

Vínculos

TERCERA ETAPA N° 7 - DICIEMBRE 2017 ISSN 2171-6676

REVISTA DE
PSICODRAMA,
TERAPIA FAMILIAR
Y OTRAS
TÉCNICAS GRUPALES



Vínculos

ITGP
Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama



EDICIÓN

ITGP (Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama)

DIRECTOR

Pablo Población Knappe

COORDINACIÓN

Laura García Galeán
Mónica González Díaz de la Campa

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Mónica González Díaz de la Campa

Índice

- 3 Editorial
- 4 Normas de publicación

Artículos

- 5 PSICOTERAPIA DE LA FINALIDAD
Pablo Población
- 13 LA VISIÓN MORENIANA Y TRANSDISCIPLINARIA
COMO SOLUCIÓN EN TIEMPOS DE CRISIS
Cristiane Tavares
- 25 LA INTERPOLACIÓN DE RESISTENCIAS COMO
TÉCNICA ACTIVA AL SERVICIO DEL PSICODRAMA
ARQUETIPAL
Pedro Torres
- 33 NEUROCIENCIA VINCULAR: DEPENDENCIA,
COMPORTAMIENTO GREGARIO Y TRANSGRESIÓN
Ricardo López

Una experiencia en psicodrama

- 51 MI EXPERIENCIA COMO DIRECTORA EN EL ITGP
Marta Alaman

Voces nuevas

- 55 SUPERVISIÓN ACTIVA DE UN CASO DE VIOLENCIA
EN UNA MINIRSIDENCIA DE REHABILITACIÓN
PSICOSOCIAL
Alejandro Chévez

Obra gráfica, Poemas y Cuentos

- 66 Cuento: El nacimiento de un hada
Elena Cordero

Queridos lectores,

En este nuevo número de Vínculos tenemos la satisfacción de acoger trabajos de muy diversa índole. Partimos del texto de P. Población, en el que nos presenta la terapia de la finalidad, un modo innovador y profundo de psicoterapia que va más allá de la pura técnica. Continuamos adentrándonos en la comprensión desde la psiconeurología de lo que sucede en el transcurso de la terapia psicodramática. En las siguientes páginas, encontramos voces que nos llevan a seguir ahondando y preguntándonos por el psicodrama y su puesta en práctica en diversos contextos. Como siempre queremos recoger la mirada, no solo de los más experimentados, sino también del que se acerca por primera vez al psicodrama.

Y, como no podía faltar, un cuento, completando así el compromiso del ITGP de abarcar diversas caras del mundo de la creación y del psicodrama y compartirlas con nuestros lectores.

Un número con el que estamos muy satisfechos.

Por último, no queremos dejar de aprovechar la ocasión para desearos unas felices fiestas!

El equipo editorial

Normas para la publicación de artículos

Los trabajos se enviarán por correo electrónico a vinculos@itgp.org incluyendo los siguientes datos:

Nombre y apellidos

Teléfono de contacto

Correo electrónico

Dirección

Breve reseña curricular

El Consejo Editorial de VINCULOS revisará todos los trabajos recibidos, con el fin de seleccionar aquellos textos que cuenten con el interés y rigor suficientes para ser incluidos en la publicación. No obstante, Vinculos no se hace responsable del contenido de los trabajos publicados.

El Consejo Editorial de VINCULOS contestará por correo electrónico, confirmando la aceptación o no de los trabajos recibidos, o indicando las sugerencias de edición oportunas.

REQUISITOS DE FORMATO

Los trabajos deberán tener una extensión mínima de 4 folios y máxima de 12.

Tipo de letra Times New Roman 12. Espaciado simple.

Si el artículo incluyera imágenes, éstas deben adjuntarse en formato de imagen (jpg, png,...)

El cuerpo del artículo debe contener al menos los siguientes apartados:

1. Breve resumen, sobre el contenido del artículo.
2. Palabras clave.
3. Desarrollo del artículo.
4. Bibliografía.

Esperamos su colaboración.



Artículos

PSICOTERAPIA DE LA FINALIDAD

Pablo
Población
Knappe



Doctor en medicina, psiquiatra y director psicodramático

Miembro fundador y ex-presidente de la Sociedad española de psicoterapia y técnicas de grupo (S.E.P.T.G). Miembro fundador y ex-presidente de la Asociación española de psicodrama (A.E.P). Miembro fundador de la sección de psicodrama de la Internacional Association of Group Psychotherapy (I.A.G.P). Docente clínico supervisor acreditado por la Asociación española de psicodrama (A.E.P) y por la sección de psicoterapia de grupo de la Federación española de asociaciones de psicoterapeutas (F.E.A.P).

Fundador y co-director del Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama (ITGP) (1970) centro pionero de formación en psicoterapia psicodramática y psicoterapia de grupos, donde se han formado centenares de psicoterapeutas. Autor de numerosas publicaciones y libros relacionados con la psicoterapia.

www.itgp.org | itgp@itgp.org

Resumen

Con la terapia de la finalidad se trata de presentar un modo de psicoterapia que va más allá de la pura técnica porque implica también una concepción biológica de la psicoterapia, ya que se centra en movilizar la capacidad de reestructuración frente a los avatares de la vida. Romper la estasis, el estancamiento, que suele aparecer en relación a los procesos patológicos.

Palabras Clave

- › Pasado, futuro
- › Regresión, progresión
- › Especulación, pragmatismo



Deja los porqués, persigue los paraqués

*Acepta esto: "El hombre este ser siempre incompleto"
(J.L.Moreno)*

La psicoterapia se ha movido durante siglos sobre todo en un interés por los orígenes, coincidiendo aquí con la religión, la psicología, la filosofía e incluso la política, fecundándose mutuamente y por ello cuando se preguntaban por lo sucedido posteriormente recurrían al por qué. De este modo, los rituales de recuperación de los orígenes de una creencia, una religión, era una vuelta al illo tempore porque partían de que solo aceptando lo que ocurrió en los orígenes podía entenderse lo sucedido posteriormente, con la creencia de que este conocimiento podía revertir en el sujeto para su camino en el futuro. Este formato mental lo encontramos en los rituales religiosos, pero también en los rituales de gran parte de los modelos psicoterapéuticos y, como paradigmático, el psicoanálisis.

El psicoanálisis se nutre constantemente de porqués, volviendo una y otra vez a la infancia, incluso a la fantasía de producir regresiones. Un ejemplo de esta tendencia es el caso de Winnicott que trabaja de modo preferente creando regresiones en sus pacientes. Lo que será objeto, más adelante, de una revisión crítica. Tanto el oficiante, el terapeuta, como el postulante, el alumno o paciente, tienen la impresión de que sabiendo, entendiendo lo sucedido en la infancia pueden llegar a modificar el hoy. Se recurre al recuerdo del paciente sin tener en cuenta que suele estar contaminado por la sucesión de vivencias y experiencias de su biografía total, también la asociación libre y el análisis de la transferencia... Al fin, ya

en esta última vía, se maneja algo que no es puramente racional, especulativo, sino también emocional.

Aún con todas las dificultades inherentes a esa hipotética capacidad para recuperar lo ocurrido en el pasado, y aún admitiendo algunos visos de realidad, lo máximo que podemos conseguir es conocer lo que hay ahora, la actualidad. Pero hemos de atrevernos a poner en duda que aquello sea un camino para el cambio. Un asunto es saber lo que ocurre y otro asunto es que esto sirva para un cambio adaptativo en el proceso de vida..

Cuando se analiza desde fuera, es decir, sin estar subsumido sectariamente en ese modelo, surge el asombro por la enorme cantidad de tiempo desperdiciado en esa atención a los orígenes sometidos a la "sabia" interpretación del terapeuta, o de los supuestos orígenes del cuadro actual. Y surge, después del asombro, la necesidad de utilizar otra vía, cambiar de "chip", como se dice actualmente. Entonces aparece con absoluta lucidez cambiar la pregunta de los porqués por las preguntas del paraqué.

Es un planteamiento con sus raíces en la realidad de la existencia porque la vida transcurre con un propósito. Propósito que encontramos desde el ser humano retrocediendo hasta los seres vivos más primitivos, como las amebas. Si observamos a través del microscopio unas amebas flotando en un líquido, vemos como se mueven buscando alimento, buscando reproducirse,

buscando la vida. Porque la vida tiene un propósito básico, vivir, sobrevivir, como individuo en primer lugar y como especie, a través de la reproducción, en segundo lugar. Todo lo demás es secundario.

Suelo en mis conversaciones recordar que hasta la planta más humilde lanza una raíz buscando nutrirse y desarrolla un follaje con la misma finalidad, aquí no de agua y nutrientes sino del sol, de la luz.

Explorando los paraqués, perseguimos conocerlos, comprenderlos y en su caso facilitar el movimiento del individuo. Porque todo movimiento, entendiendo movimiento en un sentido amplio, tiene un propósito, desde la construcción, habitualmente inconsciente, de un problema o conflicto psicológico o, en sentido mas amplio, una neurosis u otro cuadro patológico. Incluso hasta gran parte de las enfermedades que sufrimos tienen un paraqué. Aunque sean cuadros al final destructivos, encierran una supuesta utilidad para la vida del sujeto porque con ello se encierra, se encastilla, se justifica, se defiende, se manipula el entorno y, en suma, consigue utilizar unas vías que le son útiles para la finalidad que persigue.

Se ha escrito mucho sobre los paraqués, incluso de accidentes y traumatismos varios. Cuando promuevo una psicoterapia de la finalidad, es decir, de la finalidad o propósito que empuja al sujeto al enfermar, mental o físico, es que he llegado a través de mi experiencia a experimentar la eficacia de este planteamiento, que no es otro que el de aceptar una realidad obvia, innegable, que es que todo ser vivo busca su persistencia en el tiempo, tiene ese propósito, un propósito a veces torcido

para el observador ocasional, pero que tiene un sentido profundo para el que lo ha producido.

He nombrado la eficacia de este punto de vista llevado a la practica y es que he podido comprobar cómo cuadros que llevaban años en análisis del por qué ,incluso 15 o veinte años sin salir del atolladero, surgen de éste a veces en pocos meses cuando se ha abordado desde una terapia de la finalidad.

Al hablar de la eficacia me refiero no a lo que a mi entender es una pseudoeficacia que veo se produce a lo largo de otros tipos de psicoterapia. Por ejemplo, en algunos psicoanalizados que he recibido tras un proceso analítico, incluso en un caso hasta de treinta años, cuando les inquiero sobre los resultados obtenidos por ese largo proceso, recibo la misma frase una y otra vez: “Sí, sí, ahora sé mucho sobre mí” y al insistir sobre los resultados prácticos, ya que sino no tendría sentido su visita a mi consulta, me refieren a veces con una cierta vergüenza “bueno, he mejorado en algo, pero...” y aquí sigue el relato de los conflictos básicos no resueltos. No se ha tocado lo nuclear, ni ha obtenido resultado práctico para mejorar su vida cotidiana.

Otros me vienen tras una terapia cognitivo conductual. Se les ha aportado soluciones prácticas, nuevas vías de actuación, pero tienen el carácter de artificios. Se han superpuesto a lo que traían anteriormente que no han modificado en absoluto.

Basten estos dos ejemplos de lo que yo considero que no debe de ser una psicoterapia. Las personas que vienen en demanda de ayuda a sus sufrimientos tienen derecho a mi entender a liberarse,



en lo posible, de aquellas situaciones internas que les mantenían frenados para vivir de una manera satisfactoria, para cristalizar una homeostasis existencial satisfactoria, un bienestar unas veces y una capacidad de lucha y adaptación en otras y, por ende, una alegría básica en su vivir diario. La terapia que propongo, en último término, tiene la finalidad de acercarse todo lo posible a lo anterior. Ayudar a eliminar lo que sobra – recuérdese a Miguel Ángel - y a desarrollar estructuras de crecimiento, estrategias nuevas para desarrollarse como seres vivos en el entorno. Insistiendo en que estas formas nuevas de desenvolverse no sean las nacidas de unos terapeutas supuestamente omniscientes y omnipotentes, sino nacidas creativamente e incluso transgresoramente del hondón de las capacidades y potencialidades del propio sujeto.

Para lo anterior es preciso que el terapeuta tenga una óptica pro-vida, un deseo, empezando por sí mismo, de un desarrollo hacia el futuro, que responda una y otra vez a las preguntas que se harán juntos, paciente y terapeuta, de para qué he construido lo que he construido y para qué quiero construir algo nuevo. Esta posición exige romper la mirada de entomólogo que estudia al insecto que tiene frente a él y abrirse a un caminar juntos, a un trabajar en equipo, aceptando compartir en muchos momentos su inquietud, su duda, su carga de indeterminación, enfrentando todo ello con una propuesta de exploración compartida. Este concepto de trabajo en equipo remite sin duda a un concepto demasiado poco manejado en terapia que es el de la alianza terapéutica entre terapeuta y paciente. Que ambos tengan muy claro que ninguno tiene la posición prevalente en ese caminar que, desde funciones distintas, ambos trabajan codo

a codo en la importante tarea de perseguir una mejor adaptación del sistema en terapia a la realidad rápidamente cambiante, como dijo Moreno.

Siempre he rechazado los términos aplicados a la psicoterapia de cura y de curación, a los que he sustituido, procurando ser honesto con el otro y conmigo mismo, hablar de camino, de caminar hacia un crecimiento personal, de convertirse en la raíz que busca el agua y los nutrientes, confiando siempre en que todo ser humano, y aquí recuerdo al maestro JL Moreno, es capaz de evolucionar y que las trabas que impone la vida son siempre trabas que construye el propio sujeto, porque no hay instintos negativos, es aceptar que todos los potenciales patológicos son producto del propio sujeto, siempre nacidos de su deseo de crecer o de protegerse o de estabilizarse. Nunca negativos en sí. Aquí habría que detenerse y aceptar una realidad ante la que somos impotentes, como son determinados factores genéticos, tan primarios en la vida del sujeto que no tenemos vías para ayudarle.

En los párrafos anteriores he deslizado opiniones que encuentro puedan ser objeto de controversia. Por ejemplo, cuando deslizo que todo lo que surge en el sujeto ha sido producido por él mismo y desde ahí introduzco la eterna pregunta que hago de “¿para qué? ,no quiero significar con esto que el sujeto pueda responder directamente de un supuesto propósito de contenido a la pregunta de para qué. Nos encontramos sin duda, en la mayoría de los casos, con que en un primer momento chocamos con una respuesta de “no lo sé” y un tener que admitir que tenemos que penetrar en lo inconsciente.

He defendido que el sujeto ha construido cualquier cuadro de lo que llamamos

patológico con una finalidad y esto lo entiendo desde una fobia, un estatismo en una situación fija de un permanecer en una posición “patológica”, un cuadro psicossomático y así hasta cubrir todas las posibilidades de un enfermar de la mente y del cuerpo, si es que podemos separar las dos cosas de un modo artificial.

Cuando defiendo que todo proceso que llamamos patológico es producto del sujeto que lo vive, por supuesto igual que aquellos procesos que son útiles a la vida y a la homeostasis del individuo, estoy en principio defendiendo la responsabilidad del sujeto enfermo, la “autoría” de lo que le ocurre. Estoy seguro de que este aserto chocará a más de un lector, sobre todo en aquellos casos en que lo “producido” sea algo que puede ser muy doloroso para el que lo sufre, origen de un sufrimiento intenso y prolongado. Voy a intentar poner algunos ejemplos:

Me encuentro con un matrimonio que acude a una terapia de pareja. Desde hace años, mantienen un equilibrio relativamente inestable, ambos sufren. M (la mujer) piensa que su marido la engaña en aspectos económicos. Viven en casa de los padres de ella porque J (el marido), pese a que tiene una empresa, no es capaz de aportar lo suficiente para independizarse la pareja con sus hijos. J se niega a mostrarle las cuentas de su empresa ni a discutir las posibilidades que existen de ampliar la misma.

En las notas que he tomado de cada uno de los miembros de la pareja antes de comenzar la terapia he sabido que J teme dar pasos por miedo a equivocarse, por sentirse herido ante M y, sobre todo, en su propio orgullo o soberbia. Por lo cual, defiende su posición tomando posturas de poder e incluso atacando y criticando

a su mujer, como una maniobra de evasión. Ya desde las primeras sesiones aparece un claro conflicto de poder en el que cada cual se muestra crítico e incluso hostil hacia el otro. El diálogo llega a ser incomprensible, surrealista. Existe una barrera en la comunicación, una enorme cuña de roca que establecida entre ambos impide el encuentro.

Comienzo a plantearles la cuestión del paraqué mantienen cada uno su postura. Por supuesto, yo no me encuentro con derecho de revelar lo que sé de cada uno de ellos, es importante que sean ellos los que desvelen los propósitos de su conducta y actitud. M responde de inmediato que con su conducta de desconfianza y crítica hacia J trata de obtener una respuesta a su dificultad para comprender la conducta de éste. J elude durante tres sesiones tomar en cuenta los paraqués, produciendo curiosas pararespuestas que recuerdan las de un psicótico, como introduciendo una confusión en el diálogo. En la cuarta sesión no puede mantener ya esta actitud y estallando en llanto comienza a hablar del trato negativo que tenía su padre hacia él exigiéndole éxitos en todos los terrenos, pero criticándole aunque obtuviera logros. Ante esta conducta, apoyo su valentía de dar cara por fin a sus problemas, pero insisto en que sigue hablando de porqués, no de paraqués. Y repito, “¿pero para qué J sigues manteniendo esta respuesta de negarte a tomar la iniciativa en tu trabajo?”. De pronto, queda sorprendido y, cesando el llanto, comenta: “Para no quedar en ridículo, como un fracasado ante mi mujer” A continuación, comenta que nunca se había atrevido a hablar de todo ello con ella. Había preferido mantener una postura patológica, origen de



sufrimiento para él y su pareja e incluso para el conjunto del sistema familiar.

En el caso anterior es interesante ver como existe un por qué causal o determinante de la postura actual. Pero esto lo sabía el sujeto por una terapia anterior desde hacia años y no había tenido ninguna influencia en ningún posible cambio positivo. Solamente ante la insistencia de para qué proseguía en esa conducta defensiva aparece una crisis en el sujeto y un cambio positivo.

El anterior ejemplo aparece como una muestra de un caso que se había resistido a anteriores terapias individuales porque el sujeto había preferido el sufrimiento de todos para salvaguardar su orgullo de hombre que temía herir. Aparecen, constantemente, casos en que el sujeto mantiene con la misma o parecida finalidad cuadros que surten de un profundo sufrimiento y una parálisis del movimiento activo de su vida. Veamos otro ejemplo: Sara, profesional de mediana edad, refiere la gran angustia que le invade los fines de semana cuando está sola. En un proceso incisivo de paraqués, comenzando con “¿para qué construyes tu angustia?”, responde, “Ahora que lo preguntas, me surge que para pedir compañía, para no estar sola. ¿Para pedir ayuda?- pregunta del terapeuta-“Sí, pero eso me remite a la dependencia que tenía antiguamente, y eso me angustia”. Vemos que la paciente se ha organizado un laberinto en el que, buscando su bienestar, entra en un dar vueltas sin encontrar más salida que volver a angustiarse cada vez más. En otro momento de este escrito, he comentado que incluso uno mismo puede provocarse enfermedades orgánicas, voy a traer aquí un ejemplo. Manuel, un hombre tremendamente autoexigente,

vive, por efecto de esta exigencia, en una constante tensión. La tensión se ha convertido en un “stressor” y por ello en un factor patógeno, ya que esta tensión corporal facilita el mecanismo patógeno descrito por Selye dentro de su Síndrome General de Adaptación, que explica que esta situación de su organismo facilita que agentes patógenos como unas bacterias que aparecen en un momento de su vida en los alimentos o en el aire y que no afectan a otros individuos, en él provocan una enfermedad infecciosa. Además, la constante tensión ha provocado en Manuel una tendencia a elevar su tensión arterial que le está causando problemas cardíacos.

