

ENCUENTRO CON “EL PSICODRAMA: APLICACIONES DE LA TÉCNICA PSICODRAMÁTICA” (1992) D.M.BUSTOS.

Aída Cantos Restrepo

Resumen

Este artículo busca reunir las impresiones personales que causó en mí la lectura del libro de Dalmiro Bustos, junto con los momentos en los que le conocí personalmente en el seminario de mayo 2017 que fue precedido por un grato encuentro on line con todos los asistentes de las jornadas de 2015 de la Asociación para el Estudio de la Psicoterapia y el Psicodrama. El encuentro entre el ser humano y el maestro está presente en mi intención al escribir este artículo.

Palabras clave: *Psicodrama, Psicoterapia Psicodramática.*

Abstract

This article aspire to join together my personal impressions from this Dalmiro's book, with the moment that I finally met him personally at the workshop in Madrid (may 2017); previously, I had met him before on an on line conference at the 2015 Congress of Psychotherapy and Psychodrama School.

This article intends to hold the encounter between the human being and the master, from my personal approach.

Key Words: *Psychodrama, Psychodramatic Psychotherapy*

Preámbulo

Es un artículo curioso para mí este que presento, ya que me permito compartir una parte algo más elaborada sobre las impresiones más destacadas de las ideas y propuestas de Dalmiro en este apasionante mundo nuestro que es la psicoterapia, junto con algunas ideas menos sesudas sobre el impacto que ha causado en mí su obra y sobre todo su persona, a la que tuve el placer de conocer en el encuentro organizado por la Asociación para el Estudio de la Psicoterapia y el Psicodrama en mayo de 2017.

Queda grabado en mí con ternura cómo el psicodrama, encarnado en la figura de Dalmiro, nos invita a convocar los dones y regalos de la vida en la psicoterapia psicodramática y nos sugiere vivir la vida, a veces tan difícil, de la mano de la magia del psicodrama.

Algunos conceptos de la teoría del Psicodrama

Este libro de Dalmiro, en su segunda edición, comienza haciendo una reflexión sobre el concepto de “enfermedad” y su relación con el medio social, nuestra realidad; nos plantea las teorías y técnicas vigentes como puntos de vista que no cuestionan el medio social y que pueden considerar enfermo “aquel que por su padecimiento no podía contribuir positivamente al apuntalamiento de este”. Sin embargo, Dalmiro cuestiona seriamente al medio social, que puede resultar patológico y patogénico. De esta manera, nuestro objetivo en

terapia se centraría en lograr que una persona se vuelva agente de cambio y ayudar al paciente a descubrir su propia ideología.

Nos propone como una obligación, sumar a nuestra tarea como terapeutas, la de la denuncia de la violencia ideológica y física que presenciamos de forma privilegiada en nuestro trabajo. Me sumo a esta propuesta de Dalmiro como una propuesta que nos involucra como seres humanos que trasciende nuestro rol de terapeutas y psicodramatistas.

Desde este planteamiento nos invita a leer su libro también como agente activo y no pasivo, donde sus ideas, estudios y propuestas están vivas y en constante posibilidad de cambio.

A pesar de ser un libro centrado en las técnicas y en sus diferentes aplicaciones, Dalmiro se detiene en enseñarnos los fundamentos teóricos del psicodrama, donde nos cuenta que en sus comienzos consideraba el psicodrama como un conjunto de técnicas que se apoyaban en un marco teórico psicoanalítico. Ya solo la presencia de este capítulo en un libro dedicado a la técnica es algo que me reconforta, valorar la técnica profundamente enraizada en una teoría que sabe responder al por qué y para qué hacemos lo que hacemos en sesión (sí, con espontaneidad...por supuesto, pero con cabeza también).

En este apartado, las referencias a Moreno se suceden, que en 1921 crea el teatro de la espontaneidad y en 1928 compra un Hospital Psiquiátrico en los márgenes del río Hudson, en Beacon que con el tiempo se convirtió en el Instituto Moreno. Es en el 16 cuando Moreno utiliza por primera vez el término sociometría, de la que refiere "es siempre una ciencia de la acción", y se constituye como un marco referencial para el psicodrama.

Señala Dalmiro cómo en la obra de Moreno subyace un ideal de ser humano, espontáneo, capaz de crear continuamente su propio destino; este DIOS-YO cercano al panteísmo no indica delirio alguno. Y esto no solo me reconforta, sino que incluso me despierta entusiasmo.

