

PSICODRAMA DE PAREJAS

Elisa López Barberá

PALABRAS CLAVE: Modelo estructural, Psicodrama, Pareja, Escultura.

SUMARIO

Este artículo consta de una Introducción al tema y de tres apartados.

- En la Introducción planteamos las motivaciones que nos han llevado a realizar una síntesis del modelo Estructural de Minuchin y el Modelo Psicodramático de Moreno.
- En el primer apartado proponemos unas pautas sobre nuestro encuadre teórico/técnico cuya clave es la valoración del aspecto relacional como pauta para la comprensión de los hechos. Señalamos la existencia de unos objetivos comunes y una metodología análoga, desde una conceptualización similar de los dos modelos en muchos aspectos.
- En el segundo apartado abordamos los Aspectos conceptuales de la Pareja focalizándonos en la relación vincular y en la dinámica relacional generada.
- El tercer apartado está destinado a la Intervención terapéutica en donde plasmamos nuestra forma de actuación. En el planeamiento de Aspectos técnicos mencionamos puntualmente la relación con el remitente; nos detenemos en el proceso de realización de las dos entrevistas exploratorias donde describimos detalladamente la utilización de la técnica de Escultura. Por último destacamos las técnicas que utilizamos más frecuentemente, resaltando en la exposición las técnicas activas psicodramáticas (Soliloquio, inversión de roles, espejo) y la dramatización.

KEY WORDS: Structural model, Psychodrama, Couple, Sculpture.

SUMMARY

This article consist of an introduction to the sybject and three chapters.

- In the Introduction we outline the motivations that have taked us to make a synthesis of Minuchin's Structural Model and Moreno's Psychodramatic Model.
- In the first chapter we propose some guidelines about our theoretical/technical approach, which key is the valuation of the relational aspect as rule for the comprehension of the facts. We point up the existence of some common objectives and an analogous methodology from a very similar conceptuation of both methods in very aspects.

- In the second chapter, we approach the conceptual Aspects of the couple focusing in the linking relation and in the generated relational dynamic.
- The third chapter is dedicated to the therapeutical Intervention where we shape our way of actuation. In the exposition of the technical Aspects we punctually mention the relationship with the addresser; we consider the procedure of realization of the two exploratory interviews where we describe in detail the use of the techniques of the Sculpture. Finally, we point out specially the techniques we use more frequently, making an special emphasis on the exposition of the psychodramatic active techniques (soliloquy, inversion of roles, Mirror) and dramatization.

INTRODUCCION

En el equipo de Terapia Familiar y de Pareja del Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama, partiendo de nuestra formación como psicodramatistas y terapeutas de familia y pareja en el marco estructural, estamos desarrollando una síntesis de ambos modelos en los niveles conceptual y técnico.

A través de nuestro proceso de formación, vislumbramos una estrecha correlación entre los dos marcos.

En un principio, en función de un encuentro más intuitivo, comprobamos la existencia de una filosofía análoga que contempla al hombre como un ser en relación, inseparable del contexto del cual procede, portador de un potencial positivo de recursos y protagonista activo de su propia vida (7).

Posteriormente y partiendo de una reflexión exhaustiva hemos elaborado un modelo de intervención que nos permite operativizar el trabajo clínico.

En la presente aportación planteamos inicialmente nuestro enfoque, el cual ofrece el soporte para el planteamiento de determinados aspectos conceptuales sobre la estructura vincular de la pareja, que es el segundo extremo que abordamos. Finalizamos la exposición haciendo referencia a la intervención terapéutica en la que plasmamos nuestro abordaje, fruto de la unión entre una visión determinada del ser humano y unas técnicas que posibilitan la puesta en escena de la síntesis de ambos modelos.

I- NUESTRO ENCUADRE

Tanto el Psicodrama como la Terapia Familiar estructural de Minuchin se insertan en el paradigma sistémico, en el sentido que plantea Aracil: "El método sistémico es tal que cuando analiza desciende de lo global a lo parcial pero sin tratar de perder la visión de conjunto; cuando sintetiza desciende de las partes al todo, tratando de no olvidar los elementos básicos... En estos movimientos de análisis y síntesis se encuentra la esencia del método sistémico para el análisis de la realidad"(1).

Es de sobra conocida por los terapeutas familiares y de pareja la visión del hombre como ser que forma parte de distintos sistemas. Sin embargo existe muy poca

información, aún lamentablemente en colegas que trabajan en psicodrama, sobre la concepción que del ser humano tiene J.Leví Moreno.

Moreno recomendó trabajar siempre con el Sujeto "en cuanto elemento de una agrupación humana, sea ésta la que fuere"(15).

Ambos enfoques consideran pues al hombre inseparable de su entorno, el cual influye en él y a su vez es influido por éste, siendo el aspecto relacional la clave que va a brindar la pauta para la comprensión de los hechos.

