postmoderna, ni tampoco con la intención de plantear el psicodrama como un arte, aunque en el fondo, y así lo creo verdaderamente, lo es, este escrito pretende abrir un debate clínico y científico acerca de una manera de hacer psicodrama postmoderno, sin desconocer las bases del psicodrama clásico de Jacob Levy Moreno, del cual soy adepto incondicional.

El psicodrama minimalista no debe y no puede abstraerse de sus orígenes seminales. Porque en el psicodrama clásico están las bases de lo esencial de Moreno para su práctica. Ésta, la clínica moreniana clásica, se sustenta en principios claros que le dan al trabajo grupal terapéutico ese sello único que nos permite afirmar que lo que vemos en acción se enmarca en aquel estilo de hacer psicodrama y que, como tal, es suficiente para afirmar desde la teoría una metodología sólida para enfrentar y sostener el cambio humano.

Para comenzar una pregunta: ¿qué hace que un psicodrama sea considerado estrictamente moreniano?

Perazzo y Boria coinciden en los siguientes tópicos al referirse a lo que puede ser considerado psicodrama clásico: binomio espontaneidad/creatividad; rol; tele; sociometría; momento y encuentro. Sin embargo, para comprender el porqué este enfoque podría reducirse a estos seis conceptos y lo que tiene que ver con el psicodrama minimalista, es que justamente en aquellos radica lo esencial del pensamiento moreniano. Sería lo minimalista en un sentido amplio (puesto que más adelante desarrollaré lo minimalista en un sentido práctico), para concluir con lo minimalista en el sentido estético y artístico del quehacer psicodramático.

En primer lugar, para Moreno, la socionomía es la ciencia de las leyes sociales y tiene tres ramas: la sociodinámica, la sociometría y la sociatría. La sociodinámica es la ciencia de la estructura de los grupos sociales, de grupos aislados y de las asociaciones de grupos. Se vale, para su conocer, de la interpretación o juego de roles o papeles. La sociometría es la ciencia que mide las relaciones interpersonales, siendo más importante el socio (el otro) que la medida (el metro), y se vale para su acción del test sociométrico objetivo y perceptual que se basan en atracciones, rechazos e indiferencias entre miembros de un grupo que se encuentran por primera vez, es decir, no median aspectos transferenciales, en el sentido moreniano, que pueden surgir del contacto repetido y conocido entre dichas personas.

La sociatría, con el sufijo *iatreia*, como psiquiatría, se refiere al aspecto médico y rehabilitante de una disciplina y por lo tanto corresponde en este caso a la curación de los sistemas sociales a través de grupos. Para su ejercicio utiliza la psicoterapia de grupo y sociodrama, en un sentido general y psicodrama como psicoterapia profunda de grupo.

Por otro lado Moreno en sus inicios místicos religiosos centrados en el hasidismo judío, donde el grupo, la alegría, la pasión y el placer por el encuentro humano son precursores del trabajo psicodramático de mayor envergadura. Descubre primero el axiodrama, un método sociátrico que a través del uso de técnicas dramáticas busca develar los valores más profundos de las comunidades

con las que trabajaba, agrupaciones de marginados, prisioneros de cárceles, niños de la calle, prostitutas y obreros de fábricas. Valores tales como la amistad, el coraje, la belleza, la moralidad, la justicia, el amor son dramatizados en grupos. Diríamos una verdadera axioterapia puesta al servicio de la comunidad mediada por métodos de acción y entregada con una estética de la forma, al ser vistas por el público observante que testifica la segregación y contribuye con la integración. Casi paralelamente Moreno desarrolla el teatro de la espontaneidad en Viena, con la primera compañía de teatro espontáneo llamada *Impromptu*. Como amante del teatro, se mueve al borde de lo permitido socialmente en la comunidad vienesa del siglo diecinueve. Contrata actores profesionales y amateurs, los que pronto abandonan su proyecto por la nula remuneración lograda en tan excéntrica manera de hacer teatro: drama improvisacional y periódico viviente, en donde se ponen en escena las noticias periodísticas del momento y los problemas personales de los asistentes. Podemos decir que axiodrama y teatro de la espontaneidad son los ancestros del sociopsicodrama. Padre y madre tal vez, uno proveniente de la religión y los valores, y el otro del teatro y del arte.

El caso de Bárbara, una agresiva mujer en la vida relacional con su esposo que en la escena teatral espontánea se convertía en el dulce personaje que Moreno le asignaba como rol, se da cuenta de estar frente a un método terapéutico, la inversión de roles. Al indicar esta inversión de roles Bárbara experimenta cambios conductuales en su hogar que, si bien eran transitorios, no dejan indiferente a Moreno quien lo agencia como el principal y tal vez el único necesario, para realizar psicodrama.

Las etapas de transición científica de Moreno fue la sociometría, en donde mide a través del test sociométrico objetivo y perceptual la calidad de las relaciones en un grupo, lo cual le permite sentar las bases de su teoría de las relaciones interpersonales, basadas en el tele positivo (atracciones), negativo (rechazos) e indiferencias.

El desarrollo del psicodrama ocupa a partir de ese entonces todo su interés y es en Estados Unidos donde tiene cabida no sólo su ciencia, sino también la formación buscada en estos métodos por estudiantes de todo el mundo, a partir de comienzos del siglo

pasado. Posterior a su muerte en 1974, su viuda Zerka T. Moreno, continua una extensa labor formativa y terapéutica hasta años muy posteriores, previos a su muerte, acaecida en 2017.

El axiodrama queda en el olvido, siendo mantenido por investigadores y seguidores de este método, mezcla de sociatría y axio-terapia, tan necesaria para los pueblos y comunidades en el mundo de hoy en donde, a través de métodos de acción dramática se puedan elicitarse, develar y exponer no sólo valores morales, éticos y artísticos, sino ir a mostrar realidades últimas de nuestras sociedades tales como la migración, la destrucción ecológica del planeta, la inclusión de las minorías, la corrupción, en fin, toda una miríada de calamidades que si pudiésemos trabajar a escala humana, o sea en pequeños grupos de diferentes lugares de la tierra, se generaría un efecto sumativo para luchar por una sociedad y un mundo mejor. Destaco en axiodrama el trabajo del brasilero Anibal Mezher de Sao Pablo y en Chile del autor, Pedro Torres y Sergio Lucero con genoaxiodrama, una propuesta que busca integrar el axiodrama con genodrama como una manera no sólo de honrar los valores universales del mundo sino también aquellos valores únicos, exclusivos e irrepetibles que nos legaron nuestros ancestros.

El teatro espontáneo fue resucitado por el norteamericano Jonathan Fox en Nueva York a través del llamado teatro *playback* en 1975. Desgraciadamente en Sudamérica, en particular en Brasil y Argentina, en una búsqueda de nacionalismo mal entendido pretendieron, hace ya más de una década, marcar una diferencia con teatro *playback*, denominando como teatro espontáneo a toda una feria de actividades varias, sin un orden ni sistematización mínima para transmitir los aprendizajes a nuevas generaciones, lo que derivó en una decadencia y degradación del movimiento hasta la actualidad, en donde no existe ningún grupo que dé confianza académica y formativa para la continuidad del saber. Peor aún, la politización y sesgo del movimiento del teatro espontáneo en Sudamérica, con temáticas continentales muy dolorosas tales como las dictaduras, en donde la búsqueda obsesiva de memorias traumáticas de los pueblos oprimidos sólo ha generado más rencor, división de grupos, polarización y retraumatización, ha terminado

por hundir en el olvido esta extraordinaria herramienta creada por Moreno que merece ser revisitada.

Por fortuna EDRAS Chile y el Departamento de Teatro de la Universidad de Chile ya están trabajando en la línea del teatro *playback* terapéutico con el maestro mexicano Rafael Pérez Silva, de Escuela Mexicana de Psicodrama Clásico, con extensa formación con Giovanni Boria de Italia y Jo Salas de Estados Unidos.

De aquellos orígenes deriva el psicodrama y el sociodrama. Este último es el gran hermano parcialmente olvidado del psicodrama. Se trata del efecto terapéutico que la dramatización genera en el grupo. Si el psicodrama es la *prima donna* del acto terapéutico, entonces el sociodrama es el actor secundario principal, el que siempre queda en bambalinas o incluso diríamos el bandejero, o sea el grupo en donde caen las escenas psicodramáticas del protagonista que deben ser contenidas y sostenidas. Pero seamos francos, sin grupo no hay psicodrama según Moreno, quien consideraba grupo a un número superior a dos participantes. En el psicodrama minimalista hay modalidades de grupo de dos personas, o sea el paciente o protagonista y el director, es lo que se llama psicodrama diádico. Si bien esta modalidad surge recientemente por los psicodramatistas contemporáneos ante la desesperación, dicen, de no lograr reunir un grupo, por un lado, y por otro, ante la dificultad de los pacientes para exponer en público sus intimidades, Moreno no la considera ni lo desarrolla mayormente. Sociodrama y el psicodrama están siempre presentes en un grupo, imbricados el uno hacia lo colectivo, hacia lo público, hacia la periferia, centrífugo, mientras que el psicodrama es centrípeto, hacia el centro de la escena en donde habita el protagonista y sus yoes auxiliares. Pero hay una dialéctica ineludible, ambos forman parte de sí mismo. Las dos caras de la misma moneda. Imposible que transiten separados. Lo que sucede es que el psicodrama centrado en un protagonista es espectacular cuando funciona clínica y estéticamente, mientras que el sociodrama lo es menos. Pensando en la espectacularidad e histrionismo de Moreno no cabe duda, que el método y el aparente sesgo visual de su acción, no puede dislocarse de su creador. Sin embargo, por esto mismo es que me detengo a hacer estas reflexiones y distinciones. Ahora bien, en clí-

nica hay momentos para grupos más proclives al psicodrama centrado en un protagonista y otros más tendientes hacia el sociodrama. El problema surge cuando este sesgo se hace crónico y resulta muy lato ver en congresos internacionales en un afán de no exponerse tanto protagonista como director, que se haga cada vez menos psicodrama y mucho más sociodrama, lo que a mí me parece pobre, pensando en el tipo de psicodrama que realizaba Moreno.

LO ESENCIAL DEL PSICODRAMA CLÁSICO

Perazzo citando a Garrido Martin, desde la visión antropológica del hombre de Moreno, plantea que para que la práctica psicodramática sea considerada clásica deben estar presentes los siguientes tres aspectos principales:

El primer aspecto se refiere a lo individual en cuyo núcleo antropológico está la espontaneidad, que sería la sustancia o el alma de la persona, lo que viene desde su interior en forma fluida y natural.

Lo segundo se refiere a la relación, concebida a partir del concepto de grupo sujeto que se nutre de la tele estructura.

El tercero tiene que ver con lo pragmático, se trata de la actuación de este hombre, individuo y grupo a través de algo concreto, un yo tangible y esos son los roles o papeles.

La espontaneidad se expresa, sale al mundo relacional, a través de la creatividad. El binomio espontaneidad/creatividad resulta indivisible. La espontaneidad individual y grupal se expresa en nuestro mundo relacional a través de las obras creadas libre y espontáneamente para transformarse en la comunidad y agenciarse finalmente como conservas culturales.

La palabra “rol” viene del teatro y es tomada primero por la sociología y luego por la psicología, en particular por el psicodrama. Viene de la palabra “rollos”, que se refiere a rueda o rollos de parlamentos del texto teatral, que en la antigüedad los actores leían cuando representaban algún personaje del teatro. Posteriormente las exigencias del teatro moderno obliga a los actores a incorporar el texto, más que memorizarlo, para que fuera justamente el personaje el que siente, piensa y actúa.

El rol en psicodrama tiene varios significados. El más conocido es que se trata de la mínima unidad de conducta psicosocial. También se dice que se trata de la mínima unidad de cultura, con lo cual queda claro que se trata de una forma de comportamiento interactivo que genera experiencia. Sánchez Azuara lo define como “la manifestación de la totalidad de la persona en una relación en un momento dado”. Boria le define como “la unidad experiencial imprescindible que hace perceptible, observable y modificable la relación y la situación interpersonal”. El hecho concreto es que los roles parecen surgir antes de la conciencia del yo. O sea, se diría que lo primero que el niño experimenta son sensaciones corporales en particular en aquellas zonas erógenas vinculadas a la alimentación, la defecación y la micción. Moreno les llama roles psicósomáticos y serían la base, para afirmar en el sujeto, el sí mismo psicológico mediados por los roles psicodramáticos, en donde, en toda relación y vínculo emocional profundo se expresarían en forma rotunda e inequívoca. Más adelante los roles sociales serían los que permiten desenvolvernos en la sociedad en forma adecuada.

En la sesión de psicodrama serían los roles psicodramáticos los que se ponen en movimiento, así como sucede en todas las situaciones, conflictivas o no, de la vida privada de la persona. Por eso Moreno afirma que la vida no es como el teatro, sino que es teatro y que el psicodrama no es como la vida, sino que es la vida.

El factor tele es considerado el tercer gran eje del psicodrama clásico y se refiere a aquella elección emocional afectiva a distancia entre las personas. Se trata de la facultad que tienen los seres humanos de comunicar afectos a distancia en una interacción inicial, sin que medie conocimiento histórico previo. Moreno lo define como “la más pequeña unidad de afecto transmitido de un individuo a otro en una doble dirección”. El asunto de la doble dirección no es menor dado que implica una interacción emocional de doble vía. O sea, que las personas en grupo pueden presentar atracciones, rechazos o indiferencias. Cuando hay coincidencias entre las valencias en particular de atracciones o rechazos se habla de encuentro. Cuando las valencias no coinciden y las personas se perciben equivocadamente se habla de incongruencias. Esta es la génesis de la patología de una relación y de un grupo, es

decir existe una persona que tiene una gran atracción por otra y aquella tiene rechazo, pero ambas no perciben esa incongruencia e insisten en forzar ya sea la afinidad o el rechazo. Vean ustedes las implicancias que esto tiene en las relaciones de pareja o laborales.

El factor tele da paso al nacimiento del llamado átomo social y a las redes relacionales de los grupos. Cada unidad télica entre dos personas se van integrando en un proceso afectivo en permanente interacción comunicativa, que se homologa a un encuentro existencial.

Aquí es posible diferenciar simpatía, empatía, tele y transferencia, desde el punto de vista del psicodrama clásico. La simpatía es cuando yo simpatizo con el otro, o sea sin ubicarme en su lugar emocional o situacional que acontece en su mundo privado, me mueve mi propio mundo personal y desde allí manifiesto mi condescendencia. En la empatía avanzo un paso más, es decir, hago un esfuerzo mental para situarme en el lugar del otro, unidireccionalmente, es decir sin cambiar roles con la persona, y desde esa nueva información creo una realidad emocional ampliada acerca del paciente. Con tele no hago ningún movimiento ni mental ni físico para aceptar al otro o rechazarlo, a priori. Es elección afectiva a distancia, y es la base, el cemento para lo venidero, el cambio de roles y, por ende, el encuentro. Por eso es que el test sociométrico que mide atracciones, rechazos e indiferencias en los grupos debe realizarse en un primer momento de encuentro grupal, para no exponerse a sesgos. La transferencia desde el punto de vista moreniano es cuando se interpone alguna persona emocionalmente significativa en la relación con algún otro miembro del grupo, no necesariamente en un encuentro inicial, sino que podría ser en el transcurso de varias sesiones grupales, lo que sería más probable y eso modificaría la relación ya sea en un tele positivo o uno negativo, interceptado.

Es posible también en psicodrama hablar de contratransferencia, la que se refiere a cuando el director de psicodrama cree dar anticipadamente algo que el paciente necesita sin esperar o facilitar dar lo que el propio paciente debe descubrir que necesita. En palabras de Fonseca “la transferencia y la contratransferencia serían deformaciones de la visión verdadera y télica de la relación”.

El momento implica más bien una actitud que corresponde al ser y estar en el vivir y en el crear. Para la psicología del momento de Moreno el hombre en acción es con su historia como parte del aquí y el ahora, inseparable de la espontaneidad, para que sea experimentada como tal. La filosofía del momento moreniana es más una sensación vital que una elaboración conceptual. Según Garrido Martin “no es una idea, es una actitud. Cada ser o acto tiene una existencia que se realiza en un tiempo concreto (momento); en un lugar concreto (*locus*) y en un entorno también concreto (matriz)”.

Moreno dice que “en la filosofía del momento se deben destacar tres factores: el *locus*, es *status nascendi* y la matriz. Representan tres visiones del mismo proceso. No hay cosa sin su *locus*, no hay *locus* sin su *status nascendi* y no hay *status nascendi* sin su matriz”. Destaco el interés de Moreno en captar la originalidad de las cosas o de los actos en su *status nascendi*, que interpreta el acto artístico creador en sí mismo. Continuando con Garrido Martin señala que “no le importan tanto Hamlet como obra dramática terminada, sino el conocimiento de los estados distintos por los que pasó Shakespeare durante la concepción de la misma”. En este sentido el momento es opuesto a la conserva cultural de la obra ya concluida. Moreno señala al referirse al *status nascendi* en el teatro que “las primeras formas de una obra particular no son normalmente conocidas por el mundo. Si lo fueran sería muy dudoso que el veredicto estético común no difiriera de la decisión del artista. La matriz del teatro de la improvisación es el alma del autor. Permítanos la ilusión de que las figuras del drama que está allí en proceso de producción se han hecho visibles, audibles y tangibles. En esta ejecución ideal se cumplen todas las condiciones: el acto creador es contemporáneo del de producción; hay una armonía entre situación y palabra”. De allí el interés de Moreno de estudiar los grupos poniendo en contacto a los individuos por primera vez, sin haberse visto nunca para observar el comportamiento original de ellos hasta completar las fases finales de la organización del grupo.

El encuentro, según Fonseca, es un fenómeno télico y su base fundamental es la reciprocidad. Es una de las bases conceptuales del pensamiento filosófico y antropológico de Moreno y por lo tanto una piedra angular para la construcción de su modelo psicote-

rapéutico. El concepto de tele y encuentro para Moreno son sinónimos, según Menegazzo, aunque no son exactamente lo mismo, puesto que se mueven en el mismo sentido filosófico-existencial que los sustenta. El encuentro se da frente a la posibilidad de la total y madura inversión de roles, es decir, cuando el ser humano puede experimentar al otro tal y como es, así como ese otro puede experimentarlo en una relación dialógica. El encuentro forma parte de la completud de la identidad adulta, no sólo en las atracciones télicas, sino también en los rechazos e indiferencias. Se podría plantear que esta completud es una labor de por vida que conduce a vínculos maduros de amor en reciprocidad en toda relación humana, como de parejas, amistad, laborales, familiares y profesionales.

LO ESENCIAL DEL PSICODRAMA MINIMALISTA

Jose Fonseca de Brasil fue el primero en acuñar el nombre de psicodrama minimalista para referirse a su novedoso aporte, la psicoterapia de la relación, que es un dispositivo en donde paciente y terapeuta están en una relación conversacional terapéutica. El terapeuta juega diversos roles en forma caleidoscópica, en la medida que el paciente va exponiendo sus dificultades relacionales. Roles tales como padre, madre, abuela, esposa, jefe, amante, en fin, en galería, desfilan frente al paciente para estimular su imaginación creadora sin que necesariamente se ejecute en forma física el cambio de roles. Éstos más bien se ejecutan como un psicodrama mental o imaginal, y dado que paciente y terapeuta están presencialmente en la acción, no se trata exclusivamente de un psicodrama interno, sino de un psicodrama mental relacional. En la psicoterapia de la relación de Fonseca, el psicoterapeuta es el mismo director de psicodrama, yo auxiliar o un actor terapéutico. Las escenas son desarrolladas en acciones dramáticas disponiéndose el terapeuta a jugar roles internalizados del paciente. Éstas son jugadas en el aquí y el ahora de la sesión, por lo tanto, se trabajan en el presente. No hay marcación ni montaje escénico, así como tampoco existe acción ni contacto corporal entre terapeuta y paciente.

Esta psicoterapia concentra lo esencial del psicodrama clásico expuesto con anterioridad, en un espacio y en una relación mínima, aunque de una gran intensidad emocional necesaria para generar el cambio psíquico. Si tuviéramos entonces que señalar qué sería lo esencial, lo minimalista de la psicoterapia psicodramática de la relación, sería la presencia corporal y mental del paciente y del psicodramatista. Sólo eso basta para ejecutarla.

Existen otras dos modalidades de psicodrama que también podríamos denominar como minimalistas. Me refiero al psicodrama-a-dúo del italiano Giovanni Boria y el juego de la vida de Carlos Raimundo. Se trata de dos modalidades de psicodrama en miniatura. En efecto, en ambos dispositivos sólo están paciente y terapeuta y los objetos intermediarios son figuras del ajedrez, alfiles y peones y juguetes de *play móvil*, respectivamente. Pero si observamos bien, no se trata precisamente de objetos intermediarios en sentido estricto. Los objetos intermediarios median en el espacio transicional del juego y la fantasía, con el fin de establecer un puente entre lo real de la vida y lo imaginario del psicodrama, para facilitar la conexión afectiva y dilatar los roles psicodramáticos a jugar en la escena.

En psicodrama-a-dúo y en el juego de la vida, es la vida misma la que se juega en aquel espacio en miniatura. Boria le llama el microespacio para diferenciarlo del macroespacio del psicodrama clásico. Hay una transición desde el macroespacio al microespacio en donde una luz cenital marca la redondela de madera utilizada para que las piezas del ajedrez jueguen su drama. Una pieza representa al protagonista, la cual es señalada por el mismo apoyando su dedo en ella. El ambiente lumínico permite que estemos en presencia de una especie de focalización hipnótica dado que la oscuridad oculta al grupo, si es que existe, de los movimientos de las piezas de ajedrez que representan al protagonista y sus contrarroles patológicos o facilitadores complementarios.

Es notable que Boria, un eximio psicodramatista clásico, haya generado este dispositivo tan poderoso que requiere para su ejecución tan sólo del paciente y el terapeuta, o sea volvemos a lo minimalista, lo esencial que se requiere en este caso, la presencia de dos.

Por su parte el brasilero Carlos Raimundo en su juego de la vida, citado por Santiago Jacome, utiliza muñecos *play móvil* y también cuenta con un escenario en miniatura en donde varios otros muñecos y objetos representan roles y contrarroles del protagonista. Nuevamente este psicodrama en miniatura nos devela su minimalismo, es decir, la única y exclusiva presencia de paciente y terapeuta.

Transitando un poco más adelante el psicodrama diádico, bi-personal o individual, descrito por Población, Bustos, Cukier y Herranz, entre otros, nos plantea una vez más que, para hacer psicodrama basta un paciente y un terapeuta o director de psicodrama, lo cual no fue precisamente lo practicado por Moreno, sino una modificación del psicodrama grupal, una adaptación a los tiempos y espacios actuales para realizar psicodrama clínico sin depender necesariamente de la presencia del grupo.

Parece un contrasentido o un antipsicodrama la no presencia de un grupo de tres o más personas, sin embargo, aun en este psicodrama minimalista están planteados los preceptos esenciales del psicodrama clásico, mas no la presencia de un grupo e incluso de un escenario, lo cual amplía y libera al psicodramatista de una estructura o encuadre muchas veces exigente que lo hace, a veces, inaplicable y laborioso en otros contextos y circunstancias diversas. El psicodrama minimalista surge ante la dificultad planteada a los terapeutas de contar con un grupo, un espacio psicodramático y tiempos adecuados para ejecutarlo. El psicodrama clásico merece una adaptación sin perder su esencia epistemológica, filosófica y metodológica.

Mi manera de entender lo minimalista en psicodrama, aparte de si cuento o no con la presencia de un grupo, un escenario adecuado o tiempo, surge de mi labor como capacitador en temas de supervisión y autocuidado de equipos generales de salud en consultorios de atención primaria en varios lugares de Chile, que solicitan específicamente psicodrama como método de trabajo.

Las locaciones de trabajo no son las ideales para un psicodramatista: salas de trabajo con pupitres apernados al piso; una sala de residentes de psiquiatría con una gran mesa central en donde el único espacio posible era dramatizar sobre la mesa; grandes auditorios con graderías y butacas fijas en donde el reducido espa-

cio para dramatizar fue la mezzanina entre la platea y un elevado proscenio; minúsculas salas de clases en donde sólo están considerados los cuerpos sentados, jamás en movimiento. Más aún, no se puede ni se debe hacer exigencias de trabajo para generar una sesión psicodramática a los dueños de casa, puesto que ya es suficiente con que estos equipos soliciten psicodrama para sus autocuidados. En nuestro país es una tendencia creciente y lo recibimos con honor y humildad. Grupos o profesionales individuales solicitan esta intervención, como por ejemplo jueces de la república, psicólogos, psiquiatras, educadores y trabajadores sociales de instituciones de trabajo con víctimas de abusos sexuales, delitos violentos, graves psicotraumatizaciones o violencias en sus más diversas manifestaciones. En esos contextos austeros se requiere desarrollar un psicodrama parco, seco, tierno y rudo a la vez, mas no por eso menos intenso ni movilizador. Bustos señala que el psicodramatista no necesita ningún elemento accesorio ni intermediario para hacer una sesión. Sólo se necesita a sí mismo y al protagonista. Me refiero a que no necesita música, ni instrumentos, ni telas, ni sombreros, ni nada. Para efectos prácticos en EDRAS Chile, todo lo que incluye elementos teatrales en un trabajo grupal, desde disfraces, telas, sombreros, hasta iluminación o música en vivo, transita hacia la dramaterapia. Tampoco requiere apéndices teóricos para comprender e interpretar la escena desde el punto de vista de otras líneas psicológicas, sino que se basta a sí mismo desde la propia epistemología como psicodrama clásico o moreniano.

Nuestro psicodrama, lo reitero, es parco, escueto y rotundo basado en lo esencial del psicodrama clásico y en las técnicas fundamentales. En ese sentido es minimalista.

Gracias a la capacidad del psicodrama de elicitar intensamente emociones profundas es que se transforma en un método de excelencia para los efectos de, en breve tiempo, con mínimos recursos espaciales, con o sin la presencia de un grupo, poder gestionar temáticas de gran impacto en la salud mental de los trabajadores de la salud, tales como abusos infanto-juveniles, violencia doméstica, agresiones de pacientes difíciles, climas laborales engorrosos, entre otras disfunciones sistémicas.