Una de las razones y sentimientos que me hicieron en su momento acercarme al psicodrama fue ese optimismo, esa confianza en el ser humano como individuo y como grupo capaz de generar cambios hacia la salud y la esperanza. Comprendo que para algunos esto sea una ingenuidad...para mí ha sido siempre un motivo de inspiración y de alegría.

Surge así, el concepto de espontaneidad de Moreno como un núcleo dinámico de su teoría, como un fenómeno primario y positivo no derivado de un impulso animal.

Se va construyendo la teoría vincular, donde el punto de partida para Moreno es el vínculo con el otro. Vamos encontrando el lugar donde la teoría de roles se articula con la teoría psicoanalítica, ya que si consideramos la represión como la pérdida de representación simbólica (mecanismo defensivo central) en la práctica psicodramática muchos de los procedimientos utilizados van dirigidos a este fin, a poder recuperar esa representación simbólica perdida y sus afectos asociados.

Otro concepto destacado por Dalmiro es la "catarsis de integración", como uno de los conceptos peor comprendidos en psicodrama y también uno de los más importantes. Catarsis etimológicamente es "poner afuera" y desde este punto de vista, esto ocurre desde el inicio hasta el final en una dramatización. Sin embargo, Dalmiro señala que este concepto involucra no solo la descarga emocional sino la posibilidad de "eliminar tensiones innecesarias, reordenando y reintegrando experiencias escindidas", teniendo en cuenta que el fin último de toda dramatización está en la apertura al orden simbólico de conflictos que se encontraban

fuera del alcance de la conciencia. Este concepto de Dalmiro, siempre me ha producido un sentimiento de seguridad y protección en el ámbito de la psicoterapia, donde siempre estaba la pregunta de para qué haces lo que estás haciendo, qué buscas y hacia dónde te diriges; incluir la palabra “integración” después de “catarsis” implica que la simple descarga emocional no es necesariamente terapéutica y que la catarsis debe estar ligada a la posibilidad de integrar y reordenar aspectos escindidos de la experiencia del paciente. Desde este planteamiento teórico, el psicodrama que yo aprendí (de la mano de Teo Herranz) donde el cuidado y protección del paciente transitan un poco por delante de la angustia y los miedos que pretendemos atravesar, cobran un especial significado humano.

Aplicaciones de la técnica psicodramática

En relación a la técnica y los ámbitos de aplicación, el recorrido es amplio. Antes de señalar algunos de los contenidos más destacados, me gustaría añadir una referencia simpática que nos invita a pensar en el paso del tiempo y cómo cambian algunas cosas con él. En el 92, fecha de publicación de este libro, Dalmiro señala la utilidad del uso de mesalina y otros alucinógenos como una manera adecuada de facilitar la regresión profunda, en contraste con lo que sucedió en Madrid en 2017, que no nos dejó ni tomar un vino o una cañita con la comida, antes de entrar en el grupo. Y ya retomado asuntos “serios” señalo algunos contenidos destacados:

- El **psicodrama clásico**, descrito por Moreno. Estaba destinado a grupos que se ven por primera vez en el teatro psicodramático y que probablemente no volverán a verse. Intervienen 5 elementos básicos: audiencia, protagonista, director, yoes auxiliares y escenario, y tiene 3 fases: caldeamiento, dramatización y comentarios. En este contexto, Moreno buscando la solución dramática al conflicto planteado, mientras que en el modelo de Dalmiro esta parte puede producirse de forma parcial y gradual durante un número extenso de sesiones. El grupo, como una diferencia fundamental entre el psicodrama moreniano (psicodrama público) y el de Dalmiro, aparece como tal en la etapa del compartir, y no antes. En cambio, si el grupo se reúne semanalmente por cierto tiempo, las dificultades de vinculación aparecerán desde la primera etapa (caldeamiento) y no ya en la tercera (“sharing”).
- En relación a las técnicas, más predominantes en la segunda etapa del psicodrama (la dramatización): Dalmiro señala la técnica del doble como una técnica difícil, porque es quizás la que más exige una conexión entre protagonista y yo-auxiliar, ya que busca poner en evidencia elementos no expresados por el paciente. La técnica del espejo, se diferencia del doble, porque no añade ningún contenido verbal, sino que se limita a reproducir lo más fielmente posible las conductas corporales y verbales. Es una técnica en la que el paciente puede sentirse fácilmente perseguido.