Siguiendo el curso de pensamiento de Moreno y Minuchin y desde una conceptualización similar en muchos aspectos, podemos constatar la existencia de unos objetivos y metodología comunes.

OBJETIVOS COMUNES

Consideramos los de la **propia función terapéutica**, que nos conducen a lograr la apertura de un sistema potenciando sus capacidades morfogenéticas.

Para ello se persiguen, entre otras opciones:

- la **potenciación de los propios recursos del sistema**. Minuchin hace referencia a la "recuperación de la funcionalidad atascada del sistema"(10). Para Moreno el objetivo último de toda acción terapéutica, es la devolución al ser humano de su capacidad creadora, involucrando al sujeto como totalidad. Para ello, previamente se busca:
- la **desestructuración de pautas rígidas y estereotipadas**, que propician una inadecuación de respuesta a las situaciones. De esta manera se puede forjar posteriormente un modo de actuación y relación más integrador y flexible, permite:
- el **establecimiento de formas de relación más efectivas**. Estos objetivos se buscan en el proceso de la acción terapéutica, a través del cual en ambos modelos se opera mediante:
- la **activación psíquica y corporal**. Se procura recrear situaciones en las que el sistema está anclado rígidamente, sea el sistema un sujeto, una díada, una familia, etc., a la vez que experimentar la posibilidad de manejar otras opciones más adecuadas, reductoras de la disfunción existente desde una integración corporal, emocional y cognitiva.

Al contemplar la doble vertiente de movilización psíquica y corporal, facilitamos la recreación de situaciones en el "aquí y ahora", como la opción globalizadora, integradora y disponible. Es en este momento donde se encuentra el sujeto en toda su dimensión temporo espacial; Como afirma Minuchin "el presente del individuo es su pasado más sus circunstancias actuales" "una parte de su pasado sobrevivirá siempre contenida y modificada por las interacciones actuales"(11).

A través de la actuación en el "aquí y ahora" persigue la modificación del sistema que impide el crecimiento y desarrollo, utilizando técnicas basadas en la acción. De esta manera, "la confrontación con situaciones nuevas, va a determinar la puesta en práctica

del cambio a través de la incorporación de nuevas pautas de transacción y nuevos roles, pudiéndose modificar la disfuncionalidad del sistema"(2).

METODOLOGÍA ANALOGA

Hemos planteado cómo la terapia estructural psicodramática ofrece la posibilidad de modificar la estructura disfuncional del sistema, mediante la utilización de técnicas basadas en la acción que dan pie a vivenciar y elaborar alternativas relacionales más funcionales; La confrontación Con situaciones nuevas determina la puesta en práctica del cambio, a través de la incorporación de nuevos roles (*¹), que propician la modificación del sistema.

En la terapia estructural psicodramática tomamos el Concepto de "**jerarquía de sistemas**" en la que están inscritos una serie de niveles en los cuales cada sistema es el elemento del sistema suprayacente" (14).

En psicodrama trabajamos con el sujeto, pareja, familia, en y desde su entorno intrapsíquico, familiar, sociocultural.

En terapia estructural trabajamos con el sujeto, pareja y familia, teniendo como referencia un contexto más amplio.

En Psicodrama se trabaja Con los roles y contraroles, intentando modificar los fijos y estereotipados, ampliando el repertorio de los mismos, para ajustarse de una manera mas adecuada, espontánea (**²) a las situaciones.

En terapia estructural una de las formas de promover el cambio, es la ruptura del equilibrio disfuncional existente, modificando paulatinamente los roles y contraroles que desembocan en pautas estereotipadas e inadecuadas de relación (11).

Ambas modalidades, recurren a la idea de "Escena", aunque es la teoría psicodramática la que la conceptualiza, como "el espacio externo e interno donde ocurren formas y vivencias determinadas" (M. Bouquet) (8) dando lugar al establecimiento de tipos de vinculación, que se van a trasladar a lo largo de la vida.

.En el trabajo psicodramático partimos de la situación manifiesta –escena manifiesta- para identificar el entramado relacional subyacente que denominamos escena interna (14). Al representarse ésta desde el nivel imaginario, se accede a la posibilidad de recrear la escena, para poder ser incorporada simbólicamente de una manera lo suficientemente adecuada, que permita generar una situación distinta, más operante, que elimine el "estancamiento disfuncional".

En terapia estructural se propicia el pasaje a una estructura del sistema más funcional.

¹ (*) Utilizamos la definición de Rol en el sentido Moreniano "unidad de interacción..." "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 puesto en obra" (13).

² (**) En Psicodrama se define como "Espontaneidad" al factor que aporta al individuo la capacidad de responder adecuadamente a una situación nueva o de dar una Respuesta nueva a una situación vieja. "Implica por tanto una capacidad de respuesta adecuada del ser como totalidad, con respecto a su entorno, en un momento dado"(5).