Además en la práctica, el minimalismo se manifiesta en un en-

foque de caldeamiento semi-inmóvil, que privilegia movimientos lentos con técnicas de cámara lenta, en el límite con la inactividad, muy cercano a lo que se utiliza en constelaciones sistémicas, como movimientos del espíritu surgidos desde adentro de los participantes en el centro energético de sus cuerpos. Es por eso que este tipo de caldeamiento es muy bien recibido por poblaciones no entrenadas en psicodrama; sería como una meditación en movimiento o una imaginación activa, puesta al servicio de mover emocionalmente y en forma profunda a individuos o integrantes de un grupo. Este puede ser de dos o más personas, aunque también se puede trabajar con una sola, como en equipos de profesionales severamente impactados en donde se privilegia la intimidad, para evitar la retraumatización.

De igual modo el minimalismo es aplicable en la fase de dramatización del psicodrama con utilización esencialmente de las técnicas básicas tales como el doble, doblaje, soliloquio, espejo, cambio de roles, interpolación y esculturas. Hago hincapié en señalar que estas son las técnicas fundamentales y que aplicadas con purismo, rigor clínico y estético hacen del psicodrama clínico el arte del sentir lo bello al servicio de la salud física y mental.

En el compartir verbal del psicodrama se busca acceder no sólo a la parte intelectual o reflexiva del psicodrama sino también a lo axiológico de manera de convertirlo en una axioterapia, en donde los valores universales, culturales, éticos y estéticos del ser humano cimienten el bienestar buscado.

Un ejemplo interesante de psicodrama minimalista es el psicodrama arquetipal desarrollado por Niksa Fernández. Esta autora formada directamente por Jacob Moreno en Beacon en la década de los 70 lo define como “una modalidad de psicodrama basada en los conceptos de la psicología analítica de Carl Gustav Jung en la que se privilegia la elaboración simbólica y arquetipal, utilizando la amplificación de las imágenes que van surgiendo en el transcurso del procedimiento psicodramático. Ambos métodos permiten hacer el contacto con lo irracional del inconsciente y romper con la racionalidad y el intelectualismo”.

Lo minimalista en este tipo de psicodrama no se refiere a la intersección entre teoría analítica junguiana y psicodrama de Mo-

reno, lo que es más bien una complejidad entendible y necesaria. Se refiere a la manera de hacer psicodrama del mundo interno del protagonista por medio de la imaginación activa, la amplificación de sueños, la integración de opuestos, de máscara y sombra, anima y animus, y el camino hacia la individuación. El método del psicodrama arquetipal es, a mi modo de ver, minimalista, ya que utiliza lo esencial intrapsíquico del protagonista con sus consecuentes efectos relacionales. Así mismo utiliza lo esencial de un grupo, si lo hubiera, y lo esencial de las técnicas básicas del psicodrama, tales como cambios de roles e interpolación de resistencias. Me parece que esta modalidad de psicodrama por su pureza técnica es una joya en etapa de ser descubierta, investigada y divulgada ampliamente.

Perazzo ha insistido en la necesidad de ampliar la teoría de la fantasía y de la imaginación para sustentar aún más, desde lo teórico, el psicodrama clásico. El psicodrama arquetipal es la vía regia para amplificar el psicodrama en lo teórico desde ambos conceptos. Fantasía e imaginación parecen sinónimos, pero no lo son. Fantasía se refiere a una facultad, una potencialidad de la mente y alma humana para reproducir, por medio de imágenes mentales asuntos pasados o representar sucesos que no pertenecen a la realidad. La imaginación está sostenida en aquella facultad, o sea es posterior; se trata del proceso psicológico superior que permite al individuo manipular información generada intrínsecamente con el fin de representarla a partir de los sentidos. Si bien ambas son facultades, una está contenida en la otra y ambas actúan sinérgicamente cuando las condiciones experienciales lo permiten como sería el caso del psicodrama de sueños y arquetipos.

CONCLUSIÓN

El minimalismo corresponde a una corriente artística postmoderna en respuesta al subjetivismo, emocionalismo expresivo y excesivo del arte moderno. Rescata lo esencial y descarta los materiales que sobran, utilizando sólo los elementos mínimos y bá-

sicos. Gusta del orden, de la economía de recursos, austeridad y máxima sencillez.

El minimalismo no sólo ha influenciado a las artes en general, sino que también ha generado cambios en una variedad importante de costumbres humanas contemporáneas, tales como la decoración, la arquitectura, la vida cotidiana y simple. Por lo tanto, no sería novedad plantear el surgimiento de un psicodrama post-moderno, minimalista, que toma los cambios sociales y grupales a más de un siglo de lo propuesto por su creador Jacob L. Moreno.

Se trata de un psicodrama que puede prescindir de un grupo, aunque lo deseable en psicodrama siempre es la presencia de un grupo. Puede trabajar en espacios no convencionales, incluso en miniatura. Realza el tiempo vivencial, *kairos*, por lo que puede prescindir de una temporalidad cronológica rígida acotada por el encuadre técnico tradicional, por lo tanto, podría ser desde una sesión única o incluso fragmentos de una sesión, hasta varias sesiones encadenadas en un proceso de más largo aliento. Tiene pureza y riqueza metodológica. Esto implica una gran exigencia en conocimientos y prácticas de sus técnicas fundamentales tales como la inversión de roles, que incluso podría ser la única técnica necesaria; sin embargo, hay otras más, tales como la interpolación de resistencias, doblaje, espejo y uso de dobles.

El caldeamiento puede ser minimalista buscando movimientos lentos, como meditación caminando, al modo de las constelaciones sistémicas o consteladrama, integración creativa del autor, en donde se evita caldeamientos hiperexpresivos en lo corporal y vocal, que muchas veces inhiben o se dislocan de las culturas grupales y locales, generando resistencias difíciles de vencer al poner al psicodrama en una posición inadecuada. De la misma manera la dramatización y el compartir van por la pureza técnica y austeridad, de manera de concluir en lo axiológico como fuente final de lo terapéutico.

En suma, sin pretender cambiar lo esencial del psicodrama clásico, sino teniendo claridad de que esa es su base disciplinar, psicodrama minimalista vendría a ser una adaptación a los nuevos tiempos grupales de la sociedad contemporánea, de los nuevos espacios y necesidades que individuos y grupos ponen como desa-

fíos para hacer de nuestra práctica una propuesta acorde con dichos cambios. En síntesis, movimientos lentos, adecuación a espacios, tiempos mínimos y adaptación a las nuevas culturas y contextos de grupos en nuestra sociedad actual.

REFERENCIAS

- Boria, G. (2001) *El psicodrama clásico*. Itaca. México.
- Boria, G. (2015) Macroespacio y microespacio en el psicodrama a dos (Comunicación personal) EMPC, México.
- Bustos, D. (1992) *El psicodrama*, Plus Ultra, Buenos Aires.
- Cukier, R. (2002) *Palavras de Jacob Levy Moreno*, Agora, Sao Pablo.
- Cukier, R. (1992) *Psicodrama bipersonal*, Agora, Sao Pablo.
- Fernandez, N. (2013) *Psicodrama arquetipal*. EVP, Venezuela.
- Fonseca, J. (1999) *Psicoterapia da relacao*, Agora, Sao Pablo.
- Fonseca, J. (2018) *Essencia e personalidade*, Agora, Sao Pablo.
- Garrido Martin, E. (1978) *Jacob Levi Moreno. Psicología del encuentro*. Sociedad de Educación Atenas, España.
- Herranz, T. (2004) *Psicodrama clínico*. ED Cs Sociales, Madrid.
- Herranz, T. (1999) *Psicoterapia psicodramática individual*. Desclee de Brouwer, Bilbao.
- Jacome, S., (2009) *Play of life – El juego de la vida*. Campus Grupal, Quito.
- Marineau, R. (1995) *J.L. Moreno. Su biografía*, Lumen Hormé, Buenos Aires.
- Menegazzo, C.M.; Tomasini, M.; Alvarez, D. (2012) *Diccionario de psicodrama, procedimientos dramáticos y socomionia*, Durken, Buenos Aires.
- Moreno, J.L. (1977) *Psicoterapia de grupos y psicodrama*, FCE, México.
- Moreno, J.L. (1995) *Psicodrama*. Volumen I. Lumen - Hormé, España.
- Población, P. (2010) *Manual de psicodrama diádico*. Desclee de Brouwer, Bilbao.
- Sanchez Azuara, M.E. (2000) *El yo y el nosotros*, Itaca, México.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

Raúl Vaimberg Grillo

rvaimberg@gmail.com

Curriculum Breve

Médico psiquiatra. Doctor en Psicología por la Universidad de Barcelona.
Psicodramatista. Psicoanalista. Psicoterapeuta. Psicoterapeuta de grupo. Director del programa de Máster en Grupos y Psicodrama por IL3-Universitat de Barcelona.
Miembro de: IAGP, International Association for Group Psychotherapy and Group Processes. FEAP, Supervisor docente de la sección psicoanalítica. SEPTG, Sociedad española de psicoterapia y técnicas de grupo. AEP, Asociación española de psicodrama.



De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones

Tipo de artículo. Investigación científica

Raúl Vaimberg

Resumen

En los últimos 30 años se ha producido una gran evolución tecnológica y de las modalidades de comunicación terapéutica. Esta evolución ha ido pasando por diversas etapas (desde la psicología 1.0 a 5.0) que describiremos y que evidencian cambios teóricos y técnicos significativos. Estos cambios enriquecen los recursos disponibles y nos plantean nuevos desafíos en las psicoterapias de grupo. Podemos imaginar el futuro de las psicoterapias de grupo online 4.0. y 5.0.

Analizamos cuatro de las características principales de los encuadres, teorías y técnicas de las intervenciones y psicoterapias online: Interactividad, sincronidad, multimodalidad e hibridación (persona-máquina). Sus implementaciones pasadas (psicoterapias 2.0.), actuales (3.0.) y futuras, acorto plazo (4.0.) y a largo plazo (5.0).

La digitalización es un nuevo proceso que requiere adaptaciones de nuestras profesiones en Salud Mental, para atender unas necesidades actuales crecientes, y más allá de los

requerimientos excepcionales de la pandemia. Las transformaciones futuras de las intervenciones en Salud Mental, en la atención de individuos, grupos, niños y adolescentes y en los procesos formativos en el campo de la psicoterapia grupal, implican uno de los desafíos más apasionantes de este siglo.

Palabras clave

Psicoterapia online. WWW. Nuevos conceptos. Nuevas técnicas. Futuro.

Introducción

La evolución de la tecnología y la evolución del psiquismo guardan una correlación de doble dirección. Hay profundos cambios tecnológicos que afectan el funcionamiento de nuestro psiquismo, así como nuestras maneras de relacionarnos, asimismo los cambios profundos en nuestra evolución psíquica y social pueden impulsar evoluciones tecnológicas significativas.

Así fue como desde el año 1989, se puede dar por iniciada la Internet 1.0 en dirección a la etapa actual de desarrollo de la Internet 4.0 y pudiendo imaginar la 5.0. De esta manera podemos seguir la evolución de los cambios que se han producido en el psiquismo con el desarrollo de Internet y podemos a partir de las nuevas necesidades psíquicas reorientar o rediseñar las arquitecturas de internet.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

Las tecnologías se han desarrollado fundamentalmente en el campo de la economía, el comercio, el entretenimiento y el intercambio de información, y mucho menos en el campo de las relaciones humanas, es en esta última dirección en la cual parece que podrían seguir los nuevos desarrollos. La cuestión de la intersensorialidad, la transmisión de las emociones y la hibridación tecnobiológica parecen mostrar los importantes descubrimientos y avances que se producirán en estos campos. La relación combinada entre máquina y máquina (m2m) y persona a persona (p2p) pueden significar junto con la realidad virtual (VR) y la inteligencia artificial (AI), cambios difíciles de imaginar.

En este artículo revisamos 30 años de historia de internet y sus relaciones con la evolución de las psicoterapias online y sus diversas aplicaciones en Salud Mental. Pensamos en la importancia de ubicarnos en cuanto a: de dónde venimos, en qué momento estamos y hacia donde puede ir el futuro. Los cambios en la tecnología y los cambios en la mente guardan una relación significativa, de interpenetración y de estimulaciones mutuas, en las cuales debemos entrar para entender nuestro mundo cambiante y el de nuestros jóvenes y adentrarnos en los nuevos desarrollos teóricos y técnicos de las psicoterapias e intervenciones online. La relación entre la evolución de la tecnología y la mente ha ido pasando por diferentes etapas, en cuanto a los pioneros en el campo de la sociología y de la psicología online podemos citar a Marshall McLuhan, Sherry Turkle y Nicholas Negroponte.

En *The Gutenberg Galaxy*, Marshal McLuhan (1962) se esfuerza por revelar cómo la tecnología de la comunicación (es decir, la escritura alfabética, la imprenta y los medios electrónicos) afectan la organización cognitiva, que a su vez tiene ramificaciones profundas para la organización social.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

En *Guerra y Paz en la Aldea Global*, McLuhan (1968) escribió que la cultura impresa visual e individualista pronto terminaría y se transformaría en lo que el llamó "interdependencia electrónica". En esta nueva era, la humanidad pasaría del individualismo y la fragmentación a una identidad colectiva, con una "base tribal". La acuñación de McLuhan para esta nueva organización social es 'la aldea global'.

En su libro póstumo, *The Global Village: Transformations in World Life and Media in the 21st Century* (1989), McLuhan, en colaboración con Bruce R. Powers, brinda un sólido marco conceptual para comprender las implicaciones culturales de los avances tecnológicos asociados con el auge de una red electrónica mundial. Este es un trabajo importante de McLuhan, ya que contiene la elaboración más extensa de su concepto de espacio acústico:

"El espacio acústico tiene el carácter básico de una esfera cuyo foco o centro está simultáneamente en todas partes y cuyo margen no está en ninguna parte". La transición del espacio visual al acústico no fue automática con el advenimiento de la red global, sino que tendría que ser un proyecto consciente. El "entorno universal de flujo electrónico simultáneo" favorece inherentemente el Espacio Acústico del cerebro derecho, sin embargo, nos retienen los hábitos de adherirnos a un punto de vista fijo. No hay límites para el sonido. Escuchamos de todas las direcciones a la vez. Sin embargo, el espacio acústico y el visual son, de hecho, inseparables.

Sherry Turkle realiza investigaciones sobre el psicoanálisis y la interacción humano-tecnológica. Ha escrito varios libros sobre la psicología de las relaciones humanas con

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

la tecnología, especialmente sobre cómo las personas se relacionan con los objetos computacionales (1984, 1995, 2011).

En *The Second Self*, Sherry Turkle (1984) escribe sobre cómo las computadoras no son sólo herramientas sino también parte de nuestra vida social y psicológica, escribiendo que la tecnología "cataliza cambios no solo en lo que hacemos sino también en cómo pensamos".

Analiza cómo las computadoras afectan la forma en que nos vemos a nosotros mismos y nuestras relaciones con los demás, afirmando que la tecnología define la forma en que pensamos y actuamos. El libro de Turkle nos permite ver y reevaluar nuestras propias relaciones con la tecnología.

En *Life on the Screen* (1995), Turkle presenta un estudio sobre cómo la gente usa la computadora. El libro analiza nuestras interacciones diarias con las computadoras y como afectan nuestras mentes y la forma en que pensamos sobre nosotros mismos. Turkle cuestiona nuestra ética al definir y diferenciar entre la vida real y la vida simulada.

In Alone Together (2011), Turkle, varía su posición en cuanto a la relación entre la psicología y la tecnología, no mostrándose tan optimista como en décadas anteriores. Nos parece interesante incluir este comentario, debido a que nos hemos encontrado con estas oscilaciones en nuestra relación con la tecnología, es nuestro parecer que aun estamos aprendiendo a usar las tecnologías para diferentes aspectos de nuestras vidas, El utilizarlas como ayuda para mejorar nuestras relaciones con los otros, es uno de los caminos a seguir investigando.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

Ser digital es un libro sobre las tecnologías digitales y su posible futuro que ofrece una historia general de varias tecnologías de medios digitales, en muchas de las cuales el propio Negroponte participó directamente en su desarrollo. El mensaje es que eventualmente avanzaremos hacia una sociedad completamente digital.

Una nueva evolución del lenguaje, la creación del lenguaje binario tiene una influencia fundamental en el desarrollo de la arquitectura de este sistema tecno-representacional universal que constituye internet (Negroponte, 1998). Otro autor, discípulo de McLuhan, Derrick de Kerchove (2006) explica que la digitalización se basa en un lenguaje construido por 0 y 1 organizados en extensísimas secuencias de información y no información o pausas, que permiten representar, paradójicamente, las diversas modalidades de información (texto, audio, imagen), mientras que con el lenguaje alfabético (27 letras en el abecedario español) podemos representar textos, pero no podemos representar imágenes ni sonidos. Así es como el código binario nos permite ir construyendo una representación del mundo multimodal que puede ser fragmentado y observado por partes o puede ser integrado y observado en su conjunto. *Átomo (unidad físico-química), Bit (unidad de información) y Representación (unidad psíquica) constituyen un todo que permite establecer las bases para la comprensión de los fenómenos observados en la físico-química, la información digitalizada y la mente humana en el Mundo Online.*

Nuestro marco teórico y técnico, sintéticamente, consiste en considerar que las psicoterapias e intervenciones online, son aquellas intervenciones psicológicas que, *mediadas a través de tecnologías de la comunicación, establecen un espacio*

transicional online, en parte realidad y en parte ficción, en parte mundo interno y en parte externo, yo y no yo. Este espacio transicional online es registrado a través de procesos de *digitalización* transmitidos por medio de ondas electromagnéticas. La digitalización de la información permite generar subprocesos de fragmentación y de integración de diferentes aspectos del self, de diversas modalidades de comunicación (sonido, palabra, texto, e imagen), con una capacidad de memoria y de reproductibilidad tecnológicas inmensas y con posibilidades de interacción en pequeños y grandes grupos a nivel planetario. La digitalización favorece importantes innovaciones de las técnicas psicoterapéuticas online que facilitan algunos procesos de transformación mental y establecen en la clínica, indicaciones específicas, así como contraindicaciones.

Hipótesis de trabajo: A partir del estudio de la evolución de la psicoterapia y de las tecnologías de la comunicación ¿Podemos describir un recorrido en la evolución de la teoría y la técnica de las psicoterapias online y hacer algunas predicciones sobre el futuro de las psicoterapias online?

¿Como estos nuevos conceptos teóricos y técnicos influyen en las intervenciones y psicoterapias de grupo online?

Evolución de la WWW desde la 1.0 a la 5.0

La World Wide Web (WWW) es la red informática que se emplea en todo el mundo. Creada en 1989 en el CERN en la ciudad de Grenoble, permite que hoy cualquier ciudadano, a través de una conexión a Internet junto a un navegador y un ordenador,

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

pueda acceder desde cualquier rincón del mundo a la página web que desea. Una página web, es un documento o información electrónica capaz de contener texto, sonido, vídeo, programas, enlaces, imágenes, adaptadas para la llamada World Wide Web.

Web 1.0 – *La web 1.0 funciona con una arquitectura de comunicación que conecta a personas con la Web, que es el punto de partida de una información estática.*

La web 1.0 fue el principio del desarrollo de las telecomunicaciones digitalizadas. Fue la primera que apareció en el año 1989 y en ella solo se puede consumir contenido. Las páginas creadas son en código HTML, difícilmente actualizables y con nula interacción del usuario en las mismas. Se trata de información a la que se podía acceder, pero sin posibilidad de interactuar, era unidireccional. La web 1.0 es la forma más básica que existe de navegadores de solo texto, habiendo pocos productores de contenidos.

Web 2.0 – *Su arquitectura permite que personas se conecten y colaboren con personas, permite la emergencia de la inteligencia colectiva como centro de información y la Web sintáctica (busca información sin interpretación del significado, trabaja básicamente con palabras clave).*

En resumen, sus características significativas son:

- La web funciona como una plataforma.
- Utiliza la inteligencia colectiva.
- Presenta una arquitectura de participación.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

Web 2.0, segunda generación de la Web, se inicia en el año 2003 y da origen a comunidades de usuarios. Es también llamada ‘web social’ por el enfoque colaborativo y de construcción social de esta herramienta. La información está en permanente cambio e intercambio.

Aparece el auge de los blogs y de las redes sociales. Una característica significativa es que pueden ser creadas por los usuarios, utilizando sistemas de autoedición.

Web 3.0 – *Su arquitectura permite utilizar diversas aplicaciones Web lo cual amplifica enormemente las posibilidades y funcionalidades. Las personas siguen siendo el centro de la información y la Web es semántica. El término web semántica se refiere a los aspectos del significado, sentido o interpretación del significado de un determinado elemento, símbolo, palabra, expresión o representación formal, trabaja con significados definidos y enlazados.*

Web 3.0 se origina en el 2006. Se basa en una Internet más “inteligente”. Los usuarios pueden hacer búsquedas más cercanas al lenguaje natural. Diversas compañías la utilizan para conseguir una manipulación de datos más exactos, en el campo del e-comercio. La Web 3.0 también ha sido utilizada para describir el camino evolutivo de la red que conduce a la inteligencia artificial. En el campo de las relaciones sociales y psicoterapéuticas la aparición de sistemas de videoconferencia, utilizando simultáneamente, imagen sonido y texto, generan un salto cualitativo significativo. La compañía Zoom se creó en el año 2011, permitiendo videoconferencias entre 15 personas, hoy en día se pueden conectar 500 personas en arquitecturas de

videoconferencias interactivas y sincrónicas. Su crecimiento se multiplicó exponencialmente en el año 2019 a raíz de la pandemia COVID-19.

Web 4.0 – *Es una arquitectura de personas conectándose con personas y aplicaciones Web de forma ubicua, se añaden tecnologías como la Inteligencia Artificial, haciendo que los sitios sean inteligentes y capaces de interactuar. Incluye la voz como vehículo de intercomunicación para formar una Web Total.*

Algunas de las características de la web 4.0 son:

- Comprensión del lenguaje cotidiano o natural.
- Comunicación entre dispositivos (m2m, máquina a máquina).
- Uso de información relacionada (GPS, sensores de temperatura, etc.).
- Nuevas formas de interacción con el usuario.

La Web 4.0 tiene como primordial objetivo el unir las inteligencias, donde tanto la personas como las cosas se comunican entre sí para generar la toma de decisiones. Por ejemplo, el GPS que guía al automóvil y hoy ayuda al conductor a mejorar la ruta prevista o a ahorrar combustible. En cuanto a sus riesgos se incluyen la algoritmización de la sociedad y la destructividad deshumanizada, por ejemplo, a través de drones utilizados como armas.

Web 5.0 – *Denominada Red Sensorial, corresponde a web en la que los equipos y dispositivos tendrán la facultad de traducir la información, las emociones y sensaciones en información virtual y digital. Requiere de la hibridación hombre máquina a través de dispositivos bio-tecnológico.*

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
 Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
 Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

| | Web 1.0 | Web 2.0 | Web 3.0 | Web 4.0 | Web 5.0 |
|------------------------|--|--|---|---|---|
| <i>Características</i> | <ul style="list-style-type: none"> . Unidireccional . Información estática . Solo lectura | <ul style="list-style-type: none"> . Interactiva y colaborativa . Auge de blogs y redes sociales . Web sintáctica . Autoedición. | <ul style="list-style-type: none"> . Se desplaza a la nube . Evolucionan las modalidades de comunicación multimodales. . Multidispositivo . Web semántica | <ul style="list-style-type: none"> . Nuevos modelos de comunicación máquina a máquina. . Aumento de la voz en la interacción con la interfaz tecnológica. | <ul style="list-style-type: none"> . Hibridación hombre máquina a través de dispositivos tecnológicos. . Web sensorial. |
| <i>Ventajas</i> | <ul style="list-style-type: none"> . El presentador de la información tiene el mayor control | <ul style="list-style-type: none"> . Permite compartir información . Fomenta el aprendizaje compartido | <ul style="list-style-type: none"> . Disponible desde cualquier lugar . Aumenta la presencialidad. | <ul style="list-style-type: none"> . Aumento de la posibilidad de transformación social. | <ul style="list-style-type: none"> . Aumento de las posibilidades de creatividad y transformación social y económica. |
| <i>Desventajas</i> | <ul style="list-style-type: none"> . Solo lectura . No interactividad | <ul style="list-style-type: none"> . Elimina la interacción física . Adictividad . Aparecen problemas de confidencialidad, engaño, suplantación y difusión de la identidad. | <ul style="list-style-type: none"> . Mayores problemas de seguridad . Requerimientos técnicos de mayor complejidad y coste económico. | <ul style="list-style-type: none"> . Aumenta las posibilidades de destructividad humana. . Mayor vulnerabilidad y problemas de seguridad. | <ul style="list-style-type: none"> . Riesgos de evolución hacia el estado de seres no naturales. |

Tabla 1. Web 1.0 a la 5.0. Características, ventajas y desventajas.

Transformaciones en el psiquismo y en la psicoterapia

A lo largo de la evolución de Internet, desde la web 1.0 a la 5.0, se han ido produciendo transformaciones en el funcionamiento psíquico, en paralelo a las transformaciones tecnológicas. Algunos pensadores del campo de la filosofía como el citado McLuhan o de la Psicología como Sherry Turkle, se adelantaron en cuanto a la concepción de la transformación social y de la intersubjetividad por medio de la red tecnológica. Si bien en el campo de las aplicaciones, la red se ha desarrollado mucho más en aspectos vinculados a la economía, el trabajo y el entretenimiento. En estas tres décadas, se han

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

producido modificaciones en las maneras de percibirse a uno mismo, de percibir a los demás, y de las modalidades de relación entre las personas cuando se produce por medio de la mediación tecnológica. Podemos destacar una evolución que indica transformaciones alrededor de algunos ejes principales:

- 1) la interactividad
- 2) la sincronidad
- 3) la multimodalidad
- 4) la hibridación (persona-máquina)

Estos ejes de evolución funcionan de manera de una espiral cónica invertida, que se expande y permite generar movimientos progresivos y regresivos en la utilización de los distintos recursos de intervención online. Así, por ejemplo, observamos en las primeras etapas de las psicoterapias online, la importancia de la utilización del texto escrito, con un retardo importante entre la emisión la recepción del mensaje, a través de cadenas de faxes o de correos electrónicos. En un segundo momento, utilizando arquitecturas de la web 2.0., a través de foros textuales y con diferentes grados de sincronidad. Estas modalidades arcaicas de funcionamiento de la red, nos han mostrado importantes utilidades que hoy siguen siendo fructíferas. Demos algunos ejemplos en los cuales no es útil la comunicación textual con diferentes grados de retardo entre el mensaje y la respuesta: En trastornos neuróticos cuando queremos facilitar el desarrollo o el crecimiento de espacios de reflexión intrapsíquicos por delante de los espacios de relación intersubjetiva. En patologías *borderline* a predominio de funcionamiento

impulsivo, nos es útil establecer espacios de silencio y de espera entre un mensaje y otro. En situaciones en que la presencia de la imagen del propio rostro o del propio cuerpo se tornan incómodas o inquietantes.