Escribiendo estas líneas, caigo en la impresión que puede causar mi propuesta terapéutica como de una terapia rústica e incluso brutal. Puedo asegurar que nunca, de aquellos que la practicaron, he encontrado la expresión de un disgusto por sentirse agredidos o tratados descortésmente. En general, respiran sonrientes tras el “trance”, y comentan algo así como: “me siento libre”, “qué descanso”. Y también a veces “he sido un gilipollas”. Desde luego, esta posición terapéutica es más incisiva y puede parecer, insisto, más dolorosa, pero ¿no será más dolorosa la persistencia en una terapia que no es incisiva pero tampoco eficaz, que hace estar inmersos en el malestar, el dolor durante décadas?

Como en toda terapia que intenta ser profunda, entendiendo profundidad no en remover recovecos metapsicológicos sino en llegar al fondo de lo que ocurre o que impide el bienestar, elegimos sajar el flemón y ayudar a que salga la purulencia a costa de un instante de dolor. Porque este dolor no es superficial, lo que teme el sufriente es la muerte. No

la muerte física, total, sino la muerte de su construcción, la muerte de aquella mentira que había mantenido durante años, que en apariencia formaba parte de su identidad.

La última línea del párrafo anterior me lleva a comentar dos aspectos más en relación a mi aserto de que en el fondo todo ello tiene que ver con el temor a la muerte. La primera, es que me refiero a una muerte simbólica, la muerte necesaria para un renacimiento, para una renovación del proceso vital. Es la muerte de los mitos arcaicos, el Ave Fénix, que muere y resucita de sus cenizas, o la muerte de Cristo para renovar la vida del mundo. El sujeto no es consciente de que su cambio remita a la muerte, pero se resiste a profundizar en los paraqués o en cualquier tipo de terapia para evitar esta. Pero tenemos que admitir que la realidad es que una terapia que se atreva a llamarse profunda tiene que conllevar este proceso de muerte.

El segundo comentario, es sobre la identidad. Etimológicamente la identidad consiste en sentirse uno, en tener conciencia de ser uno mismo, en poderse identificar a sí mismo en la tranquilizadora vivencia de “ser el que soy”. La identidad puede ser tanto subjetiva, en el sentido que acabamos de hablar, o referida a una identidad social, “tal como soy conocido o reconocido por los demás”. Ambas identidades a veces coinciden, otras no. La confusión nace cuando se define la identidad como un continuo en el tiempo y esto no es así. Cuando el sujeto es capaz de desprenderse de aspectos aprendidos, habitualmente fuente de patología, cambia su identidad y es consciente de “ya no soy el que creía ser, pero...este otro, soy yo”. Es cierto, está cada vez más próximo a su verdadero yo,

tal como tengo descrito en otros lugares. Aparece la identidad como algo que se va descubriendo y, desde ahí, instaurándose y construyéndose cada vez con mayor solidez.

En las últimas líneas está implícito también lo que algunos llaman “curación”, término que ya en párrafos anteriores he puesto en crisis. En función de lo anterior prefiero hablar de un proceso, quizás más próximo al de Jung en el sentido de evolución, maduración progresiva y aceptación de que nunca llegará el sujeto a ser perfecto. Viene aquí al caso recordar aquellos tratamientos descritos por algunos psicoanalistas que tras pasar algún sujeto por un análisis exhaustivo, estas personas quedaban en un estado de pasividad, de falta de estímulos, de falta de vivacidad. Lo que para algunos profesionales parecía incomprendible, creo que se debe a que les habían desprovisto de los “paraqués”, de los propósitos de vida, de las propuestas existenciales. Les habían exprimido desde los porqués hasta un estado de entendimiento racional de sí mismo que les cegó aquella parte no racional sino emocional, vivencial, base de su procura a lo largo de la vida.

Más arriba me he referido a la muerte simbólica, muerte de las construcciones patológicas que sostenía el sujeto con una finalidad oscura, elegido inconscientemente como reducto o defensa frente a aspectos temidos de la vida. El temor a esta muerte de sus contenidos que le hacían estar detenido en su trayectoria vital les hace, en realidad, “estar muertos en vida”. Con esto quiero decir, “detenidos”, no caminan hacia el futuro como es lo propio de cualquier ser vivo. En realidad, desde mi apreciación de los numerosos casos en que he asistido



a este problema en la clínica diaria, es que habiendo aceptado su identidad en esa patología de parálisis, se viven a sí mismos como vivos en la conciencia de ser ellos mismos. Y ya que la conciencia, el estado de ser consciente, es lo que diferencia al ser humano tanto ante los animales como ante sí mismo, como el hecho de estar vivo, es decir, el “soy consciente de ser vivo”, “de estar vivo”. Si pierdo esa conciencia de estar vivo, percibiré o tendré la percepción de morir. En realidad, si necesito esta percepción de estar vivo para sentirme vivo y percibirme como yo, cualquier situación que me prive de esa conciencia de ser consciente significa la muerte. Porque lo que nos hace sentir que “soy vivo” es la conciencia y cualquier forma de perderla es la muerte, y no solo la muerte física sino la muerte en la demencia o en la locura, que son otras formas de perder la conciencia de mi mismo, en último termino de mi identidad.

Volviendo al hecho de que esta vía que propongo en esta terapia puede ser dolorosa, tengo que aceptar que es así. Pero es importante separar los conceptos de dolor y de daño. Habrá habido dolor, pero no daño sino liberación del daño que había. A nivel inmediato, esto es así, pero a nivel profundo hay que considerar otro dolor que el sujeto percibe como daño y es la lesión de su ego, de su egocentrismo, de su egolatría. De un modo mucho más claro, de la soberbia,

concepto que manejo como primordial en mi teoría del poder. Sin embargo, desde una visión más teleológica esto que persigue el sujeto como un daño a su más profunda intimidad, a lo que él percibe que es su identidad, tampoco es un daño en el concepto etimológico del término, puesto que también ese “daño” ha significado un bien para su construcción personal, para su madurez.

Algo que se me hace evidente, desde el desarrollo anterior, es la importancia de que cada individuo se haga cargo de sí mismo. En un sentido profundo he querido mostrar, no sé si lo he conseguido, que la enfermedad en sentido amplio pertenece al área de la responsabilidad del sujeto. En otros espacios he escrito sobre como el concepto manejado habitualmente desde la filosofía de soledad óptica, podría contemplarse también desde el punto de vista de los conflictos de la mente, cuando aparece en el curso de una terapia como un paso temido que empuja al sujeto a regresar una y otra vez a diversas dependencias, al evitar la aceptación de una liberación de las mismas, entrando en un círculo vicioso por el cual el sujeto se defiende para no enfrentarse a la soledad óptica, rebota y vuelve al proceso anterior de dependencia. Me atrevo a emitir una expresión contundente: la enfermedad es una elección personal.

Artículos

LA VISIÓN MORENIANA Y TRANSDISCIPLINARIA COMO SOLUCIÓN EN TIEMPOS DE CRISIS

Cristiane
Tavares
Romano



Psicóloga, psicodramatista por la ABPS, pós graduada en terapia de família y casal por la PUC/SP, con formación en terapia cognitiva comportamental por el CETCC, en psicología oriental por la SOBRAPO, terapia sexual por la SBRASH y facilitadora en meditación por la UNIFESP, directora de enseñanza de la ABPS 2017-2018. São Paulo.

Resumen

El propósito de este artículo es hacer un vínculo entre la teoría de J.L. Moreno y la propuesta de la visión de la transdisciplinariedad sobre el ser cósmico y promover la reflexión sobre las posibles causas y soluciones de la crisis que enfrenta la humanidad hoy en día.

Resumo

O objetivo deste artigo é fazer uma articulação entre a teoria de J.L. Moreno e a proposta da transdisciplinaridade sobre a visão do ser cósmico e promover uma reflexão sobre as possíveis causas e soluções da crise enfrentada pela humanidade atualmente.

Abstract

The purpose of this article is to make a link between the theory of J.L. Moreno and the proposal on the transdisciplinary about vision of cosmic being and promote a reflection on the possible causes and solutions of the crisis faced by humanity today.

Palabras clave

- › Psicodrama.
- › Transdisciplinariedad.
- › Ser cósmico.
- › Espontaneidad.
- › Tele.

Palavras chave

- › Psicodrama.
- › Transdisciplinaridade.
- › Ser cósmico.
- › Espontaneidade.
- › Tele.

Keywords

- › Psychodrama.
- › Transdisciplinary.
- › Cosmic being.
- › Spontaneity.
- › Tele.



INTRODUCCIÓN

Moreno decía, de forma tan actual, que los seres humanos estaban perdiendo su creatividad y espontaneidad ante una sociedad cada vez más rendida a las necesidades y prioridades creadas por ella misma y que la alejaba de su propia naturaleza.

Distanciados de una visión sistémica, integrativa, ecológica, unificada, perdemos nuestra capacidad de seres cósmicos, coactores de las obras supremas. Aprendemos a ver todo de forma recortada, en pedazos, a cuestionar la existencia de Dios, a intentar explicar todo con las miradas y recursos de la ciencia cartesiana, y así, nos convertimos en Dioses. Pero dioses egoístas, problemáticos, llenos de vanidades, parecidos a los griegos y romanos, repletos de cuestiones más de este mundo que de otro superior a éste.

Creamos cosas bellísimas, somos inteligentes, adaptables, creativos, pero sin espontaneidad, empatía, tele, conexión con nuestras chispas divinas, todo se vuelve contra nosotros mismos. Sería como jugar con un misil en nuestra propia casa.

Revolucionamos la forma de vivir en este planeta, pero aún no erradicamos problemas antiguos, como el hambre, la guerra, la violencia urbana, la separación de clases, los prejuicios, la mala distribución económica, divergencia entre naciones y religiones. A diferencia de Moreno en su fase cósmica, que hacía una revolución donde quiera que fuera, como por ejemplo, con la Religión del Encuentro, con las prostitutas, con los refugiados y con pacientes pobres que no cobraba (Marineau, 1992, p 27-97).

Las familias, escuelas, instituciones religiosas, empresas privadas y públicas, gobiernos, la sociedad en sí (pues todo es reflejo y resultado de ella, como nosotros somos), no estimulan el desarrollo de lo que Moreno consideraba primordial para la formación del ser humano, estar en contacto y dejar fluir la chispa divina que existe en nosotros para ser cocreadores del universo, integrado con la Creación del Padre.

Hoy elegimos y somos elegidos, rechazamos y somos rechazados por las redes sociales virtuales. Lo hacemos hasta con quienes no conocemos personalmente. Creamos la guerra o la paz por internet.

Morin (2011) al hablar sobre la planetarización que ocurre desde el siglo XX, comenta que "Así como cada punto de un holograma contiene la información del todo del que forma parte, también, de ahora en adelante, cada individuo recibe o consume informaciones y sustancias oriundas de todo el universo. "(p.58). Sabemos muy bien qué es eso. Nos damos cuenta de todo lo que sucede en el mundo, de los atentados a las conferencias de paz, con derecho a la traducción inmediata y sin esfuerzo, directo en nuestros móviles. Somos más inteligentes y estamos más informados, pero seguimos robotizados, matándonos con todo tipo de contaminación, drogas y armas y cometiendo los mismos equívocos del pasado.

La probable explicación para esto se puede encontrar en Capra (2007), cuando habla que Descartes "dio al pensamiento científico su estructura general -la

concepción de la naturaleza como una máquina perfecta, gobernada por leyes matemáticas exactas" (p.56). Con eso, la relación del hombre con la naturaleza se transformó. La visión de mundo que se tenía en la Edad Media era de un pensamiento ecológico, de respeto con todo lo que la naturaleza proporcionaba y limitaba la acción del hombre en este sentido. Como dice el autor, después de Descartes, la manipulación de Gaia y de todos sus recursos se transformó y la relación del ser humano con la naturaleza pasó a ser de dominio, manipulación y explotación, empoderando así el conocimiento científico sobre las cuestiones naturales del planeta que estaba para servirnos, sin ningún intercambio por nuestra parte, ni respeto.

Con esto hay una ruptura con lo sagrado. Dios es destronado y el hombre ocupa su lugar. Este es el comienzo de una nueva era, la de la destrucción y desequilibrio de lo que estaba en plena armonía. "Plantas y animales pasaron a ser considerados simples máquinas; los seres humanos eran habitados por un alma racional que estaba ligada al cuerpo a través de la glándula pineal, en el centro del cerebro." (Capra, 2007: 56).

Nuestra educación continúa basada en modelos de disyunción, incapaz de ver al ser humano como un todo y reconocer conexiones en diferentes áreas del saber. Con eso no se abre espacio para desarrollar la creatividad tan hablada por Moreno. Cada uno queda preso a su propio ombligo y realidad, sin tener la capacidad de intentar comprender el otro y sus realidades y necesidades.

La visión reduccionista y simplista, desarticulada y fragmentada perpetrada

a lo largo de generaciones es la gran generadora de toda crisis vivida por la humanidad.

Según Morin (2011) "el desarrollo llega a un punto insostenible, incluso el llamado desarrollo sostenible. Es necesaria una noción más rica y compleja del desarrollo, que sea no sólo material, sino también intelectual, afectiva y moral" (p 60).

¿Cómo rescatar ese ser cósmico prohibido por el realismo materialista? ¿Cómo ayudarlo a rescatar su chispa divina? ¿Cómo dar continuidad a la creación del Padre?

Le invito a reflexionar sobre el rumbo de la humanidad, en tiempos de crisis, a partir de la mirada moreniana y de la transdiscipliniedad como propuesta para solucionar este problema.

Ser cósmico, espontaneidad y Tele

Según Moreno el ser humano nace espontáneo y creativo, pero sus relaciones afectivas con la familia y la sociedad van interfiriendo en el desarrollo de su espontaneidad y consecuentemente de la creatividad. El niño que nació libre de tendencias negativas, va poco a poco perdiendo su capacidad creativa y espontánea para corresponder a los patrones de la sociedad, fragmentada, con tendencia a valorar todo aquello que se encuadre en lo que fue predeterminado por el grupo social a lo largo de la historia de la humanidad.

Natural que todo proceso creador puede convertirse en una conserva cultural, y eso no es malo, ya que es de eso que nuestra historia se hace. La gran cuestión es pasar a valorar más la conserva que el acto creador. De esta forma perdemos



nuestra espontaneidad. Reproducir la conserva sin cuestionar y sin recrearla quizás sea el problema que estamos enfrentando actualmente en todos los niveles de la sociedad. La conserva cultural necesita ser el punto de partida, una referencia para la creación, y no un obstáculo. Moreno (2008) comenta que las conservas culturales "pueden operar, en un momento dado, como fuerza disciplinadora; en otro, como un obstáculo." (p.53)

La revolución creadora moreniana propone el rescate de la espontaneidad y de la creatividad rompiendo con estos patrones impuestos por la sociedad que generan automatismos, una alienación del factor E y la conserva cultural, que acarrea la enfermedad del sujeto.

Este proceso de rescate de su esencia, de sus recursos primarios es fundamental para que el individuo se sienta de nuevo parte integrante de un gran sistema y libre para ser él mismo, para ser creativo y adecuado. Sólo así él podrá sentirse uno con la obra divina, corresponsable y cecedora de ella. Para Moreno (1992), el ser cósmico necesita ser espontáneo, y según él "la cantidad de espontaneidad determina el surgimiento o la decadencia de las naciones." (P.29)

Las piezas de un engranaje no visualizan el conjunto, apenas ejecutan cómo aprendieron sus tareas. Y ese es el problema que nuestra sociedad vive en tiempos modernos, una alienación y una ceguera del todo, mirándose el propio ombligo, desconectada de sí y de todo el sistema, por lo tanto sin responsabilidades y compromisos. No ve que sus actitudes influyen a todos a su alrededor y por generaciones.

Según Moreno (Fox, 2002) "la espontaneidad es una preparación del sujeto para responder, de acuerdo con lo que sea necesario." (P.88). Sin la espontaneidad el ser humano deja de ser adecuado, no responde de forma satisfactoria ante situaciones nuevas o antiguas, porque dejó de ser él y pasó a ser un robot, programado, inadecuado, desconectado consigo y con el medio que lo rodea, por estar desconectado con la creación y el Creador pasa a no ser un colaborador de la gran obra, sino un destructor de la misma y de sí.

Moreno (1992) se refiere a esta situación diciendo que en "... un mundo poblado de máquinas y conservas culturales, el hombre parece ocupar una posición en su relación con el Universo que antes era ocupada por Dios. Hubo una división de poder entre Dios y el hombre." (P 168).

Dos autores actuales que comparten el mismo pensamiento son Morin y Boff. Ambos han descrito la importancia de una mayor conciencia con el Todo y la desconexión que estamos viviendo hoy en día, como veremos más adelante:

Somos originarios del cosmos, de la naturaleza, de la vida, pero debido a la propia humanidad, a nuestra cultura, a nuestra mente, a nuestra conciencia, nos volvemos extraños a este cosmos, que nos parece secretamente íntimo. Nuestro pensamiento y nuestra conciencia nos hacen conocer el mundo físico y nos distancian de él. El propio hecho de considerar racional y científicamente el universo nos separa de él. Nos desarrollamos más allá del mundo físico y vivo. Es en este "más allá" es donde tiene lugar la plenitud de la humanidad. (Morin, 2011: 46)

El universo es consciente. La moderna cosmología¹ demostró que este universo es matemáticamente inconsciente sin la existencia de un Espíritu Sagrado y una Mente infinitamente ordenadora. (Boff, 2013: 27)

Cuanto más desconectado, más difícil el ser humano tiene espacio y posibilidad de desarrollar otro factor destacado por Moreno, el factor Tele. Podemos considerar que sin este factor el ser humano presenta gran dificultad para percibir al otro, las situaciones y las relaciones que ocurren a su alrededor. El reprimir o no desarrollar el Tele es un gran riesgo para la humanidad, ya que a partir de él percibimos y nos relacionamos con mejor calidad.

Para Moreno, tanto la Empatía como el Tele son fundamentales para el desarrollo del ser humano. Podemos concluir que de eso depende también el éxito de la humanidad y protección del planeta. Sin percibir las necesidades, sufrimientos, creencias, pensamientos, acciones de nuestro prójimo, se corre el riesgo de perpetuar las guerras, las discriminaciones, cualquier tipo de explotación y esclavitud, violencias de todo grado, hasta el punto de aniquilar buena parte del planeta porque no respondemos adecuadamente a lo que percibimos. ¿Está ahí el corazón de la crisis?

Sería interesante recordar con Gonçalves, Wolff y Almeida (1988) que la empatía es "la adquisición, la sensibilidad de los sentimientos y emociones de alguien o contenidos, de alguna manera, en un objeto..." (p. 49), mientras que Tele es "la capacidad para percibir objetivamente lo

que ocurre en las situaciones y lo que está ocurriendo entre dos personas" (p. 49), sin distorsionar los aspectos esenciales. Moreno (2008), en el libro "¿Quién sobrevivirá?" señala que "La empatía es positiva, pero su significado no incluye la reciprocidad, y la transferencia es" el factor responsable de la disociación y desintegración de los grupos sociales" (p.246). Por lo tanto, para Moreno, cuando distorsionamos nuestras percepciones causamos la patología del Tele.

Podemos concluir que cuanto más conectado con el Todo, con su chispa divina, mayor es la capacidad del individuo de desarrollar su espontaneidad y creatividad, haciendo uso de su factor Tele en ese proceso de percepción, adaptación y creación. Esta es la condición natural del individuo que debe ser estimulada a lo largo de su vida para no perder su esencia y no sustituirla por cualquier conserva cultural, que en otro tiempo fuera un acto creativo. No podemos olvidar que la creatividad sin espontaneidad, sin conexión con el sistema de forma sana, puede convertirse en un espontaneísmo, sin adecuación, desarticulado de la realidad del otro, sea humano o el propio ecosistema.

Transdisciplinariedad

Para hablar de transdisciplinariedad necesitamos entender su significado y sus bases. Por haber una propuesta y una praxis un tanto compleja, muchas personas no la entienden.

El prefijo trans se refiere a lo que está entre, además ya través de las disciplinas.