Con respecto al quehacer terapéutico en los dos modelos, "no solo se recurre al discurso verbal sino que se promueven otras formas de comunicación entre los miembros ya la vez la propia actuación del terapeuta que se expresa corporal y emocionalmente durante la terapia"(2). El terapeuta está dentro y fuera de la escena, es decir forma inevitablemente parte de una nueva escena que le incluye con la pareja. Esta situación, ofrece las opciones de "disponibilidad, continencia y capacidad de encuentro existencial"(4) a la vez que implica la habilidad para situarse en la distancia adecuada, fuera del juego relacional de la pareja.

.La utilización de lo espacial y lo corporal es común a ambos modelos tanto a nivel diagnóstico como de estrategia terapéutica.

Citamos como ejemplos:

- 1) Observación de la ubicación espontánea y de la postura corporal.
- 2) Observación de los cambios registrados a nivel de la utilización del espacio a lo largo de la evolución en terapia.
- 3) Indicación por parte del terapeuta, de realizar un trabajo corporal, por ejemplo, a través de la técnica de la escultura.
- 4) Manejo de la topología por parte del terapeuta (cambios de lugar, acercamiento, distanciamiento, etc.).
- 5) Utilización de diversas técnicas psicodramáticas, como cambio de roles, soliloquio, concretización, etc.

.En el Psicodrama se crea un locus o espacio virtual que facilita a los sujetos experimentar un nivel de confianza que les permite "crecer".

En la terapia estructural se persigue como base para la relación terapéutica, el establecimiento del joining como una forma de relación basada en un nivel de confianza.

En la terapia estructural se considera esencial que el terapeuta "conecte" con las familias, de manera que sincronice con el modo de actuación y el sistema de valores, instrumentalizando esta conexión como herramienta terapéutica.

En el modelo psicodramático nos referimos a la dimensión "Encuentro" como un espacio virtual relacional (*³).

Por último, queremos aportar un esquema sistémico relacional realizado por P. Población (14):

³ (*) Moreno publicó en 1914 Invitación a un encuentro, donde encontramos el conocido poema: "Un encuentro de dos, ojo a ojo, cara a cara. y cuando estés cerca te arrancaré los ojos y me los pondré en lugar de los míos, y tú me arrancarás mis ojos y te los pondrás en lugar de los tuyos, y luego te miraré con tus ojos y tú me mirarás con los míos"(12).

El encuentro es algo más que la reunión de 2 personas. Es una relación "in situ" "Es la matriz inicial de toda relación, que no queda limitada a lo transferencial, sino que se extiende a lo que cada uno es"(5).

"Encuentro significa más que una vaga relación interpersonal. Significa que 2 o más personas se encuentran, pero no solamente para enfrentarse, sino para vivir y experimentarse mutuamente." (13).

- 1) Existe una jerarquía de sistemas que hace que los hombres estén inscritos en un sistema mayor piramidal (pareja, familia, trabajo, barrio, etc.).
- 2) El hombre se concibe a su vez como un conjunto de sistemas (*⁴).
- 3) Los elementos relacionados de cada sistema se manifiestan a través de escenas. La escena es la forma que toman estos sistemas internos de la psique. Se podría decir que el inconsciente está inscrito en escenas.
- 4) La escena a su vez es un sistema constituido por los personajes que intervienen en la misma desde un rol (nos estamos refiriendo a escenas internas del sujeto).
- 5) A su vez los roles son sistemas en los que hay que considerar diferentes elementos (esquema axiológico, emociones, sentimientos, afectos, aspectos cognitivos, conductuales, etc.).
- 6) Desde nuestra perspectiva, contemplamos la labor terapéutica como aquella que logra modificar la escena que aparece como patógena de modo que deje de constituir un impedimento para el crecimiento y adecuación adaptativa dinámica del sistema que lo contiene.

II -ASPECTOS CONCEPTUALES DE LA PAREJA

Existe un amplio repertorio de definiciones y descripciones sobre lo que "es una pareja", brindándose un abanico clasificatorio basado en rasgos bipolares como "salud/enfermedad", "conflictividad/adecuación", "funcionalidad/disfuncionalidad" etc.

Pensamos que cualquier criterio utilizado aporta una validez teórica y proporciona un soporte referencial para la práctica clínica. No nos vamos a detener en estos aspectos sino que nos centraremos en la Dinámica Relacional y en la manera de establecer el vínculo.

En la teoría psicodramática "se parte de la consideración básica y central de los vínculos como centro neurálgico del ser humano"(4). Lo primero es el vínculo "no hay Yo sin Tu", nos dice Moreno.

Todo vínculo, se realiza a través de un rol con su contrarrol. Desde la dinámica rol/contrarrol se pueden establecer diversos modos de relación. Como señala D. Bustos en el capítulo de su obra Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática, la persona privada y los roles que desempeña, entra en interacción con la otra persona privada y sus roles, de donde surge toda la gama de ajustes y conflictos posibles.