La concretización y la simbolización también tienen un papel destacado dentro de las posibilidades que nos ofrece la técnica. Existen también técnicas psicodramáticas auxiliares, que podemos utilizar como parte del caldeamiento o como parte de la

dramatización como son los instrumentos musicales, la música grabada y la psicodanza.

Para Dalmiro, la psicoterapia del grupo y el psicodrama, no se contraponen y señala que ya Moreno lo refiere de alguna manera “el psicodrama es una terapia profunda de grupo. Empieza donde termina la psicoterapia de grupo y la amplía para hacerla más efectiva”. El modelo de Dalmiro, es por tanto inclusivo, se busca integrar y sumar la eficacia de las técnicas de acción y las técnicas verbales. La acción terapéutica del psicodrama permite establecer la posibilidad de verbalizar, por tanto no se pretende quitar validez a la comunicación verbal que como alto nivel de simbolización implica la forma más elaborada de comunicación.

-Entrando en un ámbito de aplicación distinto al clínico, Dalmiro nos presenta el trabajo que realiza junto a su mujer Elena Nosedá en el ámbito de la educación. Se trata del **psicodrama pedagógico**. La propuesta de llevar el psicodrama por parte de Elena y Dalmiro a la educación, nace de una visión crítica de la educación argentina y un deseo firme de mejorarla y humanizarla.

Este método puede ser utilizado por profesores, directores, orientadores y psicólogos en el ámbito educativo, y es utilizado fundamentalmente en tres situaciones: comprender un conocimiento ya adquirido mediante métodos tradicionales, para evaluar un tema y para repasar conceptos olvidados.

En general, este psicodrama se caracteriza por notables diferencias con el psicodrama terapéutico, como son: aquí solo se incluye los roles de educador-alumno descartando todos los demás roles del individuo.

-Mención aparte, merece también el **psicodrama con familias**. Como grupo, en el que aplicamos el psicodrama, es sin duda un grupo con características especiales, ya que varias personas comparten circunstancias históricas, culturales, afectivas, económicas; La enfermedad es entendida como el resultado de un sistema de vínculos y relaciones deficitarias y en la experiencia de Dalmiro las ocasiones en las que más frecuentemente recomienda la terapia de familia es en aquellos casos con una estructura muy rígida, tanto obsesiva como depresiva. Los objetivos se centran en romper las estructuras rígidas, restablecer los canales de comunicación, procurar que surjan nuevos vínculos, lograr un mejor manejo de la agresión y la aceptación de la sexualidad.

-También se detiene Dalmiro en compartir su experiencia en el **psicodrama con niños**, donde nos cuenta sus inicios en la psicoterapia con niños por medio de la técnica de juego de Melanie Klein lo que le supuso encontrar muchas caras de sorpresa en sus pequeños pacientes...para adentrarse gradualmente en el psicodrama con niños y finalmente poder integrar ambos modelos. Como diferencia importante al psicodrama con adultos, Dalmiro nos comenta que sí juega roles diferentes en la acción psicodramática; no hacerlo para él, equivale a no jugar con el niño y dejarle jugar solo mientras el terapeuta observa. La acción en estos casos implica casi toda la sesión, siendo muchas veces innecesaria la fase de caldeamiento y también innecesaria la de comentarios.

-Psicodrama con pacientes viajeros: Es una forma de trabajo que se remonta al año 1962, cuando Bustos comenzó a viajar a Córdoba una vez por semana para dar clase, en ese tiempo durante el tiempo que duraron las clases atendió quincenalmente algunos pacientes dada la falta de psicodramatistas, y así cuando al año el ya no volvió a impartir clases, estos pacientes le pidieron continuar el tratamiento “de alguna manera”; así se inicia este tipo de tratamiento, con muchas precauciones inicialmente. En relación a los aspectos técnicos, cabe señalar que la actitud del equipo terapéutico es más activa y de mayor participación.

Así terminamos este recorrido por algunos de los aspectos más significativos señalados por Dalmiro en esta obra. Como nuestra intención es también agradecer a Dalmiro su enseñanza y su compañía con nosotros en Madrid, voy a añadir dos propuestas que a lo largo de las sesiones grupales de los días 8 y 9 de mayo me han acompañado desde ese momento: la primera, especial y contundente por su sencillez “lo que es adentro es afuera” como una invitación a la coherencia entre nuestro mundo interno y lo que mostramos. La segunda es una propuesta para la psicoterapia y para la vida donde la “fuerza y la ternura vayan de la mano”.