Con la propuesta de unir los saberes, la transdisciplinariedad busca trascender el universo cerrado de las disciplinas,

¹ Ciencia que estudia el cosmos, su origen y su propósito



promoviendo la interacción máxima entre éstas, respetando sus individualidades y conocimientos, usando de conceptos oriundos de la física cuántica para formar sus tres pilares de sustentación: niveles de realidad, complejidad y tercero incluido.

Sederiva de la necesidad de suplir el abismo resultante de las hiperespecializaciones (conservas culturales), donde la técnica y el conocimiento tomaron el lugar del individuo estudiado.

Según Boff (2013), "La física cuántica demostró la profunda interconexión de todo con todo y el vínculo indestructible entre realidad y observador; no hay realidad en sí, desconectada de la mente que la piensa; "ambas son dimensiones de una misma realidad compleja." (p.27)

De la misma forma que la suma de las partes no representa el todo, la propuesta de la transdisciplinariedad es un desafío en sí. Ella busca no sólo unir diferentes visiones y especialidades, para a través de un pensamiento organizador encontrar la comprensión sobre cualquier tipo de estudio, sin crear una nueva disciplina, y al sobrepasar esas fronteras y unificarlas, crear un diálogo entre ellas, haciendo emerger nuevos datos que se articulan y revelan una nueva realidad, más profunda, más amplia, más cercana a la realidad (dar respuestas nuevas a situaciones antiguas y actuales).

Para esta nueva mirada, el espacio antes comprendido vacío que existe entre las disciplinas, según el pensamiento clásico, está lleno, como un vacío cuántico, lleno de posibilidades. Niscolescu (1977) comenta que "La estructura discontinua de los niveles de Realidad determina la estructura discontinua del espacio

transdisciplinario, que, a su vez, explica por qué la investigación transdisciplinaria es radicalmente distinta de la investigación disciplinaria, aunque sea complementaria a ésta." (P. 12)

Bignardi añade que

[...] la transdisciplinariedad es la actitud científica contemporánea que, reconociendo la complejidad de los fenómenos así como la multidimensionalidad de la realidad, se disponen a buscar soluciones sostenibles en los estratos más sutiles y causales (informacionales) de la realidad, lo que posibilita encontrar situaciones de genuino consenso colectivo, por medio de la inclusión y respeto a las diversidades, potenciando la utilización de los conocimientos disciplinarios de forma sinérgica y transformadora.

Por lo tanto, el pensamiento clásico para la transdisciplinariedad es restringido y la investigación disciplinaria estudia un único e incluso nivel de realidad o fragmentos de él, mientras que ella (la transdisciplinariedad) busca la interacción y dinámica generada por la acción entre los diferentes niveles de realidad al mismo tiempo. Así podemos decir que sus pilares están basados en la ciencia moderna.

Para Rodrigues (2000), la transdisciplinariedad además de ampliar la comprensión de la realidad, propicia el surgimiento de una nueva conciencia y, por lo tanto, de una nueva cultura más capaz de enfrentar las dificultades de nuestros tiempos, y añade: "Instiga a tomar conciencia de la gravedad del momento y a poner en conexión los conocimientos y las capacidades de pensar para transformarse a sí mismo y al mundo en que vivimos, llevando a término una nueva praxis."

Los tres pilares de la transdiscipliniedad son:

1. Niveles de realidad

Esta nueva propuesta puede ser comprendida como abierta y los niveles de realidad citados deben ser vistos como inseparables de los niveles de percepción y estos forman las bases de la verticalidad de los grados de transdiscipliniedad. Según Nicolescu (1997), "la transdiscipliniedad está ligada tanto a una nueva visión como a una experiencia vivida. Es un camino de autotransformación orientado hacia el conocimiento de sí, hacia la unidad del conocimiento y a la creación de un nuevo arte de vivir."

Y para comprender esta nueva propuesta necesitamos resaltar que la transdiscipliniedad está basada en conceptos de la física cuántica y sin adentrarse en ellos, continuamos en el mismo nivel de la comprensión de los fenómenos. Nicolescu (1997) al hablar de ello subraya que:

La estructura discontinua de los niveles de Realidad determina la estructura discontinua del espacio transdisciplinario, que, a su vez, explica por qué la investigación transdisciplinaria es radicalmente distinta de la investigación disciplinaria, aunque sea complementaria a ésta. La investigación disciplinaria se refiere, como máximo, a un único e incluso nivel de Realidad; por lo demás, en la mayoría de los casos, sólo se refiere a fragmentos de un solo e incluso nivel de Realidad. Por otro lado, la transdiscipliniedad se interesa por la dinámica generada por la acción de varios niveles de Realidad al mismo tiempo.

Este autor sugiere que dos niveles de Realidad diferentes en el estudio

de los sistemas naturales deben ser considerados como un acontecimiento de importancia en la historia del conocimiento, llevando un repensar de nuestra vida individual y social, una nueva lectura de conocimientos antiguos, y una exploración, de otro modo, del conocimiento de nosotros mismos, en el aquí y ahora.

2. Complejidad

Podemos comprender la complejidad como aquello que es lo opuesto a la simplicidad. Con la complejidad comprendemos que somos seres formados por varias dimensiones y el reduccionismo de esa realidad estaría por lo menos viendo sólo una parte del todo. Como ejemplo, podemos tomar el ser humano. Estamos compuestos por la parte física, biológica, mental, social, espiritual y cultural. La complejidad no es más que la comprensión de estos diferentes niveles, ya que están interconectados, influenciándose entre sí. Separarlos o simplificarlos es un acto de amputación en sí mismo.

Según Portela (2013), la complejidad es la base esencial de la transdiscipliniedad, siendo "una manera de comprender que los fenómenos se dan de una forma análoga a una red de acontecimientos, acciones, interacciones, retroacciones, determinaciones, acasos, siendo incompatible reducirlos por el entendimiento cartesiano.

3. Tercero incluido

Partiendo que la comprensión del mundo moderno está basado en la comprensión dual, entre verdadero y falso, cierto o erróneo, el tercero incluido trae una



nueva visión, iluminando una posibilidad que siempre estuvo presente, pero fue prohibida por la óptica de la ciencia cartesiana, debido a la contradicción y aparente no lógica.

Souza (2010) al hablar sobre esta cuestión explica:

La lógica del tercero incluido no es contradictoria, en el sentido de que el axioma de la no contradicción es perfectamente respetado, con la condición de que las nociones de "verdadero" y "falso" sean ampliadas, de modo que las reglas de implicación lógica se refieren a no más de dos términos (A y no-A), pero los tres términos (A y no-A y T), coexisten en el mismo momento.

Una nueva mirada es necesaria. Lo que antes era imposible estará bajo esta nueva perspectiva. "El tercero incluido, el estado T, es ejercido en otro nivel de Realidad, cuando aquello que surge como desunido (luz-onda o luz-corpúsculo) está, de hecho, unido (quantum - luz-onda y luz-corpúsculo) y lo que parece contradictorio es percibido como no contradictorio." (Souza, 2010)

Así, podemos decir que la transdisciplinariedad no excluye, por el contrario, invita a incluir todo aquello que hasta entonces no era considerado, visto y valorado. El tercero incluido puede ser visto como lo que se deja de lado pasa a ser visto y eso lo modifica todo.

Schmidt Neto y Petraglia (2010) resaltan que

Por eso la transdisciplinariedad no excluye el universo del inmanente y mucho menos del trascendente. Ella promueve la lógica del tercero incluido, o el diálogo entre las partes y el todo, respetando las identidades

y las diferencias, o aún, respetando las disciplinas y sus interfaces de sentido. (p. 61)

Esta nueva propuesta cambia completamente el rumbo de la investigación y la acción. Cuanto más amplia mirada, más niveles de comprensión alcanzamos y contemplamos mejor el ser en cuestión.

Soluciones para tiempos de crisis

Necesitamos una revolución creadora, en todas las áreas, sea social, educativa, económica, política, jurídica, ambiental, militar, biológica, en fin, todas las áreas que desarrollamos y nos sirven. Necesitamos una mirada sin fronteras, más compleja y menos especializada, más humana y menos mecanicista, donde el todo, el sistema, el humano, el planeta, vuelva a ser el centro de atención, y no más sus partes, como la transdisciplinariedad propone.

A partir de la hipótesis de que la crisis enfrentada por la humanidad puede ser derivada de la desconexión del hombre con Dios, de la inversión de roles con él y de una mirada desfragmentada, cito las palabras de Moreno (1992) que sugieren algo semejante a esta cuestión, cuando dice que

El conflicto entre Dios y el hombre puede ser resuelto. No existe, pues de hecho, división alguna entre la concepción teológica y natural. Ambas concepciones pueden ser restablecidas y unificadas dentro de un marco más amplio, en un concepto moderno de Divinidad. (p. 168)

Tal vez ese nuevo concepto de Dios al que Moreno se refiere pueda ser comprendido como una postura más sostenible,

conectada con todo el sistema planetario, y no necesariamente a la de Dios, como lo concebimos.

En la misma línea de ese pensamiento, Leonardo Boff (2013), apunta a la importancia de construir un nuevo ethos que permita una nueva convivencia entre los humanos con los demás seres de la comunidad biótica, planetaria y cósmica; que propicie un nuevo encantamiento frente a la majestad del universo y la complejidad de las relaciones que sostiene a todos y cada uno de los seres (p. 31).

El autor se refiere al "ethos" como a la casa humana (en el significado griego) o a un conjunto de principios que rigen, transculturalmente, el comportamiento humano para que éste sea un humano consciente, libre y responsable, y resalta que esta "casa" debe ser vista como el planeta que habitamos, y que urge remodelarla para alcanzar un nuevo nivel de sustentabilidad civilizacional y de unificación.

Percibimos que una nueva filosofía ecológica, holística y espiritual se hace necesaria. Sólo así podemos reparar lo que acarreamos para nosotros y para el planeta, que generó

la pérdida de la conexión con el Todo; el vacío de la conciencia que ya no se percibe parte y parcela del universo; la disolución del sentimiento del Sagrado frente al cosmos de cada uno de los seres; y la ausencia de la percepción de la unidad de todas las cosas, ancladas en el misterio del Supremo Creador y Proveedor de todo. (Boff, 2013, p. 27)

Aunque hay dificultades en admitirlo, tratar de una educación para el futuro,

exige una reforma del pensamiento que rechaza la separación entre las ciencias, que en vez de dividir, que detenga el ritmo de la especialización, de la dogmatización, del enriquecimiento de saberes y que se convierta en un educador capaz de reorganizar conocimientos, reconocer la complejidad, estimular la percepción, la conexión y la responsabilidad con todo el sistema.

CONSIDERACIONES FINALES

Después de este paseo por fuentes morenianas y transdisciplinarias, podemos sentirnos más estimulados y listos para una nueva postura frente a la crisis que enfrentamos. Moreno en su fase cósmica nos habla mucho sobre ese camino. Lástima que algunos consideran esta fase más una alegoría o delirio de Moreno que algo serio, pero él basó toda su teoría y metodología en esta mirada, creyendo que todos nosotros somos criaturas de Dios y poseemos esa capacidad, de creadores, con nuestras chispas divinas. Basta con ser espontáneos y creativos para actuar con sabiduría y adecuación en el mundo.

A partir de esa mirada, necesitamos practicar y promover el Encuentro moreniano, pues sólo así miraremos al otro desde su lugar, y viceversa. Tenemos que intercambiar información, trabajar juntos, sumar miradas como en las prácticas transdisciplinarias, sin preocuparnos de perder el poder de la experiencia, sino aprender a ser humildes y unirnos a otros con otros conocimientos para mirar hacia el futuro.



Hacer uso de esta propuesta de la transdisciplinariedad sería romper con las conservas culturales en diferentes áreas y promover el uso de la espontaneidad y creatividad con el fin de generar nuevas posibilidades de actuación, valorizando el factor Tele en ese proceso de comprensión y percepción del otro.

Debemos buscar una nueva postura, una nueva mirada. Volver a los orígenes. Esto

no significa un retroceso, es simplemente retomar lo que dejamos atrás y añadir a lo que somos hoy, pues todo eso somos nosotros, la humanidad, creadores y criaturas. Sólo así conseguiremos respuestas y acciones para solucionar los problemas que enfrentamos en estos tiempos de crisis.

BIBLIOGRAFÍA

- Bignardi, Fernando C.** – A atitude transdisciplinar aplicada a Saúde e Sustentabilidade: Uma abordagem multidimensional: importância da meditação. Link: <http://www.institutovidaecarreira.com.br/site/a-atitude-transdisciplinar-aplicada-a-saude-e-sustentabilidade/#sthash.unuHJ45C.dpuf>
- Boff, Leonardo** – Ethos mundial. Rio de Janeiro- Editora Sextante, 2003
- Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela Terra. 19. Editora Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.
- Capra, Fritjof** – O Ponto de mutação. A ciência, a sociedade e a cultura emergente. São Paulo, SP - Editora Cultrix, 2007.
- Fox, Jonathan** – O essencial de Moreno: textos sobre psicodrama, terapia de grupo e espontaneidade. São Paulo: Ágora, 2002.
- Freitas, Lima de; Morin, Edgar e Nicolescu, Basarab.** – Carta da transdisciplinaridade. Link: <http://cetrans.com.br/wp-content/uploads/2014/09/CARTA-DA-TRANSDISCIPLINARIDADE1.pdf>
- Gonçalves, Camila S.; Wolff, José R.; Almeida, Wilson C.** – Lições de psicodrama. Introdução ao pensamento de J.L.Moreno. São Paulo - Ágora, 1988.
- Marineau, René F.** – Jacob Levy Moreno 1889 – 1974 : Pai do psicodrama, da sociometria e da psicoterapia de grupo. São Paulo: Ágora, 1992.
- Moreno, J. L.** – As Palavras do Pai. Campinas, SP – Editorial Psy, 1992.
- Psicodrama. São Paulo, SP – Editora Cultrix, 1993.
- Quem sobreviverá? Fundamentos da sociometria, da psicoterapia de grupo e do sociodrama. São Paulo: Daimon – Centro de Estudos do Relacionamento, 2008.
- Morin, Edgar** – Os sete saberes necessários à educação do futuro. São Paulo: Cortez; Brasília, DF: UNESCO, 2011.
- Nicolescu, Basarab** - A Evolução Transdisciplinar a Universidade Condição para o Desenvolvimento Sustentável . Conferência no Congresso Internacional "A Responsabilidade da Universidade para com a Sociedade", International Association of Universities, Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand, de 12 a 14 de novembro de 1997. Link: <http://ciret-transdisciplinarity.org/bulletin/b12c8por.php>
- Portella, Caio F. S.** - Naturologia, transdisciplinaridade e transracionalidade. Cadernos de naturologia e terapias complementares – vol.2, nº 3, 2013. Link: <http://www.portaldeperiodicos.unisul.br/index.php/CNTC/article/view/1258>

Rodrigues, Maria Lucia - Caminhos da transdisciplinaridade - fugindo a injunções lineares - Texto originalmente publicado na Revista Serviço Social e Sociedade, No.64, AnoXXI, São Paulo, Ed.Cortez, Nov/2000. Link: <http://www.pucsp.br/nemess/links/artigos/marialucia3.htm>

Schmidt Neto, Álvaro Augusto; Petraglia, Izabel - Aprendizagem Transdisciplinar: a Experiência do Conflito. Notandum 23, mai-ago 2010, CEMOrOC-Feusp / IJI-Universidade do Porto -. Link: <http://hottopos.com/notand23/P57a62.pdf>

Souza, Paulo Fernando Lima; Bastos, Heloisa Flora Brasil Nóbrega; Costa, Ernande Barbosa da; Nogueira, Romildo de Albuquerque - Pensamento transdisciplinar: uma abordagem para compreensão do princípio da dualidade da luz. Rev. Bras. Ensino Fís., vol.32, no.2, São Paulo, Apr./June 2010. Link: <http://dx.doi.org/10.1590/S1806-11172010000200011>



Artículos

LA INTERPOLACIÓN DE RESISTENCIAS COMO TÉCNICA ACTIVA AL SERVICIO DEL PSICODRAMA ARQUETIPAL

Dr. Pedro
Torres Godoy



* Trabajo monográfico presentado en el Programa de Formación de Psicodrama Arquetipal, EDRAS Chile, Santiago de Chile, Octubre 2017

www.edras.cl

Dr. Pedro Humberto Torres Godoy, Médico Psiquiatra de la Universidad de Chile, Psicoterapeuta Sistémico de Familias, Parejas y Grupos; Psicodramatista y Dramaterapeuta.

Médico tratante del Hospital Clínico de Mutual de Seguridad, desde 2007

Director del Curso de Especialización en Dramaterapia del Departamento de Teatro de la Facultad de Artes de la Universidad de Chile, desde 2000

Capacitador en temas de autocuidado y desarrollo de equipos clínicos en diversos CESFAM de Chile.

Amplia experiencia en docencia universitaria de pre y post grado

Fundador y director de EDRAS Chile, entidad reconocida por Asociación Española de Psicodrama (AEP España) en procesos grupales y desarrollo humano, desde 1997

Supervisor didacta en formación de profesionales de la salud en psicodrama, desde 1997

Presidente de la Fundación TeatroSalud, para el trabajo comunitario en grupos vulnerables tales como adultos mayores, con utilización de teatro terapéutico y disciplinas de acción grupal

Autor de una decena de libros y textos de estudio para el entrenamiento y formación en procesos grupales de diversos equipos de salud con población vulnerable, volúmenes editados por la Universidad de Chile

Expositor en diversos congresos internacionales de psicodrama en Chile, Sudamérica y Europa



Resumen

Se explora vivencialmente la técnica de interpolación de resistencias desde el rol de protagonista de una escena, en el contexto del Curso de Formación en Psicodrama Arquetipal, realizado en EDRAS Chile, entre los meses de Abril a Noviembre de 2017.

Se realizan alcances teóricos y técnicos acerca de la articulación psicodrama clásico y psicología analítica junguiana con foco en el psicodrama arquetipal, como un método de acción de elaboración simbólica e integración de polaridades.

Aspectos vinculados a la formación de directores de psicodrama están implícitos en el texto así como también las influencias socioculturales de las comunidades locales en la aplicación de psicodrama clásico y sus modificaciones adaptativas en la actualidad.

La interpolación de resistencias como técnica activa al servicio del psicodrama arquetipal

INTRODUCCIÓN

Moreno describe en forma escueta la técnica de la interpolación de resistencias, probablemente por la supremacía para el psicodrama del cambio de roles, técnica fundamental, tal vez la única imprescindible para desarrollar su trabajo terapéutico. Podríamos describir la interpolación de resistencias como una técnica liminar, o sea, tanto en su concepción evolutiva como en su aplicación práctica, permanece en el borde de algo fundamental. En palabras de Moreno, esta técnica no solo se aplica a las resistencias internas del paciente o intrapsíquicas, sino también y preferentemente, se ejecuta en el campo de los acontecimientos concretos de las relaciones interpersonales. Requiere para su buena ejecución una acción y contracción física que se interponga

en el camino hacia la individuación del protagonista psicodramático. Por ende, ocurre en la fase de dramatización del psicodrama, coexistente con los doblajes, espejos, soliloquios y cambios de roles, solo por señalar, a mi modo de ver, las técnicas centrales del psicodrama respecto de la teoría del desarrollo humano propuesta por Moreno y en relación a cómo cada una de estas técnicas, al ser jugadas en la dramatización, buscan resolver dramáticamente el entrappe vital del protagonista en la escena primigenia o nuclear conflictiva (Cukier R. 2002; Menegazzo CM, Tomasini MA., Alvarez D. 2012).

La interpolación de resistencias aparece en el desarrollo infantil en el período de la brecha entre la fantasía y la realidad, gozne del primer y del

Palabras Clave

- › Psicodrama
- › Arquetipos
- › Interpolación
- › Técnicas

segundo universo, según Moreno. Es la aparición del padre, (o de la figura que lo represente), el que en general, hace que el niño comience a “pararse en sus propios pies y caminar”. Llevado a la fase de dramatización del psicodrama la interpolación de resistencias propende a que el protagonista (y por cierto también, extrapolando recursivamente, al psicodramatista en formación) se enraizen y crezcan para ser autónomos, independientes y diferenciados aptitudinalmente o sea en el arte y talento, alejado de la mirada facilitadora del formador, muy necesaria en las primeras etapas del aprendizaje, en el camino para ser director de psicodrama.