Continuando en la línea psicodramática, Martínez Bouquet da paso más allá al incorporar la idea de Escena (8).

Todo rol está inscrito a su vez en una escena, en la que aparece el sujeto en interacción con otros personajes. "Lo que vivimos se transforma en escenas y éstas en entidades discursivas"(8). Estas escenas internas el sujeto las va a trasladar a la relación con su pareja. Existe por lo tanto un "grupo interno", según el término de P.Riviere, en cada

⁴ (*) Utilizamos el término "sistema" como conjunto de elementos en relación

sujeto que se entrelaza con el grupo interno del otro, en una trama de relaciones que va a dar lugar al sistema pareja.

Este "grupo interno" con sus personajes va configurando en cada sujeto "escenas particulares" según M.Bouquet (8).

Según nuestro propio desarrollo, cuando se encuentran dos sujetos, cada uno traslada a la relación su "racimo de escenas internas" (14), demandando al otro según la dinámica de sus propias escenas internas, el desempeño de unos roles determinados.

A partir de aquí podemos reconocer diferentes maneras de establecer el vínculo.

No pretendemos abarcar en esta aportación toda la gama de posibilidades del complejo vínculo de pareja.

Realizando una aproximación comprensiva observamos la necesidad de que el otro "se ajuste al propio guión" fruto de las escenas internas, desde el cumplimiento de "una expectativa de rol"; Esta dinámica pensamos que subyace en cualquier relación, con independencia del tipo de vínculo establecido.

Así pues nos encontramos con una relación vincular determinada en la que aparecen unos roles en interacción.

Cuando dos sujetos se encuentran, cada uno es portador de sus escenas individuales internas. Al establecerse la relación diádica, comienza a surgir "un entramado dinámico relacional" (14) en un espacio común; aparecen las escenas de pareja. Aquellas que son perceptibles "y que pueden ser leídas" serán las escenas manifiestas, que actúan como significantes de las escenas internas (14), pertenecientes a la historia en común de la pareja. En esta relación y en función de las escenas individuales y de pareja, se van a intensificar unos roles y debilitar otros.

Los roles se agrupan en conjuntos dinámicos unificadores (cluster de roles), citemos como ejemplo los criterios de predominio activo, pasivo, dependiente autónomo, etc. De esta manera los roles desempeñados en la pareja suelen estar incluidos en un cluster predominante, fruto y exponente de las escenas internas registradas a lo largo de la vida. Sincrónicamente cada uno proyectará en el otro sus aspectos no desarrollados, creándose una estructura sometida a un proceso circular.

Hemos mencionado anteriormente las expectativas que actúan en el campo de operaciones de la pareja. Consideramos que estas ayudan a desvelar y comprender las escenas internas de cada uno de los sujetos.

En unos casos la pareja suele fantasear con la idea de que por sí mismos y en el espacio de la relación se pueden cumplir los roles sustanciales, surgiendo la expectativa de que la propia escena interna se va a realizar en la pareja.

En otras situaciones, se da una renuncia a vivir ciertos roles ejecutados en el pasado en función del compromiso de lealtad a la pareja actual, surgiendo la expectativa de recompensa por posponer determinadas escenas internas.

En otros casos se produce una brecha en la relación si existe un escaso repertorio de roles que impide el acoplamiento a las expectativas del otro.

Siguiendo con nuestro desarrollo, pensamos que la clave de los distintos conflictos surge:

- si deja de existir un acoplamiento en el repertorio de roles, pudiéndose llegar a una ruptura del vínculo.
- si hay un despliegue de escasos roles que no satisfacen la expectativa de roles del otro, no pudiéndose "completar la propia escena interna" (14). En esta dinámica, cobra sentido la búsqueda de otras relaciones, el deterioro de pareja, etc. Según Bustos nos encontraríamos con "rupturas en función de pérdidas parciales" (4). La pérdida parcial se da con respecto a un rol o roles específicos. Esto a veces no provoca necesariamente una ruptura si los roles que se llevaron a la pareja están bien adaptados. Sin embargo la pérdida parcial puede ser un trampolín para una ulterior separación.

En síntesis podemos decir que mientras exista un engranaje o acoplamiento de roles en función de las propias escenas internas persistirá el vínculo, independientemente del tipo de relación que establezca.

Cuando en un momento se da una pérdida parcial de este acoplamiento, podemos hablar de disfunción o crisis.

Si por diferentes desencadenantes, desaparece una superposición de roles que se adecuen a la escena interna, nos encontramos frente a la ruptura del vínculo relacional existente independientemente de que la pareja permanezca establecida para desplegar otras funciones, como por ejemplo las del rol de padres, el mantenimiento de intereses comunes, etc; Por supuesto si partimos de un determinado concepto de pareja ligado a un tiempo y un espacio sociocultural.