1. Interactividad

En la psicología 1.0, podemos observar un segmento negro (véase figura 1) que representa un individuo conectado a un dispositivo tecnológico a través del cual se conecta con un espacio que podemos denominar ciberespacio y que, en estos primeros estadios de desarrollo de la web, básicamente estaba configurados por bases de datos organizadas y con diferentes dispositivos de búsqueda de información. El funcionamiento era de tipo unidireccional, en el sentido de que no era fácil interactuar con otros participantes del fenómeno comunicacional, si no a través de los datos o la información contenida en el ciberespacio y que, por otro lado, era una información difícil de editar y, mucho menos, de coeditar. La interactividad va evolucionando de manera significativa, en la psicología 2.0, a través de foros con un grado de retardo comunicacional breve, aparece la interacción con otros participantes conectados a la red. El problema de la conectividad adquiere relevancia y la disponibilidad de dispositivos con suficiente potencia como para empezar a transmitir informaciones con mucha mayor carga informativa, como, por ejemplo, archivos de sonido o archivos de imagen. En las versiones más avanzadas de los foros, podían intercambiarse, con cierta dificultad, fotografías y archivos de audio. A partir del surgimiento de las videoconferencias, el tema de la interactividad cambia de dimensión y, algo que en

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

décadas anteriores podía ser considerado claramente como de ciencia ficción, pasó a ser una realidad tangible y cotidiana, al menos en el intercambio entre dos personas, que era lo que soportaba la tecnología en un primer momento de las videoconferencias online.

Posteriormente, fue aumentando la cantidad de personas que podían participar en los sistemas de videoconferencias 3, 4, 6, 8 y actualmente hasta 500 personas conectadas simultáneamente, con imagen, sonido y capacidad de coedición. En arquitecturas tipo webinar al no haber presencia en imagen de todos los participantes, pueden existir públicos de hasta 10.000 personas conectadas que pueden interactuar a través de texto escrito, o acceder a la imagen de manera individualizada.

La posibilidad de interacción a distancia con participantes provenientes de distintos lugares del planeta, hoy en día de manera sincrónica, abre nuevas posibilidades en el campo de la comunicación terapéutica, por ejemplo, en temas de características sociales o transculturales, en el campo de la formación de profesionales, ampliando las posibilidades de la transmisión de conocimientos, sin barreras espaciales o idiomáticas. También han mostrado utilidad en el campo de la prevención en Salud Mental trabajando a través de grupos online o híbridos.

Los grupos de psicoterapia online se realizan a lo largo de toda esta evolución tecnológica, en investigaciones previas podemos confirmar el desarrollo de procesos y microprocesos terapéuticos a través de participación online textual y asincrónica, Vaimberg (2010).

De la psicoterapia 1.0 a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

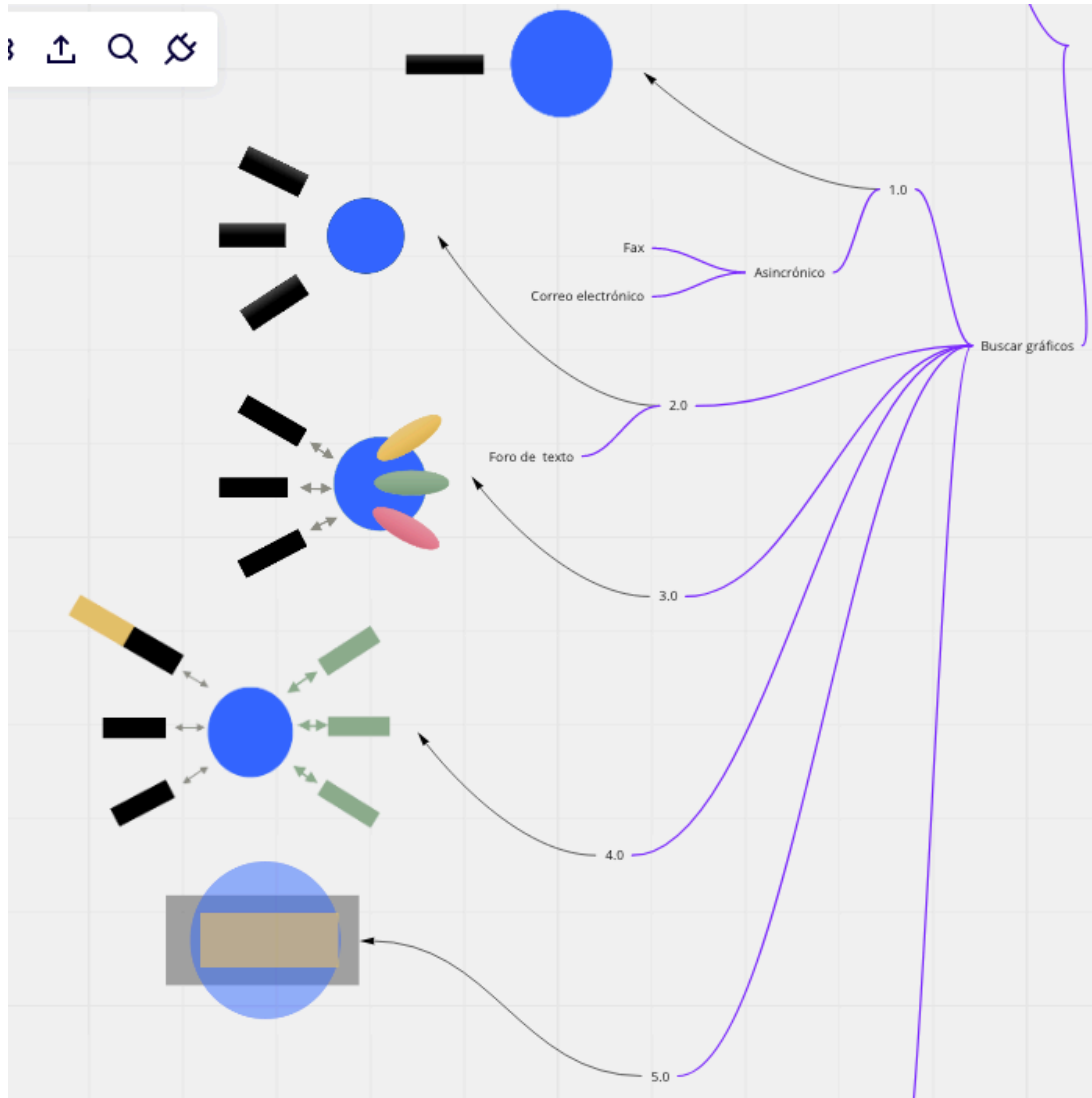


Figura 1. Arquitecturas socio-tecnológicas, de las psicologías 1.0 a 5.0. (Figura creada por el autor con un software de acceso libre y gratuito). Los círculos azules: representan el ciberespacio; los segmentos negros: personas conectadas a través de dispositivos tecnológicos; las elipses de colores: aplicaciones web; segmentos verdes: máquinas; figura 5.0: hibridación biotecnológica representada por la superposición del ciberespacio, dispositivos tecnológicos y el cuerpo humano.

2. Sincronicidad

El paradigma de la sincronicidad se organiza desde el deseo de reproducir online, de la manera más fidedigna posible, la comunicación presencial; una de cuyas características es la presencia simultánea en tiempo y espacio de los participantes del evento comunicativo. Esta cuestión sigue siendo significativa, si bien a partir de la profundización en el conocimiento de los sistemas de comunicación online, hemos descubierto las diversas posibilidades de fragmentación y reintegración de tiempos, espacios y modalidades de lenguaje. Estas nuevas posibilidades técnicas ofrecen diferentes aplicaciones en el campo de las intervenciones terapéuticas. Podemos reconfigurar la secuencia temporal alterando la línea del tiempo en cuanto al pasado, el presente y el futuro. Podemos alterar los retardos en el fenómeno comunicacional, llegando desde la casi absoluta sincronicidad de las videoconferencias, hasta el intercambio espaciado en el tiempo al modo de las antiguas comunicaciones epistolares. Es posible fragmentar e integrar espacios, imagen, sonido y texto y el propio cuerpo, aportando diversas posibilidades en el campo de la investigación y de la intervención en psicoterapia. En los grupos de psicoterapia online, se desarrollan modalidades de intervención puramente online, mixtas (combinando intervenciones online y presenciales) e híbridas (con experiencias online y presenciales simultáneamente). Estas diferentes modalidades técnicas posibilitan diferentes encuadres en grupos pequeños, medianos o grandes y en intervenciones efímeras, de tiempos breves o focales y de larga duración.

3. Multimodalidad

Imagen estática y en movimiento, sonido, texto, palabra, hoy en día se reúnen en un único sistema de registro de la información, que enmarcamos en la denominada digitalización. La multimodalidad nos permite, de la misma manera que en el eje de la sincronización, acercarnos bastante al fenómeno de la presencialidad, si bien en el momento actual de la evolución de las tecnologías, aún falta mucho camino por recorrer en cuestiones relativas al tacto, al contacto y al olfato. El pasaje de la bidimensionalidad a la tridimensionalidad ha mostrado desarrollos importantes en los últimos años a través del desarrollo de los dispositivos de realidad virtual.

La fragmentación de las distintas modalidades de lenguaje también nos ofrece nuevas posibilidades en el desarrollo de dispositivos de intervención y transformación terapéutica. Podemos trabajar en planos superpuestos, alterando la relación entre imágenes, sonidos, voces, o generando configuraciones creativas que faciliten el trabajo de transformación terapéutica. Por ejemplo, cuando utilizamos en psicodrama la técnica del 'doble', tenemos diferentes posibilidades de combinación entre la imagen del protagonista y los diferentes dobles que pueden habitarlo, con o sin imagen. La técnica psicodramática del espejo, cuando en las intervenciones online estamos frente a un verdadero espejo tecnológico también nos amplía las posibilidades de transformación terapéutica. Vamos avanzando en la dirección de un espejo múltiple, formado por tantas personas como aquellas que estén conectadas a un determinado evento y en camino de configurar nuevas modalidades de identidad o diferentes maneras de percibirse a uno mismo en el mundo online.

En el momento actual de las intervenciones online, aun predominantemente en dos dimensiones, se ve dificultada la conexión intersensorial múltiple entre los distintos participantes del evento. Por ejemplo, la imposibilidad en una multivideoconferencia de las miradas directas y simultáneas entre los participantes de un grupo. Muchas de estas dificultades planteadas por las tecnologías requieren, por parte del psicoterapeuta online, una activa participación y una particular habilidad para ‘tridimensionalizar el vínculo’ a través de la comunicación de las experiencias subjetivas que aparecen en el aquí y ahora de los participantes del evento online.

4. Hibridación (persona-máquina)

En las últimas décadas hemos ido generando una progresiva integración entre nuestra persona y los dispositivos tecnológicos. Hemos denominado a los dispositivos tecnológicos: ‘prótesis tecnológicas’. Nuestras relaciones con la tecnología han ido evolucionando, desde unos primeros estadios en los que estas prótesis nos generaban gran incomodidad e incertidumbre, además de los frecuentes fallos en la comunicación online y de las crecientes complejidades que presentaba su funcionamiento. Poco a poco se han ido venciendo límites que se consideraban insuperables. En los primeros años se valoraba que por encima de dos horas al día de uso o de conexión a dispositivos tecnológicos, entrábamos en el terreno de los denominados usos abusivos o adictividad tecnológica. Hoy en día estamos durante extensos períodos de tiempo conectados por medio de tecnologías, a veces más que el que utilizamos en las relaciones presenciales. En estos momentos tenemos que estar permanentemente transportando nuestros

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

teléfonos móviles de un lugar a otro y es esto lo que nos genera incomodidad. A partir de esta última observación es que considero que están dadas las condiciones para que se desarrollen dispositivos de hibridación tecnológica, al estilo de dispositivos incluidos en el propio cuerpo como gafas y audífonos o, aún más allá, con la posibilidad de desarrollar injertos tecnológicos por debajo de la superficie de la piel y, probablemente, en conexión directa con nuestro sistema nervioso. En ese momento dará inicio la psicología 5.0, como se versiona en alguno de los inquietantes capítulos de la serie *Black mirror*. El futuro de la psicoterapia de grupo online, nos permite imaginar espacios de realidad virtual inmersivos, sincrónicos y colectivos, en los cuales hayamos avanzado en las posibilidades de la conexión intersensorial online.

Conclusiones

En el mundo online observamos el surgimiento de nuevas modalidades de comunicación y de relación. Las psicoterapias online requieren de nuevos conceptos teóricos y técnicas psicoterapéuticas, así como la formación de los profesionales que utilizan psicoterapias online, tanto en los nuevos conceptos teóricos como en el entrenamiento en la utilización de las nuevas posibilidades técnicas. Las nuevas tecnologías amplían, a través de los diferentes recursos presentados en este artículo, las posibilidades de transmisión de conocimiento y la creación de espacios de aprendizaje y de solidaridad.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

Los cambios producidos en la subjetividad y en la intersubjetividad, han sido importantes. Como en otras épocas, la emergencia de lo nuevo genera temores y fantasmas, pero tal vez en estas últimas décadas los cambios han ocurrido a una gran velocidad. Presenciamos posibilidades de transformación y creatividad importantes y también riesgos que debemos atender, especialmente en las poblaciones vulnerables en el campo de la Salud Mental.

La digitalización es un nuevo proceso que requiere adaptaciones de nuestras profesiones, para atender unas necesidades de atención en Salud Mental crecientes, y más allá de los requerimientos excepcionales de la pandemia COVID 19. Las transformaciones de cara al futuro, en la atención de grupos, el abordaje de situaciones traumáticas, la atención de niños y adolescentes, los trastornos mentales severos y en los procesos formativos en los campos de la prevención y de las psicoterapias, implican uno de los desafíos más apasionantes de este siglo.

Quiero terminar con una reflexión. Entiendo un atrevimiento el intentar estudiar las relaciones existentes entre la evolución de la tecnología, de la psicología y de la psicoterapia, pero este es el mundo en el que habitamos y en el que habitan nuestros jóvenes, un nuevo Mundo online, que esperamos que nos ayude a tender a un Mundo mejor. Las situaciones traumáticas acontecidas en el planeta en los últimos años, han tenido espacios online, que favorecen la solidaridad, la escucha colectiva y la organización de la acción, también, el aislamiento, la desconexión y la destructividad. Este último año, con cierta extrañeza me he encontrado paseando entre la naturaleza y los ordenadores, y voy pensando que tal vez no estén tan lejos, sobre todo si somos

nosotros los que nos trasladamos activamente entre ellos. Los átomos, los bits y la capacidad de representación psíquica forman un todo fluido que constituye las bases del Mundo Online.

Bibliografía

- Kerchove, D (2006) Els biaixos de la electricitat. Lección inaugural del curso académico 2005-2006 de la UOC (Universitat Oberta de Catalunya).
<http://www.uoc.edu/inaugural105/esp/kerckhove.pdf>.
- McLuhan, M. (1962). *The Gutenberg Galaxy: The Making of Typographic Man*. (1st ed.). Toronto: University of Toronto Press.
- McLuhan, M. (1964). *Understanding Media: The Extensions of Man* (1st ed.). New York: McGraw Hill.
- McLuhan, M. (1967). *The Medium Is the Massage: An Inventory of Effects* (1st ed.), with Quentin Fiore, produced by Jerome Agel. Random House.
- McLuhan, M. (1968). *War and Peace in the Global Village* (1st ed.), with design/layout by Quentin Fiore, produced by Jerome Agel. New York: Bantam.
- McLuhan, M.; Powers B. (1989). *The Global Village: Transformations in World Life and Media in the 21st Century (Communication and Society)*. Oxford University Press.
- Negroponte, N. (1995). *Being Digital*. New York: Alfred A. Knopf.
- Turkle, S. (1984). *The Second Self: Computers and the Human Spirit*. Simon & Schuster, Inc., New York.

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

Turkle, S. (1995). *Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet*. New York: Simon and Schuster

Turkle, S. (2011). *Alone Together*. Basic Books.

Vaimberg, R. (2010). *Psicoterapia tecnológicamente mediada*. (PTM). Estudio de procesos y microprocesos basados en participación online (Tesis doctoral).

<http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/42573>

Vaimberg, R. (2012). *Psicoterapia de grupo. Psicoterapia de grupo online*. Barcelona: Octaedro.

Weinberg, H. and Rolnick, A. (2020). *Theory and Practice of Online Therapy. Interbet-delivered Interventions for individuals, Groups, Families, and Organizations*. Vaimberg, R y

Vaimberg, L. Online Group Psychotherapy (Chapter). New York: Routledge.

Raúl Vaimberg Grillo.

Brief curriculum

Psychiatrist. Doctor in Psychology from the University of Barcelona (UB).
Psychodramatist. Psychoanalyst. Psychotherapist. Group psychotherapist. Director of the Master's programme in Groups and Psychodrama by IL3-Universitat de Barcelona. Director of GRUP Formación. Member of the IAGP (International Association for Group Psychotherapy and Group Processes). Member of FEAP. Teaching supervisor of psychoanalytic section of the FEAP. Member of the Spanish Society of psychotherapy and group techniques (SEPTG). Member of the Spanish Association of Psychodrama (AEP).

Psychotherapy from 1.0 to 5.0. Transformations

Types of Articles. Scientific Research

Raúl Vaimberg

Abstract

The past thirty years have seen a great evolution in technological and communication therapy modalities. This evolution has gone through various stages (from psychology 1.0 to 5.0) which we will describe alongside several significant theoretical and technical changes. These changes enrich the resources that are available while presenting us with new challenges in group psychotherapies. We are able to imagine the future of online group psychotherapies 4.0 and 5.0 respectively.

We will analyse four of the main features of the frameworks, theories and techniques of online interventions and psychotherapies: Interactivity, synchronicity, multimodality

De la psicoterapia 1.0. a la 5.0. Transformaciones.
Raúl Vaimberg, 2023. Edición especial para EDRAS Chile.
Artículo inédito. Se solicita su no reproducción

and hybridization (person-machine). Also, their previous implementations, psychotherapies (2.0.), current (3.0), short-term (4.0) and long-term (5.0).

Digitalization is a new process that requires adaptations of our professions in the field of mental health so that we are able to meet today's growing needs and, looking forward, to the exceptional requirements stemming from the pandemic. Future transformations in mental health interventions, in the treatment of individuals, groups, children and adolescents and in the training processes in the field of group psychotherapy, form one of the most important challenges of this century.

Keywords

Online psychotherapy. WWW. New concepts. New techniques. Future.

“DE ESPEJOS Y ESCENAS”

**Desde el trabajo psicodramático grupal presencial al
híbrido sincrónico (con estación *on line*)**

DR. PEDRO TORREZ-GODOY, MÉDICO PSIQUIATRA, TERAPEUTA SISTÉMICO, PSICODRAMATISTA,

DRAMATERAPEUTA, EDRAS CHILE, MASTER © GRUP FORMACIO, BARCELONA

INDICE

-Prefacio

Dr. Pedro Torrez-Godoy

-Prólogo

Dr. Raul Vaimberg

-Introducción

-La onda expansiva del trauma

-Psicodrama minimalista

-Pandemia y postpandemia en acción

-Tele

-Tele y trauma

-Juego

-Juego y apresto en dramaterapia

-Cibernética, sistemas y psicodrama

-Psicodramaterapia en postpandemia

-Pandemia, postpandemia. Trauma y recuperación

-Dramatizaciones on line, híbridas sincrónicas y trauma complejo

-El poder y no poder de los grupos, con especial foco en lo híbrido sincrónico

-Tecnología e improvisación

-Supervisión sistémica psicodramática: Un modelo de trabajo clínico, pedagógico, artístico e institucional, con utilización de formatos *on line* e híbrido sincrónico

-Epílogo

-Referencias

-Anexo 1

-Imágenes

PREFACIO

El poder y el no poder en los grupos, lema del congreso de Sociedad Española de Psicoterapias y Técnicas de Grupo (SEPTG) en Salamanca, Mayo 2023, se juega en las nuevas disposiciones grupales de los formatos psicodramáticos presenciales, *on line* e híbrido sincrónico, surgidos en pandemia, continuados en postpandemia e inicialmente vivenciados e investigados hoy. No es novedad que los grupos compiten. Lo han hecho desde los orígenes de la humanidad. Lo hacen en actividades profesionales, sociales, deportivas. En la vida entera. También en la pantalla como escenario, tal como los actores en un teatro poco espacioso, en donde no cabe la multiplicidad de escenas a representar. Nosotros en EDRAS Chile, en nuestro proyecto sociátrico latinoamericano para fomentar la conexión social, como estímulo de la autorregulación emocional para individuos y comunidades, hemos preferido usar la palabra colaboración. Ese decir, los grupos *on line*, presenciales y, en particular, híbridos sincrónicos, colaboran, en donde se hace patente la escena manifiesta del poder del tal o cual grupo, ya sea el que está en pantalla o el presencial. Permanece en la sombra, apenas insinuada la verdadera hibridación como una flecha bidireccional: Ser humano / cuerpo / máquina / interfaz, espejo o prótesis tecnológica / máquina / cuerpo / ser

humano (en otro lugar del mundo, más allá del horizonte, en otras latitudes y longitudes). El libro “De espejos y escenas. Desde el trabajo psicodramático grupal presencial al híbrido sincrónico (con estación *on line*)” de la presente edición, trata precisamente de esto e indaga en el poder y el no poder de los grupos. Del trauma y su reparación. De la conexión social como fuente primera de mamíferos superiores para la autorregulación emocional, con el contacto cara a cara, mano a mano, imagen a imagen, *ad portas* de la revolución tecnológica del trabajo psicodramático a nivel mundial. También nos adentramos en la supervisión sistémica psicodramática, entidad que cierra el círculo, dando paso a la metavisión necesaria para marcar el instante de giro hacia la adquisición e integración de nuevos lenguajes en el quehacer clínico y profesional. La estación *on-line*, emula una parada de trenes que, en el viaje misterioso a través de la pandemia, se nos aparece en medio de la nada, como un acto de magia que nos cambia el mundo del cual proveníamos. Nuestra sociatría *on line*, desea instalar el gran sueño moreniado de una sociatría sin fronteras, sin límites, en esta aldea global.

Pedro Torrez-Godoy

Prólogo

Nos conocemos con el Dr. Pedro Torres Godoy desde hace algunos años, pero más a partir de la pandemia COVID-19. Ha sido una intensa relación, con muchas horas de trabajo individual y grupal online, a través de video conferencia y con algunos encuentros presenciales, entrañables, con motivo de congresos y conferencias.

Evidentemente el confinamiento aceleró la expansión y desarrollo de las tecnologías que permiten a los humanos comunicarse a distancia. Desde la imprenta, pasando por el telégrafo, la radio, la televisión, el teléfono, para llegar a la digitalización e internet. En el futuro, estimo que seguiremos en la línea de los desarrollos de la realidad virtual y la

hibridación hombre-máquina, teniendo posibilidades de establecer comunicaciones online con un grado de experiencia de presencialidad elevada.

Vivimos en diversos mundos: Mundo Psíquico, Mundo Social y Mundo Online.

El mundo online se ha desarrollado en los años 80 a partir del descubrimiento de los procesos de digitalización, y ha ido generando cambios importantes en nuestra subjetividad, o sea, en nuestra manera de percibir y comprender al mundo y a nosotros mismos.

Si podemos pensar por un momento como éramos hace 40, 30, 20, 10 años y como nos percibimos actualmente, rodeados de nuestras prótesis tecnológicas. Podemos visualizar como nos hemos ido transformando. Pensemos en cuanto tiempo permanecemos distanciados de al menos uno de nuestros dispositivos-pantallas (teléfonos, tabletas, ordenadores, televisores), observamos que aquello que hace unas décadas era considerado adicción a las nuevas tecnologías, o uso excesivo de las mismas, hoy en día constituye la más generalizada normalidad; existe una relación patológica con las tecnologías, pero consideramos que tiene que ver más con el modo de utilizarla que con la cantidad de horas de conexión. En algunos momentos, y dependiendo de nuestra edad, podemos sentir una sensación de extrañeza, en la cual nuestra identidad oscila entre las experiencias psicológicas mentales, las sociales y aquellas que se desarrollan en este nuevo espacio transicional entre lo psíquico y lo social que denominamos online.

Sin embargo, la naturaleza, a través de catástrofes naturales, y epidemiológicas, así como nuestro cuerpo, sustentado en la biología y susceptible a situaciones traumáticas, nos recuerdan permanentemente esta realidad. En los últimos años, que podemos llamar de Postpandemia, vamos trasladándonos entre nuestra necesidad de recuperar escenarios naturales y corporales y las posibilidades que las tecnologías nos brindan en diferentes

campos. Es un nuevo entorno bio-psico-socio-tecnológico en permanente transformación, que nos lleva hacia una experiencia de 'espacio continuo', fluido, entre adentro y afuera, naturaleza y tecnología, físico y mental, psíquico y social. El autor pone el acento, de una manera particular, en estas transformaciones desde el título mismo de su trabajo, el grupo, la hibridación tecnológica, la sincronidad y la estación de estos complejos procesos en un novedoso lugar de procesamiento de la experiencia que llamamos online.

También nos habla de 'espejos y escenas'. Consideramos que el concepto de escena es clave en la evolución de lo humano, el humano en una de sus esencias es un 'animal escénico', capaz de 'representar' tanto a nivel mental como en los diferentes escenarios en que habita. A través de los espejos, en el mundo online, entramos en una nueva dimensión del espejamiento o del reflejo que es producido por el 'espejo tecnológico', un espejo que a diferencia del de cristal o metal, o del agua tranquila en la cual podemos vernos reflejados, tiene unas características especiales, que consisten en que la imagen se transmite a través de ondas electromagnéticas por el planeta a una gran velocidad y que podemos estar conectados al mismo tiempo con muchas personas, en diferentes espacios. A estas características del espejo tecnológico se agregan otras, como ser la capacidad de 'edición' y 'autoedición', que permiten que todas las personas conectadas a un evento a través de este espejo tecnológico tengan la capacidad de editar simultáneamente las características de lo que se ve, se escucha, se escribe y con que personas o grupos se conectan. Estas características son las que denominamos "multimodalidad y autoedición de la comunicación online a través del espejo tecnológico".