En esta etapa es clave el sostén relacional (holding) que en el caldeamiento, es la actividad psicodramática que da la malla de contención grupal vincular. Si esa red no se construye con dedicación y amor, la escena, en la segunda fase del psicodrama, la de dramatización, podría caer en el vacío y generar una caída abrupta del caldeamiento escénico y de la espontaneidad. Por ello es claro que en el caldeamiento psicodramático se juegan roles pertenecientes al ramillete de roles maternos, en donde la intimidad y la ternura acogen con calidez a los integrantes del grupo. El desarrollo de la teoría y praxis de los ramilletes de roles maternos, paternos y fraternos corresponde a los aportes de Dalmiro Bustos que amplifican y operativizan en la práctica psicodramática, lo que Moreno había señalado en sus escritos, con anterioridad. Moreno define el rol como la forma real y tangible que toma el Yo para interactuar en el mundo. Señala Moreno que “los roles no funcionan aislados, sino que tienden a formar ramilletes (clusters). Hay una transferencia de espontaneidad

desde roles no actuados a los que son actuados en el presente”. A esta influencia, Moreno le llama el efecto clusters. Por su parte Bustos, a partir de estas declaraciones, amplifica el concepto y se plantea interrogantes centrales que conectan con el psicodrama arquetipal, tales como si se podría comprender el alma humana y sus sufrimientos a partir de este especial agrupamiento de roles o clusters maternos, paternos y fraternos, de manera que observando los roles en interacción intersíquica debería ser posible acceder a la dinámica interna o intrapsíquica (Moreno JL, 1995; Bustos D. 2014).

La dramatización en sí misma implica primero enraizamiento o cimentarse (grounding) y a continuación, crecimiento, desplazarse, caminar seguro, hacer las cosas autónoma, independiente y diferenciadamente (growing) o sea que lo hecho, se haga con el sello único de cada persona, y allí es en donde se podrán ejecutar las técnicas del doble, doblaje, soliloquio, espejamiento e inversión de roles. La interpolación de resistencias viene a formar parte de las técnicas fundamentales del método moreniano, en continuidad o intersectada con la inversión de roles; aquí no debe haber ninguna otra, a menos que quien conduzca, tenga la claridad suficiente para aplicar cualquier otra técnica derivada del psicodrama con conocimiento y sabiduría, provenga de donde sea. No en vano sabemos que se describen más de quinientas técnicas en psicodrama, pero aquellas actitudinalmente morenianas, son las que señalo en los párrafos anteriores, por la sencilla razón de que están acordes con la teoría del desarrollo infantil propuesto por Moreno, y que se replican



sistemáticamente en la metodología psicodramática de fases.

Si la psicología analítica junguiana es una psicología de las polaridades que, como propósito final persigue como ideal la integración total de ellas o la alteridad de polos, en forma consciente, en el proceso de individuación y de encuentro con el sí mismo, pues la interpolación de resistencias vendría a ser más que una técnica, un camino para el trabajo de integración de polaridades del mundo intrapsíquico, que amplifica la inversión de roles y otras técnicas psicodramáticas, porque concretiza en el cuerpo, hace materia, una abstracción a veces inalcanzable para la conciencia corporal, como sería en vivir en los extremos de los polos psicológicos, generadores de conflictos (Jung CG. 2011).

Si nuestra psique es una comunidad de complejos según la psicología junguiana, entonces estamos prisioneros de múltiples polaridades y la función pensamiento, a mi modo de ver, no es suficiente para el cambio, sino que requiere la competencia de funciones inferiores tales como la sensación, la intuición y el sentimiento, y ellas moran, en gran parte, en el cuerpo (Downing C. 1994; Stein M., 2004).

El psicodrama arquetipal, según Niksa Fernandez “es una modalidad de psicodrama basada en los conceptos de la psicología analítica de Carl Gustav Jung, en el que se privilegia la elaboración simbólica y arquetipal, utilizando la amplificación de las imágenes que van surgiendo en el transcurso del procedimiento psicodramático” (Fernández N. 2013)

La interpolación de resistencias apela al cuerpo. Se trata de acciones

físicas que se oponen unas a otras, con movimientos y desplazamientos orgánicos, que replica en el escenario acciones mentales intrapsíquicas en conflicto en el protagonista. Podrían ser también, acciones mentales, aunque por la naturaleza del psicodrama y de la vida, el cuerpo es imprescindible en plasmar lo mental en acciones físicas, cuerpo y movimiento, que es el fundamento de las interacciones instintivas y orgánicas humanas. La memoria procedimental, o sea la de las acciones físicas, es la que guarda aquellas situaciones nucleares conflictivas que no alcanzan a la conciencia reflexiva, ante lo cual una técnica como aquella, libera la memoria corporal de la prisión traumática a la que pertenece toda grave y seminal conflictiva humana, lanzándola a la escena para percibirla, pensarla y revivirla nuevamente, con la estructuración precisa que nos da el equilibrio emocionalidad y racionalidad.

Expongo la siguiente imaginación activa, lograda después de un caldeamiento específico, que luego trabajé en una escena psicodramática personal dirigida por la maestra Niksa Fernández, para graficar lo anteriormente señalado:

“Siendo niño me veo paseando por la ribera de un río en la ciudad de La Serena. Se trata del río Elqui. Estoy en la desembocadura del río en el mar, el que se ve amplio y profundo. Voy caminando con mi abuelo materno, Pedro, un atardecer de pesca. Mi abuelo lleva al hombro su caña de pescar. Es un paisaje muy bello. Luego me veo como adulto, también en la ribera del río. Me estoy despidiendo de mi amada ciudad, ya que por salud física y mental debo dejarla, para trasladarme definitivamente a Santiago de Chile. Mi abuelo representa la ciudad”

LA ESCENA

Esta mi abuelo a mi lado. Toma mi mano derecha con fuerza. No la suelta. Yo trato de desprenderme de ella mientras caminamos por la ribera Sur del río, hacia el mar. La directora aplica primero un cambio de roles y luego una interpolación de resistencias. El cambio de roles no basta para dejar esa mano férrea que me aprisiona, me atrapa, que representa mi ciudad natal. Sólo lo logra la interpolación que genera una tensión dramática, una fuerza amorosa de separación. Las manos se alejan, lo que significa que parte de mí muere. Se va con mi abuelo materno por la ribera del río hacia la mar. Sólo veo su espalda. No hay vuelta atrás. Es un camino sin retorno, solo pasaje de ida, sin regreso. Veo la imagen de mi abuelo Pedro, encaminarse hacia el poniente, mientras el sol de la tarde cae. Se funden y confunden colores de nubes iridiscentes con la espuma de las olas blancas del mar. En esa parte del mar, el río muere inevitablemente. Es absorbido por esas aguas frías y feroces del Pacífico en esta parte del mundo. El río calmo y quieto, que representa una parte de la vida mía, se abalanza sin temor sobre esas aguas turbulentas, que lo esperan con ansias de regreso al vientre materno, para cobijarlo y en definitiva, no dejarlo morir allí sin más, sino integrarlo a un nuevo orden; una nueva recursividad; un nuevo ciclo de la vida y de la muerte.

INTEGRACIÓN DE OPUESTOS E INTERPOLACIÓN

Nuestros ríos son la vida que van a dar al mar, que es el morir. Así lo señala el poeta Jorge Manriquez. La escena se sucede en la ribera Sur del río, que representa para mí, la madre. El lado

Norte es el padre, desde donde yo vengo. Lo seminal que fecunda y marca en la ciudad de La Serena, mi amada ciudad, mi nacimiento, infancia, mi adolescencia y mis primeros años como adulto joven. Más tarde, esta ciudad, marcó hermosos años profesionales y personales, en donde di mis primeros pasos hacia la individuación, ya que allí, en La Serena, nace EDRAS Chile, que es la institución que funde y que actualmente dirijo y cuya misión sagrada, es velar por la formación en Chile de los futuros psicodramatistas que lo deseen, bajo este alero. Por lo tanto la escena marca el fin de un ciclo, en donde yo y EDRAS Chile, mi institución, se diferencian, tal vez de mí mismo y de mis raíces, en su inexorable derrotero hacia la expansión y entrega anónima a la comunidad.

El mar y el río forman una cruz, donde el horizonte representa el madero trasversal y el río Elqui, la vertical que conecta y se funde con las raíces de mis ancestros, oriundos del Valle de Elqui, en particular por el lado paterno. Es decir, el río Elqui, forma una flecha que se hunde en el mar, como una saeta histórica fertilizando el océano infinito de mi individuación.

Se hunde al comienzo, entremedio y al final de mi tiempo. Porque este río, como todo río que va a dar a la mar, siempre ha estado allí, desde antes de mis orígenes como persona, y probablemente desde antes de los orígenes de muchos de mis ancestros.

Sólo que en esta escena se presentifica una situación dramática de lo imprescindible que resulta dar este paso, para la individuación, que implica incorporar lo antiguo con las nuevas realidades que me depara el tiempo del hoy, y tal vez del mañana.



Mi abuelo materno representa la ciudad de La Serena, la mater. El origen, la matriz. La intersección del río con el mar, con sus dos direcciones contrapuestas, representa el sacrificio crístico del cambio. En todo cambio algo se quema en la hoguera. Algo se deja. Algo se pierde. Aunque la ganancia del porvenir es infinitamente superior. El abuelo se marcha hacia el sol poniente, el sol del Oeste, el de la muerte y la oscuridad. Debe transcurrir la noche en esa intersección río y mar, para recién vislumbrar el sol del gran Este, el que representa el nacimiento hacia un nuevo estar, y por ende, hacia un nuevo hacer y ser.

La interpolación busca, en esta escena la integración de polaridades supremas en la vida de una persona. Aquí no sólo es visualizada como una técnica, sino va mucho más allá de lo que el cambio de roles en esta escena, no pudo lograr. Va en búsqueda del motor movilizador para que la integración y el cambio se produzca de la mano del ramillete de roles paternos, o sea de lo que no sólo nos sostiene, sino de lo que nos enraiza, nos asienta, nos da el permiso para hacer las cosas por sí mismos, creer, desde lo que permita nuestro proceso de individuación, sin la anuencia del padre, sino que seamos nosotros mismos los que con nuestro propio padre interno, incorporado, no dudemos en crecer, y hacer lo que debemos hacer en la vida. Sólo siendo padres de nosotros mismos, podremos hacer que nuestros hijos (biológicos, putativos, políticos y psicodramáticos) sean capaces y sin pudor de hacerlo por ellos mismos. Y esto es vital para la formación de futuros directores de psicodrama.

CONCLUSIONES

Como recurso técnico la interpolación de resistencias representa una extraordinaria herramienta para el trabajo de integración de polaridades en el psicodrama arquetipal. Podríamos señalar analógicamente que el cambio de roles es al psicodrama clásico como la interpolación de resistencias es al psicodrama arquetipal. Cómo técnica en sí, es poco explorada, estudiada y desarrollada en el trabajo psicodramático en el tiempo de hoy. Las explicaciones para su ausencia podrían ser diversas las cuales expongo en forma asistemática solo basado en mi experiencia como formador de psicodramatistas e intuición personal, a propósito del trabajo expuesto en el texto en rol de protagonista, apelando a lo vivencialmente sucedido.

Se trata de una técnica confrontativa: Inter-polación. Dos polos se intersectan; dos mundos; dos creencias; dos epistemologías; dos fuerzas; dos valores con el fin de crecer, pero para lograrlo primero hay que estar muy bien enraizado en los recursos y fortalezas que provienen de etapas anteriores del desarrollo humano, más acorde con la madre, lo femenino, la contención. Desde la visión dicotómica y polar del mundo actual se trata de una técnica amenazante, en competición, en desmedro de un polo. Pero desde la visión de la integridad no dual, sería una técnica de unicidad.

¿Cómo abstraernos de una epistemología dual y dicotómica que el propio psicodrama clásico lo lleva en su identidad? o el binomio salud y enfermedad de la medicina actual (Kenney B. 1987; Cavallé M. 2008)

No podemos abstraernos de que somos hijos de occidente, tanto en nuestra formación científica como terapéutica. El psicodrama clásico corresponde a una visión sistémica de una cibernética de primer orden, o sea la dramatización vertical busca recabar en la escena nuclear conflictiva para re-matizarla e idealmente transformarla. No implica la integración de polaridades, sino que el polo sano se impone tácitamente a lo insano. Entonces una técnica como la interpolación no puede aplicarse con la libertad y sabiduría que implica la integración de polaridades, que sería por cierto, un estado ideal del Yo individuado, tal vez inalcanzable, más bien tendiendo hacia él. En concreto, es más fácil olvidar una técnica que exponerse a sus consecuencias. Lo mismo ha sucedido en menor escala, con la inversión de roles, en beneficio del sociodrama y otras aplicaciones psicodramáticas menos confrontativas. Es posible que también influyan en esto las conservas culturales de las diferentes comunidades y países

acerca de la conveniencia o no de ventilar emociones públicamente ya sea en grupos terapéuticos, psicoeducativos o comunitarios. Esto ha generado a mi modo de ver, una especie de parálisis psicodramática de los directores que buscan no profundizar por medio de esta técnica (y de otras) en el mundo interno de los participantes. Para bien o para mal, en el psicodrama arquetipal la interpolación de resistencias se nos presenta como una exigencia formativa de los futuros directores para que su aplicación precisa, al igual que la inversión de roles, nos permita acceder al proceso de integración doloroso que deslinda con la re-traumatización escénica, cuando esta herramienta cae en manos de inexpertos. Sólo la formación, el conocimiento, la sabiduría y el arte del director de psicodrama, permitirá que esta técnica sea una luz sanadora en la escena psicodramática, en vez que una daga cegadora (de las que abundan en el mundo) de la espontaneidad y la creatividad humana.



BIBLIOGRAFÍA

- Bustos D. (2004)** Las huellas de la vida. La teoría de clusters. *Segundo Congreso Ecuatoriano de Psicodrama*. Asociación de Psicodrama y Sociometría del Ecuador, Quito
- Cavallé M. (2008)** *La sabiduría de la no-dualidad*. Kairos, España
- Cukier R. (2002)** *Palavras de Jacob Levy Moreno*. Agora, Sao Pablo
- Downing C. (1994)** *Espejos del yo. Imágenes arquetípicas que dan forma a nuestras vidas*. Kairos, España
- Fernandez N. (2013)** *Psicodrama arquetipal*. Escuela Venezolana de Psicodrama, Caracas
- Jung C.G. (2011)** *Aion. Contribuciones al simbolismo del sí – mismo*. Trotta, Madrid
- Keeney B. (1987)** *Estética del cambio*. Paidós, Buenos Aires
- Menegazzo CM., Tomasini MA., Alvarez D. (2012)** *Diccionario de psicodrama, procedimientos dramáticos y socionomía*. Dunken, Buenos Aires
- Moreno JL. (1995)** *Psicodrama*, Lumen-Hormé, España
- Stein M. (2004)** *El mapa del alma según C.G. Jung*. Luciernaga, España

Artículos

NEUROCIENCIA VINCULAR: DEPENDENCIA, COMPORTAMIENTO GREGARIO Y TRANSGRESIÓN

Ricardo
López
Mateos



Médico. Psiquiatra.

Formado en terapia familiar, psicodrama, terapia de grupo y grupo multifamiliar. Trabaja actualmente en el Hospital de Día del Complejo Hospitalario La Mancha-Centro, del que fue creador y autor de la estructura y del programa terapéutico. Está especializado en psicoterapia de pacientes con trastorno mental grave, sobre todo en trastorno límite de personalidad. Es formador de terapia familiar y grupal en diferentes escuelas e instituciones (ITAD, Avances, Fundación Sociosanitaria de Castilla-La Mancha y Escuela Grupo F&T). Forma parte del grupo de investigación "Mirando hacia fuera" de la Asociación Área 3 y es coordinador del programa también de investigación "Neurobiología del psicodrama" del ITGP.

Resumen

Es conocido que, en su momento, cuando aparecieron las teorías evolucionistas, se confrontaron dos visiones, la lamarckista y el darwinismo. Según la primera, la función hace al órgano, mientras que en la segunda es el órgano el que hace la función. Si partimos de las ideas de la neurociencia vincular podemos pensar que el SNC se rige por una evolución lamarckista, pero, si profundizamos, veremos que la concepción darwinista también es muy importante. Consideremos ahora en el origen del ser humano; una especie de primate anómala, que nace en situación de inmadurez y que requiere muchos cuidados para su desarrollo. Es bípedo y las extremidades superiores están libres para poder manipular los objetos. Además, es capaz de ejercer una termorregulación muy precisa, lo que le permite poder explorar el mundo con mayor independencia de factores ambientales. Su cerebro no está formado de forma completa, pero posee un gran número de neuronas. Por tanto, tiene potencialidades que se

Palabras Clave

- › Psicodrama
- › Neurociencia vincular
- › Dependencia
- › Transgresión
- › Córtex prefrontal
- › Refuerzo endógeno



pueden desarrollar y que le van a dar ventajas adaptativas en la selección natural. Sin embargo, existe un defecto, la inmadurez, que en el propio devenir del desarrollo se convierte en una fortaleza. La dependencia hace que el sujeto sea muy sensible a los estímulos sociales y que en el sistema de recompensa cerebral se produzcan elevaciones importantes de dopamina ante señales de amor y afecto. La incompletud en el desarrollo del SNC hace que la mayoría de conexiones sean de origen post-natal y adaptadas a las circunstancias cambiantes del entorno. La dependencia del refuerzo social permite que el sujeto sea capaz de postergar refuerzos naturales a cambio de la obtención de una recompensa afectiva. Esto va a ser la base del aprendizaje por imitación. De esta manera, se van a multiplicar las posibilidades de conexiones, constituyendo redes muy complejas. Estas no se van a ir construyendo de una forma ácrata, sino dirigidas por estímulos externos.

La multiplicidad de asociaciones permite que aparezcan una especie de órganos sensoriales secundarios (áreas de asociación cerebral), capaces de informar del conjunto de secuencias activadas en un momento dado. Así, surgen los recuerdos, pero también, al asociar secuencias mnésicas entre sí, creamos fantasías de futuro. Las áreas de asociación ecoicas establecen conexiones con secuencias mnésicas y motoras, generando un sistema simbólico universal, el lenguaje. A su vez, las secuencias lingüísticas se vinculan entre sí, dando lugar a la narrativa. A nivel motriz, la liberación de las extremidades superiores permite la creación de secuencias motoras complejas, lo que llamamos conducta intencional. Esto requiere un proceso muy preciso de activación e inhibición, por lo que áreas próximas al córtex motor se especializan en la secuenciación. Así, surge la corteza prefrontal.

Como podemos ver, la evolución sería una cascada de acontecimientos que conducen a un salto cualitativo a partir de un error necesario, la inmadurez. ¿Podríamos decir que el ser humano es un sistema acabado? En absoluto. Nos mueve, como a cualquier otra especie, la obtención de refuerzos. En esta búsqueda, se presentan obstáculos y generamos un abanico de respuestas posibles para garantizar la recompensa. Entre todas esas secuencias se seleccionan aquellas congruentes con las necesidades homeostáticas del sistema. Sin embargo, aquí también se produce un error necesario, las secuencias pueden reforzarse por vía endógena, de forma independiente de los estímulos externos. Vivencialmente se registraría como la obtención imaginaria de una recompensa imposible. El SNC no diferencia las secuencias que se reforzaron de forma exógena o endógena. Por tanto, una secuencia que ha sido muy reforzada va a generar la activación de programas motores conductuales, como única manera de reestablecer el equilibrio somático. Así, pasan al área de la comunicación contenidos que cuestionan la homeostasis grupal, familiar o social. Esta es la base de la transgresión.