CONCLUSIONES

- La estructura vincular de la pareja, está detenida por los roles y contrarroles desempeñados en la relación.
- Estos roles y contrarroles que se plasman en el presente de la relación están inscritos en las escenas internas de cada uno de los miembros de la pareja. En este "racimo de escenas internas" existe un común denominador, que es la forma de vinculación que el sujeto tiende a establecer.
- Una pareja existe y persiste cuando las escenas internas de cada uno se pueden superponer, es decir se cumple la expectativa de rol y mantiene un acoplamiento en el Rol/contrarrol.
- De esta manera el tipo de vínculo establecido es el determinante de la existencia y persistencia de la pareja.

La Ruptura de una forma determinada de vínculo en la pareja se produce:

- Si a través de un factor desencadenante, se modifica en el presente la escena interna de uno de los miembros de la pareja, dejando de existir esa superposición.

- Cuando el tipo de vinculación existente es cuestionado por ambas partes y se plantea un proyecto de reestructuración de la relación. Es aquí donde tiene espacio la terapia de pareja.

INTERVENCION TERAPEUTICA

Como punto de partida, coincidimos con D. Bustos en que la diferencia entre una conducta sana y patológica no es tanto la ausencia de- aspectos conflictivos, como la reiteración de una conducta que es inadecuada en un momento dado e independiente del Estímulo presente (4).

En nuestro lenguaje, es la presencia de una escena interna determinante por su prevalencia, la que impide una adecuación de respuesta desde una ausencia de espontaneidad en el sentido Moreniano. Recordamos que la Espontaneidad es la capacidad de un organismo de adaptarse adecuadamente a nuevas situaciones... De ella dependen las nuevas respuestas.

Es importante considerar dos enfoques en el tratamiento:

- **tratamiento de "counseling"** en el que se pone el énfasis en aspectos puntuales. La existencia de una situación de crisis desencadenada por factores contextuales pero sin afectar sustancialmente al vínculo, promueve como .objetivo terapéutico la adquisición de nuevas pautas de enfrentamiento más eficaces a las situaciones

tratamiento enfocado al abordaje de estructuras relacionales profundas. El proceso terapéutico a través del trabajo psicodramático, ayuda a desvelar las escenas internas que están configurando el tipo de estructura vincular.

Como decíamos anteriormente en nuestra exposición, la labor terapéutica intenta contribuir a modificar aquella escena interna que aparece como patógena, "al constituir un impedimento para una adecuación adaptativa dinámica del sistema que la contiene" (15). El trabajo psicodramático consistiría en acceder e identificar la escena interna a través de las escenas manifiestas. Al recurrir a la dramatización, la escena interna representada imaginariamente, puede ser reelaborada dejando de constituir un impedimento en el desarrollo del sistema.

ASPECTOS TECNICOS

Antes de proseguir no queremos dejar de mencionar la gran incidencia que en el proceso terapéutico de pareja, tiene la figura del Remitente, sea una institución o un profesional. Ya que es esencial no ignorar su presencia como parte del sistema profesional/"paciente". Sin pretender extendernos en el tema, señalamos la importancia de contemplar esta figura como elemento integrante de un sistema creado que como tal influye y es influido por el resto de los elementos del sistema.

Cuando una pareja nos es remitida realizamos dos entrevistas exploratorias, previas al establecimiento del contrato terapéutico. Esta fase tiene un objetivo que a su vez cumple varias funciones:

.La recopilación de información, cuyo proceso expondremos en breve, se utiliza para:

- **elaborar una estrategia terapéutica**, lo más adecuada posible a las necesidades de la pareja, teniendo siempre presente su configuración característica.
- **realizar una confrontación conjunta** equipo terapéutico/pareja, de la información obtenida a través de la exploración.
- En función de este planteamiento examinamos conjuntamente posibilidades y limitaciones existentes basadas en la conjunción de aspectos emocionales, intereses, sistemas de valores, posibilidades reales, aspectos cognitivos.

Con ello pretendemos que la pareja redefina la indicación efectuada por el remitente, transformándola en una decisión propia que les lleve a hacerse cargo de su propio proceso terapéutico, o a asumir su derecho a renunciar a ésta posibilidad. En cualquiera de los casos la propia pareja es la auténtica protagonista de su decisión.

Comenzamos la primera entrevista exploratoria, planteando claramente nuestra necesidad de recabar información, Para ello iniciamos una entrevista verbal con la petición a la pareja de expresarse con la mayor libertad posible acerca de los motivos por los que han acudido a nosotros, insistiéndoles en la importancia de plantear sus discrepancias con respecto a la situación.