En la técnica psicodramática online, es necesario repensar algunas cuestiones. Nos lo señala Pedro Torres, su mirada sobre el psicodrama minimalista, volviendo a las técnicas fundamentales del psicodrama y adaptando el ritmo de la dramatización al nuevo lenguaje del psicodrama online. Al no contar con el contacto cuerpo a cuerpo, es necesario trabajar en una versión del psicodrama interno en el cual la dramatización se desarrolla en parte en

el escenario online y en otra parte en el escenario mental, estas escenas, sobre todos las del escenario interno, pueden comunicarse posteriormente de diversas maneras a los otros integrantes del grupo.

Una revisión del manejo técnico del cuerpo también es necesaria.

En el entorno online el cuerpo propio sigue estando presente, si bien se enfoca, predominantemente, una parte del cuerpo, existe la posibilidad de trabajar con la cámara para poder enfocar diferentes zonas. Es posible apagar la cámara, centrando la atención en otros aspectos de la comunicación, percepción y propiocepción.

Otras innovaciones han sido las aportadas por las técnicas intermediarias o de objeto intermediario: títeres, máscaras, dibujo online (individual, bipersonal o colectivo), música, instrumentos musicales, danza y expresión corporal, fotografía, cámara subjetiva, collage y plataformas de creación colectiva online.

Describimos tres modalidades de psicodrama online: Online propiamente dicho, donde todos los participantes y en todas las sesiones se comunica en formato online. Psicodrama online mixto, en el cual se alternan sesiones online con sesiones presenciales en diferentes modalidades de combinación.

Psicodrama online híbrido, en el cual, simultáneamente aparecen en la pantalla, participantes online y otros presenciales (grupos), que también ocupan una pantalla en el espacio online.

En estos tres caminos están abiertas diversas líneas de investigación, tanto en el campo de la formación de profesionales de la Salud Mental, como en las psicoterapias, los espacios sociodramáticos o psicosociodramáticos, y en diversas aplicaciones en la prevención en Salud Mental.

La integración de diversas técnicas es una de las posibilidades de avanzar en las intervenciones en Salud Mental, en las cuales hay tanto camino por recorrer. Tal vez una mayor unicidad en las referencias teóricas nos ayude a desarrollar ideas, conceptos, comprensiones de la experiencia humana, mientras que la pluralidad técnica nos coloca en el campo de la teoría fundamentada en la experiencia. Sin duda, este es un punto de acuerdo con el autor de este libro, con el cual además del mutuo enriquecimiento, hemos podido respetar y escuchar las diferencias, tan necesarias como inevitables.

Para terminar estas breves reflexiones y puntualizaciones, quiero destacar que estamos transitando por un período complejo, no tengo claro si estamos en lo que podríamos denominar postpandemia o aún deberíamos considerar que estamos en una etapa de la pandemia COVID_19. En todo caso, en nuestro campo de trabajo, durante estos últimos años se han desarrollado nuevas teorías, han aparecido libros, artículos, innovaciones técnicas, se han realizado diversos congresos internacionales online e híbridos, han aparecido sistemas de formación online, mixtos e híbridos que han permitido escuchar a docentes y autores de países muy lejanos, hemos podido hacer amigos en diferentes continentes. Nos hemos transformado, nuestros pacientes también, algunos han querido volver lo antes posible a los formatos presenciales, otros se resisten a dejar las pantallas.

Hemos tenido experiencias de formación apasionantes en másteres universitarios, cursos, debates, conferencias y talleres con centenares de profesionales de todo el mundo. La experiencia clínica a continuado en forma online, mixta e híbrida y hemos podido recoger informes de colegas a través de cursos y supervisiones de prácticamente todos los campos de la clínica en Salud Mental, con resultados a veces espectaculares e inesperados, otras más normales y satisfactorios y también hemos podido detectar contraindicaciones claras. Hemos aprendido mucho, y creemos que tenemos una posibilidad importante de intentar

mejorar nuestro mundo a través del mundo online. Trabajos como el que hoy nos presenta Pedro Torres Godoy, van en esta dirección.

Raúl Vaimberg Grillo

Introducción

El abrazo, una de las palabras más bellas del castellano y una acción que etimológicamente implica el prefijo *ad* (hacia) y *braccium* (brazos), es decir ir hacia los brazos de sí mismo, del otro y de los demás; de nosotros, como abrazo grupal. También como la palabra amor significa *a* sin y *more* muerte, la palabra abrazo puede entenderse y señalar que voy hacia los brazos del otro, con y sin mis brazos, sobre todo cuando solo requiero de aquel, quien me contenga frente al sufrimiento, el dolor y la pérdida, así como mis propios brazos estarán disponibles cuando, quien sufre, los requiera para sí.

El abrazo, aquel gesto y acto que puede rastrearse en la filogenia primate, en donde los simios “terapeutas” abrazan a una madre simia cuando esta pierde uno de sus cachorros. O en la enfermedad cuando aquellos, a través del abrazo, el acicalamiento, el palmoteo de la espalda y el contacto intencionado de manos con un fin social, logran aliviar el malestar de sus congéneres (Galdikas B., 2013; Fossey D., 2019; Goodall J., 2019)

Porque la conexión social para aliviar el estrés en los mamíferos superiores no sólo está vigente entre los monos y simios superiores, sino también en todos los mamíferos que han desarrollado durante milenios un sistema nervioso autónomo vago ventral parasimpático, disponible para la salud, el crecimiento, la reparación y la recuperación, dejando el sistema de alerta, simpático, gobernado por la adrenalina, sólo para la lucha o la huida frente a la amenaza.

El abrazo es una de esas reliquias filogenéticas que se han insertado en la ontogenia del ser humano y se ha socializado, trivializado, conservado – parafraseando a Moreno – en conductas estereotipadas, alejadas de sus orígenes neurobiológicos, desnaturalizando sus comienzos al servicio de la tranquilidad, la relajación, el consuelo, la reparación.

El abrazo social sirve, enhorabuena, para ser corteses y bien educados, tal como el saludo, el apretón de mano, el beso, la mirada.

Pero la háptica, la ciencia del tacto o el estudio de la comunicación a través del contacto y en particular de manos y la proxémica, que estudia el espacio y distanciamiento social natural para salvaguardar el territorio etológico individual, dicen mucho más que lo que señalan las conductas sociales intencionadas conscientemente.

Los animales, las aves, los peces mantienen una distancia etológica que implica respetar biológicamente el espacio de cada individuo en la naturaleza, para no sobre regularse. Si esto se trasgrede, al menos en los mamíferos más evolucionados viene la defensa del territorio como respuesta condicionada desde lo más hondo de la neurobiología animal, así

como el cuidado de la progenie o de la hembra en la etapa del apareamiento, por el macho más fuerte.

Por su parte cada sociedad y cultura humana tiene su propia háptica y proxémica, acunada desde hace milenios en cientos de lugares del planeta y ratificada por cientos de miles de interacciones sociales extendidas en el tiempo que van certificando las reglas implícitas de las relaciones humanas, que posteriormente se transforman en leyes para la convivencia o reglas explícitas, base de la ética y estética de las relaciones de personas y grupos, de forma armónica y ecológica.

La onda expansiva del trauma

La pandemia del coronavirus y hoy, la postpandemia, ha transformado todo lo filogenético y ontogenéticamente aprendido y establecido durante muchos años. Lo ha hecho de manera traumática, sin aviso y de forma súbita, como suelen ser las pérdidas y duelos traumáticos, que son de carácter terrible, sin despedida de lo anterior o antiguo y, por tanto, sin rito de transición ni de cierre.

Se han estudiado los efectos de la onda destructiva de las bombas en los campos de la guerrilla identificando, respecto de la explosión inicial, víctimas primarias, secundarias, terciarias, cuaternarias, quinarias y muchas más. Víctimas primarias son aquellas que sufren directamente el trauma. Su cuerpo y psiquis quedan afectadas rotundamente, sea por mutilación, desmembramiento, estallido de algún órgano o zona del cuerpo, aunque conserven la vida en muy malas condiciones o mueran. A nivel psíquico desarrollarán un cuadro de estrés postraumático complejo, dependiendo de su historia vital, apegos,

experiencias límites previas y resiliencias. Las víctimas secundarias son las que observan el horror, ven el impacto, escuchan los lamentos, huelen los olores del campo de batalla, los explosivos, la sangre, la tierra suelta, el piso. Suelen ser compañeros de equipo. Víctimas terciarias son personal de rescate, salvamento, policías, bomberos, personal sanitario. En este punto la información trasciende el campo de batalla y traspasa las fronteras a través de comunicaciones invisibles de malas noticias. Estas llegan a la familia, los amigos, el vecindario y la comunidad. Muchos comienzan a preguntarse si esto les podría ocurrir a ellos o no. Suele escucharse dentro de sus mentes: “Esto no me va a pasar a mí, ni a mi familia, ni a mis vecinos, esto sucede a otros, pero no a mí”. Negación. Desdoblamiento. Disociación social (Torres P, 2015, 2022).

Entonces la pandemia y la post pandemia, puede usar la metáfora de la onda expansiva del trauma que ha ido caminando de persona en persona, de casa en casa, de familia en familia, de frontera en frontera y de país en país, hasta transformarse en una masa informe, silenciosa, invisible, secreta, que horada la sociedad entera hasta los huesos.

Se trata de un psicotrauma colectivo que ha cambiado en lo más hondo nuestras costumbres sociales, insertas en la neurobiología cultural de toda la humanidad.

Sin embargo, no es posible someter la biología, aunque si distorsionarla en forma obligada, para adaptarla como tantas veces lo ha hecho el ser humano, frente a distintas situaciones traumáticas que ha sufrido a lo largo de toda su historia; catástrofes naturales, guerras, genocidios, graves accidentes nucleares, pandemias. Pero los genes no se modificarán por esto. Sufrirán, tal vez, una mínima perturbación que se observará mucho más adelante en

el comportamiento colectivo, en algún tiempo remoto, al que asistan otros hombres y mujeres de generaciones futuras.

Psicodrama minimalista

El psicodrama minimalista no es una nueva manera de hacer psicodrama, sino es el mismo psicodrama clásico ejercido en forma parca, austera, ágil, rápido y rotundo como herramienta de transformación (Fonseca J., 1980). Es decir, se trata del psicodrama clásico moreniano llevado al extremo de su exactitud, con utilización de los principios psicodramáticos básicos y las técnicas fundamentales: doble, doblaje, soliloquio, espejo, cambio de roles e interpolación. Se suma a esta propuesta un caldeamiento minimalista, es decir ralentizado en sus movimientos, hasta llegar a ser una especie de meditación en movimiento que colinda con el trabajo de configuraciones y constelaciones sistémicas (Hellinger B., Boltzmann T., 2003; Hellinguer B., 2011).

Por ejemplo, un ejercicio de caldeamiento consiste en una ronda de abrazos vivenciales que se diferencian de los abrazos sociales del saludo cotidiano, por la intensidad de aquellos, y porque evocan, rememoran, otros abrazos dados por los participantes en algún momento de sus vidas. La experiencia se exalta cuando se pide a un integrante de la dupla que se retire sutilmente, sin desarmar el abrazo del compañero, quedando finalmente una galería de abrazos vacíos en el espacio de la sala que se visualizan como una instalación teatral escénica y estática, aunque de gran potencia estética. Luego cambian roles. Previamente el compañero de dupla tiene la oportunidad de ocupar algún otro abrazo, mientras que la consigna final de esta parte del ejercicio es volver al abrazo original, una vez que ambos

hayan vivido la experiencia completa de estar tanto en el abrazo original como en otros abrazos.

Los abrazos, por tanto, adquieren la categoría de actantes, es decir, como en el teatro, serán personajes inanimados.

Una vez, en el abrazo original, se indica a los participantes conectarse con aquellos abrazos dados o no dados, pendientes, vacíos, lejanos, cercanos, ajenos, de su historia vital, generándose rápidamente escenas importantes que, a través de una elección sociométrica, se dramatizan tanto la protagónica como la coprotagónica. Sostenemos que en el psicodrama minimalista es conveniente dramatizar ambas, puesto que una es la resolución de la otra, es decir, la segunda resuelve (o al menos complementa) a la primera, generándose una *gestalt*. Suponemos, como en el teatro, que debería subyacer, en lo latente, una tercera escena deuteragónica, que sería la que, finalmente, resuelva ambas anteriores, en forma metafórica.

Pandemia y postpandemia en acción

El coronavirus nos lanza a un destino incierto en donde el nuevo distanciamiento social desafía la proxémica de milenios, desde la obligatoriedad sanitaria y, por ende, contextual y cultural transitoria.

Nuestra propuesta fue visionaria en 2019, de psicodrama minimalista. O sea, un psicodrama que requiere un mínimo de elementos conservando lo esencial del psicodrama de Moreno tanto en lo teórico como en lo técnico, con la sugerencia de la necesidad de que el psicodrama se adapta a los tiempos postmodernos, como lo es el arte minimalista. Sin

espacio, con un mínimo de movimientos, sin tiempo, en período acotados, sin contexto, incluso sin grupo y, en tiempos de pandemia, sin contacto y sin cuerpos. En postpandemia, con cuerpos híbridos distantes en latitudes, longitudes y husos horarios diferentes.

El uso de movimientos lentos surgió a partir de nuestro trabajo con grupos de pacientes traumatizados. El ralentizar la acción, nos condujo a un tipo de psicodrama que llamamos consteladrama, una mixtura entre configuración o constelación sistémica y psicodramatización escénica clásica (Carnabucci K., Anderson R. ,2012; Torres P., 2021)

En el trabajo on line, al estar en pantalla solo rostro, manos y parte cervical ventral del cuerpo, conocida como “núcleo” por los terapeutas sensoriomotrices, los movimientos lentos vienen bien, como una manera de realzar la percepción de los asistentes, acerca de aquellas acciones que cada cual realiza en su propio espacio de trabajo personal (Odgen P., 2015).

Por otro lado hemos observado que las escenas vienen en dupla, o sea la elección sociométrica arroja una escena protagónica y otra coprotagónica; el desarrollo de esta última, se lleva a cabo con la técnica de psicoterapia de la relación creada por el brasilero José Fonseca, que también recibe el nombre genérico de psicodrama minimalista, aunque, este último término no alude a una técnica solamente, sino a un enfoque adaptado a los nuevos tiempos y en particular a los tiempos de pandemia y postpandemia.

Tele

En psicodrama Tele es definido por Moreno como “la más pequeña unidad de sentimiento, transmitido de un individuo a otro” a distancia y sin un conocimiento e historia relacional

previa. Se refiere a “la percepción interna mutua de los individuos”. Hacemos hincapié en que sea elección a distancia y sin conocimiento previo para realzar el impacto del primer momento en que dos personas se encuentran y experimentan sentimientos de atracción, rechazo o indiferencia, valencias sociales que son fundamentales para la sociometría que creó en los comienzos de sus estudios, y el test sociométrico, que es el instrumento de medición central para levantar gráficas microsociales de grupos, como lo es el sociograma.

Destacamos además el encuentro en el momento presente para referirnos a la coherencia en las percepciones internas de los individuos, o sea si ambos se rechazan, se atraen o son indiferentes, simultánea y sincrónicamente, genera relaciones humanas más congruentes, acordes y consecuentes, lo que se percibirá en el clima emocional del campo (Moreno J., 1979, 1993, 1995; Garrido Martin E., 1978).

Este clima armónico se corresponde con buenos índices de espontaneidad, creatividad, salud individual, grupal y colectiva.

La percepción emocional a distancia implica que lo que se percibe no son precisamente gestos mínimos o microconductas que requieren, para su aprehensión, una percepción más específica de las particularidades del encuentro humano. Diríamos que a distancia se perciben volúmenes, cuerpos en movimiento, cadencias de los desplazamientos, tonalidades prosódicas de la voz, no necesariamente palabras, sino el canto o la melodía, gestos gruesos con sentido. También pueden percibirse interrelaciones entre dos o más personas, coreografías, armonías, o sea componentes estéticos de la experiencia interaccional humana que transmita seguridad, confianza y entrega.

Según Moreno lo que posibilita el encuentro entre los seres humanos es el factor tele, incluso en alguna época fusiona ambos conceptos, causa y efecto, bidireccionalmente.

Tele y trauma

El su libro “Trauma y Memoria” Peter Levine, creador del método “Somatic Experiencing” para la recuperación del psicotrauma, plantea que los recuerdos procedimentales se dividen en tres grandes categorías: La primera tiene que ver con acciones motoras aprendidas, tales como bailar, esquiar, andar en bicicleta y hacer el amor, entre otras. Una segunda categoría se refiere a respuestas de emergencia innatas en caso de amenaza que recurren a nuestro instinto de supervivencia. Aquí ubica patrones de acción fijos como la preparación, tensión, repliegue, lucha, huida y parálisis, así como el establecimiento y mantenimiento de límites territoriales. La tercera categoría de memorias procedimentales se refiere a las tendencias de respuestas básicas del organismo de acercamiento o evitación, de atracción o repulsión. Según Levine “nos acercamos físicamente a aquello que tiene probabilidad de ser una fuente de nutrición y crecimiento, y evitamos fuentes de daño y toxicidad. Entre los mecanismos de evitación están las acciones de tensarse, replegarse o contraerse. Los mecanismos de acercamiento implican expandirse, extenderse y estirarse para contactar” (Levine P., 2015, 2018).

Es llamativo que este autor contemporáneo señale, desde la neurobiología relacional respecto de las memorias procedimentales, un subtipo que tiene que ver con respuestas de acercamiento o evitación, atracción o repulsión. Es posible que Moreno haya observado a partir de la clínica grupal, en forma empírica fenómenos interrelacionales de atracción o

rechazo, a lo que llamo tele positivo y negativo. Tal vez la indiferencia por él descrita, entre la atracción y el rechazo, corresponda a una observación clínica ambigua, con una discriminación incompleta de si se trata de una u otra valencia, lo que se evidencia toda vez que las indiferencias o neutralidades en el test sociométrico no influyen mayormente en el resultado final del test o al menos, si generan incongruencias, serán de menos peso.

El test sociométrico y el sociograma se elabora principalmente con las atracciones y rechazos de la tele estructura de un grupo. Lo que sí es gravitante en el factor espontaneidad/creatividad de un grupo es el nivel de encuentros e incongruencias, es decir que la percepción real tética de uno o más miembros del grupo sea correcta u opuesta a la percepción del otro o *socium*, y por lo tanto se tenga una apreciación acertada a como se es percibido. En el psicodrama si dos miembros de un grupo se atraen recíprocamente se considera un encuentro y si dos miembros se rechazan, también se habla de encuentro. Si uno de ellos se ve atraído por el socio y el otro lo rechaza, pero ninguno de los dos percibe esta incongruencia, surge la patología relacional, fuente de conflictos en la pareja, familia, trabajo, instituciones y en los grupos en general.

Por su parte Stephen Porges, en sus contundentes trabajos acerca de la teoría polivagal y su relación con el trauma psíquico, plantea entre otros conceptos relevantes, el de neurocepción, que define como “un proceso neural diferente de la percepción consciente, capaz de distinguir rasgos ambientales y viscerales que son seguros, peligrosos o que ponen en riesgo la vida”. Esta aseveración queda enmarcada en sus investigaciones filogenéticas acerca del nervio vago o neumogástrico, desde los reptiles hasta los mamíferos superiores. Señala en su teoría que el vago ha evolucionado en su anatomía a lo largo de cientos de

millones de años, en un nervio vago ventral mielinizado y un vago dorsal, amielinizado o por lo tanto de conducción lenta. El vago ventral mielinizado tiene una rama facial que se diferencia solo desde hace 100.000 años y que se relaciona con conductas de control social de las amenazas en los mamíferos superiores, dentro de los cuales los simios y los humanos se encuentran en lo más elevado de esta escala evolutiva. Estos organismos utilizan la rama más evolucionada del nervio vago para generar conductas de juego no agresivo, con el fin de socializar y cooperar con sus congéneres. Al mismo tiempo esta rama del vago inerva órganos de la laringe como cuerdas vocales y músculos faciales que dan cuenta de la entonación de la voz o prosodia y la sonrisa con fines de regulación emocional de los individuos en interacción. Los sonidos agudos y timbre alto de la voz dan mensajes de acogida y seguridad, mientras que voces graves o de tonalidad baja reeditan amenazas de depredación e inseguridad. En este caso se activa la rama también mielinizada, del vago ventral que inerva órganos supradiafragmáticos, tales como corazón, pulmones y estómago, la cual permanece en equilibrio con la cadena ganglionar simpática que, al descargar adrenalina, activa las conductas de lucha o huida, frente a la amenaza (Porgues S., 2016).

Finalmente, si la escapatoria es imposible, se activa el vago dorsal, amielínico, que inerva los órganos subdiafragmáticos tales como intestinos, duodeno y colon. Esta rama dorsal, frente a la amenaza extrema, genera inmovilidad, parálisis, descontrol de esfínteres, y a nivel psíquico amnesia y disociación en humanos.

Este primitivo sistema defensivo puede rastrearse filogenéticamente en los reptiles y anfibios inferiores con una data de al menos 600.000 años, los que frente a la amenaza

extrema suelen quedar inmovilizados, con bajo consumo de oxígeno, a diferencia de los mamíferos superiores, quienes para huir o luchar requieren altas cargas de oxígeno. El estado de inmovilidad extrema se conoce con el nombre de tanatosis, y en los mamíferos, se observa como un estado previo a la muerte, dado que, de lograr una salida y escape, pueden huir de la amenaza en forma vertiginosa, con sacudidas frenéticas y espasmos, antes de emprender la carrera (Levine p., 2013; Porgues S., 2016).

La neurocepción por lo tanto, se refiere a esa capacidad neurobiológica que presentan los organismos superiores de percibir a distancia la amenaza, posiblemente mediado por las neuronas espejos que no solo perciben, por espejamiento, el dolor o sufrimiento del otro, sino también captan intenciones. Gendlin le llamo a este tipo de conocimiento indiciario corporal sensación sentida o referente directo a eso organísmico centrada en el soma, generalmente ubicado en el vientre, o en otra parte del cuerpo (Alemany C., 1997; Gendlin E., 2008). Una vez sentido el referente directo en la terapia experiencial se recurre a un primer asidero, que es verbal, explicativo, cognitivo, lingüístico, definitorio de aquella sensación sentida. Un primer asidero modifica la sensación sentida y entonces surge otro asidero y otra sensación sentida y en un proceso recursivo espiraloídeo se va afinando la verdad final experiencial de lo acontecido.

Así como se perciben la amenaza, según Porges, se percibe la seguridad ya sea un ambiente seguro con algún otro que le brinde apriorísticamente certeza, confianza y acogida. En este caso la activación del sistema parasimpático ventral mielinizado o “inteligente” da cuenta del desarrollo de la salud, el crecimiento y la recuperación. De allí que la relajación, prácticas meditativas, imaginación, juego, humor, arte y conexión grupal saludable, entre muchas más,

estén vinculadas a la activación de este sistema neurobiológico que responde y fomenta la segurización de los individuos en contextos familiares, institucionales y sociales. La psicología de la seguridad esta mucho menos desarrollada respecto de la clínica de la amenaza, en especial con lo que le sucede al mundo entero hoy en día con guerras, desastres naturales, violencia, genocidios y pandemias, entre otras calamidades traumatizantes masivas que han dado cabida a la moderna ciencia de la psicotraumatología y a una legión de trabajadores sanitarios, entre médicos, terapeutas, psicólogos, voluntarios, personal de rescate y salvamento, bomberos, policías que han hecho de su trabajo un apostolado a la luz de las atrocidades que día a día impactan a la sociedad entera.

La psicología de la seguridad surge en un mundo en tiempos de guerra, para fomentar la paz. Sin embargo, cuando el mundo está en paz, asunto que es cíclico, como todo devenir humano, esta psicología es tácita, se da por hecho, y no surgen nuevos conocimientos y prácticas para hacer de ella una constante propositiva y no una respuesta reactiva frente a los tiempos de conflictos. Si bien las crisis son oportunidades para que surja lo nuevo o creativo, pronto lo nuevo decae en lo conservado culturalmente y surge el olvido del horror, de la desigualdad e injusticia y se instala la desesperanza y anomia del no cambio. Se requiere que una nueva psicología surgida en tiempos de amenaza se mantenga y permanezca para los tiempos de paz. La humanidad no admite futuros desastres como pandemias, guerras nucleares, económicas o desastres ecológicos. El tiempo se ha agotado.

Juego

Desarrollaremos el tema del juego en base a una disciplina de acción, que une clínica, teatro, dramaturgia, voz, escena, espontaneidad, improvisación y creatividad. Podría tomar cualquier otra de las bellas artes, sin embargo, esta disciplina, la dramaterapia, nos ha tomado más de 30 años de investigación en el trabajo con grupos y comunidades en el Departamento de Teatro de la Universidad de Chile y en EDRAS Chile. De allí la utilizamos como modelo para entender el tema del juego que es tan relevante en la práctica clínica, terapéutica grupal y en particular con grupos traumatizados.

Dramaterapia se funda, a partir de los trabajos del connotado pedagogo teatral, Peter Slade y de su teoría del desarrollo dramático infantil y juego. Esta plantea que, en el desarrollo humano desde el nacimiento hasta la consolidación de la personalidad en la vida adulta, se da naturalmente un desarrollo dramático-teatral (Slade P., 1978).

Partiendo de la base de que una de las diferencias entre psicodrama y dramaterapia dice relación con sus orígenes, el psicodrama, en palabras de Moreno, no proviene del teatro (Moreno J.L. 1979, 1993, 1995). Teatro es mimesis o imitación, mientras que psicodrama es antimimesis, o sea la verdad misma. Moreno pone más énfasis en la espontaneidad, que en el teatro en sí mismo.