El presente trabajo intentará explicar las bases neurobiológicas de todo este proceso. No debemos olvidar que, aunque hablemos de secuencias diferentes, todas están integradas entre sí. Lo que sucede es que los mecanismos de despolarización y depresión a largo plazo y el filtrado del córtex prefrontal hacen que el impulso nervioso se propague por ciertas rutas y otras no, conformando secuencias diferenciadas.

Discusión

Como vimos al introducir las ideas de la teoría de la escena, todos hemos incorporado una serie de secuencias conductuales automatizadas asociadas a percepciones sensoriales, emociones y recuerdos (20). Este proceso integrativo se basa en la formación de redes neuronales. Cuando estamos ante un estímulo en el aquí-ahora, estas redes interconectadas entre sí se reactivan y se actualiza una secuencia conductual que fue exitosa en el pasado. Como la situación actual es diferente, el SNC genera respuestas nuevas, que se asocian a las automatizadas, formando una nueva secuencia que, si es exitosa, se reforzará.

Al enunciar esta teoría nos fijamos fundamentalmente en la escena primigenia (28), centrándonos en el ejemplo de un niño que sufre frío. A partir de este supuesto de lo cotidiano, describimos tres valencias posibles, amor, rechazo e indiferencia. Esto nos llevó a pensar que el proceso comunicativo en la diada madre-hijo es de tipo interactivo, en el que el infante transmite sus necesidades, la madre las interpreta y responde, el niño gratifica a la madre a través del alivio del malestar. A partir de este interjuego complejo de refuerzos, se produce una comunicación sintónica, que sería la base de un vínculo amoroso. De esta manera, cada uno va aprendiendo, a ser madre y a ser hijo, a partir del desarrollo de nuevas secuencias. En el caso del hijo, serán nuevas y fundantes de su psiquismo. Sin embargo, para la madre se reactualizarán secuencias automatizadas que remitirán a sus experiencias de amor, rechazo e indiferencia, adquiridas en el

conjunto de las relaciones diádicas de su vida, fundamentalmente en su propia escena primigenia. Cuando esta primera interacción resulta eficaz, el niño adquiere la capacidad de generar cuidados a partir de las señales que emite. Esta será la base de una posición existencial de independencia. El niño habrá incorporado secuencias para generar cuidados en el otro, pero también para gratificar las necesidades de la persona de la que depende.

Cuando la relación en la diada madre-hijo no es sintónica, el niño no es capaz de generar cuidados, la respuesta materna va a ser arbitraria, no vinculada a las señales sociales del niño. La necesidad primaria de amor permanece en un estado primitivo que habíamos llamado anhelos infantiles de dependencia. Esto se da cuando en la escena primigenia ha predominado el rechazo y la indiferencia.

¿Qué va a suceder entonces? El desarrollo del sistema nervioso central va a ir avanzando, se van a ir estableciendo nuevas conexiones y los axones se van a ir mielinizando, lo que va a hacer que su capacidad sensorial, cognitiva y práctica vaya aumentando y, por tanto, su aptitud para actuar sobre el medio que le rodea. Esto puede ser una simple modulación del tono y la intensidad del llanto, la sedestación, la bipedestación, el seguimiento de los objetos externos, la deambulación o las conductas intencionales. Así, aparecen un segundo tipo de secuencias, las no sintónicas, acciones que realiza el niño y movilizan a la madre, evitando su marcha o abandono. Como toda secuencia conductual, si es adecuada, activa al sistema de recompensa cerebral y se



fija. Estas secuencias no sintónicas son el conjunto de estrategias manipulativas destinadas a retener al otro para que satisfaga una determinada necesidad. Están presentes en todos los individuos porque las vivencias de rechazo e indiferencia son universales. Estas se producen ante una señal de amenaza, con la consiguiente activación de la amígdala y del hipotálamo. Esto desencadena una situación de desequilibrio biológico y la conducta va a estar destinada a reestablecer la homeostasis. Estos fenómenos son propios de lo que denominamos el proceso diabólico.

De igual modo, otro hito biológico fundamental es el pruning (17). La destrucción de conexiones es un proceso esencial en mantener la estabilidad del SNC, sin que se produzca pérdida de la función. Se produce en el transcurso de toda la vida, pero hay momentos de gran intensidad, el primero se inicia a los dos años hasta los diez (5), y el segundo al final de la adolescencia (33). En la primera poda habría una eliminación fundamentalmente de las conexiones de origen prenatal, por tanto, las que sobreviven son precisamente las secuencias que se adquirieron a partir de la experiencia. Así, poco a poco, surge el SNC post-natal, adaptado a su entorno.

“las secuencias conductuales que el niño va incorporando son reforzadas por el sistema familiar, en función de las necesidades homeostáticas de este”

No olvidemos que las secuencias conductuales que el niño va incorporando son reforzadas por el sistema familiar, en función de las necesidades homeostáticas

de este. El segundo elemento importante en la aparición del cerebro social es el desarrollo del córtex pre-frontal. Siempre se ha considerado los 7 años o el primer climaterio como el momento esencial, pero lo cierto es que el proceso es lento, afecta a la adolescencia y a las primeras etapas de la edad adulta hasta la cuarta década de la vida. Las funciones del córtex prefrontal (17) son, como ya vimos, la inhibición de secuencias automatizadas, el registro de aquellas que fueron exitosas, planificación y organización espacial y temporal de la conducta, para que ésta alcance una meta. Podríamos decir que es el órgano que organiza las secuencias automáticas antiguas y las nuevas en una neosecuencia adaptada al aquí-ahora. También el córtex prefrontal activa al locus coeruleus (15), se incrementa la secreción de noradrenalina y aumenta atención frente a estímulos externos. Esta función de administrar la información interna y externa del córtex-prefrontal lo convierte en el área fundamental en el proceso que el psicodrama denomina “brecha fantasía-realidad”.

Volvamos a nuestra reflexión acerca del proceso diabólico (28). Habíamos hablado del conjunto de secuencias no sintónicas adquiridas de forma normal, debido a experiencias de rechazo e indiferencia. ¿Qué sucedería si en la escena primigenia hubiera predominado el rechazo y la indiferencia? No se desarrolla la necesidad primaria de amor, el sujeto no ha incorporado una serie de secuencias sintónicas para generar cuidados a partir de sus propias señales, prevalecen los anhelos infantiles de dependencia y los vínculos con los miembros de su grupo familiar de origen se basan esencialmente en secuencias no sintónicas, congruentes siempre con las necesidades homeostáticas del sistema.

Son sujetos con grandes dificultades para establecer nuevos vínculos. Cuando sus secuencias no sintónicas fracasan se genera una alta activación de la amígdala, intensas vivencias de amenaza y una elevada inestabilidad somática. Esto los convierte en especialmente sensibles ante las experiencias de pérdida y duelo. Sería la base de la posición de dependencia.

Ahora bien, la independencia o dependencia comparten un elemento esencial, el comportamiento gregario, el aprendizaje por imitación y el refuerzo social. La zona que permite que esto suceda son las neuronas en espejo. Estas fueron descritas por Rizzolatti, Gallese, Pellegrino, Fadiga y Fogassi (10), científicos de la Universidad de Parma. Se localizan en la circunvolución frontal inferior y en el lóbulo parietal inferior. Anatómicamente se encuentran muy próximas al área de Brocca, a regiones de asociación sensorial, al córtex motor y al propio córtex prefrontal. Estas relaciones morfológicas nos permiten entender

“las neuronas espejo recrean las secuencias automatizadas del otro para poder realizar una ejecución similar.”

su acción. Recrean las secuencias automatizadas del otro para poder realizar una ejecución similar. El proceso imitativo es complejo. Las neuronas en espejo reproducen una secuencia motora, activan las áreas motoras y las ejecutan. El cerebelo registra la secuencia y los errores en la ejecución a partir de fibras procedentes de la médula espinal y los núcleos motores de los pares craneales. Envía eferentes al tálamo, del que parten

diferentes proyecciones al córtex cerebral. De esta manera, el córtex motor va a ir adquiriendo progresivamente, conforme el sujeto repite la acción, secuencias más precisas. La actividad del cerebelo (14) va a ser muy intensa durante el proceso de automatización. Una vez que una acción se ha adquirido, su actividad se reduce, pero siempre va a participar en la realización de la secuencia. De esta manera, el cerebelo va a emitir señales que van a participar en la activación de secuencias, en cuya automatización participó. Tanto la automatización como la activación no va a ser independiente de la información del contexto. Así, las neuronas en espejo están conectadas con áreas de asociación sensorial y el cerebelo recibe múltiples aferencias de las áreas perceptivas del córtex, del sistema límbico y del córtex frontal. El cerebelo puede ser definido como un órgano de eficiencia. Se van a dar fenómenos de despolarización y depresión a largo plazo, de sinaptogénesis y de neurogénesis postnatal (2). Por tanto, va a estar constituido por diferentes redes neuronales, que actúan como mapas de secuencias de acción en diferentes contextos. Cuando un estímulo activa una de estas secuencias, envían señales al córtex motor para que se activen secuencias automatizadas complejas, con un gasto energético mínimo.

El niño, a partir de este interjuego entre córtex cerebral sensorial, sistema límbico, neuronas en espejo, córtex motor, córtex prefrontal y cerebelo, va a recrear acciones motoras por imitación. Aquí, lo que va a producir el aumento de la dopamina en el sistema de recompensa cerebral no va a ser el éxito de la acción en sí, sino la gratificación de la necesidad primaria de amor. Los otros gratifican al



infante en el proceso de aprendizaje. La actividad de las neuronas en espejo no va a ser independiente del desarrollo del córtex prefrontal. Inicialmente el niño no va a ser capaz de discriminar las secuencias propias de las ajenas, ya que todo aquello que imita se convierte en propio porque las neuronas en espejo lo recrean. Por eso, es necesario un córtex pre-frontal maduro para poder discriminar lo propio de lo ajeno. No olvidemos que el córtex pre-frontal va a ser esencial en los procesos de inhibición y filtrado. Esto es importante, ya que, ante secuencias que se activan a la vez, es imposible una secuenciación temporal, si no existe esta inhibición. El filtrado (3) hace que sea necesaria una estimulación umbral para que una percepción externa tenga un impacto en el funcionamiento global del SNC. Si no fuera así, la homeostasis sería frágil y el sistema se desorganizaría con facilidad. En tercer lugar, el córtex prefrontal ventromedial (31) registra las secuencias exitosas, incorporadas como propias. La inhibición, que confiere una temporalidad entre lo percibido y lo recreado, el filtrado, que ofrece una resistencia frente a lo externo, y la capacidad para incorporar secuencias aprendidas como parte del repertorio conductual del sujeto, son mecanismos esenciales en la diferenciación subjetiva entre lo externo y lo interno. Por eso, se dice que a los siete años se adquiere finalmente la capacidad empática y la teoría de la mente; eso es, la habilidad para discernir las intenciones del otro.

Pensemos ahora en este proceso de adquisición de secuencias por imitación, en el niño con una escena primigenia en la que predomina el amor y en otro en el que sobre todo se produjeron experiencias de rechazo e indiferencia. El primero reproduce las secuencias deseadas

por los otros, obtiene gratificación, incrementa su habilidad de ejecución y las automatiza. Si no hay una respuesta gratificante, se produce una situación de amenaza, moviliza sus secuencias no sintónicas y finalmente, si no son efectivas, busca nuevas secuencias para obtener la gratificación. Esto sucede en diferentes vínculos, seleccionando aquellos que se ajustan a su necesidad primaria de amor. La pérdida de un vínculo se vive inicialmente como amenazadora, pero tiene la capacidad de generar respuestas para crear nuevas relaciones. A través del aprendizaje por imitación ha adquirido un comportamiento gregario, pero sustentado en una diversidad de vínculos, con adquisición de una multiplicidad de roles, que sería al final la base de su independencia. A nivel fisiológico el córtex frontal es capaz de inhibir la respuesta automatizada que va a permitir la obtención de un refuerzo inmediato e incorporar secuencias por imitación, inicialmente no exitosas. Esto tiene que ver con que la necesidad primaria de amor es gratificada. Por tanto, son niños capaces de sostener un proceso arduo de aprendizaje, porque este no supone una amenaza para el vínculo. Sin embargo, en el infante en el que ha predominado el rechazo o la indiferencia esto se da de forma diferente. El niño ha de satisfacer sus necesidades de dependencia, fundamentalmente a partir de secuencias no sintónicas. Posee aprendizaje por imitación, pero el refuerzo no depende tanto de una gratificación de la necesidad primaria de amor, como de la obtención de refuerzos concretos. Coexiste el ensayo-error con la imitación. Podríamos hablar de secuencias imitativas breves destinadas a satisfacer una necesidad, que es finalmente el refuerzo. Cada secuencia imitativa breve que resulte exitosa, a saber, para

objetivos instrumentales, para evitar un abandono, para sobrevivir o escapar de un castigo o de una agresión, se va incorporar como una nueva secuencia no sintónica del personaje de supervivencia (29). La capacidad de aprendizaje por imitación es limitada, hay poca dependencia del refuerzo social y más del resultado y existen dificultades francas para establecer nuevos vínculos. Cuando el repertorio de conductas no sintónicas fracasa, se produce una intensa vivencia de amenaza, ya que se reactivan las vivencias previas de rechazo, indiferencia e indefensión. Esto genera una elevada activación de la amígdala y aparecen respuestas de tipo ataque-fuga. Si son adecuadas para resolver una situación vivenciada como peligrosa, se van a reforzar y a fijar. La ausencia de vínculos diferentes hace que tampoco exista una multiplicidad de roles. La posición global es de dependencia.

¿Qué podemos deducir de toda esta comprensión?

El comportamiento gregario está presente en todos los individuos, independientemente de su escena primigenia. La diferencia es cómo se desarrolla, siendo la base para la autonomía cuando la escena primigenia fue de tipo amoroso y un elemento esencial que mantiene la posición de dependencia si hubo un predominio del rechazo y del vacío.

Ahora bien, la libertad se ha relacionado históricamente con otro concepto, la fantasía. Todos los autores han intentado integrar la naturaleza fantástica del psiquismo en sus teorías. Así, Freud (8) hace toda una doctrina de la fantasmática

inconsciente. En este mismo sentido, Melanie Klein (18) considera que la base del desarrollo es la proyección e introyección de determinadas fantasías sádicas vinculadas a la pulsión de muerte. Winnicott (34) habla de este concepto de forma implícita al describir el proceso de separación cuando menciona los fenómenos transicionales y en concreto el objeto transicional. Para este psicoanalista la fantasía sería una forma de recrear el objeto perdido a partir de imágenes y conductas con todo un significado simbólico. Para este pediatra inglés el juego sería un fenómeno transicional y el objeto transicional último vendría representado por el lenguaje. Exceptuando a Winnicott, la mayoría de los pensadores de las corrientes psicodinámicas han vinculado la noción de fantasía con lo siniestro. El psicodrama, por su parte, da especial importancia a la fantasía en la matriz de identidad diferenciada con la aparición de los roles psicodramáticos. En contra

“para Moreno la fantasía es la base de la espontaneidad, entendida como un acto creativo capaz de romper los esquemas prefijados”

de la visión un tanto oscurantista del psicoanálisis, para Moreno (25) la fantasía es la base de la espontaneidad, entendida como un acto creativo capaz de romper los esquemas prefijados. Desde este punto de vista, la fantasía sería un motor en la construcción de la personalidad. ¿Existe algún punto de encuentro entre la libertad y lo siniestro?

Vamos a partir de la hipótesis de que son las situaciones en las que existe una



amenaza de perder un vínculo gratificante las que actúan como fuerza generadora de cualquier acto creativo.

A este respecto han aportado mucha luz los estudios sobre ondas cerebrales, sobre todo, la P300. Sería un tipo onda cerebral especializada en el procesamiento de estímulos novedosos. Cuando la tarea se vuelve compleja, la P300 reduce su amplitud e incrementa su latencia (19). ¿Qué marca la complejidad de la tarea? En realidad, la situación de amenaza. Como ya comentamos en el primer artículo, ante cualquier estímulo, se activan secuencias anteriores y anticipamos la respuesta cómo si la situación fuera idéntica. Ahí surge lo novedoso. Se produce un estímulo inesperado y una situación de amenaza para mantener la gratificación social. Cuanto más incongruente sea lo percibido con lo previo y más significativo sea el vínculo para el sujeto, el nivel de alarma será mayor. En este contexto se producen dos respuestas paradigmáticas, el incremento de la dopamina a nivel prefrontal y de noradrenalina en el locus coeruleus.

Como dijimos, en los estudios con niños hiperactivos se ha visto que el aumento de la dopamina a nivel prefrontal participa en la inhibición de la conducta. Por tanto, sería una forma de bloquear programas motores automatizados desadaptativos. La noradrenalina incrementa la atención, lo que permite una discriminación de los estímulos relevantes que han de ser procesados. Por eso, el incremento de dopamina y de la noradrenalina se ha encuadrado en una función cerebral que se denomina reorientación de la atención (6). Sin embargo, ahora me voy a centrar en los otros sistemas de neurotransmisión que participan, el glutamato, la acetilcolina y la serotonina.

El primero constituye la sustancia neuroquímica excitatoria fundamental en el SNC. Cualquier estímulo amenazador va a producir un incremento de su secreción, produciendo una excitación en múltiples áreas cerebrales, con la activación de diferentes neuronas y redes. El incremento de la transmisión glutamérgica también acontece a nivel del sistema reticular ascendente (32), activando la secreción de acetilcolina, a nivel del núcleo pedúnculo-pontino, tegmental dorsolateral y mesencéfalo posterior. La activación de este conjunto de neuronas va a hacer que también se incremente la tasa de disparo en el núcleo basal de Meynert, que, de igual modo, está constituido por neuronas colinérgicas, pero irradia hacia el hipocampo y el córtex. Su acción está involucrada en los procesos de despolarización a largo plazo, esenciales en la formación de la memoria y, por tanto, en la constitución de nuevas secuencias. La serotonina se va a liberar desde los núcleos del rafe y actúa sobre siete subtipos de receptores (5-HT1-7). Dependiendo del subtipo, su función va a ser excitatoria o inhibitoria. Además, va a activar sistemas enzimáticos como la fosfolipasa C. Uno de los receptores esenciales es el 5-HT2A. Actúa a nivel prefrontal (4), con funciones tanto excitatorias como inhibitorias (sobre todo por su acción sobre interneuronas gabaérgicas). La acción de agonistas específicos como el LSD produce intensas alucinaciones, lo que para muchos sería un desvelamiento del inconsciente. Su activación reduce la liberación de dopamina a nivel límbico, lo que produce una inhibición conductal de respuestas automatizadas.

Por tanto, si integramos la acción de todos estos sistemas, podemos deducir cómo se procesan los estímulos

novedosos. En primer lugar, el glutamato activa áreas extensas del córtex y la liberación de acetilcolina. La acetilcolina estimula la transmisión talámica de estímulos sensoriales hacia el córtex (24), produciéndose un hiperinfluxo de información. De igual modo, este mismo neurotransmisor incrementa la acción en el hipocampo y en el córtex, favoreciendo los fenómenos de plasticidad cerebral.

La serotonina inhibe respuestas automatizadas e incrementa la transmisión de información límbica. El incremento de la dopamina prefrontal inhibe las conductas automáticas e incrementa la acción del locus coeruleus, aumentando la atención selectiva frente a estímulos externos. A nivel del córtex se produce un hiperinfluxo de información sensorial y límbica y la activación intensa de múltiples áreas. Esto también va a suceder a nivel del hipocampo. Así, se va a generar, por un mecanismo hebbiano (13) la constitución de múltiples redes, reestableciendo la homeostasis interna, reforzando las sinapsis activadas e interconectando las neuronas entre sí.