Intentamos obtener la información de ambos de forma simétrica procurando no establecer alianzas previas que distorsionen el desarrollo futuro de la terapia. En algunas ocasiones comenzamos a introducir algunas técnicas activas que nos ayudan a desvelar más claramente la dinámica relacional. Nos referiremos a ellas más adelante.

A través de la información y basados en la visión estructural/psicodramática, detectamos:

- los roles utilizados por cada uno
- los contrarroles jugados en función de las demandas del rol
- las expectativas de roles que circulan entre los dos sujetos
- los roles satisfechos, los roles deseados y los roles temidos, en uno mismo y en el otro
- el movimiento de roles en la biografía de la pareja, noviazgo, hijos, etc.
- la conformación de la circularidad relacional desde la dinámica rol/contrarrol.

Todo ello cobra coherencia y sentido a través de la lectura en escenas, donde aparecen todos los elementos en interacción: "los roles en juego, la dinámica interroles, el entorno existente y el desarrollo en el tiempo de la situación" (14).

Una vez aproximados al conocimiento de la estructura de la pareja realizamos una segunda sesión exploratoria utilizando la técnica de la Escultura (17).

Definimos la Escultura como "la plasmación simbólica de unos elementos en relación" (16). Es pues una metáfora de la estructura vincular existente.

Habitualmente comenzamos a trabajar partiendo de la situación presente, dando una explicación previa y muy detallada sobre el sentido de la técnica, así como de las consignas. Proponemos modelar los cuerpos para constituir una escultura que "exprese

simbólicamente la actitud" (5) y estructura relacional, siempre adecuándonos a un lenguaje comprensivo para la pareja.

La construcción de la escultura se realiza alternativamente dejándoles "irse viendo" y conectando cada uno consigo, posteriormente desde el lugar del otro a través del cambio de roles y finalmente desde fuera, como observadores, a través de la técnica del Espejo, en la que uno de los terapeutas ocupa el lugar del sujeto que "toma distancia".

Seguidamente, realizamos otros tipos de Escultura: La Escultura temida y la Escultura deseada, teniendo siempre como marco referencial la relación.

Según la técnica desarrollada en detalle por P .Población:

"Desde las tres esculturas propuestas, hemos obtenido las expresiones simbólicas de tres distintos modos de vinculación:

1) el que refleja la 'realidad', (realidad como percepción subjetiva), 2) la situación deseada y 3) la situación temida. Estas tres esculturas expresan sobre todo aspectos estructurales conscientes del sistema/pareja. Sin duda desde la escena manifiesta que expresan podemos también nosotros y con la pareja reducir aspectos latentes. La introducción de las técnicas de magnificación de las sensaciones y sentimientos provocados por posturas de la propia escultura, del espejo y del cambio de roles nos permite acceder a veces a escenas internas

Pero existen aspectos extraordinariamente relevantes para la comprensión del proceso dinámico que implica la estructura de la pareja, que pueden revelarse con técnicas que ponen en relación unas y otras esculturas. Veamos el proceso de aplicación de estas técnicas. Tomamos el caso de querer relacionar la escultura de "como es" con aquella que expresa la situación deseada.

Proponemos a uno de los miembros de la pareja, en este caso la mujer, que reconstruya la escena de "cómo es", de cómo ella percibe la relación.

Una vez retomada con detalle y caldeados de nuevo para ésta forma de relación se le propone a la mujer (en este caso) que 'muy lentamente pase de esta escultura a la que expresaba la situación deseada' y 'vaya procurando darse cuenta de qué tendría que poner en juego (se marca claramente el usted o el tú) para conseguir llegar a la situación deseada'.

Otros matices de consigna, pueden ser: '...qué pierde...' '...qué teme que ocurra...' etc. Si es preciso, porque se ha procedido al cambio con precipitación excesiva (casi siempre como medio de defensa) se propone repetir las veces que sea preciso para llegar a un insight de los aspectos ocultos que llevan inconscientemente a esta persona a 'no querer' la situación deseada, es decir da lugar al surgimiento de los contenidos ocultos que constituyen el impedimento personal para poner en marcha los movimientos emocionales que podrían acercar a la situación que se desea.

Hemos señalado la importancia de marcar el usted o el tú, de lo que se trata es de impedir que se utilice el proceso propuesto para poner en juego 'elementos proyectivos. Por ejemplo una mujer, durante la aplicación de ésta técnica, exclama:

'Es que sí tomo esa otra postura, dejando la que tengo ahora, él me va a dominar y humillar'. Evidentemente está depositando en su pareja toda la responsabilidad del juego relacional. Aquí es fundamental la intervención del terapeuta para ayudar a una reformulación que en nuestro ejemplo fue: 'Tengo miedo a dejarme dominar, me gusta que me lleven y protejan'.

Por supuesto que, desde nuestra insistencia en un trabajo siempre simétrico con ambos miembros de la pareja procederemos a proponer y realizar la misma técnica con el otro sujeto" .