En cambio, podemos afirmar que dramaterapia nace en el teatro, es decir en la mimesis y culmina en el teatro, atravesando por todo el proceso creativo inherente al quehacer teatral (Johnson DR., Emunath R. 2009). También dramaterapia sin contratiempos, puede detenerse en el psicodrama, utilizándolo más bien como técnica auxiliar al servicio de la indagación terapéutica de roles, personajes, protagonismos, antagonismos, deuteragonismos y escenas. Los autores más influyentes en dramaterapia presentan diferentes fuentes a la hora de comprometerse con las bases teóricas de esta disciplina. Para Renée Emunah las bases

conceptuales de la dramaterapia son: El juego dramático, teatro, role playing, psicodrama y rituales dramáticos. La secuencia sincrónica del trabajo dramaterapéutico debería contar con juegos dramáticos, trabajo escénico, role playing, enacción y rituales dramáticos (Emunath R., 1994). Cabe señalar que se pueden resumir estos puntos en teatro, psicodrama y rituales o incluso teatro, metáfora y rito. Los juegos dramáticos, trabajo escénico y enacción forman parte del teatro, mientras que el *rol playing* es parte del psicodrama. Los ritos forman parte, por separado, de prácticas de acción terapéuticas independientes e integradas con muchas otras, vinculadas a los orígenes sagrados, curativos, divinos y religiosos de la humanidad. De este análisis entonces se deduce que lo que es inherentemente dramaterapéutico es el teatro, rituales y sus consecuencias naturales tales como es juego dramático, trabajo escénico y enactivo, que se refiere a aprendizajes corporales-en-acción y génesis de conocimiento intuitivo, emocional y reflexivo a partir de experiencias encarnadas o corporizadas. Se puede ver al psicodrama también muy en relación con ritos, lo que es asumido tácitamente por muchos psicodramatistas. Pero aquellos deben ser tratados no como “parte de”, sino como “complemente de”. Respecto de dramaterapia, los rituales son parte fundamental.

La estructura apresto-desarrollo-cierre de dramaterapia, está mucho más emparentada con la estructura de una clásica obra de teatro de tres actos, con una serie de escenas en cada acto, marcadas por la entrada y salida de los personajes. Sólo que en el apresto dramaterapéutico se incluye la preparación física y vocal del actor, el *training*, antes de entrar al escenario, con el público observante excluido, deseoso de ver el despliegue del drama. Más adelante, en el desarrollo, se juegan escenas, roles y personajes y, a diferencia del teatro, el público es observante, con participación de rituales sanativos, en donde toda la comunidad acude como en la misa o el carnaval.

Finalmente, la mayor novedad en dramaterapia la determina el cierre que, a diferencia del psicodrama, es en acción, tal como culmina una gran obra de teatro, sin palabras finales, sin postfacio verbal, cual rito mágico. Las resonancias reflexivas de los involucrados en esta gran puesta en escena sólo se producirán individual y grupalmente a posteriori, como en la vida diaria o en sueños.

La teoría del desarrollo infantil que está en la base del psicodrama corresponde a una teoría psicosociológica que estudia las dinámicas de la relación madre/padre/hijo desde el nacimiento hasta la configuración de la personalidad en la vida del joven adolescente. Se trata de una teoría interaccional del desarrollo emocional y social fuertemente influida por el psicoanálisis. Moreno amplía sus observaciones acerca del desarrollo psicológico del niño hasta la edad de 14 años. Aparte de la comprensión del desarrollo infantil a partir de la matriz total indiferenciada, hasta la brecha entre fantasía y realidad, también lo hace desde el estudio longitudinal o evolutivo de los diferentes estadios de agrupamiento y diferenciación, aplicando el test sociométrico, desde cierta edad, para sustentar la ley sociogenética de la evolución de los grupos (Garrido Martin E., 1978).

Dramaterapia se basa en la teoría del desarrollo dramático infantil, que estudia cómo el niño desde que nace hasta la edad de adulto joven y más, desarrolla específicamente el aspecto “dramático”, referido a la capacidad de transitar desde un primer acercamiento sensorial corporal hasta la posibilidad que tiene el hombre adulto de hacer teatro para sí mismo y para los demás en la comunidad, con o sin una finalidad de producción estética, sino más bien con la intención de encontrar en el teatro, la importancia de expresión y revelación creativa con el propósito de crecer como ser humano en todas las dimensiones, física, psicológica, social, espiritual y cósmica (Slade P., 1978). Es por eso una teoría basada netamente en el desarrollo

dramático del ser humano y a partir de allí generar proyecciones hacia el desarrollo psicológico que implicaría también, aparte de lo terapéutico, asuntos pedagógicos.

Partiendo de la teoría dramática infantil, Peter Slade, uno de los pioneros de pedagogía teatral y de dramaterapia, plantea que el niño desde que nace hasta que es adulto sigue un camino de desarrollo que se inicia en lo corporal. Las primeras experiencias del niño serían del tipo sensorio-motrices y el conocimiento de su entorno estaría ligado a habilidades corporales tales como movimientos, sensaciones, percepciones sensoriales elementales, tales como sonidos, voces, olores, es decir todo lo que lo estimula física y sensorialmente. Las respuestas ante estos estímulos serían consideradas, en el desarrollo dramático infantil, como pertenecientes a la primera etapa del desarrollo dramático, es decir los antecedentes básicos para hacer teatro, una especie de aprendizaje y preparación corporal basadas en las experiencias vividas, que otorgaran al futuro actor de la vida y del teatro, los fundamentos para su desempeño en la escena, su cuerpo, la respiración, la voz, el movimiento y la captación sensorial de la realidad, la antesala para la proyección y construcción de personajes (Slade P., 1978).

Sue Jenning distingue tres momentos centrales para comprender la práctica de la dramaterapia que recibe la sigla E-P-R: *Embodiment, Proyección, Role*, que se traduce como incorporación o encarnación, proyección y enrolamiento (Jenning S., 1994).

En la corporización el conocimiento y aprendizaje de las vivencias de la vida misma se establecerán como algo incorporado o encarnado, pre-conceptualmente, muy en la línea de lo entendido desde la psicoterapia experiencial como el “referente directo” relacionado con la sensación sentida (Riveros E., 2009).

En la proyección, se refiere a la capacidad del niño y de las personas de poner fuera de sí las vivencias y dar un primer paso en el camino de la simbolización que es el colocar ya sea en

personajes, imágenes, metáforas y símbolos en escrituras, guiones, dibujos, pinturas u objetos, todo lo relacionado con la vivencia interna.

En el enrolamiento y personajización, lo entendemos como la capacidad del niño de identificarse y enrolarse en roles y personajes. A partir de ellos, generar intercambios con otros personajes, textos, guiones y los esbozos de una dramaturgia con potencialidad de ser representada para la comunidad.

He agregado otros dos momentos de este desarrollo, no considerados por Jennings, que es la improvisación y creación de obras con potencialidad representativa, dado que ambas, a mi modo de ver, completan el ciclo del desarrollo dramático del ser humano y dotan al método dramaterapéutico de una de las fuentes fundamentales para aceptarla como disciplina definitivamente terapéutica, que es la creatividad

Juego y apresto en dramaterapia

Uno de los elementos claros de dramaterapia radica en los aportes de la teoría del juego, en su desarrollo y potencialidades terapéuticas. Aquí el énfasis se dará al apresto y el desarrollo del trabajo dramaterapéutico. El cierre se dará siempre en acción, a través de rituales. A diferencia del psicodrama, en donde el foco terapéutico está en la dramatización y el compartir verbal, en dramaterapia la fuerza está en todas las fases secuenciales de su práctica. El apresto tiene el mismo sentido del caldeamiento psicodramático, aunque más vinculado al juego o *training* teatral, que facilita la transición entre realidad cotidiana y realidad dramática. El desarrollo, en dramaterapia, continúa en acción, por medio del trabajo escénico y enactuación. El cierre también será en acción, al modo de rito mágico, no considerando la elaboración verbal como elemento central de cierre.

El apresto es cualitativamente diferente al caldeamiento psicodramático. Para ampliar esta afirmación tenemos que remitirnos a lo que algunos autores nos dicen acerca del juego (Huizinga J., 1943; Población P., 1997; Winnicott D., 1999; Terr L., 2000; Martínez-Bouquet CM., 2000).

En apresto dramaterapéutico se juega. Contribuye, por así decirlo, a buena parte del proceso terapéutico. Podría incluso, en el inicio del trabajo con grupos, ser la única experiencia que esa colectividad vivenciará, en espera de entrar a la realidad dramático-teatral, para salir transformada, posteriormente, en el acto ritual. Aprestos toma del juego, aspectos centrales del proceso de aprendizaje y sigue, cuidadosamente, la evolución del desarrollo lúdico del niño. Se asume que la persona-grupo, es un ser en proceso de crecimiento a partir de su núcleo corporal hacia la periferia, en devenir desde sus mundos cotidianos, privados, sensoriales e imaginarios, hasta llegar a la representación, colectiva y gregaria. Se funde estéticamente con la comunidad. Esta dimensión le da valor de comunión interpersonal y multipersonal que, bellamente esbozado, da paso a una comunalidad amplia, centrada en valores universales para el bien común, solidaridad, equidad, expresividad, creatividad.

Seguendo a Odgen, se asume que “el núcleo físico del cuerpo comprende la pelvis, la columna y la caja torácica; la periferia física comprende los brazos y las piernas. El núcleo brinda apoyo y estabilidad a la totalidad de la estructura y se arraiga firmemente a través del interior de las piernas. La periferia brinda movilidad e interrelación con el entorno”. Dentro de este esquema sobre simplificado, aunque tremendamente operativo para efectos del trabajo dramaterapéutico, cuello, cabeza y rostro, se incluyen tanto en el núcleo como en la periferia del cuerpo. Forman “parte de” o son una “prolongación de” la columna y en razón de ello, pertenecen al núcleo. Facilitan también la participación e interrelación social con el entorno, y por eso, pertenecen también a la periferia. Consideramos que ambos segmentos

corporales, núcleo y periferia, están vinculados con la autorregulación emocional y la regulación relacional. Más adelante esta autora, especializada en la terapia sensorio-motriz de psicotraumas, señala que “los primeros movimientos del infante se originan en el núcleo del cuerpo e irradian en dirección a la periferia, y después se contraen hacia adentro en dirección al núcleo”. Los movimientos nucleares tienden a ser más flexibles, estables, coordinados y facilitados. El núcleo tiene un sentido psicológico como “el lugar interior” al que podemos ir para sustentarnos. El lugar seguro. Por su parte los segmentos de la periferia están implicados en la movilidad, la expresividad, la acción y la interacción (Odgen P., 2009)

Por otro lado, desde la didáctica general, Ausubel destaca la naturaleza de los juegos como medios a través del cual los seres humanos aprendemos significaciones. Este saber está mediado por el lenguaje. La información obtenida desde el juego se toma y se procesa intelectualmente para transformar la experiencia del juego, en algo significativo. De allí, en dramaterapia, lo llamado juegos dramáticos o juegos simbólicos. Este autor postula que existen tres tipos de desarrollo de la mente humana:

1. Desarrollo enactivo: Se refiere a la manipulación de objetos concretos por la acción y observación de los movimientos. Aquí se aprende por imitación.
2. Desarrollo icónico: Implica en primera instancia el contacto visual, aprendizaje mediado por imágenes.
3. Desarrollo simbólico: Aprendizaje generado por representaciones y juegos imaginarios de representación mental.

En estos tres tipos de desarrollo el juego teatral tiene especial relevancia. En efecto, por medio de la mimesis, que implica imitar o representar alguna cosa a través de la corporalidad y medios lingüísticos, Aristóteles define la producción artística, *la poiesis*, como imitación de la acción verdadera o de la realidad, la que no solo está relacionada con la acción práctica de alguien, sino también ocurre a través de la recepción visual de un objeto o cosa, y por último, el símbolo que legitima la expresión del lenguaje teatral (Ausubel D. 2020).

Profundizando mayormente en los juegos citamos a Roger Caillois, quien hace una clasificación de juego en cuatro categorías principales de acuerdo a sus fines:

- ✓ *Agon*, corresponde a juegos de competición
- ✓ *Alea*, juegos de azar
- ✓ *Ilinx*, Juegos en donde se vivencia el vértigo, juegos de riesgo
- ✓ *Mimicry*, juegos de representación

Detengámonos en estos últimos, los juegos de representación. Se funda en el imaginario y se manifiesta por la acción simbólica ya que, como primera regla, por medio de la caracterización, se asume el rol de un personaje, “jugar a como si fuera”, así se deja ver la capacidad de imaginar y representar la realidad del mundo vivo: animal o humano. “En el juego el sujeto olvida, disfraza, despoja pasajera de su realidad a su personalidad, para fingir ser otra, es un juego colectivo, que produce placer para el ejecutante y el observador, de esta manera invita a un proceso social,

ya que se presenta frente a un grupo de espectadores, un colectivo en donde está determinado un espacio y un tiempo para el juego.” (Caillois R., 1994)

La analogía entre juego y teatro en su esencia conlleva la necesidad de representarse, de asumir un otro yo, que vaya más allá de nuestras propias limitaciones, poder develarnos a nosotros mismos y satisfacer la necesidad que tenemos de manipular la realidad, transformarla y trascenderla.

Winnicott en “Realidad y Juego”, señala lo siguiente:

“La psicoterapia se da en la superposición de dos zonas en juego: la del paciente y la del terapeuta. Está relacionada con dos personas que juegan juntas. Cuando el juego no es posible, la labor del terapeuta se orienta a llevar al paciente, de un estado en que no puede jugar, a uno en que le es posible hacerlo. El juego de los niños se vincula con la concentración de los adultos” (Winnicott D., 1999)

“Lo universal es el juego y corresponde a la salud; facilita el crecimiento y por lo tanto a esta última; conduce a relaciones de grupo; puede ser una forma de comunicación en psicoterapia y, por último, el psicoanálisis se ha convertido en una forma muy especializada de juego al servicio de la comunicación consigo mismo y con los demás”

“Nuestra indicación para el procedimiento terapéutico es ofrecer oportunidades para la experiencia informe, y para los impulsos creadores, motores y sensoriales, que constituyen la materia del juego. Y sobre la base de este se construye toda la existencia experiencial del hombre, ya no somos introvertidos o extravertidos, experimentamos la vida en la zona de los fenómenos transicionales, en el estimulante entrelazamiento entre la subjetividad y la observación objetiva, zona intermedia entre la realidad interna del individuo y la realidad compartida del mundo, que es exterior a los individuos”.(Winnicott., Op. Cit.)

Para efectos del trabajo dramaterapeutico estas observaciones son importantes en la medida que posicionan el juego dramático y teatral, tan propios del apresto, en un lugar privilegiado, al mismo nivel que el desarrollo enactivo para la construcción, caracterización y ejecución de personajes en escena y de ritos transformacionales.

La realidad teatral tiene mucho que ver con el espacio transicional del juego, o sea aquel espacio simbólico que hace de puente entre el sujeto que experimenta y la realidad cotidiana. En dramaterapia, este espacio de transición permite que el apresto sea una instancia “lo suficientemente buena” que acoge, protege y nutre. Y como tal esta dimensión puede extenderse más allá de la siguiente etapa, si el grupo lo requiere. Si la comunidad necesita sostén o algunos de sus miembros en particular, entonces el apresto, naturalmente, se extenderá como madre nutricia que prolonga la lactancia todo lo que sea necesario, incluso a riesgo de infantilizar la dinámica grupal. Se trata de “grupo como madre”.

La etapa de desarrollo se relaciona con el ingreso a la realidad dramático-teatral desde lo cotidiano, encarnado personajes y ejecutando escenas. El enraizamiento y el crecimiento hacia estadios de mayor autonomía e independencia será lo que comandará las dinámicas colectivas. Este desarrollo deja entre paréntesis a los miembros individuales del grupo, así como también al facilitador, para potenciar el desarrollo autónomo del grupo en su totalidad con el propósito de generar actos creativos tan propios de esta etapa. En escena los miembros individuales son absorbidos por la grupalidad, se alinean geoméricamente en horizontalidad, las jerarquías desaparecen, la creatividad implosiona desde el núcleo del grupo y, al igual como en las antiguas culturas, la identidad propia queda al servicio de los fines comunitarios, durante el tiempo destinado a la representación y al ritual de salida.

El juego en los mamíferos superiores, desde los simios hasta el ser humano, forma parte de la conexión social. Según Porgues, esta es la primera estrategia para lograr la autorregulación emocional frente al estrés. Sucede no solo en los primates superiores, sino también en mamíferos superiores, que presentan un sistema nervioso central con corteza cerebral rudimentaria, tales como los animales que viven cerca del ser humano. Estos seres sintientes regulan la amenaza a través del juego que consiste, por ejemplo, cuando los cachorros se persiguen mutuamente, y cambian de perseguidor a perseguido. El mordisco es un “como si” o sea un morder sin morder. En ese intertanto hay un cruce de miradas, auto y heterorregulatorias. Es decir, se inhibe la conducta agresiva de ataque o fuga. En términos neurobiológicos, se anula la respuesta simpática adrenérgica de los ganglios paravertebrales que generan enfrentamiento o huida. La conexión social es sólo atributo de la evolución filogenética del nervio vago “inteligente” o vago ventral, que ha tomado escasos 100 mil años a los mamíferos superiores y que los diferencia, de los reptiles. El ataque y fuga, como respuesta adrenérgica, sólo es posible en seres con alto consumo de oxígeno, como los mamíferos, que permite, en segundos, activar todo su aparato neuromuscular defensivo para preservar la vida, a diferencia de los reptiles quienes, al no contar con esta neurobiología, sólo recurren a la activación de vago dorsal, para generar parálisis o tanatosis (Porgues, 2016).

En los seres humanos, la activación del vago dorsal sólo ocurre al estar enfrentados a una amenaza imposible de escapar y de ser así, puede generar grave sintomatología disociativa traumática y postraumática.

Tanto en psicodrama, y el particular en dramaterapia, el juego es central en la primera parte del trabajo grupal, denominado caldeamiento o apresto, respectivamente. En esta fase el grupo juega por medio de movimientos o ejercicios físicos, interactivos o expresivos. Desde

la neurobiología del trauma, podríamos hipotetizar que ambas etapas, en el grupo, son útiles para generar un clima emocional de confianza, un lugar seguro y de contención, en donde más adelante de generara la dramatización, en el psicodrama, o el ingreso a la realidad dramático teatral, en la dramaterapia. Este clima de seguridad se logra mientras el cuerpo está en movimiento y si éste resulta más activo o dinámico, el grupo empieza a reír, lo cual, en general da la señal de que la fase de caldeamiento o apresto ha finalizado.

En los grupos traumatizados hemos utilizado movimientos lentos. El ralentizar las acciones conduce al grupo hacia un territorio más íntimo, casi meditativo. Incluso se puede aplicar una técnica de maximización de los movimientos lentos llevándolos al extremo, en donde espacio y tiempo se amplían imaginariamente, de manera de que esta fase este acorde con las siguientes, es decir dramatizar el trauma o la metaforización de aquel, en la escena teatral. Coincidentemente hemos explorado caldeamiento o apresto utilizando movimientos lentos minimalistas en el trabajo con grupos on line, no necesariamente grupos traumatizados, sino en general. El hecho de que el núcleo del cuerpo on line sea rostro y manos en particular, ralentizar los movimientos nos permite alcanzar una mayor cualidad dramática. Los movimientos rápidos o de la vida cotidiana on line, se difuminan en pantalla. Nuestro sentido visual no logra seguir movimientos rápidos en este formato. Este hallazgo sería una aplicación al trabajo on line e híbrido sincrónico, de los movimientos lentos, lo cual requiere mayor exploración.

Cibernética, sistemas y psicodrama

La cibernética se entiende como la ciencia de la pauta, el control y la organización. Se trata de un concepto derivado de la ingeniería e informática, y aplicado ampliamente por los terapeutas sistémicos a familias y grupos partir de la década de 1950, por el Grupo de Palo Alto (Kenney B., 1987).

En el psicodrama clásico, el grupo conducido por el director formando parte de los elementos del psicodrama clínico, está inserto en una epistemología lineal causa - efecto o sea se realiza una acción determinada para “extraer” el mal o enfermedad que, en algún punto de la historia personal o colectiva, se localizó en dicho organismo y por ende, pertenece a su pasado. Este modelo promueve que la intervención para cambiar el presente sería ir al pasado, utilizando una especie de regresión clínica patobiográfica con la técnica del encadenamiento de escenas, para cambiar dicha realidad en el pasado y después regresar al presente. Luego observar cómo se mantiene el cambio en el presente y se modifica el futuro. Esto pertenece a una lógica de tiempo lineal que ocupa aun la ciencia médica contemporánea (también psicodrama y dramaterapia). Cada vez la medicina actual es mayormente cuestionada por los modelos de medicina sistémica y narrativa que busca comprender el sufrimiento humano desde una visión circular multicausal, atemporal y compleja. Uno de los elementos por lo que el psicodrama se asume como curativo tiene que ver con la re-matrización de escenas nucleares conflictivas del protagonista. Este supuesto epistemológico propone que hay un pasado clínico que antecede al presente y posterga la salud en el futuro. Es por tanto una visión lineal del tiempo de las escenas y los conflictos humanos. Si bien podemos considerar a Moreno como uno de los primeros terapeutas interaccionales sistémicos, no podemos negar que se trata de un ciberneta de primer orden, todavía alejado conceptualmente de la cibernética de segundo orden circular e implicativa del observador, acerca del fenómeno observado (Maturana H., Varela F., 1986; Torres P., 2022).

En psicodrama clásico se continúa hablando de psicodrama vertical, como una manera de referirse a que el problema subyace en el pasado. Tal vez la tecnología hoy nos pone en la vanguardia de explorar un psicodrama sistémico, circular, recursivo, en el cual la intervención sólo ocupe una parte del arco relacional que une pasado, presente y futuro. Intervenciones tales como proyección al futuro o *surplus* real, que utilicen imaginación y fantasía al servicio del cambio psíquico, sean capaces, con la misma eficacia que las regresiones al pasado, de generar transformación.

Respecto del espejo de visión unidireccional de los inicios de la terapia sistémica se sabe que en un comienzo, las sesiones eran filmadas con el solo objetivo de dejar registro audiovisual y revisar las intervenciones en forma asincrónica en supervisión de casos, a posteriori. El equipo de supervisión se ubicaba en la cámara oscura y desde allí, por medio de un citófono, daba instrucciones a los terapeutas de la sala principal.

Un avance notable de ese dispositivo lo logra en noruego, Tom Andersen, con su equipo reflexivo. En esa modalidad la familia tiene la posibilidad de observar lo que los terapeutas supervisores conversan acerca del proceso, utilizando el mismo espejo que en esta oportunidad se denomina espejo de visión bidireccional. Andersen subtitula sus aportes en el libro: "El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre los diálogos" (Andersen T., 2011)

Otros terapeutas sistémicos y psicodramatistas buscan alinear la relación entre observadores, acuñando términos como covisión e intervisión, para sostener que el grupo está al mismo nivel, veedores y visionados, como una manera de dejar el poder del conocimiento, toma de decisiones y ejecución en el grupo terapéutico, incluso en la familia,

compartiendo responsabilidades (Kesselman H., Pavlovsky E., 2006; Filgueira M., 2018; Seikkula J., Arnkil TE., 2016).

Cualquiera haya sido la evolución de aquellos profesionales, la tecnología a través del trabajo en pantalla viene a modificar drásticamente esta manera de visionar interactivamente situaciones clínicas, terapéuticas, pedagógicas y formativas. El llamado espejo tecnológico nos permite no solo auto-observarnos a cada momento en nuestra pantalla, sino observar un grupo en línea a miles de kilómetros de distancia y en husos horarios diferentes. Al contar con una sala de videoconferencias el grupo on line puede observarse a sí mismo, si disponemos una cámara que, desde el espacio presencial lo enfoque. Esto sucede en el más desafiante y novedoso de todas las combinaciones posibles y que es el grupo híbrido sincrónico, es decir un grupo presencial en interacción entre sí, y en interacción con un grupo on line, también en interacción entre sí, con los participantes on line.

Nuestro equipo de EDRAS Chile realizó en Noviembre de 2022 una experiencia híbrida sincrónica que paso a describir:

Se trata del programa de Diplomado “Psicodramaterapia” integrado presencial, on line e híbrido sincrónico. El grupo presencial esta integrado por seis miembros, mientras que el grupo on line por doce provenientes de Chile y varios países de Latinoamérica. El dispositivo híbrido ssincrónico se ha acotado sólo para la integración de ambos grupos y para conexión social que busca la regulación emocional de la totalidad del grupo. El grupo presencial presenta una escultura de como se percibe en el momento del cierre de una jornada de

cuatro horas de trabajo psicodramático sistémico. La escultura se dispone ventralmente hacia la pantalla. Se trata de una pantalla de 65 pulgadas, amplia, grande para el tamaño de la sala. La altura de la pantalla es de menos de 1,80 cm, respecto de los participantes presenciales. Se decidió esta arquitectura para lograr que el rostro de los alumnos on line quedara a la misma altura que los presenciales y que el tamaño de la cara fuese más o menos similar, sugerencia volumétrica proveniente del técnico audiovisualista asesor y aceptada por el equipo de EDRAS Chile. Nuestra decisión esta basada en el concepto de neurocepción, explicado anteriormente, es decir que nuestro cerebro emocional percibe preferentemente volúmenes, formas, nebulosidades, de manera que la pantalla se ubicada en un lugar que generara seguridad grupal y no amenaza; ni tan lejana, ni muy arriba ni muy abajo. Lo mismo vale para el sonido. Se logra buen audio a través de una barra parlante superior a la pantalla con buena resolución, y micrófonos inalámbricos ubicados en la sala para que, quienes están en pantalla, logren escuchar nítidamente lo ambiental.

Lo que hemos observado en el dispositivo híbrido sincrónico es que la pantalla genera un efecto de absorción de la atención de los participantes presenciales. O sea, toda la atención puesta en la pantalla y en quienes están en ella, on line. La escultura esta diseñada como en medialuna, es decir exposición ventral de cuerpos individuales y del cuerpo grupal hacia quienes están on line. Como el grupo presencial dispone de tridimensionalidad se da la consigna que roten la escultura en 180° como si fuera un octaedro y expongan el dorso de la escultura que coincide con los dorsos de los cuerpos individuales.

Los grupos presenciales se organizan en círculo y exponen la parte ventral hacia el interior del círculo. Así ha sido desde los orígenes de la humanidad con los rituales ancestrales. En

esta experiencia el grupo expone su torso, o sea lo ventral en una medialuna como buscando que el grupo on line se integre y complete el círculo.