El mecanismo más importante ya lo describimos en el primer artículo, la despolarización a largo plazo. Esto se produce cuando el glutamato actúa sobre una neurona que ha sido despolarizada previamente. Sólo entonces puede activar el receptor NMDA, se retira el magnesio y entra calcio en la neurona (21). El calcio activa a la calmodulina y a la fosfolipasa C, desencadenando la transcripción de genes y la biosíntesis de proteínas. Se forman receptores AMPA, sensibles a glutamato y que permiten la entrada de sodio. Por tanto, esa neurona se va a despolarizar con estímulos umbrales

más bajos. A este proceso lo llamamos reforzamiento de la sinapsis. Además, se producen proteínas estructurales y se conforman nuevas conexiones.

La asociación entre neuronas la definimos como un mecanismo homeostático, ya que permite reclutar de forma retrógrada factores neurotróficos y de crecimiento (23). No olvidemos que la entrada de calcio supone una agresión potencial, en la medida que puede desencadenar la muerte por apoptosis. Por tanto, la célula ha de activar mecanismos que garanticen su supervivencia. El resultado final es la constitución de múltiples redes nuevas, como forma de responder al estímulo novedoso. Algunas se reforzarán por medio de los estímulos externos y otras se debilitarán por el mecanismo de depresión a largo plazo. Ya dijimos que cuando se produce una estimulación glutamérgica de baja frecuencia (21), se produce una reducción de receptores AMPA, por lo que la estimulación umbral para activarla aumenta.

De este modo, se produce una verdadera selección natural de secuencias en función de las necesidades homeostáticas del sistema. El proceso de formación de nuevas redes tiene lugar en apenas unos milisegundos, pero su reforzamiento y selección dura hasta 48 horas. Esto se ha observado en estudios sobre la consolidación de la memoria durante el sueño, la exposición a estímulos novedosos desencadena procesos de reverberación de dos días de duración (30). Deberíamos entender estas 48 horas como un periodo de prueba de las nuevas conexiones. Su reforzamiento acontecerá en la vigilia, pero su consolidación, como ya hemos dicho, se produce



durante el sueño. De hecho, mientras estamos dormidos se reproducen de alguna manera los mecanismos que desencadenaron la formación de las neosecuencias. Así, durante la fase REM se produce un hiperinflujó de información por incremento de la actividad talámica, debido a la acción de la acetilcolina de la sustancia reticular ascendente. Por el contrario, durante el sueño de ondas lentas, se consolidan las sinapsis funcionales, eliminando los trazos de memoria innecesarios, en un proceso que se conoce como diálogo hipocámpico-neocortical (11).

Las diferencias con el estado de alerta son evidentes, la función dopaminérgica y noradrenérgica van a estar profundamente deprimidas. Además, durante la fase REM la acetilcolina va a contribuir a la desactivación de funciones corticales, por su acción sobre el córtex prefrontal dorsal. El hiperinflujó de información va a ser sobre todo de origen límbico, sin inhibición del córtex prefrontal. De esta manera, aparecen secuencias de contenido extraño no emparentadas con las redes activadas, lo que llamamos secuencias ruido.

En la formación onírica las secuencias originales se asocian a las secuencias ruido, constituyendo todo un sistema simbólico de orden superior. Podemos decir que durante el sueño las secuencias neofórmadas aparecen enmascaradas por las secuencias ruido y durante la vigilia su presencia está oculta, por la acción de los estímulos externos, que producen una inhibición de las redes no relevantes para la tarea. Además, su activación es siempre reduccionista. Esto significa que se van a activar el menor número de neuronas necesario para generar una respuesta, función atribuida

al córtex prefrontal dorsal, principalmente del hemisferio izquierdo.

¿En qué momentos podemos vivenciar de forma consciente las secuencias neofórmadas? Cuando de forma voluntaria o por la realización de un hábito reduzcamos la atención frente a estímulos externos, con una desactivación parcial del córtex prefrontal dorsal. Cuando la actividad en el córtex prefrontal dorsal se reduce, se igualan los niveles de activación en ambos hemisferios. Esto se observó al describir la red neuronal mayor por defecto (12).

Al hablar de redes neuronales mayores, nos referimos a estructuras amplias interconectadas entre sí, en las cuales se integrarán esas redes neuronales menores o locales que hemos llamado secuencias. La red neuronal por defecto está constituida por el córtex temporomedial, parietal y prefrontal. En los momentos en los que el sujeto entra en situación divagatoria, se van a activar las áreas parietales y temporomediales y el córtex prefrontal se va a inhibir. De igual modo, los estudios neurocientíficos sobre la creatividad describen tres redes neuronales mayores, la red ejecutiva (córtex prefrontal), la red de la imaginación (córtex parietal posterior, temporomedial y regiones prefrontales profundas) y la red de relevancia, que coordina e integra las otras dos (córtex cingulado posterior e insular anterior). La vía ejecutiva se encarga de la respuesta frente a los estímulos externos y la de la imaginación de generar respuestas posibles frente a una dificultad; recrea el pasado y fantasea el futuro (1).

En los momentos de ensoñación se encuentran activadas las redes de la imaginación y relevancia, con

inhibición de la ejecutiva. También se ha observado que la actividad creativa de un sujeto se caracteriza por la activación

“se ha observado que la actividad creativa de un sujeto se caracteriza por la activación simultánea de ambos hemisferios”

simultánea de ambos hemisferios. Por tanto, podemos deducir que, a nivel vivencial, la imaginación se presenta como una especie de simulación de posibles soluciones de los conflictos que desencadenaron la formación de las neosecuencias, vinculando, en una escena interna, el pasado, presente y futuro. Esta misma estructura se observa en los sueños, aunque permanece encubierta por los contenidos extraños que se solapan de las secuencias ruido. Sin embargo, en cualquier caso, sería la expresión del proceso asociativo neuronal, en el que se están integrando percepciones, emociones, recuerdos y programas motores conductuales. Una vivencia menos estudiada es cómo esas ensoñaciones recrean muchas veces recompensas imposibles, produciendo sensaciones de bienestar y placer. Podemos pensar que se trata de un fenómeno ilusorio del psiquismo humano sin ninguna significación, o buscar una explicación neurobiológica plausible.

Sabemos que en la constitución de estas nuevas redes es esencial el sistema colinérgico. La acetilcolina, al actuar sobre el receptor nicotínico N1, es capaz de aumentar la secreción de dopamina en el núcleo accumbens (7). Por tanto, activa el sistema de recompensa cerebral. Esta sería la base del refuerzo endógeno, es

decir, el sistema de recompensa cerebral puede ser activado sin mediación de estímulos exógenos. Nos hemos centrado fundamentalmente en las 48 horas posteriores a la exposición a estímulos novedosos. Lo que habíamos denominado de forma poco rigurosa, periodo de prueba de las neosecuencias.

De esta manera, de todas las secuencias formadas, algunas serán adaptativas y reforzadas socialmente; otras resultarán ineficaces y, poco a poco, se irán debilitando por el fenómeno de depresión a largo plazo. Muchas sinapsis perecerán en la poda regulatoria que acontece en el transcurso de toda la vida. Lo que hace que unas se refuercen y otras no es su congruencia con las necesidades homeostáticas del sistema. Por tanto, las debilitadas son las que desafían el equilibrio familiar, grupal, social o cultural. A pesar de la depresión a largo plazo y la sinaptolisis, estas secuencias descartadas no suelen desaparecer, sino que permanecen de forma silente. A estas redes con escasa actividad las llamaremos secuencias restringidas. Así, lo que está restringido en un momento, puede reforzarse en otro.

Esto lo observamos con facilidad en los procesos de separación e individuación. Lo restringido en un grupo es reforzado en otro. Se produce una situación de conflicto que hace que el sujeto cambie, pero los sistemas de pertenencia también. En este caso, las secuencias restringidas son reforzadas por vía exógena, pero previamente hubo un refuerzo endógeno que permitió su supervivencia. Cuando el sujeto se encuentra en una situación novedosa y, por tanto, amenazadora, se va a desencadenar todo ese proceso de



formación de neosecuencias. En este contexto, se van a activar un gran número de secuencias antiguas relacionadas con el conflicto actual en el aquí-ahora, por lo que lo silente se va a hacer manifiesto. Se va a producir la integración de estas secuencias en otras nuevas y a la vez se van a reforzar por la activación endógena del sistema de recompensa cerebral. Si este proceso se produce de forma reiterada, el reforzamiento endógeno de las secuencias restringidas va a ser muy intenso. Además, al integrarse en neosecuencias se van a ir asociando a redes verbales, narrativas o simbólico-expresivas.

Cuando una secuencia se refuerza intensamente, ya sea por vía endógena o exógena, va a activar programas motores conductuales, sin que los sistemas filtrado prefrontal puedan extinguir la respuesta. Podemos decir que el refuerzo endógeno es el error necesario para que se produzcan saltos cualitativos en la evolución cultural del ser humano.

¿Qué sucede a nivel evolutivo con las secuencias restringidas? Debemos pensar que esta evolución no es independiente del desarrollo del córtex pre-frontal y del lenguaje. Inicialmente el niño expresa las secuencias restringidas de forma conductual a través del juego. En este periodo la expresión está permitida, aunque determinadas secuencias van a ser reforzadas y otras censuradas. Poco a poco, el córtex pre-frontal se va desarrollando, la conducta se va inhibiendo y la exigencia social se va incrementando.

También el lenguaje va evolucionando en todos sus procesos, fonológico, semántico, sintáctico y narrativo. Las secuencias restringidas se asociarán a

secuencias lingüísticas y narrativas y encontrarán la forma de poder expresarse, sin que eso suponga una amenaza para el vínculo. Sin embargo, muchas secuencias restringidas no podrán asociarse a secuencias lingüísticas, por lo que su acción se reducirá a una simple actividad mental. A partir de ese momento, dichas secuencias sólo se pueden expresar conductualmente en forma de lo que conocemos como locura. Desde este punto de vista, podemos deducir que existe un segundo origen en la formación de secuencias restringidas. Nos referimos aquellas que se conforman durante la etapa infantil, pero en momentos evolutivos posteriores son censuradas socialmente. Estas secuencias van a servir de base para la formación de otras nuevas, más congruentes con los desafíos del desarrollo en cada momento. De este modo, las nuevas secuencias se reforzarán y las anteriores se irán debilitando, pero en determinadas circunstancias pueden reactivarse. Una vez reactivadas se van a reforzar por vía endógena. Si se expresan conductualmente debido a un reforzamiento sostenido, darán lugar a actitudes regresivas. Si estos comportamientos infantiles permiten la gratificación de los anhelos de dependencia, se reforzarán también de forma exógena.

Este funcionamiento va a ser muy importante en la sexualidad. Sin embargo, en estos casos la fantasía no sólo se refuerza por vía colinérgica, sino que además induce toda una actividad autoerótica, capaz de estimular el sistema de recompensa cerebral por sí misma. Debido a la importancia de estas secuencias restringidas, independientemente de su origen, los seres humanos hemos creado herramientas para poder comunicar estos

contenidos latentes a través de un “como sí”, por ejemplo, en los rituales, en el arte, en la ciencia, en la filosofía y en la psicoterapia.

Comenzaremos hablando de los rituales

Todas las civilizaciones poseen un conjunto de representaciones escénicas en las que se escenifican determinadas necesidades humanas que, si apareciesen en el campo vincular, comprometerían el equilibrio del sistema. El ejemplo más claro son los rituales orgiásticos descritos por Fromm (9), que los asociaba con el temor al abandono y al aislamiento. El miedo a la soledad y la sexualidad eran parte de las secuencias restringidas que tomaban forma en el desarrollo del ritual. De igual modo, los rituales de la muerte están presentes en todas las culturas. Parece que el objetivo esencial es dramatizar el dolor de la despedida. Sin embargo, existen otros aspectos importantes, como la reparación del odio hacia el difunto. El duelo cursa con culpa, porque la agresividad frente a las figuras de amor es una de las secuencias restringidas. No todos los rituales son iguales, algunos permiten la expresión de determinadas secuencias restringidas, otros simplemente ejercen una contención de las mismas, pero el objetivo es el mismo, mantener la cohesión homeostática del sistema. De este modo, las sociedades muy cooperativas poseen un proceso ritual rico, mientras en las individualistas es escaso y los que existen están vacíos de significado. Esto tiene que ver con que cuando determinadas secuencias restringidas, por una situación de amenaza sostenida, alcanzan una activación umbral, pueden llegar a

expresarse en el campo vincular en forma de locura o violencia.

Si en una cultura existe una elevada interdependencia entre los miembros, estos actos pueden repercutir de forma importante en la homeostasis del sistema. Sin embargo, en modelos sociales individualistas la interdependencia es menor y los actos subversivos frente a la morfoestasis pueden ser manejados por medio de la segregación (26) (las cárceles, los manicomios...). La siguiente vía de comunicación de lo restringido es el arte, la ciencia o la filosofía. Como ya dijimos, las secuencias restringidas se asocian a redes verbales y narrativas.

En el caso del arte y la ciencia sucede lo mismo, determinadas secuencias silentes se integran en redes de expresión simbólica. Sin embargo, se establece una comunicación diferente a la observada en la conducta gregaria. En esta última hay una búsqueda de un refuerzo inmediato. En las diferentes formas de expresión artística el sujeto transforma simbólicamente sus secuencias restringidas y obtiene el refuerzo de forma postergada, en la medida que los otros pueden identificarse por sentir las propias y encuentran, a través del acto creador, una manera de comunicar aquello que ellos mismos se sienten obligados a silenciar.

Un caso particular es el teatro. En el arte dramático las secuencias restringidas aparecen de forma conductual, como sucedía en el juego infantil, pero el que sea encarnado por personajes de ficción posibilita un cierto distanciamiento. Algo más complicado es pensar esto mismo en relación a la filosofía o la ciencia. Cuando Nietzsche realiza toda su comprensión del superhombre, está construyendo toda



una teoría que remite a sus secuencias internas restringidas de dominación del otro. De igual modo, Freud y Charles Darwin enuncian postulados acerca de la naturaleza animal e irracional del hombre, pero en realidad, están dando un sentido a sus secuencias restringidas violentas, sexuales o de poder. En el caso de la psicología se utiliza el ritual terapéutico. Como bien dijimos, el caldeamiento psicodramático genera una situación de amenaza, todo lo nuevo supone un riesgo de pérdida de vínculos y gratificaciones. Esto hace que ambos hemisferios se activen y las secuencias silentes pasen a la conciencia. Posteriormente el clima de aceptación del director psicodramático y el grupo permite que el sujeto, recurriendo al como sí y al juego, pueda expresar a través de la acción aquello que fue silenciado por el temor al rechazo y al vacío. La diferencia fundamental con el teatro es que en el ritual terapéutico no hay un distanciamiento a través del personaje.

Con todas estas ideas podemos dar un nuevo sentido al concepto de transgresión.

El sujeto puede transgredir de muchas maneras, a través de la locura, de la violencia, del arte, de la ciencia, de la filosofía... El elemento común es la expresión, de diferentes formas, de aquellas secuencias que se debilitaron porque suponían un riesgo para la gratificación de la necesidad primaria de amor o de los anhelos infantiles de dependencia. Las secuencias silentes contienen aquellos elementos que suponen un riesgo para la homeostasis del sistema. Por tanto, cuando encuentran una forma de ser comunicadas, producen una ruptura de la homeostasis e inducen

cambios y transformaciones. Como ya comentamos, la autonomía se desarrolla sobre un comportamiento de tipo gregario. El sujeto acepta determinadas necesidades homeostáticas para obtener gratificación, rompe los vínculos no gratificantes y establece otros nuevos. La transgresión no se produce en este contexto. En general, para que se produzca un pensamiento transgresor debe existir una amenaza intensa y sostenida de la gratificación de la necesidad primaria de amor o de los anhelos infantiles de dependencia.

Esto produce dos efectos. El primero es que las secuencias restringidas se refuerzan de forma intensa y reiterativa por vía endógena. El segundo es que dichas secuencias cada vez van ir interconectándose más, alcanzando niveles crecientes de simbolización. Como el SNC no diferencia las secuencias que fueron reforzadas por mediación de los estímulos externos o por vía endógena, cuando se produzca una situación congruente, estas secuencias automatizadas van a desencadenar una respuesta conductual. La forma de expresión va a depender de las asociaciones que se hayan establecido en todo este proceso. El resultado final puede ser un acto violento, la creación de una obra artística o una teoría científica. En cualquier caso, el contenido de estas secuencias desafía la homeostasis del sistema externo; esto hizo que se restringieran.

Cuando el contenido ha experimentado un adecuado proceso de transformación y simbolización, no podrá ser silenciado, por lo que generará una ruptura. En general, los transgresores son seres taciturnos, solitarios y muchas veces atormentados. Esto se debe a que no

adquirieron un funcionamiento gregario adecuado. Su posición existencial suele ser de dependencia y predominan los mecanismos de poder. Sin embargo, los fracasos reiterados en el vínculo generan todo este proceso de refuerzo endógeno de las secuencias silentes. Si, además, poseen una gran capacidad asociativa y simbólica, encontrarán una vía de expresión de sus contenidos ocultos. La respuesta de los sistemas de pertenencia será inicialmente de rechazo y vacío, posteriormente puede haber amor y aceptación. El sujeto rompe a través del acto de transgresión su personaje de supervivencia, recreando su escena primigenia y experimentando de forma natural un proceso de rematrización. Por eso, el devenir de la mente creadora es previsible. Inicialmente aparecen obras poco rigurosas, pero radicales. Posteriormente se alcanza la madurez, el acto creador es más homeostático y predomina la habilidad técnica. Finalmente llega la decadencia, la creatividad parece agotarse. Esto se debe a un proceso de sanación, en el que sujeto pasa de la transgresión a un funcionamiento gregario, menos transformador, pero más satisfactorio para la vida.

Con todo lo dicho podemos responder a la pregunta que formulábamos inicialmente. ¿La libertad se asocia con lo siniestro? La respuesta es sí. Lo que desafía la homeostasis del sistema es considerado siniestro, pero a la vez son aquellos aspectos que no están vinculados al refuerzo social, ni al comportamiento gregario.

Conclusiones

Al principio planteábamos la controversia entre las corrientes lamarckista y el darwinismo. Como podemos ver, en realidad, la biología del SNC nos ofrece un punto de encuentro entre ambas. Una situación dada desencadena respuestas adaptativas, la función hace al órgano. Entre todas las conductas posibles se seleccionan aquellas más ventajosas para el mantenimiento de la vida, gratificación de la necesidad primaria de amor. Dos errores necesarios, el fracaso de la conducta gregaria y el refuerzo endógeno de las secuencias, permiten la ruptura del equilibrio social y el poder dar saltos cualitativos a nivel cultural.



BIBLIOGRAFÍA

- 1) **Addis DR et col.** Remembering the past and imagining the future: common and distinct neural substrates during event construction and elaboration. *Neuropsychologia* 45:1363-77. 2007
- 2) **Altman, J.** Autoradiographic and histological studies of postnatal neurogenesis. III. Dating the time of production and onset of differentiation of cerebellar microneurons in rats. *The Journal of Comparative Neurology*. 136 (3): 269-293. 1969.
- 3) **Bryden, D. W., Roesch, M. R.** Executive control signals in orbitofrontal cortex during response inhibition. *Journal of Neuroscience*, 35(9), 3903-3914. 2015.
- 4) **Ciranna, L.** Serotonin as modulator of glutamate and GABA mediated neurotransmission: implications in neurophysiological functions and pathology. *Current neuropharmacology*. 4; 2(2) 1001-114. 2006.
- 5) **Chechik, G. et col.** Neuronal regulation: A mechanism for synaptic pruning during brain maturation. *Neural Computation*, 11(8), 2061-2080. 1999.
- 6) **Corbetta, M. et col.** The reorienting system of human brain: from environment to human brain. *Neuron*. 58 (3). 396-324. 2008.
- 7) **Fowler, C. D.** Subtypes of nicotine cholinergic receptors in nicotine reward, dependence and withdrawal: evidence from genetically modified mice. *Behavioural pharmacology*. 19(5-6): 461-484. 2008.
- 8) **Freud, S.** Formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico (1911). Obras completas. Voulmen 12. Amorrortu. Buenos Aires. 1958.
- 9) **Fromm, E.** El arte de amar. Paidós Ibérica. Barcelona. 1997.
- 10) **Gallese, V. et col.** Mirror neurons and the simulation theory of mind-reading. *Trends in cognitive sciences*, 2(12), 493-501. 1998.
- 11) **Gennaro, L. et col.** Hippocampal Sleep Features: Relations to Human Memory Function. *Frontiers in Neurology* 3. 2012.
- 12) **Greicius, M. D. et col.** Functional connectivity in the resting brain: a network analysis of the default mode hypothesis. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 100(1), 253-258. 2003.
- 13) **Hebb, D.O.** The Organization of Behavior. Wiley Ed. Nueva York. 1949.
- 14) **Hernández-Goñi, P. et col.** Participación del cerebelo en la regulación del afecto, la emoción y la conducta. *Revista de neurología*. 51(10). 2010.