También se describen con detalle las opciones técnicas del paso de la escultura del 'cómo es' a la temida, de la temida a la deseada y de los pasos inversos: deseada a 'real', etc... recurriendo siempre a consignas que ayuden a tomar consciencia de los elementos dinámicos ocultos que justifican la permanencia en formas de relación estáticas.

Una vez concluidas las sesiones exploratorias, establecemos conjuntamente una estrategia de acción en función de la dinámica relacional aparecida, valorando previamente si la estructura relacional, actual tiene una predominancia morfostática o morfogenética.

A partir de aquí seleccionamos conjuntamente alguna de las siguientes alternativas terapéuticas:

- iniciar un tratamiento de pareja
- replantearse la conveniencia o no de realizar un tratamiento en común
- comenzar previamente un abordaje individual, con la posibilidad de retomar posteriormente un tratamiento en pareja.

Aunque podríamos determinar a priori indicadores terapéuticos para recomendar una u otra alternativa, insistimos aún a costa de ser reiterativos que la decisión de tomar una determinada vía se realiza conjuntamente entre la pareja y el sistema terapéutico.

Si se inicia como tal una terapia de pareja, a través del tratamiento se va tomando conciencia de la influencia de la biografía en la relación, en función de las escenas internas con sus roles en juego, que se trasladan a la pareja y que configuran la dinámica vincular presente.

Asímismo, se contribuye a desvelar desde una comprensión que incluye el "por qué", "cómo" y "para qué", el tipo de vínculo existente, que ha creado un entramado dinámico relacional común de pareja (las escenas de pareja). Como decíamos en un apartado anterior, partimos de las escenas manifiestas (las observables), para ir "accediendo al soporte de las mismas (las escenas internas). Todo ello a través de la incorporación de técnicas psicodramáticas y estructurales.

TECNICAS UTILIZADAS

En nuestro trabajo terapéutico simultaneamos técnicas verbales y psicodramáticas. La relevancia de una u otra vía en un momento dado depende de:

-los mensajes indicadores por parte de la pareja, que se señalan como más relevantes en el aquí y ahora y de

-la resonancia del aquí y ahora en el sistema terapéutico, en función del discurso verbal emocional y corporal de la pareja.

Los mensajes indicadores se pueden destacar a partir:

- "del relato de una situación

-de la expresión digital y analógica de un estado emocional

-del pronunciamiento de un malestar físico o desde una señalada posición corporal o movimiento gestual" (16).

En relación a las técnicas verbales que utilizamos creemos que no es necesario extendemos en ellas, dado que es de sobra conocida por la mayoría de los terapeutas familiares sistémicos, podemos englobarlas en las técnicas relativas al análisis y clarificación de la comunicación (clarificación de mensajes emitidos, señalización de las distorsiones existentes entre los distintos niveles de comunicación, confrontación de los mensajes, etc.), así como de las técnicas estructurales (11) (reencuadramiento, intensidad, reestructuración, desequilibramiento, etc.).

Con respecto a las técnicas psicodramáticas remitimos a diversos tratados que abordan, clasificaciones, aspectos descriptivos, fundamentación desde una psicología evolutiva profunda, etc.(4), (5),(12),(13).

Como particularidad, mencionamos que en terapia de pareja las técnicas psicodramáticas que empleamos las podemos utilizar dentro de una dramatización, dentro de una escultura o bien "in situ", dentro de la parte verbal de la sesión.

Del numeroso repertorio técnico psicodramático, en terapia de pareja utilizamos más frecuentemente:

.la técnica del soliloquio

.la técnica de inversión de roles

.la técnica del Espejo

.la técnica del doble.

DRAMATIZACION

Entendemos por dramatización la representación por parte de la pareja de una situación pasada, presente o futura, real, imaginaria o simbólica, propuesta por la propia pareja o uno de sus miembros o el terapeuta (5).

Minuchin introduce la técnica como "representación", (sin habernos encontrado ninguna referencia al creador del psicodrama), enfocada a la reestructuración de la interacción, haciendo representar un nuevo modelo (17).

En la dramatización, los artífices de la acción son los miembros de la pareja y la función del terapeuta es "guiar la acción" (4) para que sea la pareja la que genere su propio drama y proponga sus salidas.

La dramatización tiene tres momentos o fases:

-Caldeamiento, o preparación para la situación a dramatizar. Los psicodramatistas experimentamos con bastante frecuencia cómo el éxito terapéutico de la dramatización depende en gran parte de una adecuada o inadecuada atemperación. Si ésta es insuficiente o es excesiva puede desembocar en bloqueos o descargas sin valor terapéutico.

-Momento de la dramatización. Se localiza la escena a dramatizar y se utilizan para su representación una serie de técnicas para ayudar a desplegar la acción.

-Comentario.