Al repetir el mismo ejercicio con el grupo on line, sorprendentemente dorso no correlaciona con dar la espalda a la cámara. Surgen propuestas diferentes: Ponerse de lado, apagar la cámara, poner ambas manos adelante ocultando la cara, o poner ambas manos sobre la cara, ocultando la mirada. No podemos asumir que el grupo on line carece de dorso. Lo que sí surge es una expresión diferente de la circularidad del grupo, que aún no ha sido explorada lo suficiente por los investigadores. Lo que confirma este ejercicio es que se trata de dos grupos y no de un solo grupo integrado. Este ejercicio genera angustia en los participantes on line, tal vez la angustia de estar en lo bidimensional y de no estar en la tridimensionalidad la que, nuestros sentidos, nos revelan cada día en la experiencia cotidiana de escuchar, mirar, tocar, conversar, sentir el volumen corporal en relación con algún otro, también dotado de volumen. El concepto de lo volumétrico merece cierta atención. Muchos animales responden a la silueta, al volumen, por ejemplo, de un depredador, gracias a la neurocepción o percepción corporal general, sumatoria de todos los sentidos. No se perciben detalles que nos dota la agudeza visual o auditiva, sino volumen, atributo de la percepción a priori, indiciaria, muchas veces llamada intuición.

Ampliando la idea anterior, nuestra experiencia con grupos híbridos sincrónicos nos devela un tope tecnológico, aparte de lo anteriormente expuesto. El grupo presencial queda circunscrito a solo una cuadrícula del Zoom, lo que le quita peso y potencia escénica frente a cada uno de los integrantes on line. O sea, queda como un “grupo-persona”. Los rostros están lejanos, sin posibilidad de ver detalles expresivos de la mirada, gestos, sonrisas,

lágrimas. Esta asimetría genera un efecto de subyugación conductual del grupo presencial hacia el grupo on line. Algo muy etológico, que tiene que ver con quien domina y controla la acción, en donde, desde la neurocepción de Porgues, sería primariamente el tamaño o volumen del cuerpo. Nosotros le hemos solicitado a cada participante del grupo presencial que acudan a las jornadas híbridas, con su ordenador portátil, lo que no es de modo alguno complicado. De esta manera todas estarían on line simultáneamente, más el grupo presencial. La calidad expresiva del rostro se vería no sólo en la pantalla del ordenador personal, sino además en la mega pantalla grupal. Los resultados de esta experiencia se encuentran en proceso evaluativo para ser comunicados con posterioridad.

Psicodramaterapia en postpandemia

Nuestra propuesta de psicodrama virtual trata de un psicodrama minimalista. O sea, un psicodrama que requiere un mínimo de elementos conservando lo esencial del psicodrama de Moreno tanto en lo teórico como en lo técnico, con la sugerencia de la necesidad de que el psicodrama se adapte a los tiempos postmodernos, en y postpandemia.

¿Por qué psicodramaterapia? Pensamos que en formato on line e híbrido sincrónico las metodologías y técnicas se funden. No es fácil y tal vez imposible separar una u otra manera de conducir técnicamente un grupo. En ambos formatos se hace patente que las técnicas son subsidiarias a una u otra disciplina. En grupo on line introduce una distorsión a la concepción de los grupos presenciales, por todas las razones antes señaladas; por tanto mal podría generarse una técnica psicodramática o dramaterapéutica depurada y denudada, aséptica metodológicamente, sin que presenten intersecciones más rotundas que en la presencialidad.

Tal vez lo más evidente sea en el caldeamiento o en el apresto con movimientos corporales in situ. En ambos, utilizamos movimientos lentos y, en la dramatización o trabajo teatral de la realidad dramática, solemos utilizar elementos proyectivos tales como dibujos, imágenes, telas, cuerdas, música, sonidos ancestrales, guiones, poseías, dramaturgias. Todas las técnicas básicas del psicodrama las hemos utilizado en on line, así como también en lo híbrido sincrónico. Sin embargo, la persistencia de lo fusional es inamovible. De allí la integración de nuestro programa de habilitación en técnicas de psicodrama y dramaterapia, sin perseguir separar ambas.

Acerca de la experiencia en Zoom en psicodrama virtual, puedo señalar las siguientes reflexiones y representaciones (hago la salvedad y diferencio la reflexión verbal, discursiva, conceptual, con la representativa o imágenes, fantasías, sensaciones corporales, cenestésicas).

Zoom es una plataforma diseñada para comunicarnos entre las personas por medio de la tecnología. No se trata de una única plataforma. Hay decenas de ellas. Sucede que Zoom es la que, a mi modo de ver, se ha socializado en el medio psicológico aún más en el contexto de la pandemia. No es extraño entonces que en psicodrama se haya potenciado. En los encuentros de psicodrama y en la formación *on line*, surge como una realidad necesaria. GRUP Barcelona, lo está desarrollando desde antes de la pandemia, en forma visionaria (Vaimberg R., 2012, 2015). Pienso que la experiencia a través del Zoom nos permite diseñar, conceptualizar y practicar un psicodrama diferente, que requiere urgentemente escribir una teoría de psicodrama virtual, amplificando la concepción y práctica del psicodrama on line. Desde el punto de vista clínico, psicodrama virtual es una terminología amplia que

abarca desde el psicodrama mental o interno, que se vale de imágenes mentales para aplicar los movimientos técnicos básicos del psicodrama tales como cambio de roles, espejo, doblaje, espejo, soliloquios e interpolación, entre otros, mientras el cuerpo físico del protagonista permanece inmóvil, en un estado de relajación o meditación, pasando por otras variantes como el psicodrama y la psicoterapia de la relación. En este caso, ambos cuerpos, el del protagonista y el del terapeuta, permanecen inmóviles, sentados en posición discursiva. El terapeuta cambia de roles en forma caleidoscópica, transformándose en personas vinculares significativas, frente al protagonista. No es necesario el desplazamiento físico. Todo el proceso se vale de la imaginación. Posteriormente podríamos ubicar el psicodrama minimalista o consteladrama, en donde los movimientos para el caldeamiento son mínimos, así como también son los concernientes a la dramatización.

Psicodrama on line es una forma de psicodrama virtual. La virtualidad, basándome en la etimología de la palabra, del latín *virtus*, significa algo que no es real, aunque se realice el trabajo. El sufijo *al*, relativo a, implica una cualidad de la virtud de realizar la tarea. A mi modo de ver el dilema se resuelve al asumir la diferencia entre lo real y la realidad. Lo real se refiere a la presencialidad física y por ende, aquí cuerpo, movimiento, interacciones entre los cuerpos y acciones reales y concretas observadas, nos hacen patente estar en el psicodrama real. La realidad es lo construido internamente por el sujeto y aquí caben sensaciones, emociones, imágenes fantasías, representaciones, cogniciones y creencias. Por eso es que, afirmamos que el psicodrama interno atribuido a A.C.M. Godoy, en la década de los 70, psicodramatista y bioenergicista, quien desarrollaba dramatizaciones

en el cliente imaginando escenas y el psicodrama mental, de Victor Silva Días - ambos autores citados por José Fonseca - son formas de psicodrama virtual (Torres P., 2015).

Volviendo a la experiencia del psicodrama virtual por Zoom, debemos señalar algo más. La plataforma nos somete al cuadrado de múltiples ventanas virtuales, las cuales están a su vez, encuadradas en el cuadrado del diseño del ordenador. El cuadrado es bidimensional, y se comporta sometiendo nuestra mente a dicha cuadratura, lejana a la circularidad natural de los grupos humanos. Ser sometido a esta geometría también se observa en la arquitectura, con fines funcionales de optimizar los espacios, los materiales, lo económico, aunque no tenga relación con la circularidad sagrada de la mente humana. También nos propone estar sentados frente a la pantalla. Lo corporal resulta escasamente logrado, con ausencia de la interacción entre los cuerpos de los participantes. Pretender desarrollar un psicodrama *on line* con la metodología del psicodrama real, no sólo es un contrasentido, sino una entelequia.

Por lo mismo vale, aprovechado la extraordinaria situación de pandemia / postpandemia y uso masivo de Zoom tanto en clínica como en formación de expertos, generar más conocimientos acerca de teoría y práctica del psicodrama *on line*, como subsistema del psicodrama virtual. Como dato solo existe escasos textos en español de psicoterapia de grupo *on line*.

Respecto de lo experiencial logrado en la vivencia de psicodrama *on line*, debo señalar que logra el emocionar necesario para que se generen dinámicas propicias para la génesis de escenas y dramatizaciones con la consecuente aplicación de técnicas básicas tales como

caldeamientos, cambio de roles, espejos, soliloquios, doblajes, esculturas e interpolaciones, entre otras. Sin embargo, el caldeamiento debería ser minimalista, centrado en desplazamientos lentos, ejercicios de respiración, meditación e imaginería guiada, movimientos corporales mínimos, utilización de escritura creativa, dibujos improvisados, uso de materiales plásticos y objetos simbólicos. Se trata de un caldeamiento diferente y creaciones de escenas y dramatizaciones también diferentes no comparables a lo que acontece en el psicodrama presencial.

Las técnicas básicas del psicodrama clásico, a mi modo de ver, no aplican plenamente en el psicodrama *on line*. Resultan forzadas y muchas veces pierden espontaneidad. Por cierto, lo que sí se logra es la vivencia de conexión emocional y social entre los participantes de un grupo, lo que no es menor y parte de una conversación, algún ejercicio corporal, meditación, expresión escrita, gráfica o plástica. Tal vez no sea suficiente como para tildar este trabajo definitivamente como psicodramático, a menos que amplifiquemos la mirada de psiquis – en - acción e incluyamos intra e interpsiquis -en- acción mental virtual.

Pandemia, postpandemia, trauma y recuperación

Pensamos que la pandemia se configura como un trauma colectivo de tipo acumulativo y por dilución. Una seguidilla de pérdidas sucesivas que van desde el miedo natural al contagio desde el inicio de la emergencia sanitaria, instrucciones acerca de cómo comportarnos en el hogar y la ciudad, con el llamado distanciamiento social e incluso íntimo. La consecuencia inmediata de esto último en la pérdida del contacto físico piel a piel, saludo de manos, abrazos, caricias; pérdida del compartir con nuestros seres queridos y en especial con los adultos mayores. En suma, pérdida de libertad que antes dábamos por hecho, tácitamente.

Pérdida de la cotidianidad. Pérdida de rutinas y rituales. Es decir, hemos dejado de abrazar a muchas personas, cosas, costumbres y situaciones gratas del día a día. El abrazo vacío es una metáfora de lo mucho que hemos perdido y dejado de abrazar en el mundo personal, privado, colectivo.

Por otro lado, estamos explorando nuevos lenguajes en la virtualidad. Lenguaje verbal por cierto y lenguaje de señas, pero también nuevas maneras de comunicarnos corporalmente, lo que es más complejo en lo virtual, toda vez que la háptica, es decir, lo que decimos a través del contacto piel a piel, con las manos, en especial la palma en donde se acumula una enorme y rica sensorialidad comunicativa, no está presente, por ahora, en las tecnocomunicaciones. Tal vez en el futuro lo estén. Sabemos que el avance en los videojuegos y la rehabilitación robótica de las extremidades, cada día son más capaces de emular la propiocepción compleja de manos, brazos, piernas y pies, por ejemplo, de pacientes mutilados.

El mundo de la comunicación virtual, por ahora es bidimensional, al estar ubicados frente a una pantalla plana en donde los sentidos de la visión y la audición son los únicos implicados. Frente a la pantalla permanecemos sentados y parte de nuestra mente, también lo está. No se trata de emular lo que hacemos en la vida real en lo que hacemos en pantalla. Se trata de una conexión con algún otro, de tipo bidimensional, plana y bisensorial. Falta la tridimensionalidad, la profundidad, lo estereoscópico, en definitiva, la multisensorialidad plena de la comunicación cuerpo a cuerpo, cuando compartimos.

Se comete un error no sólo conceptual sino también procedimental cuando queremos reproducir lo que hacemos con prácticas terapéuticas activas presenciales como psicodrama, dramaterapia o teatro playback, al estar trabajando con un grupo virtual. Nos parece un contrasentido si además nuestro trabajo es con psicotraumas y buscamos adaptar los métodos

terapéuticos de trabajo real al trabajo virtual. Ambos se complementan. Sin embargo, es necesario crear nuevas estrategias para llevar la acción corporal más allá, a través de la pantalla. Es más, nos parece se trata de herramientas tremendamente útiles si antes de aplicarlas impulsivamente en medio de la emergencia, pudiésemos reflexionar acerca de algunos tópicos como lo señalado en este escrito. El contrasentido surge con que las vivencias traumáticas se alojan en el cuerpo. La pandemia como trauma se ha alojado en nuestros cuerpos silenciados, aislados, enmascarados, detenidos, confinados y asustados. Y eso es real, amén de que gran parte de dicha traumatización sea vicaria al estar sometidos a los medios periodísticos de comunicación masiva basadas en imágenes y audios, tales como la televisión, radio, prensa, fotográfica y redes sociales. Es real toda vez que tenemos un familiar directo, una pareja, un paciente, un vecino aquejado de COVID-19 o fallecido, y no por eso debemos salir huyendo, tal como lo impondrían nuestros mecanismos defensivos basados en el sistema simpático que nos insta, neurobiológicamente, a escapar físicamente. Debemos quedarnos al cuidado del enfermo o del familiar, como lo hace el personal sanitario, en base a principios gregarios éticos y de cuidado de los que sufren, herencia de nuestra filogenia.

El error al que aludo en un párrafo anterior radica en que en lo virtual no está implicado ni comprometido el cuerpo. Se trata de un mundo aséptico en el que permanecemos solos, como en una cámara de vacío, de esas en las que colocan a los astronautas cuando regresan de los vuelos espaciales, para supuestamente no contaminar a la población mundial, solo que en este caso nosotros nos ponemos (y la obligatoriedad sanitaria nos pone) en esta asepsia para no ser contaminados por los infectados ni infectar.

Sucede que el hecho de estar solos a otro lado del ordenador deja en la transparencia nuestro propio y real escenario, el de nuestro escritorio, sala de trabajo, terraza, pieza de estar o dormitorio. No es menos importante este mundo real que se encuentra a espaldas de la pantalla, anulado.

Allí mora parte de nuestra historia; curiosos objetos, vestuario, libros, fotografías, cuadros, adornos, floreros, plantas, figuritas, estufas o ventiladores si estamos en un hemisferio o en el otro. Ese espacio no es prohibido. Se trata más bien de un espacio ignorado. Como si lo virtual lo desechara como algo inútil. Ese espacio real nos muestra en parte, como somos en nuestra intimidad. Pero dar la espalda a la pantalla parecería un gesto anómalo que desnaturaliza la virtualidad, tal vez la confunde. En foros virtuales que hemos participado y en varios artículos que hemos revisado al respecto, nos queda la impresión de que bastaría con ver bien el rostro, la mitad del cuerpo hacia arriba y las manos.

Por tanto, surge la pregunta acerca de qué es lo que la virtualidad niega. Porque justamente niega lo que nos hace más humanos y es que estamos profundamente solos cuando nos comunicamos en línea. Aislados. Encerrados en un mundo pequeño que contienen nuestros objetos preciados, muchos de ellos, otros cotidianos o simplemente de desecho a punto de ser tirados al papelero.

Si pudiésemos transparentar esta realidad a través de un comentario verbal o de algún gesto con las manos o el cuerpo, sería partir con una verdad ineludible, honesta y rotunda. Constatar estar solos, es transparentar una realidad que no necesariamente daña. Es un punto de partida nuevo para una realidad integrada, como debería ser, entre la realidad concreta, física, orgánica, sensorial, con lo virtual cibernético.

Massimo Giuliani ha insistido en la necesidad de renunciar a la contraposición “virtual-real”, asunto con lo que concordamos. Este autor plantea que lo virtual es una dimensión de lo real. Citando al filósofo Pierre Levy, Giuliani señala que “lo virtual es todo lo que todavía no se ha actualizado”. O sea, es una realidad que “aún no se manifiesta en el mundo físico y por eso, contiene en sí misma innumerables realidades”. En todo caso lo que se contrapone a lo real es lo posible y no lo virtual. “Lo posible ya está incluido íntegramente en lo real, mientras que lo virtual es una realidad mejorada que escaba pozos de sentido bajo la planicie de la presencia física inmediata. (Giuliani M. En Manfrida G., Albertina V., Eisenberg E., 2021)

Trabajar con grupos psicotraumatizados en línea es una tremenda oportunidad de crear y recrear nuevos lenguajes para caminar juntos en esta exploración para describir nuevos horizontes comunicacionales virtuales que complementen y se integren con la comunicación directa. No que compitan. Menos que surja la idea de un mundo apocalíptico en donde “la matrix” sea la manera final de estar en el mundo y en donde desaparezca el contacto humano, para dejar de ser humanos y ser distópicamente diferentes.

Se trataría de una propuesta en donde ambos mundos se complementen armónicamente y produzcan nuevas realidades integrativas, fuertes y generadoras de salud.

Finalmente existe una tercera premisa acerca del trabajo con psicotrauma. Promulgamos el trabajo con movimientos lentos. Ralentizamos la acción corporal personal y grupal. Emulamos el origen de la danza y el teatro Butoh, nacida en el contexto post destrucción atómica de Hiroshima y Nagasaki. La danza de la oscuridad fue llamada en sus inicios cuando dos artistas japoneses, Kazuo Ohno y Tatsumi Hijokata, conmovidos por las imágenes de algunos sobrevivientes de ese desastre que caminaban por las calles con sus cuerpos quemados y sus globos oculares reventados colgando sobre las mejillas, inician la

búsqueda de un nuevo cuerpo, el cuerpo de la postguerra, una nueva identidad y así nace la danza Butoh, que se caracteriza por movimientos lentos, expresivos e imaginativos, con temáticas tan amplias como difusas, que tocan aspectos fundamentales de la existencia humana, al explorar distintos estados anímicos (Torres P., 2019). Según la neurobiología contemporánea los movimientos lentos en el caldeamiento y en las dramatizaciones activan estructuras profundas del cerebro humano tales como sistema límbico, ganglios basales, cerebelo y parte rostral del bulbo raquídeo. Vinculadas a estas estructuras se alojan las memorias procedimentales (Levine P., 2018). Los caldeamientos y aprestos que utilizan movimientos lentos conducen al grupo hacia lo introspectivo, meditativo, en dirección contraria hacia lo expresivo exterior de los movimientos rápidos que, hemos observado, conducen hacia el juego, risa y exaltación.

Generar conocimientos acerca de la biología de la dramatización ha sido un anhelado objetivo de psicodramatistas, dramaterapeutas y todo especialista en prácticas grupales con técnicas activas. Centrados, encantados y muchas veces obnubilados por la magia del psicodrama presencial, la investigación clínica basada en la evidencia, así como la teorización neurocientífica del sujeto en situación de dramatización han quedado relegados y postergadas hasta el momento actual. Se pueden reconocer esbozos e intentos para comprender este funcionamiento, es decir, que es lo que sucede en la neurobiología de la dramatización. La pandemia, la virtualización de las comunicaciones, el desarrollo del psicodrama *on line*, la postpandemia e integración grupal *on line*, presencial e híbrido sincrónico, han permitido que los psicodramatistas permanezcan sentados frente a la pantalla por un tiempo más que suficiente para poder pensar acerca de su quehacer en términos científicos y biológicos. La aplicación de la teoría polivagal de Stephen Porges para conocer la regulación emocional

frente al estrés y al trauma, así como los aportes de Peter Levine con su experiencia somática y otros autores que trabajan con el cuerpo en la resolución del psicotrauma, ubican el psicodrama en un continuo que va desde las terapéuticas corporales más orgánicas hasta aquellas más mentales, que requiere más teorización e investigación.

La experiencia de psicodrama virtual a través de la plataforma Zoom no sólo nos ha facilitado la comunicación cara a cara, desenmascarados, con el foco amplificado en el rostro pixelado del otro. Esta visión, nos ha adentrado hacia una psicodramatización cinematográfica en primeros planos, en donde ojos, mirada, sonrisa y gestos ocupan la totalidad del cuerpo de los participantes. La geometría del cuadrado somete nuestra mente a dicha cuadratura, pero esto no implica que las emociones no fluyan. Muy por el contrario, la conexión social, la implicación emocional, la catársis y el cambio sucede. Termino este párrafo con una cita de Giuliani: “En el recorrido entre lo virtual y lo actual, implicamos nuestra responsabilidad, nuestra libertad de elegir y nuestra creatividad. Y al responder al desafío del significado al que nos lanzan los textos, las imágenes y las dramatizaciones, nos construimos”.

Dramatizaciones on line, híbridas sincrónicas y trauma complejo

La terapia del trauma complejo representa un desafío, toda vez que aún existe una dicotomía entre las terapias cognitivas y las llamadas corporales, separación artificial generada por la ciencia, mas no por la experiencia catastrófica que el trauma ocasiona en cada ser humano.

Me refiero a trauma complejo para señalar que aquel se refiere al evento que daña la identidad personal. Cambia a quien lo sufre. Lo des-identifica. Lo disloca de su historia vital, tal como si por efectos de una situación terrible, subidos al tren de la vida, nos tenemos que

bajar en una estación perdida en el páramo, y desde allí, intentar mirar el pasar de la vida. En esta vida descorporizados, ajenos, despersonalizados, des-realizados (aludo a des-realidad, y no a des-realizar, de des-realización, como suele encontrarse en los textos, que es a mi modo de ver un error semántico que confunde, puesto que la última palabra alude, en español, a vocación y no a psicosis)

El trauma se aloja en el cuerpo, no en la mente racional. Podríamos señalar que mora en la mente corporal, inconsciente o vivencial. Por tanto, las memorias traumáticas alojadas en la procedimentalidad del comportamiento, son las que emergen y explican su peculiar manera de evidenciarse: a través de flashback, hiperalerta, re-experimentación, evitación fóbica, y, en los casos graves, trastorno disociativo, de identidad, desrealidad o psicosis.

Las terapias que hoy en día están en la vanguardia del tratamiento del psicotrauma suelen llamarse terapias “de abajo hacia arriba”, o sea desde el cuerpo hacia la mente racional, analítica o cognitiva (Odgen P., 2015).

La terapia sensorio motriz de Pat Odgen, experiencia somática de Peter Levine, movimiento auténtico y espiritual de Donald Kalsched, terapia psicomotriz de Pessó-Boyden, consteladrama, dramaterapia, psicodrama y teatroterapia, constituyen un continuo de terapias de “abajo hacia arriba” (Odgen P., 2015; Levine P, 2018; Kalsched D., 2013; Pessó A., Boyden D, 2011; Torres P., 2018). Por cierto, esta secuencia fue escrita como tal en donde la terapia sensorio motriz y la experiencia somática, aparecen vinculadas con prácticas profundamente corporales y, en la medida que “ascienden”, se llega a estrategias tanto corporales como mentales analíticas o verbales, como por ejemplo el psicodrama. Por

el hecho de contar con un momento intelectual en su metodología, el psicodrama no podría definirse como una terapia exclusivamente corporal. Caldeamiento y dramatización lo sería parcialmente. De hecho, los movimientos en psicodrama clásico, tanto de caldeamiento como de dramatización suelen ser movimientos más conscientes y por ende rápidos. Podríamos señalar que se trata de movimientos mucho más “pensados” o “escénicos”, lo que no lo priva de su eficacia. La misma escena es más pensada a menos que se trate de una proto-escena corporal. Esto hay que tenerlo muy presente, cuando trabajamos escenas de traumas graves (Levine P., 2018; Vaimberg R. 2012)

En la medida que se “baja” hacia el cuerpo los movimientos serán menos conscientes, por las explicaciones más adelante entregadas. Es por eso que, terapia sensorio motriz y experiencia somática, no pueden ser consideradas como psicodramáticas ni dramaterapéuticas propiamente tal. La escena y el teatro requieren una infinidad de niveles cognitivos y analíticos para su ejercicio, dado que integran todas las estructuras y funciones del cerebro humano en su quehacer artístico y terapéutico.

Ahora bien, en psicodrama on line e híbrido podemos distinguir varios niveles de reciente investigación en la actualidad con conclusiones robustas, aunque preliminares respecto de grupos (Vaimberg R., 2012; Vaimberg R. 2015; Weimberg H., 2020)

Por un lado, está el psicodrama presencial, ampliamente conocido, en donde director y grupo trabajan en presencia corporal directa. En la otra vereda y, producto de la pandemia, aparece el psicodrama on line, en donde director y grupo están en modalidad virtual a través de plataformas ampliamente conocidas como Zoom, entre otras.

La modalidad híbrida se gesta en la post pandemia. Distingo al menos tres modalidades:

A.-Híbrida con director y grupo presencial con aforo, más grupo on line

Ejemplificado en pagina 28

B.-Híbrida con director on line y grupo presencial con aforo y grupo on line

Desde Mendoza Guillermo del Curto, dramaterapeuta y sonoterapeuta de la Universidad Nacional de Cuyo, Argentina, ha conducidos varios talleres a distancia para el grupo de Edras Chile presencial y on line sincrónicamente durante 2020, 2021 y 2022. Parte de su experiencia en dirección y trabajo está descrita en el libro “Psicodramaterapia Sin Fronteras” Volumen I publicado recientemente en Amazon.es versión Kindle (Torres P., Gonzalez E., 2021) El sonido de instrumentos ancestrales, litófonos, cuencos, cotidiáfonos, campanas tibetanas, címbalos, gong, triángulos, tambores, cruza la Cordillera de los Andes y toca cada corazón con delicadeza, como simulacras. Esa energía etérea que se traslada cual *elam vitae* capaz de tocar los cuerpos a distancia, aliviarlos y sanarlos. Pensamos que sonido, música, canto y en especial la voz, con sus componentes orgánicos, tales como entonación, prosodia, rimo y timbre, entre otros, on line, es el cuerpo que migra de una pantalla a otra traspasando la interfaz virtual, acunándose en cada receptor (Lucrecio, 2020). La voz sería el cuerpo que alcanza la tridimensionalidad sensorial que se requiere para sentir que estamos juntos, físicamente.

C.-Híbrida con director on line y grupo presencial

Ejemplo de esta modalidad: Dirección realizada desde Santiago de Chile, para un grupo de Diplomado en Dramaterapia de la Universidad Austral de Valdivia, ciudad ubicada a 1000

kilómetros al Sur de Chile, en Noviembre de 2022. El grupo está integrado por seis participantes. En la fase de apresto el director señala la importancia de transitar desde el espacio de la realidad cotidiana hacia la realidad dramática, paradigma central de la práctica de la dramaterapia, propuesto por Sue Jennings, una de sus pioneras (Jennings S., 1995).