- 15) Jodoj, E. et col.** Potent excitatory influence of prefrontal cortex activity on noradrenergic locus coeruleus neurons. *Neuroscience*, 83(1), 63-79. 1998.
- 16) Kane, M. J. et col.** The role of prefrontal cortex in working-memory capacity, executive attention, and general fluid intelligence: An individual-differences perspective. *Psychonomic bulletin & review*, 9(4), 637-671. 2002.
- 17) Kelly, A. C. et col.** Development of anterior cingulate functional connectivity from late childhood to early adulthood. *Cerebral cortex*, 19(3), 640-657.2008.
- 18) Klein, M.** El psicoanálisis de niños (1927). Paidós ibérica. Barcelona. 1994.
- 19) Kok, A.** The effect of warning stimulus novelty on the p300 and components of the contingent negative variation. *Biological psychology*. 6(3). 219-233. 1978.
- 20) López Mateos, R.** Neurociencia vincular: principios neurobiológicos de la teoría de la escena. *Revista vínculos. Número especial*. 5-26. 2017.
- 21) Malenka, R. C. et col.** NMDA-receptor-dependent synaptic plasticity: multiple forms and mechanisms. *Trends in neurosciences*, 16(12), 521-527. 1993.
- 22) Massey, P. V., Bashir, Z. I.** Long-term depression: multiple forms and implications for brain function. *Trends in neurosciences*, 30(4), 176-184. 2007.
- 23) Mattson, M. P.** Glutamate and neurotrophic factors in neuronal plasticity and disease. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1144(1), 97-112. 2008.
- 24) Mesulam, MM.** Cholinergic pathways and the ascending reticular activating system of the human brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 757: 169-79. 1995.
- 25) Moreno, J.L.** El Teatro de la Espontaneidad. Vancú. Buenos Aires, 1977.
- 26) Pichon-Riviére, E.** Una nueva problemática para la psiquiatría. Publicado en “El proceso grupal: del psicoanálisis a la psicología social”. Univisión. Buenos Aires. 1967.
- 27) Población Knappe, P.** La escena primigenia y el proceso diabólico. *Informaciones psiquiátricas*. 115. 1989.
- 28) Población Knappe, P.** Las relaciones de poder. *Fundamentos*. Madrid. 2005.
- 29) Población Knappe, P.** Manual de psicodrama diádico, bipersonal, individual de la relación. Desclée de Brouwer Bilbao. 2010.
- 30) Ribeiro, S. et col.** Long lasting novelty induced neuronal reverberation during slow wave sleep in multiple forebrain areas. *Plos biology*. 2(1). E:24. 2004.
- 31) Roy, M. et col.** Ventromedial prefrontal-subcortical systems and the generation of affective meaning. *Trends in cognitive sciences*. 16(3), 147-156. 2012.

- 32) Shi, Y.F. et col.** The roles of glutamate in sleep and wakefulness. Zhejiang da xue xue bao yi xue ban. 42(5): 583-90. 2013.
- 33) Steinberg, L.** Cognitive and affective development in adolescence. Trends in cognitive sciences. 9(2), 69-74. 200
- 34) Winnicott, D. W.** Realidad y juego (1971). Gedisa. Barcelona. 1993.



Experiencias en Psicodrama

MI EXPERIENCIA COMO DIRECTORA EN EL ITGP

Marta
Alamán
Trigo



Graduada en Psicología por la Universidad Pontificia de Comillas en el año 2016. Actualmente estudia el segundo curso del Máster en Psicología General Sanitaria formándose en Terapia Focalizada en la Emoción. Realiza sus prácticas clínicas en el Instituto de Técnicas de Grupo y Psicodrama

Antes de hablar de mi libro, querría contaros un poco acerca de mí para que al leer mi experiencia entendáis mejor cada sensación. Me llamo Marta soy psicóloga y me estoy formando como sanitaria. Estoy haciendo mis prácticas del máster en el ITGP y está siendo mi primer contacto con el psicodrama. Lo que estoy experimentando en estas prácticas está enseñándome mucho como persona, cosas que puedo aplicar a mi faceta como psicóloga pero también en otras facetas de mi vida. Una de estas facetas es la de psicodramatista, una faceta totalmente nueva y a la que voy sumando experiencias, incluida esta, pero ya llegaremos.

Tengo ilusiones y tengo miedos, como cualquier persona. Para explicar bien mi experiencia os hablaré de mi ilusión de ser terapeuta y de mi miedo de ser... bueno, terapeuta. Esta ilusión se nutre del deseo

“La ilusión viene acompañada de metas, estudiar, aprender, experimentar [...] Y también viene acompañada de miedos”

de poder acompañar a otras personas en sus caminos personales, de aprender con cada persona sobre sí misma, a la vez que yo aprendo sobre mí, pero con el ojo puesto en el otro. La ilusión viene acompañada de metas, estudiar, aprender, experimentar, tener herramientas que pueda poner al servicio de otras personas. Y también viene acompañada de temores, de miedos, ¿seré capaz?, ¿seré buena terapeuta?, ¿haré daño? Es un miedo que por un lado me ayuda, me hace tener cuidado y hace que no pierda la perspectiva de mi ilusión. Por así decirlo me mantiene con los pies en la tierra. Y, por otro lado, es una meta que tengo que superar a partir de la propia experiencia



como terapeuta. Y aquí sí, comienza mi relato como directora de escena.

Bueno, he mentido, antes de contar la experiencia, tengo la necesidad de contextualizar el momento, ya que yo ya me he contextualizado. Mi experiencia tiene lugar en la cuarta sesión de un proceso de psicoterapia breve en la que existe un grupo formado por un paciente (al que a partir de ahora llamaré protagonista) y varios terapeutas (psicodramatistas, terapeutas en formación, o gente realizando sus prácticas, como yo). Cada sesión, el protagonista trae una escena, un motivo a trabajar ese día, después el grupo habla sobre sus resonancias, sobre lo que le ha despertado lo que el protagonista ha traído. Él puede escoger la devolución (o devoluciones) que más le ha llegado y, se comienza a trabajar desde esta elección. Alguien del equipo toma la dirección de la escena, será quien acompañe al protagonista, y el resto del equipo actuará, cuando se precise, como voces auxiliares.

Ahora sí. Previamente a esta sesión, había podido observar la técnica de la escultura, por lo que cuando el protagonista trajo su escena, una lucecita se encendió en mi cabeza y visualizó una escultura y un posible trabajo a realizar. Pero al mismo tiempo otra luz, roja y de alarma acompañó a la primera bombilla. Sí, tenía una escena, pero también tenía miedo. Reconocer este miedo, como algo mío, inscrito en mi persona, fue el primer aprendizaje experiencial del momento. Cuando tuve el valor de decir que se me había ocurrido un posible trabajo el cuerpo se me agarró, tenía calor y las manos sudorosas, el pulso al ritmo de una canción tecno y la voz como una llamada sin cobertura. Entonces el grupo me apoyó y reforzó que

saliera, y esta fue la segunda experiencia que aprendí, que no estamos solos. Y, en mi caso, no hablo de una soledad triste sino de la idea de que podemos, y tenemos que, conseguir todo por nosotros mismos, menudo ego. No, esto no es así. Todo es un proceso y, en este momento, lo grupal superó lo individual. En este momento aprendí otra cosa, la tercera y no la última, aprendí a pedir ayuda. Un compañero, más experimentado en psicodrama, se ofreció a acompañarme y ser co-director de la escena. ¡Qué alivio! Las manos, la voz, el pulso se relajó, no voy a decir que volvió a su estado natural, pero al menos tenía un apoyo en esta primera experiencia. Mi miedo a poder hacer daño a la persona con mi trabajo y mi miedo a no hacer “bien” la escena, se vieron mermados al saber que había otro que velaba por el protagonista y la escena.

Cuando comenzó y se fue desarrollando dicha escena hubo tres aspectos muy importantes. La primera es la buena compenetración que sentí con mi compañero de dirección, a parte del apoyo ya mencionado, sentí en todo momento que funcionábamos como un engranaje de reloj, donde cada una de las partes se complementa para mover la manecilla. En más de una ocasión mi intención en la dirección era la misma que mi compañero llevaba a cabo y sentí que mis propuestas eran entendidas por él, más allá del entendimiento verbal, llegando a una sincronía emocional. En segundo lugar, y añadiendo otro aprendizaje, la percepción de mis propias emociones, las del protagonista e incluso la carga emotiva en el espacio, incluyendo todo el grupo. En tercer lugar, y este fue un aprendizaje del propio proceso en terapia, fue comprobar que, pese a tener una idea muy clara

de lo que quería hacer, el protagonista, la escena y el grupo en general, van

“el protagonista, la escena y el grupo, van marcando el camino”

marcando el camino. De esta forma, fui aprendiendo, no solo a improvisar, sino también a adaptar las propuestas a las necesidades que surgían en el momento.

En todo este proceso, por supuesto, se encuentra la propia experiencia del protagonista. Veo importante señalarla por el paralelismo entre mi experiencia y la suya. La escena que traía tenía que ver con su capacidad de formar vínculos con las personas. Según él contaba, no se cree con curiosidad por las personas y por lo tanto, no acaba por formar vínculos. En este momento, y creo que así lo vivió él mismo, se dio cuenta de este miedo. Seguramente lo llevaba pensando algunos días, pero en el momento en el que le puso palabras conectó más con la emoción. He aquí el descubrimiento del miedo, un miedo a no saber conectar o a no saber cómo hacer las cosas. Un miedo muy similar al que yo pude tener con respecto a él, a la escena: ¿conseguiré conexión?, ¿seré capaz?, ¿habrá daño? En ese momento se me ocurrió una escultura sobre los diferentes protagonistas que jugaban en ese miedo, el protagonista activo y el protagonista pasivo, incluyendo un protagonista en acción, la acción de conocer a alguien. Durante la escena el propio protagonista toma las riendas de su escena y sale de la escultura para representar activamente cómo sería conocer a alguien. Creo que gracias a los yoes auxiliares tanto de sí mismo como de “los otros”, el

protagonista se da cuenta de dos cosas: por un lado, que tiene capacidades para conectar; y, por otro lado, que en este proceso no está solo, y el grupo está para acompañarle. Este “no estar solo”, lo viví en la experiencia de él como yo viví mi experiencia de arropo en la dirección. A modo de conclusión, lo que más paralelo he sentido con el protagonista, en esta sesión pero también en las anteriores, es ese conjunto de ilusiones y miedos que todos tenemos, que se alimentan, crecen y merman conjuntamente; y en como al ritmo de cada uno, al ritmo que nos permitimos y nos permite la vida, vamos encontrando maneras de acercarnos a nuestras ilusiones y aprender con nuestros miedos.

No me gustaría terminar sin sintetizar las emociones de una forma más clara. A lo largo de este texto he hablado de los muchos aprendizajes que he tenido, algunos sí, relacionados con las emociones e incluso de las emociones y el proceso del protagonista. Y ahora quiero hablar de las emociones en sí mismas, y para ello hay que tener en cuenta que nada va a ser tan auténtico y genuino como vivirlo en directo y en las propias carnes, pero intentaré hacer una síntesis de lo que supuso para mí. La primera emoción que tuve en relación a ser directora fue el miedo, o al menos es la sensación que primero noté, porque dejando un momento para sentir, también hubo una emoción de coraje, de orgullo, de valía. Durante toda la escena tuve un sentimiento de no estar sola y de agradecimiento, sentía a través de lo que veía ese grupo, esa unidad grupal. Por otro lado, hubo muchas emociones durante la escena, imposibles de nombrar ahora mismo, pero que dejaron una huella en mi



memoria, por lo que cuando recuerdo el ambiente emocional de aquel momento, una sensación cálida invade mi cuerpo junto con una sensación de felicidad. Para terminar, la emoción o sensación del final fue un claro cansancio ante tanta intensidad, no solo era un cansancio mental, era también una sensación de tener el cuerpo totalmente agotado, pero incluía una sensación de felicidad y satisfacción.

Para terminar, me gustaría agradecer a mis compañeros de grupo, a mi acompañante en la dirección y al ITGP en general, la posibilidad que se me brindaron y el

apoyo recibido en todo momento. En especial, la acogida al finalizar la sesión, incluyendo esta oportunidad de escribir a cerca de mi experiencia. Espero que con esta pequeña aportación podáis conocer un poco más una de tantas experiencias que se viven en el psicodrama, y siendo ambiciosa que al leerlo haya llegado a vuestro interior, alimentando el interés en la psicología, en el psicodrama y en el conocimiento personal, tal y como la experiencia lo ha hecho en mí.

Voces nuevas

SUPERVISION ACTIVA DE UN CASO DE VIOLENCIA EN UNA MINIRESIDENCIA DE REHABILITACION PSICOSOCIAL

Alejandro
Chévez
Mandelstein



Psicólogo y psicoanalista. Formado en Psicodrama en el ITGP. Trabaja desde el año 2001 con equipos de Acompañamiento Terapéutico. Además ha sido Coordinador Técnico de los Centros y Servicios de Rehabilitación Social de la Comunidad de Madrid realizando tareas de Supervisión y, Psicólogo del Equipo de Apoyo Social Comunitario de Tetuán entre 2007 y 2011. Ha colaborado en la creación y sido Director Técnico de los Servicios de Acompañamiento Terapéutico de la Agencia Antidroga de Madrid y del Ayuntamiento de Madrid; Presidente de la Asociación para la Promoción y Prevención de la Salud y la Integración Social, y Profesor de Psicología Social en la Universidad de Buenos Aires. Es socio fundador de la Asociación de Acompañamiento Terapéutico y Teatro Espontáneo. Ha sido Presidente del I Congreso Español de Acompañamiento Terapéutico realizado en Madrid en el 2012, y organizador de la I y II Jornada Madrileña de Acompañamiento Terapéutico. También es Coordinador y Docente en cursos de Psicología en la intervención socio-comunitaria, de Acompañamiento Terapéutico, autor y colaborador en publicaciones de ámbito nacional e internacional.

achevez@cop.es

Resumen

Este trabajo presenta la intervención realizada en una Miniresidencia perteneciente a la Red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera (EMGD), dependiente de la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid, recurso que se integra en la Red Única de Atención Psiquiátrica y de Salud Mental de la Comunidad de Madrid. Se solicita mi participación a raíz de una situación violenta acontecida entre un residente del recurso y dos educadores del equipo terapéutico, en la que uno de ellos es agredido violentamente, a lo que propongo intervenir sobre el sistema terapéutico mediante técnicas psicodramáticas con el fin de que el equipo y, fundamentalmente los educadores que participaron en la situación, puedan recuperarse de la experiencia, integrando y aprendiendo de lo sucedido, a la vez que puedan prevenir y anticipar situaciones similares.

Entendemos que es la primera vez que se utilizan técnicas psicodramáticas como metodología de supervisión de equipos en la Red de Rehabilitación.

En síntesis, se trata de que el equipo terapéutico pueda integrar y valorar la parte del suceso que ha dependido de sus acciones, para poder disponer de alternativas ante nuevas situaciones.

Palabras Clave

- › Psicodrama,
- › Supervisión de equipos,
- › Rehabilitación Psicosocial,
- › Salud Mental

Supervisión activa de un caso de violencia en una Miniresidencia de Rehabilitación Psicosocial

El contexto institucional de la Salud Mental actual en Madrid, fundamentalmente en el campo de la Rehabilitación Psicosocial se haya en una etapa de consolidación. Con equipos jóvenes con una experiencia media de 7 años trabajando con personas con diagnóstico de esquizofrenia, en los mismos centros. Empiezan a aparecer los primeros indicios de los efectos que producen la rutina y la habituación al funcionamiento de un equipo, de un centro específico y de usuarios con muy poca movilidad y variaciones en su situación personal.

Por otra parte la aparición del Supervisor de Equipos es, en mi experiencia, tan anhelada como temida. En el caso que presento a continuación, la demanda estaba ligada a una situación de violencia donde prácticamente todos los estamentos del equipo estaban involucrados de una u otra manera.

Este trabajo está dedicado a aquellos profesionales que todavía afrontan en soledad situaciones como ésta y no tienen la oportunidad de encontrar un reparo y un descanso, así como un



reconocimiento, en una tarea tan difícil como despreciada, muchas veces, por aquellos que dicen valorarla.

Muchas veces, la atención de la locura, la denominada “enfermedad mental crónica”, hace presos a los profesionales de los mismos prejuicios y tabúes que padecen los usuarios, reproduciendo inconscientemente aquellas estructuras que se pretenden recuperar. Si bien por protección de datos, los nombres y referencias han sido modificados para proteger el anonimato de los participantes, quiero agradecer nuevamente la implicación y el compromiso del equipo que participó en esta experiencia, primera en su tipo. A todos ellos mi más sincero agradecimiento.

¿Por qué Psicodrama?

Con todo el respeto que merecen los distintos tipos de intervención institucional (psicoanálisis institucional, coaching de equipos, psicología organizacional americana, etc.), cada uno de ellos haciendo foco en diferentes aspectos que están implicados en el funcionamiento de un equipo de trabajo (dinámicas inconscientes, cognitivas, comportamentales, de valor...), he elegido una metodología basada en el Psicodrama Sistémico por aportar al análisis, una integración de todos estos aspectos en una visión integradora y de conjunto. Ésta es la razón por la que el Dr. Pablo Población se refiere a este tipo de abordaje como “supervisión total” (P. Población, 1996).. La forma de inserción en el sistema sobre el que se quiere intervenir, se realiza en una serie de pasos que introducen información sobre las distintas variables intervinientes: dinámicas

inconscientes (fundamentalmente la que ponen en juego sexualidad, poder y violencia), cognitivas (esquemas mentales, aprendizaje grupal, procesos y protocolos.), emocionales (confianza, clima), comportamentales (pautas de conductas, estilos, y todos aquellos puntos que suelen ser abordados desde el rolplaying).

El abordaje psicodramático propone la dramatización como modelo integrador para el abordaje del sistema terapéutico-paciente a distintos niveles, por un lado ésta representa la estructura interna del sistema, pero también refleja las formas en que esta actúa y es representada por los miembros del equipo, aportando por un lado, una visión global del funcionamiento del equipo in vivo, y por otro, brindando alternativas de respuesta a los actores, introduciendo un mayor grado de espontaneidad y creatividad en cada acción.

La dramatización que, en este caso, refería a una escena real vivida por los profesionales, se realiza en el escenario real donde sucedieron los acontecimientos, y permite a estos revisar su actuación, explorar sus motivaciones, ponerse en el lugar del otro, a la vez que tomar consciencia de aspectos estructurales como conservas, prejuicios, y otros contrapesos ideológicos que actúan como ancla frente al cambio grupal e institucional.

Contexto de la Intervención

La intervención se realizó en una Mini-Residencia (MR), que es un recurso en el que conviven 30 usuarios, en su mayoría diagnosticados de esquizofrenia, a los que además de un servicio destinado a la recuperación de su situación

psicopatológica y vital, se les brinda un servicio asistencial que incluye: vestido, comida, higiene y un control de su tratamiento psiquiátrico, así como de su dinero si lo tuvieren.