Una vez finalizada la acción se promueve compartir la experiencia en primer lugar desde el plano emocional y posteriormente desde un proceso de reflexión extrayendo las conclusiones que devengan.

Consideramos a las tres fases enlazadas e imprescindibles para que una "representación" pueda ser considerada como dramatización total.

En el tratamiento de pareja el contenido de las dramatizaciones hace referencia siempre al espacio común de la relación bien partiendo desde la escena manifiesta, bien desde las escenas internas, pero referidas al espacio de la pareja. Es en el comentario, donde podemos acceder a través del aquí y ahora a las escenas internas individuales puestas en juego.

Queremos comentar la diferencia existente entre las parejas para aceptar las técnicas dramáticas. Unas, aceptan fácilmente y otras se sienten muy expuestas.

Hemos observado que el obstáculo para pasar de lo verbal a la acción dramática, desaparece cuando se inicia el establecimiento de un vínculo de confianza con el terapeuta.

Por último presentamos un esquema temático de las dramatizaciones que se suelen realizar en terapia de pareja:

- a) presentación personal con opción a cambio de roles
- b) escenas de pareja en ocasiones puntuales
- c) escenas significativas desde una perspectiva diacrónica
- d) escenas simbólicas, que expresen lo temido, lo deseado y lo rechazado de la relación
- e) ejercicios de encuentro y toma de contacto.

A lo largo de éstas páginas hemos intentado transmitir una visión de la estructura relacional de la pareja y un modo de actuación fundado en los modelos Estructural y Psicodramático. Nuestro rol de terapeutas está configurado por nuestros recursos teórico/ técnicos y condicionado por las propias escenas internas de pareja que se movilizan, en una dialéctica con la escena externa, resultante del vínculo creado entre la pareja y el sistema terapéutico.

En este espacio creado se va a permitir el desarrollo de una nueva forma de relación, fruto de la reestructuración de las escenas disfuncionales de la pareja y a través de la "perturbación en el sistema" que genera la inclusión del terapeuta.

BIBLIOGRAFIA

- 1- Aracil,J. "Máquinas, Sistemas y Modelos".Ed.Técno. Madrid, 1986.
- 2-Baer Mieses,S.: "Terapia Familiar Sistémica Estructural. Bases conceptuales". Comunicación presentada a la Mesa Redonda, de la Fundación de la Asociación Madrileña de Terapia de Familia, Pareja y otros Sistemas Humanos. Madrid, 1989.
- 3- Von Bertalanffy, L.: "Teoría General de los Sistemas". Ed. Fondo de Cultura Económica. Madrid, 1981.
- 4- Bustos,D.M.: "Nuevos Rumbos en psicoterapia psicodramática" Ed. Momento, 1985.
- 5- Campos,J.; Caparrós,N.; Kesselman,H.; Paulosky,E.; Peñarrubia,F.; Población,P. : "Psicología Dinámica Grupal" .Ed. Fundamentos.
- 6- Garrido Martín,E.: "!L.Moreno y la Psicología del Encuentro". Ed. Atenas. Madrid, 1978.
- 7- Lopez Barberá,E.: "Integración de la Terapia Estructural y el psicodrama como modelos de los Sistemas Psicosociales". Mesa Redonda, de la Fundación de la Asociación Madrileña de Terapia de Familia, Pareja y otros Sistemas Humanos. Madrid, 1989.
- 8-Martínez Bouquet,C.M.: "Fundamentos para una Teoría del psicodrama". Ed. Siglo XXI. México, 1977.
- 9-Menegazzo,C.M.: "Magia, mito y psicodrama". Ed. Paidos. Buenos Aires, 1978.
- 10-Minuchin,S.: "Familias y Terapia Familiar".Crónica Editor, 1977.
- 11- Minuchin, S.; Fishman, H.: "Técnicas de Terapia Familiar. Grupos e Instituciones". Ed. Paidos.
- 12-Moreno,!L.: "Las bases de la psicoterapia" Ed. Hormé. Buenos Aires, 1977.
- 13- Moreno, .L.: "psicodrama " Ed. Hormé. Buenos Aires.
- 14~Población,P.: "El Sistema-Escena. Primeras aproximaciones". Seminario en la Cátedra de Psiquiatría de Madrid. Marzo, 1989. (En vías de publicación)
- 15-Población,P.; López Barberá, E.: "Psicodrama y T.G.S." Comunicación presentada en el Encuentro Internacional de Psicodrama. Barcelona, 1989.)
- 16.-Población,P.: "Apuntes de Psicodrama". Revista Encuentro, Vol. I' (Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama) I
- 17-Simon, I.B.; Stierlin, H.; Wynne, L.C.: "Vocabulario de Terapia Familiar" Ed. Gedisa.
- 18-Shützenberger, A.A.: "Introducción al Psicodrama". Ed. Aguilar.