Se realizan ejercicios con movimientos lentos. Se dispone de telas como objetos intermediarios. Desde el encuentro entre pares en el grupo, se genera un abrazo experiencial, que se diferencia del abrazo social del saludo o despedida, puesto que contiene sólo el gesto, la actitud de un abrazo intenso, profundo, que después de unos segundos a minutos, se agota en sí mismo. El objetivo es que se despierten vivencias de abrazos personales de cada participante. Luego se simboliza el abrazo en una de las telas que son de diferentes colores. Sorprendentemente queda una tela amarilla en el centro de la escena. El grupo entra en la realidad dramática llevando “su abrazo” simbolizado en una tela que se utiliza como atuendo, de diferentes maneras. A la tela amarilla se le denomina el abrazo vacío. El grupo crea una imagen en el piso en donde puede cada uno de sus abrazos en relación al abrazo vacío. Se utiliza la técnica de construcción de imágenes de Rojas Bermúdez (Rojas-Bermúdez J. y Cols. 2012) Posteriormente se indica al grupo escribir una dramaturgia acerca de lo acontecido en esta imagen. Crean varias historias, y solo una de ellas es elegida por la totalidad del grupo, el cual representa la historia con un narrador externo que es la dueña de la historia. Se trata de un relato bíblico con una infinidad de símbolos, imágenes y metáforas que se concentran en una hermosa dramaturgia que el grupo disfruta en escena de la realidad dramática. La tragedia del abrazo vacío es transformada y transmutada a una historia con un final catártico estético, simple, bello,

esperanzador. En el compartir verbal, al estilo psicodramático y, sólo con fines didácticos, dos integrantes del grupo presentan escenas consonantes con sus vidas personales y profesionales, experimentando catársis éticas o del actor. En el trabajo dramaterapéutico no se dirigen escenas. El final culmina como un rito mágico. En esta oportunidad el grupo simboliza el abrazo en una mano que apoya cuidadosamente en el hombro y espalda de la integrante comprometida emocionalmente, para no invadir su espacio ni sofocarla con exceso de contención. Los objetivos pedagógicos y formativos se consiguen en plenitud.

La segunda sesión con este mismo grupo se realiza de la misma manera, con director a distancia. Se utiliza la técnica de la tienda mágica adaptada a sesión de dramaterapia. La consigna dice que cada uno de los participantes del grupo generará su propio espacio escénico que organizara físicamente con objetos que están a la mano en la sala de trabajo, tales como sillas, mesas, telas, lámparas, objetos varios. Se configuran cinco espacios dramáticos. Cada dueño de dicho espacio invita a los personajes a visitar su escena, y aquel debe convencerlos de las bondades para cada uno de ellos, como personajes, de ocupar su escena. La obra se titula: "Cinco personajes en busca de una escena", parafraseando a la obra de Pirandello, "Seis personajes en busca de autor". Se activa el juego, la risa y el humor, Surge espontaneidad y creatividad grupal en un taller de tres horas. El tipo de juego es colaborativo y también competitivo, dado que finalmente dos personajes elijen una escena para ocupar. Cada participante relaciona este juego dramático en escena, con situaciones de su vida personal cotidiana, lo cual se chequea en el momento reflexivo didáctico general del final de la jornada. El cierre se concreta con un ritual breve.

La modalidad A puede dar paso a un tipo de psicodrama digital (tal como el teatro digital) para espectadores on line, es decir un director presencial con un grupo acotado con aforo presencial. Podría ser visto como un coordinador y su respectiva unidad funcional de yoes auxiliares para experimentar, ya sea alguna dramatización directa del grupo presencial o vicaria del grupo *on line*, corporizada por los integrantes presenciales.

De estas modalidades las B y C son las menos exploradas y es aquí en donde el tema de los movimientos lentos cobra relevancia. La velocidad del movimiento corporal cambia cualitativamente al observar psicodrama presencial o virtual. La cámara y el audio restringe la sensorialidad. Es necesario ralentizar el movimiento corporal a través de una consigna clara y precisa para generar la óptima visualización y audición de la escena.

Se abre en este universo el vasto tema de espontaneidad y tecnología, apartado inicialmente desarrollado por el autor en otro artículo en preparación, próximo a ser publicado.

El poder y el no poder de los grupos, con especial foco en lo híbrido sincrónico

Bajo este lema se desarrollo el 50° Symposium de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupos (SEPTG) celebrado recientemente en la ciudad de Salamanca, Mayo 2023. Tuvimos la oportunidad de participar en una mesa de ponencias en donde se presentó parte de este trabajo, en forma híbrida sincrónica. Acerca de las relaciones de poder en grupos presenciales, los trabajos de Pablo Población son visionarios, publicados hace ya casi dos décadas. En el primero de sus libros - Las relaciones de Poder – atisba una reflexión que deja entrever lo que nosotros estamos observando en los grupos híbridos sincrónicos. La

competición. Hemos preferido usar la palabra colaboración, conceptos que se explican a través de los llamados “sistemas de acción, motivacionales o sistemas operativos emocionales” según diversos autores (Van der Har O., Steele K., Boon S., 2018). Estos sistemas de acción evolutivos organizan en forma innata nuestra fisiología, atención y conducta, para ayudarnos a sobrevivir, funcionar en la vida cotidiana y defendernos frente a los peligros y amenazas. Cada uno de estos sistemas tienen sus propios circuitos neurales y se organizan en torno a los afectos y necesidades fisiológicas primarias. Algunos de dichos sistemas serían: La exploración, el apego, los cuidados, la sociabilidad. Dentro de esta última destaca la colaboración, la jerarquización social o competitividad y el juego. Por su parte Población señala: “Procuraré señalar algunos de los signos que reflejan posiciones de poder en los grupos. Signos verbales, el uso de la palabra como instrumento de poder; las posiciones sociométricas y sociodinámicas y los signos corporales, que nos lleva a la contemplación de las rigideces corporales y de las posiciones topológicas”. Con lo verbal se refiere al poder de la palabra referida a terapias conversacionales, respecto de las corporales. Posición sociométrica y sociodinámica, implica la medición y estructura de los grupos. En particular la sociodinámica, que estudia grupos sociales, aislados y asociaciones de grupos. Lo topológico ahonda en la ubicación física y uso del espacio por los individuos en un grupo, colindante con la proxémica y etología. Las relaciones humanas en pantallas de los grupos on line; la interrelación grupo presencial con grupo on line; la creación de un sistema grupal híbrido sincrónico, nos permite adentrarnos en el vasto mundo de lo más biológico del ser humano, la etología y topología del espacio y al mismo tiempo a lo más

avanzado tecnológicamente con el uso de medios de comunicación cibernética masiva a través del ordenador (Población P. 2005; Población P., 2019; Moreno J.L, 1977

Tecnología e improvisación

Debemos hacer una mención especial a este tema. Tecnología viene del griego *techne*, que significa arte, oficio, destreza. Por tanto, no se trata de una cosa, sino de un proceso, una capacidad de transformar o combinar algo ya existente para construir algo nuevo o bien darle otra función. En latín es *techni*. Al agregar el sufijo -ología, implica conocimiento científico de acto de hacer algo. Por tanto, significa saber, hacer y resolver.

Por otro lado, improvisación viene de *improvidere*, lo no previsto, lo no planificado y la vemos mucho más vinculada al mundo de las artes que de las ciencias. Performance teatrales, el mismo teatro de la espontaneidad de Moreno, la llevan implícita en su quehacer. Se relaciona con la palabra espontaneidad, de sua sponte, lo que viene desde adentro del ser, desde lo orgánico. Colinda con lo intuitivo y el conocimiento indiciario, que nos permite saber y crear. En neurobiología, con la neurocepción de Steven Porges.

Tecnología es lo planificado, lo predecible, lo lógico que, a partir de una máquina, puede generar acciones esperables. En cambio, la improvisación es justamente lo contrario. Genera conocimiento y sabiduría desde un vuelco en la cadena lógica de acontecimientos, y solo un ser biológico como el humano, desde su compleja neuropsicología analógica, puede generar nuevas conductas ante situaciones nuevas, insólitas, sorprendentes.

Las máquinas tecnosociales como la computadora y los medios que nos permiten comunicarnos a distancia a través de internet, siguen siendo máquinas que funcionan con

pasos secuenciados. Al alterarse alguno de estos pasos, se detiene toda la secuencia lógica y se produce un estancamiento. Este momento requiere ser solucionado lógicamente, lo que requiere conocimientos tecnológicos, informáticos, de redes.

Pero a veces hay impasses que van más allá de las posibilidades locales de los usuarios tales como fallas eléctricas, de internet o de conectividad, lo cual nos deja temporal o definitivamente fuera de escena.

Toda esta miríada de situaciones hemos vivido en este trabajo con grupos on line e híbridos sincrónicos. Merece, a nuestro modo de ver, anotaciones especiales que nos permitan reflexionar, para no perder la oportunidad de relacionar una vez más, tecnología y psicodrama. De no hacerlo quedaría como anecdotario, algunas situaciones jocosas, y otras definitivamente dramáticas, como tener que suspender una sesión. En psicodrama presencial esto es impensado. En psicodrama on line e híbrido sincrónico comienza no solo a ser una realidad, sino además algo no tan infrecuente. En el mejor de los casos, no debería ser tema, es decir, la tecnología no falla. Sin embargo, nuestra experiencia nos dice que suceden eventos, contingencias, situaciones nuevas que nos obligan a actuar con espontaneidad y muchas veces improvisar acciones, para reemplazar las que estaban previstas. Para sorpresa nuestra estas improvisaciones nos han resultado tremendamente novedosas y creativas, que terminan asombrándonos y abriéndonos a nuevos conocimientos.

El psicodrama es alucinante desde el punto de vista de la sensación corporal que genera en el grupo y el coordinador una dramatización y escena bien lograda y finiquitada. Tal vez por

eso es que, en pandemia, los psicodramatistas al estar sentados frente al ordenador, han generados nuevas teorías y prácticas respecto del trabajo on line e híbrido sincrónico. Por ser una disciplina estimulante - nos referimos al psicodrama - es posible que la ecuación riesgo/desafío/control del eutrés, genere suficiente dopamina en nuestro cerebro emocional, como para quedar satisfechos ampliamente, y con una sensación placentera propia de la liberación de aquel neurotransmisor en el cerebro. Quizás por eso, al psicodramatista le ha faltado sentarse, detenerse un momento frente al ordenador, reflexionar y escribir acerca de su experiencia clínica y terapéutica. Se traslada esto también, a contribuir más propositivamente en investigaciones de psicoterapia grupal basada en la evidencia.

La pandemia y la postpandemia nos ha permitido sentarnos, reflexionar y escribir, esta vez trayendo dos actores más al escenario: psicodrama on line e híbrido sincrónico.

Volviendo al encabezado de este párrafo, puedo señalar que sólo en psicodrama on line e híbrido sincrónico, por sus naturalezas experienciales, es que podemos reunir en un mismo lugar palabras y prácticas tan disjuntas: tecnología e improvisación. A futuro, seguramente, se generarán otros análisis y técnicas que nos permitan reunir este nuevo mundo en un cuerpo teórico conjunto y contundente que, en definitiva, reúna la mente digital con conocimiento y sabiduría analógica.

Supervisión sistémica psicodramática: Un modelo de trabajo clínico, pedagógico, artístico e institucional, con utilización de formatos *on line* e híbrido sincrónico

Una de las consecuencias colaterales y, porque no decirlo, naturales de nuestra incursión en el trabajo grupal psicodramático on line e híbrido sincrónico, ha sido la aplicación y desarrollo de nuevas tecnologías en la supervisión sistémica de diversos profesionales que trabajan en el ámbito clínico, terapéutico, pedagógico, artístico, institucional, organizacional y comunitario, entre muchos, relacionados con procesos grupales. El acceso a esta temática no ha sido el destino final de nuestro trabajo; sin embargo, hemos llegado casi siguiendo el cauce natural, tal como las aguas de un río llegan al mar. Entendemos por supervisión, básicamente como el acto de “exponer lo que pasa en el trabajo cotidiano a la observación de otros. Justamente, el objetivo central es ampliar la capacidad de observación, generar otros puntos de vista. Esta necesidad se apoya en que la experiencia por sí sola no aumenta la eficiencia, ya que las personas tendemos a habituarnos a los modos de comportamiento y nos volvemos rígidos en el desempeño” (Gomez B., Perez A., en Fernandez-Alvarez H., 2011) Como podemos observar se trata de una definición amplia, incluyente de muchos otros profesionales de la salud, educación, artes, organizaciones y comunidades, que se beneficiarían de este dispositivo versus lo excluyente, como suelen ser para quienes se han formado exclusivamente en psicoterapia. Al mismo tiempo nosotros ampliamos el modelo de supervisión sistémica con psicodrama para generar una modalidad de trabajo psicodramático sistémica. Esto permite incluir el lenguaje corporal analógico, a lo conversacional, tan propio de lo sistémico. O sea, lo conversacional va acoplado con el lenguaje de la dramatización (esquivo ante la mirada convencional). Es decir lo dialógico con lo analógico, lo verbal con lo no verbal.

El formato on line e híbrido sincrónico nos ha expuesto novedades en el ámbito de la supervisión. En estricto rigor contamos con un grupo on line, amplio, entrenado y formado como yoes auxiliares; numeroso de personas multiprofesionales de todo el mundo iberoamericano, más un grupo

presencial que funciona en Santiago de Chile en nuestra sala de videoconferencias. En la plataforma zoom, este grupo ocupa una cuadrícula de la pantalla. Sin embargo, las dinámicas que se producen en su interior, permiten contar con la vivencia y frescura de cuerpo presente, en el aquí y el ahora. Esta vivencia suele ser transmitida a quienes están en pantalla, aunque no todas las veces. Tenemos una experiencia reciente, que a continuación paso a describir, que demuestra que si bien, el objetivo es que se trate de una experiencia híbrida sincrónica, esto último se refiere a tiempo cronológico, mas no a tiempo vivencial, tal como lo que será expuesto enseguida:

Caso 1

Se realiza un taller on line con fines psicoeducativos organizados por GRUP Barcelona y colaboración de EDRAS Chile. El nombre del taller es “Agresividades y violencias” y se lleva a cabo en el mes de Julio de 2023, con una duración de dos horas. Asisten cerca de cuarenta personas de iberoamerica. El taller se lleva a cabo sin mayores contratiempos. Este taller es la continuidad de otro trabajo anterior, de la misma característica, titulado “conflictos de género” que se llevó a cabo el mes de Mayo de 2023. Por lo tanto, se trata de la continuidad de dos temáticas complejas planificadas, deliberadamente, por los organizadores.

Desde el inicio de este ciclo de talleres de GRUP Barcelona, el grupo presencial EDRAS Chile, ha tenido un rol destacado, como catalizador de dinámicas del grupo on line general. Es como si el grupo presencial se hubiese ido transformando en una especie de “grupo auxiliar”. Como una especie de “yo auxiliar”, aunque constituido por varios participantes que lo integran. Pensamos que, por el hecho de ocupar una cuadrícula en la plataforma zoom, es como si fuera un yo auxiliar, o sea una sola “persona” con varios cuerpos físicos en su interior, como órganos del cuerpo humano.

En el taller ampliado cada subgrupo expresa el tema de las agresiones y violencias en forma corporal, a través de esculturas, movimientos y figuras de manos, expresión de rostros, juegos con

la cercanía y distancia de la pantalla, que es como se suele expresar lo analógico en *on line*. Curiosamente el grupo presencial EDRAS Chile, opta por un camino propio. Dramatizan una escena de época. Se trata del diálogo que sucede en una mesa en una cena entre dos parejas, una de ellas matrimonial, con otra pareja con roles poco claros. La data es de 1850. Tanto la escena como los textos son creación colectiva del grupo. Se trata de textos y acciones cargadas de violencia de género a la luz de los tiempos actuales. La escena, al interior del grupo EDRAS Chile es intensa en lo emocional. Muchas de las y los participantes quedan capturados por la escena, los personajes y los textos. Como se trata de una escena muy intensa, ésta no logra cerrarse en dicha jornada. De hecho, durante esa semana se suceden varios mensajes y audios vía *whatsapp* de los miembros del grupo presencial acerca de las consonancias y resonancias que algunos participantes tuvieron durante la jornada. Más adelante en este escrito, haremos distinciones acerca de lo que entendemos como consonancias y resonancias grupales. Hemos preferido llamar comportamientos verbales *off line*, a lo ocurrido, en contraposición con lo que sucede *on line*. Esto nos permite no patologizar las conductas verbales *off line* de un grupo, dado que aún no quedan bien definida posibles psicopatologías de grupos en trabajo *on line*, para no homologar lo *on line* con *acting in*, y lo *off line* con *acting out*. Pensamos que se trata de dominios diferentes. Los *acting in / out* provienen de la teoría psicoanalítica freudiana, mientras que lo *on / off line* se ubican en el actual campo de las relaciones humanas mediadas por la tecnología y que se encuentran en proceso de estudio. La expresión adecuada sería *acting on / acting off*, valga el anglicismo, y se refieren sólo a eso: situaciones (conversaciones, textos, escenas) que suceden dentro de la pantalla, sincrónicamente vs situaciones fuera de la pantalla, en forma asincrónica.

Una semana después se reúne el grupo nuevamente esta vez en forma presencial y se procede a la elaboración y cierre de la escena, lo cual se logra exitosamente. Nada de esta intensidad, fue percibida por el grupo *on line*, por lo tanto, en ningún caso las emociones allí generadas podrían

haber sido contenidas por el grupo *on line*. No existiendo contenido no existe continente. La contención y elaboración se logró en trabajo presencial con el grupo una semana después.

Como conclusiones del caso 1, se abren algunas interrogantes:

¿Es posible que el grupo presencial EDRAS Chile, al ocupar una cuadrícula de zoom, respecto del grupo ampliado *on line*, haya sido el depositario de las ansiedades y angustias generadas por la temática y escenas elicitadas en el grupo ampliado? Y de ser así, por el hecho de que el grupo presencial cuente con tridimensionalidad, tacto y otros sentidos, más conductas primarias como abrazos contenedores, sea un vehículo óptimo para que se canalicen emociones como la rabia, pena y miedo. O sea que el grupo *on line* proyecta en el grupo presencial una necesidad neurobiológica básica del ser humano, para la contención y autorregulación emocional, con la esperanza de que aquello sea elaborado y metabolizado.

Lo sucedido en el grupo presencial EDRAS Chile, apunta a esto. Incluso al interior del mismo grupo presencial, una participante canalizó toda la rabia y angustia generada por la temática, ante lo cual se convirtió en protagonista, sin ser elegida sociométricamente, sino más bien sintomatológicamente en el límite del ser protagonista o chivo emisario, desde el punto de vista sistémico (Taylor FK; Rey JH, 2020). Coincidentemente con las temáticas, en la jornada anterior de GRUP Barcelona se trató el tema “conflictos de género”, y justamente en forma espontánea en esta última jornada en el grupo EDRAS Chile, se fusionaron ambas temáticas: Conflictos de género y agresividades y violencias.

Estas observaciones clínicas teóricas nos abren la puerta hacia la potencia del trabajo híbrido sincrónico y su conducción integrada hacia lo híbrido asincrónico o incluso diacrónico, toda vez que comenzamos a considerar junto a *chronos* (tiempo real cronológico) también el tiempo vivencial o *kairos*.

En post supervisión con el equipo de GRUP FORMACIO Barcelona, se agregan algunas consideraciones importantes de destacar:

-El grupo presencial EDRAS Chile, presenta post grupo, es decir elaboración de sus dinámicas a posteriori, en actividad de intervisión y supervisión. Lo que no acontece con el grupo *on line*.

-Pensamos que el grupo presencial EDRAS Chile, se autoexcluye (autoexpulsa) en un intento de ser incluido por el grupo *on line*. Es decir, opera como un chivo emisario, más no como protagonista. Habría que estudiar más en profundidad dinámicas en donde varios grupos presenciales de otros lugares y países, ocupen cuadrículas de zoom, a la manera de un solo participante. Esta metodología abrirá el camino para desarrollar un sociopsicodrama *on line* y, eventualmente, una sociatría *on line*.

Caso 2

La jornada de supervisión sistémica psicodramática previa sucede en el mes de Mayo de 2023, al interior del grupo presencial EDRAS Chile, con participación del grupo *on line*. Hay dos acontecimientos que debemos relatar: La presentación de un caso clínico y la participación en del grupo en el taller “Conflictos de género” de GRUP Barcelona.

Respecto de la supervisión del caso clínico, se trata de una familia vista en la modalidad híbrida sincrónica, por uno de los miembros del grupo EDRAS Chile. La familia en la sesión está integrada por padre, madre, ambos presencialmente y dos hijos adultos, ambos *on line* en pantalla a través de la plataforma zoom. La hija mayor, o paciente índice, no participa de la sesión. Ambas hijas son profesionales. El hijo menor cursa el último año de una carrera universitaria. El padre es un empresario retirado, rígido, autoritario, con obesidad mórbida tratada con cirugía bariátrica. La madre, es dueña de casa, mujer sumisa y dependiente. Como antecedentes esta familia ha consultado psiquiatras y psicólogos desde que la hija mayor era una niña, por cuadro de déficit

atencional y graves conductas de desregulación emocional, con autoagresiones que le generaron en el pasado, autolesiones serias en su cuerpo, problemas escolares, de relaciones interpersonales, además de trastorno de la alimentación. El motivo de consulta corresponde a situación de violencia doméstica en casa en donde viven hija o hermana mayor con hijo o hermano menor. Esta situación de violencia escalo al punto de que, acude la policía, por graves agresiones físicas de las que fue víctima el hermano menor, quien debió salir transitoriamente de la casa.

Posterior a esta grave crisis el padre interviene y consigue otro lugar para que la hija agresora viva, lo que, en definitiva, se convierte en lugar de vivienda permanente para ella, marcando un cambio estructural en dicha familia. Esta situación entristece fuertemente a ambos progenitores, en particular al padre, lo cual motiva la solicitud de consulta urgente.

La sesión híbrida se inicia con la consigna de que cada miembro del grupo (cuatro), expongan el cómo ven la situación. Una vez expuesto cada punto de vista, se les solicita que imaginaria y simbólicamente ubiquen en algún lugar del espacio que habita cada uno de ellos, a la hermana mayor ausente o paciente índice. Esta consigna sigue las leyes de las constelaciones familiares propuestas por Hellinger, de que en una familia, grupo o comunidad, para fines terapéuticos, nadie queda excluido, desde víctimas hasta perpetradores (Hellinger B., 2011). Los integrantes de esta sesión realizan la tarea sin inconvenientes, y además el ejercicio el útil como caldeamiento psicodramático.

Posteriormente en metodología de diálogo abierto (Seikkula J., 2016) cada miembro de la familia va exponiendo sus vivencias respecto de la jornada de violencia vivida. Entonces distinguimos tres momentos de complejidad sistémica ascendente: El primero es cuando sucede la acción violenta entre ambos hermanos; el segundo es en la sesión terapéutica sistémica familiar; y el tercero que sucederá más adelante, en esta descripción, es el momento de la supervisión o revisión de textos,

dramatizaciones y escenas de lo vivido, por el equipo terapéutico. Podemos avizorar un cuarto momento, que es posterior y que se trata de escribir crónicas acerca de consonancias y resonancias en los terapeutas y profesionales que participaron encarnando los diferentes roles asignados o elegidos por ellos mismos, según sus propios mecanismos de identificación con los personajes de la escena terapéutica familiar real (Anderson H., 1999)

La escena de supervisión

Se trata de una escena de supervisión sistémica psicodramática en formato híbrido sincrónico, que busca replicar muy cercanamente la escena familiar original, de la consulta de urgencia. Se eligen roles que, en el grupo presencial (aproximadamente seis), quedan asignados por la pareja que espontáneamente se ofrece para representar a los padres. Se pide a los participantes *on line* (alrededor de doce) que se autoelijan para representar al hermano violentado y a la otra hija.

El rol, tanto en textos como en interpretación de personajes, lo muestra el terapeuta encargado de la sesión real, quien se encuentra en el grupo presencial. Caleidoscópicamente va transitando por cada uno de los personajes, en un intento de dejar bien claro, para los yoes auxiliares, lo dicho y hecho por los participantes de la escena a supervisar. Incluso se interpreta a sí mismo, dado que la supervisión sucede varias semanas después, para lo cual en el grupo presencial, se elige un doble para el terapeuta, emulando la técnica del “como si” para supervisandos de Harlene Anderson (Anderson H., 1999)

Una de las hipótesis sistémicas emanadas de esta supervisión se relaciona con la imagen de un padre “embarazado” no solo de su hija enferma, sino también de toda su familia. Se trata de un padre con obesidad mórbida, operado quirúrgicamente con cirugía bariátrica hace un par de años y que en el postoperatorio tardío ha recuperado peso, nuevamente. Podría hipotetizarse que continúa “embarazado” de su hija, quien no logra nacer o el padre se niega a parirla. Aquella funcionaría

como un nonato frágil, dependiente, exigente, dado a los berrinches y pataletas, cada vez que no consigue algo en forma adulta, lo cual le es muy esquivo, por su enorme falta de desarrollo y crecimiento psicológico. Dicha hija o paciente designada, presenta falencias en su personalidad, fallas en autorregulación emocional, trastorno de la alimentación y conductas autolesivas y suicidales. Otra fantasía que surge en el grupo de intervisión tiene que ver con que, en la historia de esta pareja conyugal, haya existido violencia física, psicológica o simbólica del esposo hacia la esposa, mujer sumisa y dependiente de aquel. La hija-“paciente índice” ha planteado esta observación con sucesivos *acting out* verbales en contra de la madre durante muchos años, desde su adolescencia, a quien tilda de ser una mantenida, dependiente, sumisa y víctima, lo cual lo dice con rabia, mas sin sentimientos alguno de culpa. La violencia observada entre hermanos pequeños o adolescentes en una familia (escena patente o manifiesta), suele ser una metáfora de la violencia encubierta de los padres (escena latente), ubicadas en los diferentes niveles jerárquicos que estructuran la dinámica sistémica familiar. Comienzo a utilizar el término intervisión acuñado por Filgueira, de IGP, para diferenciarlo de supervisión, para referirse no solo al control entre pares clínicos o terapeutas, sino a la multivisión acerca de un problema clínico, institucional, comunitario (Filgueira Bouza M., 2014).

Hemos recurrido al metadrama, como herramienta para la intervisión y supervisión grupal. Siguiendo la pregunta de Población y López Barberá: ¿De qué es modelo la dramatización? Señalan que “la escena representada es el modelo de la escena interna del protagonista”. Por su parte Moreno señala que: “En el método psicodramático lo decisivo es la integración sistemática de todo el proceso. El psicodrama consiste en escenas estructuradas, cada escena en papeles estructurados y cada papel (rol) en acciones estructuradas.” Y eso corresponde a pensamiento sistémico (Población P., Lopez Barbera E., 1996).

Respecto del metadrama, Población y López Barbera señalan que “una dramaturgia puede concebirse como una modelización, una representación o escena dramática del drama escénico que constituye cualquier sesión terapéutica, es decir, puede concebirse como una dramatización de la dramatización, o sea un metadrama” (Población P., y Lopez Barbera E., 1996)

Practicar el enfoque de metadrama, o sea dramatizar la dramatización, en forma recursiva, tal como los diálogos de los diálogos (Anderson H., 1999; Andersen T., (2011), Seikkula J., 2016) nos permite no solo intervenir sistémicamente, sino además metadramatizar y metavisitar psicodramáticamente, en un intento de colocar escenas dentro de otras escenas, como cajas chinas, en niveles recursivos ascendentes, en la espiral de la complejidad, con el fin de alcanzar una comprensión mayor de los problemas humanos y su potencial resolución (o di-solución) (Anderson H., 1999).

Supervisión, intervención, co-visión, metavisión

Testimonio 1

Se trata de la crónica del integrante del grupo que representó al padre en la escena de la supervisión / intervención anteriormente señalada:

Contexto

Dramatización en rol de padre de familia, rígido, constantemente buscando el encuentro familiar. Frases de actores y público: “Madre fálica y roles de padres invertidos”, “padre embarazado”, “no sé que pasa en esta familia, secretos”, “soltar a los hijos”, “hablar siempre de la hija mayor”, “no entiendo, no entiendo, no entiendo”

Crónica

Durante la dramatización como “padre” y posterior a ella quedé profundamente impactado, no sabía si había actuado en un rol asignado o realmente estaba hablando de mi vida, esto

debido a las sincronías que se habían dado en el encuentro y descubrimientos que surgieron después.

Tengo una hija de 26 años de un matrimonio anterior, ella vive fuera de Chile y hace muchos años no nos vemos, es una dolorosa situación en la que estoy trabajando para revertirla. Tendría que partir desde el inicio, tiempo en que hubo innecesarios riesgos durante el embarazo, tenía terror que mi hija no naciera, casi como si quisiera que hubiera nacido en otro vientre, quería salvarla. Por eso, cuando en el contexto de psicodrama me dicen que percibían mi rol como “un padre embarazado”, internamente quedé “helado” aunque probablemente mi cuerpo había aprendido a disimularlo, esa frase fue una revelación porque es precisamente lo que nunca pude decir, ninguna frase, pensamiento o tratamiento había descrito mejor lo que me pasó, hechos que condicionaron mi vida por muchos años ¿Cómo alguien que no me conoce pudo haber descrito de forma tan precisa algo que me pasa? “Padre embarazado” es lo que necesitaba escuchar y no lo sabía.

Otra frase del trabajo psicodramático que caló profundamente en mi es “soltar a los hijos, dejar de hablar de la hija mayor”. De pronto, en el rol psicodramático que hacíamos de padres, nos encontramos conversando mis 3 hijos: una hija que no estaba presente (mi hija mayor) y de la cual se hablaba mucho y por otro lado 2 hijos en la pantalla por zoom. “Soltar a los hijos” resonó mucho más en las horas siguientes porque estamos trabajando en reforzar la linda experiencia como padres a la vez que salte a mis hijos que físicamente no están con nosotros, pero sí en el corazón. Por otro lado, vuelve las conversaciones de mi hija mayor y resuena la frase “soltar a los hijos” y “dejar de hablar de la hija mayor” con una sensación de tristeza, sino trabajar en construir una relación, poco a poco.

Minutos antes de terminar la dramatización, en un soliloquio hablo del silencio, algo que en mi personaje y fuera de él, no tenía sentido, no comprendo cómo llegó esta palabra a mí.

En una “silla vacía”, precisamente yo, el que hacía de padre, hace el rol de “silencio”, un yo-auxiliar del “silencio” al decir “no entiendo, no entiendo, no entiendo” reforzó lo mi sensación de no saber cómo llegué ahí.

Luego de unos minutos sentí que ese silencio, venía del “asma” que era una característica del paciente-“personaje”, una enfermedad que la sentía el paciente como un “no me deja hablar”, “no me deja respirar bien” y además “perturbo a los demás” porque no saben cómo me siento. Volviendo a mi historia, desde el embarazo de mi hija y años posteriores viví una violencia emocional y en ocasiones físicas, que no la revelé por años, me daba vergüenza, fue un extenso episodio de no poder hablar y luchar cada día. Años posteriores comencé con una tos nerviosa, que aparece y se acentúa cada vez que recuerdo esos eventos y / o cuando

estoy bajo alguna situación de stress laboral, familiar, es una tos que curiosamente se exacerba cuando tengo los oídos tapados, la tos se hace fuerte como “si tuviera que escucha mi propia voz, mi propio reclamo”, entonces dificulta la respiración, tal como percibía cuando hacia el rol de padre tan preocupado por asma y los demás preguntándome si estaba bien yo.

Co-visión, escenas consonantes, resonantes y resultantes

Kesselman señala que “más allá de la psicoterapia personal del terapeuta, de las supervisiones y grupos de estudio que alimentan su in/formación, quiero proponer aquí un ejemplo (no un modelo) de entrenamiento para profesionales, que pueden implementarse sin demasiados inconvenientes entre terapeutas adscritos a diversas instituciones de la práctica pública y privada que ejercen una alternativa de trabajo operativo, centrado en una gimnasia para estar en forma y que denomino: co-visión” (Kesselman, 1999). Ésta, la co-visión, “mirar con otros, es un modelo alternativo, donde el material se examina desde la mirada hegemónica de un grupo, cuyo conductor ejercita su propia desrostrización para facilitar el despliegue de los integrantes que, reconociendo la parcialidad de las propias miradas, ensayan diversos roles: caldeadores, conductores, actores que representan el material dramático, auxiliares y observadores-cronistas” (Kesselman, Op Cit.)

Este mismo autor señala que la forma habitual de revisar el trabajo clínico se denomina sesión de control o de supervisión, para examinar el material bajo la mirada hegemónica de un profesional que, por su formación y experiencia superior, opina y sugiere a la manera de un guía, el camino correcto y aconseja las intervenciones a realizar. En este sentido co-visión se asemeja más a inter-visión, aunque la co-visión es un ejercicio de la multiplicación

dramática a la que aluden Kesselman y Pavlovsky, propuesta exclusivamente desde su particular manera de comprender el psicodrama.

Estos mismos autores, hace ya casi un cuarto de siglo, desarrollan las ideas de escenas temidas, consonantes, resonantes y resultantes, con vigencia amplia en la actualidad. Las escenas temidas vendrían a ser escenas de captura o bloqueos de los terapeutas frente a una determinada situación clínica. La escena consonante se refiere a aquella escena homóloga inscrita en la biografía y el cuerpo del psicodramatista proveniente de alguna situación familiar pretérita o del ámbito profesional. Esta escena, también llamada mostrativa o demostrativa, es la que permite que todo el grupo la haga circular al interior, en donde todos y cada uno aporta sus propias resonancias; de allí que las escenas resonantes se relacionen directamente con la multiplicación dramática grupal. Finalmente, una vez circulada, la escena resonante vuelve al protagonista, o sea a quien prestó su escena mostrativa, para cerrar el círculo de su propia escena consonante, con la llamada escena resultante. Esta contendrá elementos resolutivos, más recursos clínicos y comportamentales para lograr el manejo final de la escena temida. (Kesselman H., Pavlosvsky E., Frydlevsky, 1981)

Epílogo

Los propósitos de este trabajo quedan implícitos en el subtítulo: Encontrar fundamentos teóricos y prácticos de la experiencia comunicada de un grupo abierto de participantes en modalidad cohorte secuenciada, es decir integrantes que se suman y bajan del grupo en ciclos cada tres meses, en grupos presenciales, on line, e híbrido sincrónico entre Abril de

2022 a Octubre de 2023. Se trata de un trabajo exploratorio de integración de tres modalidades de acción, en reciente investigación y desarrollo a nivel mundial, impulsado por la pandemia y sus consecuencias, en la postpandemia.

Con foco particular que parte de la traumatización generada en la población por la pandemia, debido al aislamiento social, la desconexión corporal, la incomunicación verbal presencial, este trabajo proyecta sus hallazgos y conclusiones hacia grupos traumatizados, más allá de las fronteras geográficas, temporales, de movilización e idiomática.

Busca comprender el fenómeno clínico, psicopatológico y sociopatológico con base en las modernas teorías neurobiológicas del trauma, la teoría polivagal de Steven Porges, neurocepción, desarrollo filogenético del nervio vago, conexión social, etología, háptica, proxémica y aproximaciones terapéuticas del trauma desde el cuerpo a partir de terapias sensorio motrices, experiencia somática y en general, terapias que van desde el corporal orgánico hacia lo cognitivo.

Vincula psicodrama con neurobiología, en especial el fenómeno de tele, juego y rituales, como bases para una práctica grupal presencial, on line e híbrida sincrónica, con especial foco en la metodología dramaterapéutica y el teatro, con potencialidad para generar conexión social e integración en este tipo de grupos.

Por otro lado, y por el uso de máquinas tecnosociales para la comunicación a distancia, se han abierto puertas a partir de experiencias, reflexiones y nuevas conceptualizaciones, como por ejemplo, repensar los sistemas, cibernéticas e intervenciones destinadas a la formación de especialistas en trabajo grupal. Con el uso del espejo tecnológico, se

amplifican las posibilidades de supervisión, covisión, intervisión de fenómenos y procesos grupales, con la participación de terapeutas a distancia. La cibernética de primer y segundo orden deberían ser repensadas, para abrir paso a cibernéticas de tercer o más ordenes, o sea, de los sistemas observados, de los sistemas observadores y de los sistemas de los observadores de los sistemas observadores, en una espiral ascendente progresiva, en forma recursiva. La terapia sistémica aún no es consciente de esta tremenda novedad, no obstante que psicodramatistas y dramaterapeutas lo comienzan a hacer, rudimentariamente, en la medida que la tecnología nos continúe abriendo ese portal.

En el mundo on line e híbrido sincrónico hemos descubierto que metodologías y técnicas de funden y crean nuevas metodologías y técnicas. Frente a ambos dispositivos, ya no es posible hablar, distinguir ni aplicar ésta o esta otra técnica, ni menos agenciarse que esta o aquella pertenecen a algún método particular. En este mundo, por el momento, bidimensional y bisensorial, lo lógico es que las técnicas tridimensionales no apliquen y se deban hacer, necesariamente, adaptaciones, modificaciones y en definitiva, crear nuevas prácticas. Dobles, doblajes, espejos, soliloquios, cambio de roles, esculturas e interpolaciones, entre muchas otras técnicas, deberán ser recreadas. En nuestra experiencia de EDRAS Chile con grupos integrados en Latinoamérica hemos adaptado, recreados y creado técnicas nuevas que, en pantalla, implican el cuerpo tridimensional en el lugar en donde se encuentra cada participante.

El trabajo con movimientos lentos en pantalla tiene sus fundamentos teóricos en el arte, la ciencia y la tecnología. La danza Butoh, de Hiroshima y Nagasaki, danza de la oscuridad o sanadora y el teatro Butoh, son citados frecuentemente en este trabajo. El arte descubre

antes lo que la ciencia del trauma pone en acciones, palabras y teorías, mucho después. Los movimientos lentos de danzas ancestrales, rituales que se pierden en el crepúsculo del tiempo, vienen a ser los recuerdos del teatro y dramaturgias de grandes epopeyas, tragedias y leyendas en las que el dolor ha sido transmutado y transmitido metafóricamente de generación en generación.

Nosotros hemos encontrado una aplicación de los movimientos lentos en pantalla, en una interfaz que, en su momento actual, difumina rostros y miradas, vela cuerpo y extremidades y anula acciones presenciales cotidianas. Los movimientos lentos on line, realzan la acción, enfocan la atención y, para quien los vive, lo vuelven hacia sí mismo, hacia su propio escenario interior y la experiencia se amplifica.

Acerca de las modalidades de dirección que nos permite el mundo virtual y en particular lo híbrido sincrónico, lo podemos comparar con una cirugía robótica a distancia de la moderna medicina. Un director a distancia con un grupo presencial in situ, ambos en cualquier parte del planeta, es una novedad de alcances insospechados para el entrenamiento, formación, supervisión e intervención de grupos con fines informativos y psicoeducativos en diversas partes del mundo. Nos adentramos en la supervisión sistémica psicodramática, entidad que cierra el círculo, dando paso a la metavisión necesaria para marcar el instante de giro hacia la adquisición e integración de nuevos lenguajes en el quehacer clínico y profesional.

La barrera idiomática sería superada en el futuro, si es que ya, actualmente, la tecnología lo permite, con traducción simultánea.

El acercamiento al tema de tecnología e improvisación nos introduce en la interfaz de lo tecnosocial con lo humano propiamente tal. Se trata de vincular lo digital con lo analógico y en esto último, la toma de decisiones frente a contingencias netamente humanas, sólo requieren soluciones oportunas, novedosas, creativas y efectivas. Las palabras de Moreno acerca de cómo define uno de los tipos de espontaneidad queda evidenciado en este punto.

Finalmente debemos referirnos a la sociatría. Esta es, para Moreno, *iatreia* (terapéutica y rehabilitación), la ciencia de la terapéutica de los sistemas sociales por otros sistemas sociales. Utiliza, para sus fines, la psicoterapia de grupo, el psicodrama y el sociodrama. Se trata de la cura de una sociedad enferma por algún otro *socius*, pero este otro socio no es de modo alguno un otro ser individual aislado, sino es un otro referencial grupal, es decir otra sociedad o microsociedad, más sana que la antecesora. Será el efecto de permeación de salud, espontaneidad, creatividad y sabiduría, quien genere suficiente movimiento corrector significativo para elevar a aquella otra sociedad, hacia un fin ecológicamente saludable, acorde con la vida (Torres P.2022).

Estimo que la sociatría en la obra de Moreno pertenece al dominio de lo sagrado, lo consagrado para un fin superior. Esto es lo que puede leerse entrelíneas en sus magníficos escritos.

Si incluimos otros dispositivos sociátricos grupales, aparte de los anteriores, tales como dramaterapia y teatro playback, estamos expandiendo el mundo sociátrico hacia disciplinas que, provenientes del teatro, vendrían a ampliar nuevas oportunidades para obtener salud a partir de los grupos humanos. Como un magma invisible que se trasmite cuerpo a cuerpo, individuo a individuo, de familia en familia, de comunidad y sociedad en sociedad.

Pues, pensemos algo más. Sociatría on line. Parafraseando y amplificando el párrafo anterior: “Como un magma invisible que se trasmite cuerpo a cuerpo, individuo a individuo, de familia en familia, de comunidad y sociedad en sociedad; de latitudes, longitudes y husos horarios hacia otras latitudes y longitudes. De continente en continente”. Seguramente a esta sociatría es a la que se refería Moreno, aquella que superará espacios, tiempos y generaciones.

E aquí esta energía vital que se mueve en el campo sistémico y cuántico de las relaciones humanas, como una energía cósmica que insufla vitalidad.

Referencias

- 1.-Alemany C. (1997) Psicoterapia experiencial y focusing. La aportación de E.T. Gendlin. Desclee de Brouwer, Bilbao, España
- 2.-Andersen T. (2011) El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre los diálogos. Gedisa, España
- 3.-Anderson H., (1999) Conversación, lenguaje y posibilidad. Un enfoque postmoderno de la terapia, Amorrortu, Buenos Aires
- 4.-Ausubel D., (2020) Psicología educativa. Trillas, España
- 5.-Caillois R. (1958) Teoría de los juegos, Siex Barral SA, Barcelona
- 6.-Carnabucci K., Anderson R. (2012) Integrating psychodrama and systemic constellation work: New directions for action methods, mind-body therapies and energy healing. Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia
- 7.-Emunath R. (1994) Acting for real. Dramatherapy. Process, techniques and performance. Brunner/Mazel, New York.
- 8.-Fernandez-Alvarez H., (2011) Paisajes de la psicoterapia. Modelos, aplicaciones, procedimientos. Prolemos, Buenos Aires
- 9.-Filgueira Bouza M. (2014) Propuesta de intervisión y autocuidado con psicodrama. Rev. Brasileira de Psicodrama, Vol 22, N° 1 (32-42)
- 10.-Filgueira Bouza M., (2018) Autocuidado profesional con psicodrama. En: Torres P. (Comp y Ed) TeatroSalud: Medicina, teatro, terapia. Ediciones EDRAS Chile, Santiago de Chile
- 11.-Fonseca J. (1980) Psicodrama de la locura. Agora, Sao Pablo
- 13.-Fossey D. (2019) Gorilas en la niebla. Pepitas de calabaza, España

- 14.-Galdikas B. (2013) Reflejos del edén. Pepitas de calabaza, España
- 15.-Garrido Martín E. (1978) Psicología del encuentro. Sociedad de Educación Atenas, Madrid
- 16.-Gendlin E. (2008) Una teoría del cambio de la personalidad. En Riveros E. Focusing. Un paradigma para la psicología del siglo XXI. Ediciones Oscar Lermenda, Santiago de Chile.
- 17.-Gooddall J., En National Geographic (2019) Una vida dedicada al estudio de los chimpancés salvajes de África. RBA Libros SA, Barcelona
- 18.-Hellinger B., Bolzmann T. (2003) Imágenes que solucionan. Alma Lepik, Argentina
- 19.-Hellinger B. (2011) Ordenes del amor. Herder, España
- 20.-Huizinga J. (1943) Homo Ludens. FCE, México
- 21.-Jenning S. (1994) The handbook of dramatherapy. Routledge, London-New York. J
- 22.-Johnson D.R., Emunath R. (2009) Current approaches in drama therapy. Charles C Thomas Publishers, Ltd. USA
- 23.-Kalsched D. (2013) Trauma and the soul: A psycho-spiritual approach to human development and its interruptios, Rouglete, London
- 24.-Keeney B. (1981) Estética del cambio. Paidos, Buenos Aires
- 25.-Kesselman H., Pavlovsky E., Frydlevsky (1981) Las escenas temidas del coordinador de grupos, Fundamentos, Madrid
- 26.-Kesselman H. (1999) La psicoterapia operativa 2. El goce estético en el arte de curar. Lumen-Hvmanitas, Buenos Aires
- 27.-Kesselman H., Pavlovsky E. (2006) La multiplicación dramática. Atuel, Buenos Aires
- 28.-Landy R. (1993) Persona y performance. The meaning of role in drama, therapy and everyday. The Gilford Press, New York.
- 29.-Levine P. (2013) En una voz no hablada. Alma Lepik, Buenos Aires
- 30.-Levine P. (2018) Trauma y memoria. Cerebro y cuerpo en busca del pasado vivo. Eleftheria, Españ
- 31.-Levy P (2011) Cibercultura. La cultura de la sociedad digital, Anthropos, México
- 32.-Lucrecio (2020) De rerum natura de la naturaleza. Acantilado, Barcelona
- 33.-Manfrida G., Albertini V., Eisenberg E., (2021) Psicoterapia on line. Recursos tecnológicos en la clínica psicológica. Morata, España
- 34.-Martinez-Bouquet C.M. (2006) La ruta de la creación. Aluminé, Buenos Aires.

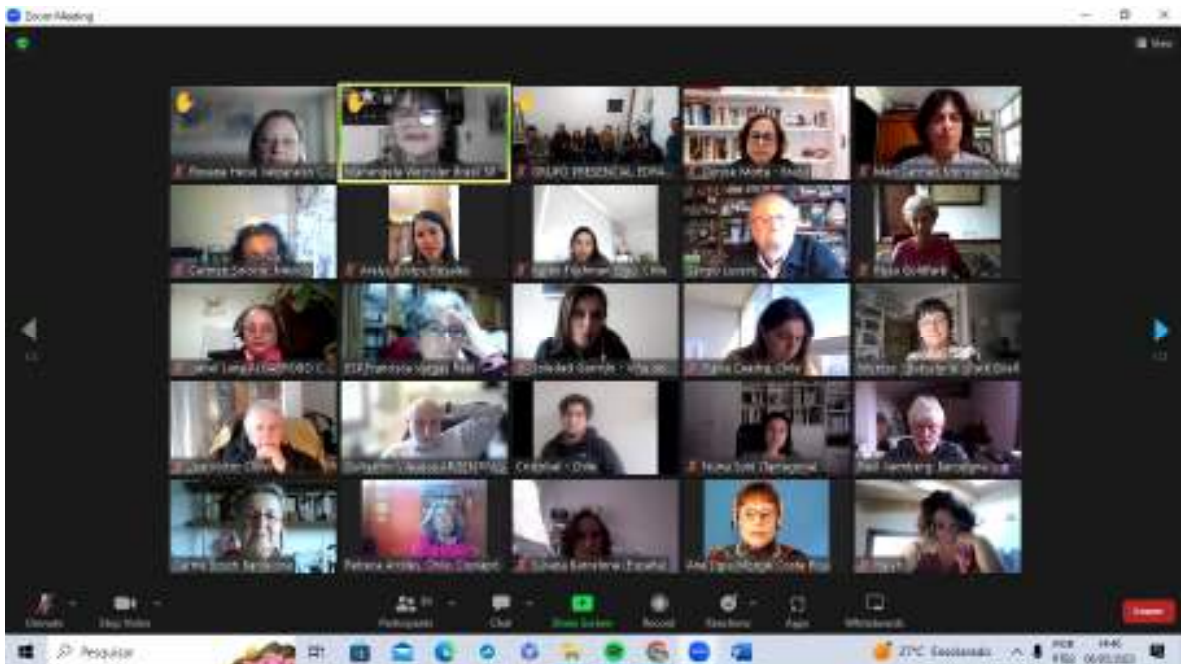
- 35.-Moreno J.L. (1977) El teatro de la espontaneidad. Vancú, Buenos Aires.
- 36.-Moreno J.L. (1979) Psicoterapia de grupo y psicodrama. FCE, México.
- 37.-Moreno J.L. (1993) Psicodrama. Lumen-Hormé, Buenos Aires.
- 38.-Moreno J.L. (1995) El psicodrama. Terapia de acción y principios de su práctica.
- 39.-Odgen P. (2015) El trauma y el cuerpo. Desclee de Brouwer, Bilbao
- 40.-Odgen P., Fisher J. (2016) Psicoterapia sensoriomotriz. Intervenciones para el trauma y el apego. Descle de Brouwer, Bilbao
- 41.-Pesso A., Boyden D., (2011) Terapia Pesso-Boyden Sensoriomotriz. Eleftheria, España
- 42.-Población P., López Barbera E. (1996) Supervisión activa total (SAT) Redes, Revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales. Vol. 1 N° 2 Segundo semestre, Paidos, Barcelona
- 43.-Población P., (1997) Teoría y práctica del juego en psicoterapia. Fundamentos, España.
- 44.-Población P., (2005) Las relaciones de poder. Fundamentos, Madrid
- 45.-Población P., (2019) La antinomia amor y poder. Morata, Madrid
- 46.-Porgues S., Dana D. (2019) Aplicaciones clínicas de la teoría polivagal. El nacimiento de las terapias influenciadas por la teoría polivagal. Eleftheria, S.L, España
- 47.-Riveros E. (2009) Focusing. Un paradigma para el siglo XXI. Antartica, Santiago de Chile
- 48.-Rojas-Bermudez J y Cols (2012) Actualiaciones en sicodrama. Imagen y acción en la teoría y la práctica. Espiral Maior, España
- 49.-Slade P. (1978) Expresión dramática infantil, Santillana, España
- 50.-Seikkula J., Arnkil RTE. (2016) Herder, Barcelona
- 51.-Taylor FK., Rey JH. (2020) El tema del chivo emisario en la sociedad y sus manifestaciones en un grupo terapéutico. Escuela de psicología grupal y análisis institucional. Enrique Pichon-Riviere, Abril 12, Santiago de Chile
- 52.-Terr L. (2000) El juego. Porque los adultos necesitan jugar. Paidos, Buenos Aires.
- 53.-Torres P. (2001) Dramaterapia. Dramaturgia, teatro, terapia. Cuarto Propio, Santiago de Chile
- 54.-Torres P. (2007) Sangra la escena. Psicodramaterapia del trauma y del duelo. EDRAS Universidad de Chile, Santiago.
- 55.-Torres P. (2019) Dramaterapia. Teatros que curan el alma. Letra Viva, Argentina
- 56.-Torres P., González E. (2021) Psicodramaterapia sin fronteras Volumen 1 y 2. Amazon.es (Version Kindle)

- 57.-Torres P. (2022) Bases teóricas y estéticas de la dramaterapia. Monográfico N° 1 Edras Chile www.edraschile.cl
- 58.-Torres P. (2022) Prólogo. Psicodrama de cerca. Publicación de AEP. XXXVI Congreso Internacional de Psicodrama, Haro, España
- 59.-Van der Hart O., Steele K., Boon S. (2018) El tratamiento de la disociación relacionada con el trauma. Desclee de Brouwer, Bilbao
- 60.-Vaimberg R., (2012) Psicoterapia de grupo. Psicoterapia de grupo on line, Octaedro, Barcelona
- 61.-Vaimberg R., Lombardo M. (2015) Psicoterapia de grupo y psicodrama. Teoría y práctica, Octaedro, Barcelona
- 62.-Weimberg H., Rolnick A. (2019) Theory and practice of online therapy. Internet delivered intervention for individual groups, families and organizations, Routledge, London
- 63.-Winnicott D.W. (1999) Realidad y juego. Gedisa, España





GRUPO PRESENCIAL EDRAS CHILE, PARTICIPANDO EN TALLER “SOLEDADES Y COMPAÑÍAS” EN FORMATO HÍBRIDO SINCRÓNICO, ORGANIZADO POR GRUPO BARCELONA CON LA COLABORACIÓN DE EDRAS CHILE, ABRIL DE 2023



TALLER “SOLEDADES Y COMPAÑÍAS” ORGANIZADO POR GRUPO BARCELONA CON LA COLABORACIÓN DE EDRAS CHILE, ABRIL 2023, CON MÁS DE 50 PARTICIPANTES DE TODA IBEROAMERICA