Desde un modelo comunitario de atención, las MR ofrecen un marco residencial para dar respuesta a las necesidades de apoyo y soporte de las personas con discapacidad derivada de una enfermedad mental grave de curso crónico para estancias breves o estancias de un máximo de 6 meses. También dispone de un mínimo de plazas de larga estancia para usuarios que carecen de una Red Social de Apoyo efectiva, o de recursos económicos necesarios para mantener una vida autónoma en la comunidad. El equipo de atención está compuesto por un director, un psicólogo, un terapeuta ocupacional, un administrativo y doce educadores sociales que actúan en diferentes turnos cubriendo las 24hs, los 365 días del año.

La demanda de Intervención

La demanda de intervención surge directamente de los miembros de los equipo ante una situación de violencia que acontece en la MR, apoyados por la Directora del recurso, que es quien formaliza la solicitud. El acontecimiento en cuestión, produce un efecto devastador en los protagonistas, ya que desborda el esquema de trabajo, así como los protocolos de acción a disposición para este tipo de eventualidades, finalmente el equipo se rompe y actúa desordenadamente.

Vale aclarar que la demanda de la Empresa Gestora era simplemente

centrar la supervisión en la revisión de protocolos, lo que al entrar en contacto con el equipo estimé que era harto insuficiente, por lo incluimos la dramatización del proceso.

El encuentro con el equipo se produce al poco tiempo de ocurrida la situación que origina la demanda.

Descripción de la situación

A continuación exponemos el relato que el propio equipo hace de la situación:

“El usuario al que llamaremos FP vive en la MR desde hace unos 2 años. Tiene un largo historial de consumo y agresiones sobre todo en el contexto familiar, padece esquizofrenia paranoide con una sintomatología positiva persistente que consiste fundamentalmente en ideas de perjuicio, por ejemplo “me estropean ropa”, “me quitan cosas y luego aparecen no sé por qué”. El día del suceso, como en otras tantas ocasiones, expresa que le han desaparecido unos guantes y pide que la educadora L. le ayude a buscarlo en su habitación.

Cuando L. está en la habitación de FP, ésta está completamente desordenada y como muchas otras veces, L. le insiste en que si la ordenan juntos en ese momento es más fácil encontrar lo que está buscando. Él en el contexto de su sintomatología la increpa y le cierra la puerta de una patada y le dice que no saldrá de la habitación hasta que no encuentre los guantes. L. ante la situación tan tensa que está pasando le insiste que abra la puerta y le deje salir. Finalmente sale de la habitación pero FP la increpa y la insulta. Ante el los gritos de su compañera, T. acude para ver qué ocurre e interviene increpando a FP, ante la apariencia de haber terminado la situación, T. se retira bajando del piso de arriba por las escaleras, momento en



el que FP se lanza encima de T. y caen los dos al suelo, momento que aprovecha para darle una patada en la cara. Es recién en este momento que acude el resto del equipo, que casualmente estaba todo el turno al completo. Continúa con insultos y amenazas de muerte.

El equipo llama inmediatamente a urgencias y se pone en marcha todos los dispositivos de emergencia, mientras acude la policía se intenta tranquilizar a FP y se sale fuera para que fume con un profesional, y se tranquilice. Comprueban que T. está bien y se le pone en el despacho lo más alejado del usuario.

Llega la Directora al centro (fuera de su horario), en ese momento ya está la policía. Valoramos psicopatológicamente a FP e impresiona la sintomatología activa en forma delirante, le ofrecemos medicación de rescate que rechaza. El resto de profesionales tranquilizan a los usuarios.

Se aísla a FP, ya que presenta ideación referencial con profesionales y usuarios de la MR. Permanecemos con él la policía, personal sanitario, la Directora y una educadora que va rotando con otra profesional. Aislamos también a los usuarios con los que tiene una fuerte ideación hacia ellos, de echo evitamos incidente de agresividad hacia uno de ellos. No ocurre nada.

Llegan los servicios médicos, explicamos lo sucedido y ven por si mismos la sintomatología activa. También le ofrecen medicación de rescate y también la rechaza. Llega la ambulancia psiquiátrica y se va en ella sin mayores incidentes.

Reunimos a los usuarios para ver cómo están, tranquilizarles y explicarles lo sucedido. La Directora se asegura que están bien T. y L., al ser así les pido que se marchen a casa ya que había personal suficiente para atender el recurso”.

Caldeamiento

Se realiza una reunión con los profesionales que participaron en la situación, en un espacio privado cada uno cuenta su vivencia con una gran carga emocional actual, instalado un clima de intimidación entre supervisor y el equipo, se les propone dramatizar la escena a lo que responden con inquietud e interés.

Dramatización

En esta escena, participan dos educadores. Se reproduce junto con ellos la escena en el espacio real donde aconteció el suceso, y se va trabajando paso por paso, utilizando técnicas de psicodrama para ampliar información y lograr la integración en los participantes. Las técnicas más utilizadas fueron el doblaje, el espejo, el cambio de rol, el soliloquio y la multiplicación dramática.

Escena 1: L entra en la habitación y ayuda a buscar a FP el objeto que dice que le han robado, en un momento L se encuentra agachada de espaldas en un esquina y FP alterado a los gritos frente a ella. Se congela la escena, en soliloquio se destaca la vulnerabilidad en la que se encuentra L. “es un error haber entrado sola”, en FP aparecen “poder y desconcierto”, FP cierra la puerta de la habitación, se congela la escena y aparece sensaciones claras de “terror, pánico” en ambos. Es el momento crítico. Se representa la huida de L. de la habitación y posibles alternativas a esa huida.

Escena 2: en el pasillo, L. sale corriendo y se la encuentra T. en plena huida, T también acude sólo sin avisar a los

compañeros, también manifiesta que esto ha sido un error. Detrás de L sale FP con actitud amenazante. Se congela la escena.

Aquí aparece en la repetición, como latencia la contradependencia en el equipo, el “puedo solo/a”, cuando el protocolo de actuación de recurso deja claramente que en estas situaciones se actúe en conjunto. Aparecen frases minimizadoras del riesgo, y cierta habituación del equipo a escenas violentas sobre las cuales no se estaban poniendo límites, que delinear un cotidiano violento que es interpretado como “normal”. Acompañando esta falta de percepción del riesgo hay una sensación de soledad a la hora de intervenir y de desconexión entre los miembros del equipo, que funcionan más como individuos que como un todo orgánico.

En esta segunda escena se produce un enfrentamiento verbal entre T. y el usuario, L. abandona la escena dejando solo a T.. En soliloquio T. manifiesta “desamparo, enojo, ganas de atacar, a ver quién es más macho”. Desde el lugar de FP (mediante inversión de roles) T, se encuentra con las mismas emociones, dando cuenta de un desdibujamiento de los roles de cada uno (profesional/ usuario).

T. se encuentra que esta “interviniendo más como hombre defendiendo a una mujer”, que como un educador intentando contener un usuario con una descompensación psiquiátrica. El cambio de roles le permite ver con claridad el peligro en el que se encontraba, cosa que no pudo percibir

en la escena real. Aun así explorando otro tipo de respuestas mediante multiplicación dramática, no sale en el equipo, la búsqueda inmediata del soporte de los compañeros.

Esto da cuenta al análisis que el equipo a pesar de “tener buen rollo” entre ellos y disponer de un automatismo muy efectivo para situaciones cotidianas, no tiene una conexión operativa efectiva y espontánea para situaciones inesperadas.

Escena 3: T. decide dar la espalda a FP porque piensa que lo ha dominado, en soliloquio dice “tengo miedo pero no puedo huir” recurre a dicho de que ante una animal furioso no hay que salir corriendo y otros recursos informales. Desde FP ve claramente que el darse vuelta es una señal inequívoca que despierta una reacción de ataque. En soliloquio “no me siento escuchado, a nadie le importa lo que me pase, estoy más cabreado ahora”. Esta frase es tan válida en FP como en T. y L. que se encuentran sintiendo lo mismo desde el rol individual.

Eco grupal

Finalizada la dramatización, se realiza un eco grupal en el que los profesionales implicados transmiten los aspectos positivos y conflictivos de la experiencia. Manifiestan que les ha permitido una mejor comprensión de lo producido, identificar las acciones que se podrían haber realizado de otra manera, e ideas para que no vuelva a suceder una situación similar.



Procesamiento

Por cuestiones de falta de tiempo el Procesamiento se realiza por escrito, a continuación transcribo algunas viñetas que pueden servir para ilustrar el efecto de la experiencia en los participantes, nada mejor que la palabra de los protagonistas.

Director:

Conclusiones del encuentro respecto al caso de agresión:

- *Creo que se ha actuado de manera rápida respecto al hablar con los profesionales y analizar la situación en la que se produjo la agresión.*

- *Se analiza la situación sin que los profesionales nos sintamos juzgados. Nosotros mismos sacamos las conclusiones y mejoras a realizar.*

- *Veo muy positivamente el que se haya trabajado de manera separada ya que así las respuestas de los profesionales no serán condicionadas.*

- *Hay que tener en cuenta los perfiles con los que trabajamos pero sin estigmatizar, es decir, no tuvimos en cuenta el riesgo y bajamos la guardia.*

- *Hay que hacer un índice de protocolos, y un simulacro de os mismos.*

- *Gestionar las emociones de los profesionales!!! Ojo muy importante ante situaciones extremas”.*

Psicólogo

*“La situación que hemos vivido con FP me ha hecho reflexionar sobre la actuación nuestra y la intervención que hacemos con los usuarios. Me gusto que pudiéramos hacer una reunión contigo para poder hablar sobre el caso y analizarlo. En esta reunión apareció el término de **exceso de confianza** que tenemos sobre ellos y*

*me sentí muy identificada ya que soy el primero que lo tengo, ya que tendemos a generar la creencia de que no va a pasar nada y se “nos olvida” que en muchos casos esto no lo deberíamos de perder de vista. (...) También nos ha servido para una vez que ocurra algo así, como actuar después con el equipo y con las personas implicadas en la situación. Para favorecer la descarga emocional y que **salgan a la luz los miedos** de cada uno.*

Yo, como psicólogo del centro me propongo varias actuaciones a raíz de las reflexiones del caso”.

Terapeuta Ocupacional

*De la reunión que tuvimos contigo, me quedo con dos cosas a las que luego, estuve dando vueltas: por un lado, la **atribución de "normalidad" a algunas situaciones que, a veces no lo son** y por tanto nuestra falta de intervención frente a ellas (si se considerara necesario). (...) Me gustó que pudieras jugar la situación de nuevo con ellos, creo que es una herramienta muy valiosa y poderosa”.*

Educador 1 (Protagonista escena 1)

*“Lo primero de todo quería agradecerte tu atención, comprensión e incluso afecto hacía nosotros. No te puedes imaginar lo mucho que significa para mí (y para todos mis compañeros) **sentirse arropado en estos momentos**. Es horrible no poder parar tu mente y que ésta te empuje a imaginar situaciones en las que jamás te gustaría verte envuelto. Posiblemente esté exagerando o sea infinitamente vulnerable pero estoy segura que, si volviese a pasar, intentaré poner en práctica todos los consejos y protocolos acordados y, por supuesto, tendré muy presente la reunión que mantuvimos contigo. Digo "intentaré" porque no me atrevo a asegurarte que, si esto se repite, me convierta en la persona más serena de este mundo capaz de actuar con una exquisita profesionalidad, sería engañarte a ti y a mí misma.*

*“(...) En segundo lugar debemos reaccionar antes, no podemos desestimar ni **infravalorar ningún tipo de violencia** (verbal, gestual...). Cuando esto suceda debemos informar de inmediato al equipo y, siempre, intervenir acompañados. Por último me gustaría señalar la importancia de **mantener la calma**. Con tranquilidad se puede resolver la situación con más probabilidades de éxito y, haciendo referencia al punto anterior, **en equipo y unidos esta calma es más alcanzable**”.*

Educador 2 (Protagonista escena 2 y 3)

*“Sin lugar a dudas hay cosas que hemos hecho mal, primero en referencia a las constantes demandas de FP en cuanto pérdidas de cosas. Creo que no lo hemos enfocado correctamente, **ante las constantes demandas tuyas de pérdidas cosas, subíamos a su habitación y se la encontrábamos. Medida eficaz a corto plazo, pero no a medio ni largo plazo. Otra cosa que tolerábamos de él, era su violencia verbal, no podemos llegar a eso, hay que atajarlo antes y trabajarlo con él eso. Un vez que se desarrolló el suceso, no hemos subido juntos a su habitación, lo hicimos de uno en uno, cosa que no podemos repetir. Tenemos que actuar en equipo, juntos, más aun cuando hay una persona más nerviosa de lo normal, como era este caso. (...) no hay tiempo de pararse a pensar en protocolos y maneras de actuación, pero si hay cosas que tenemos que intentar no repetir antes y durante el conflicto**”.*

Discusión

Cuando abordo la supervisión de equipos centro el foco de la intervención en tres áreas de conflicto a resolver: conflictos a nivel de la Tarea, a nivel de los Procesos y a nivel de la Relación (F. Gil. y M.

Antino, 2013). , que considero el nivel fundamental ya que es el primero que se resiente cuando hay falta de claridad en la Tarea o definición de roles y procesos, y el que se antoja más difícil de resolver por la virulencia con que se manifiesta y las resistencias que produce.

La bibliografía actual plantea que el conflicto a nivel de la tarea describe cuánto desacuerdo se produce con respecto a cuál es la tarea, los aspectos más importantes de ésta y los diferentes puntos de vista entre los aspectos. Ha sido comúnmente considerado que el conflicto interfiere con el rendimiento de equipos y reduce la satisfacción debido a que produce tensión, antagonismo y distrae a los miembros de realizar la tarea. La evidencia empírica apoya esta relación negativa entre el conflicto y la productividad de equipos y la satisfacción (Gladstein, 1984; Saavedra, Earley y Van Dyne, 1993; Wall y Nolan, 1986).

El conflicto a nivel de los procesos se refiere a los desacuerdos existentes sobre cómo llevar a cabo una determinada tarea; es decir, no existe una unanimidad respecto a los medios y pasos que se han de llevar a cabo para afrontar una tarea. Se han encontrado efectos negativos de esta variable sobre los resultados grupales debido a la asociación con la delegación de tareas y la asignación de roles en el trabajo, este conflicto generalmente lleva connotaciones personales en términos de capacidades implícitas o respeto dentro del equipo (Jehn y Bendersky, 2003). Por ejemplo, cuando se presenta un conflicto de proceso sobre la delegación de tareas, los miembros que



se encuentren en desacuerdo con su asignación pueden sentir que la tarea desvaloriza sus capacidades y que la asignación de ésta es un insulto. En este caso, el conflicto puede ser percibido como altamente personal (Greer y Jehn, 2007) y tener efectos negativos de alta duración en el funcionamiento del equipo (Greer, Jehn y Mannix, 2008).

El conflicto a nivel de la relación refiere a las discusiones y confrontaciones que se producen por temas no relacionados con el trabajo, como asuntos sociales, políticos o personales. Por ello, el conflicto de relación es el más disfuncional de los tres tipos de conflicto, al no estar centrado en aspectos cuya resolución beneficiará la consecución de la tarea, pero que sin embargo, pueden llevar a fracturas y al mal ambiente de trabajo entre los miembros del equipo. Según Wit, Jehn y Greer (2012) los desacuerdos entre problemas personales incrementan la ansiedad en los miembros del equipo y generalmente se presentan como una amenaza al ego debido a que estas problemáticas se asocian fuertemente con el auto-concepto (Dijkstra, Van Dierendonck y Evers, 2005).

La experiencia confirma que incluso pudiéndose detectar conflicto en torno a los procesos, en este caso, un protocolo efectivo para abordar situaciones de violencia por parte de los usuarios, es el trabajo sobre la estructura vincular del equipo la que produce mayores efectos, incluso aquellos ligados a la reformulación de los procesos.

Por esto, es lícito pensar que el psicodrama permite crear un modo de inserción en la situación que vive el equipo de modo transversal,

aportando información sobre los tres niveles. Parece oportuno en un primer momento, apoyarse en la efectividad del psicodrama para caldear al grupo y crear una relación positiva y de confianza con el supervisor, evitando las resistencias, y facilitar un entorno de trabajo más abierto, seguro y espontáneo (y por lo tanto más saludable), para en un segundo momento abordar las cuestiones producidas en el Procesamiento una a una.

En este caso concreto, vemos que durante la dramatización, se observa que el equipo reacciona a la violencia individualmente, minimizando y "normalizando" (las manifestaciones violentas del usuario el día del suceso y las últimas semanas). Para ello, los educadores acuden a un personaje, un falso self (que aporta seguridad y valentía) que un legitimado por la estructura grupal. Esto les permite actuar "como si" la violencia no se estuviera produciendo, desconfirmando, a su vez, las manifestaciones del paciente, que es el emergente de esta pauta de descalificación. El profesional de esta forma, da cuenta de su situación demasiado tarde, con el plus de emoción que esto conlleva, llegando prácticamente al pánico. Es importante, como se destaca en el relato del equipo a posteriori de la experiencia que hayan contactado con esta forma de funcionamiento, con el fin de integrarla y modificarla.

Esta pauta, finalmente lleva al profesional, como se observa en la escena, a intervenir de forma solitaria, con un estado emocional inadecuado (lo contrario que espontáneo), y sin el apoyo del equipo, que en una situación como esta hubiera posiblemente tenido

un efecto disuasorio, lo cual, hubiera evitado o menguado las consecuencias del triste desenlace.

D. Bustos escribe en torno a esto

"Ignoramos la violencia de nuestro código cotidiano quedando lo agresivo oculto, pero perceptible en sus efectos. Como la contaminación ambiental, no se la puede obviar, penetra, intoxica. Crea un clima tenso que es un facilitador para las violencias mayores, como las que ocurren diariamente (...) en las grandes ciudades"(D. Bustos, 1997).

Pienso que psicodrama tiene todavía mucho espacio por ocupar en el campo de la supervisión de equipo, si no fuera que un extraño estigma parece

acompañar su implantación en espacios concretos, como por ejemplo, en este mismo de la Rehabilitación Psicosocial.

Como ya decía Moreno hace un siglo, la acción es un desafío, y lo sigue siendo. Es por esta razón que en la aplicación de técnicas psicodramáticas nos vemos avocados a enmascarar, a veces, referencias y conceptos, para evitar de esta forma la oposición institucional y personal de los equipos y las empresas con las que trabajamos.

Espero que el tiempo y la práctica, logren superar estos obstáculos y liberen el camino al desarrollo de la supervisión psicodramática de equipos y empresas.



BIBLIOGRAFÍA

- Bustos, D. (1997).** *Actualizaciones en Psicodrama*. Ed. Momento: Buenos Aires.
- Chévez, A. (2015).** *La efectividad de los equipos socio-sanitarios*. Tesis de Fin del Master de Psicología Social. Universidad Complutense de Madrid. Pendiente de publicación.
- Dijkstra, M. T. M., Van Dierendonck, D., y Evers, A. (2005).** Responding to conflict at work and individual well-being: The mediating role of flight behaviour and feelings of helplessness. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 14, 119-135.
- Gil, F. y Antino, M. (2013).** Nuevas formas y desarrollos del trabajo en equipo. En B. Moreno-Jiménez y E. Garrosa (Eds.) *Salud Laboral. Riesgos laborales psicosociales y bienestar laboral*. Madrid: Pirámide.
- Gladstein, D. L. (1984).** A model of task group effectiveness. *Administrative Science Quarterly*, 29, 499-517.
- Greer, L. L., Jehn, K. A., y Mannix, E. A. (2008).** Conflict transformation: An exploration of the inter-relationships between task, relationship, and process conflict. *Small Group Research*, 39, 278-302.
- Greer, L. L., y Jehn, K. A. (2007).** The pivotal role of emotion in intragroup process conflict: An examination of the nature, causes, and effects of process conflict. *Research on Managing Groups and Teams*, 10, 23-45.
- Jehn, K. A., y Bendersky, C. (2003).** Intragroup conflict in organizations: A contingency perspective. *Research in Organizational Behavior*, 25, 189-244.
- Moreno J.L. (1977).** *El teatro de la espontaneidad*. Editorial Vancu: Buenos Aires.
- Moreno J.L. (1993).** *Psicodrama*. Lumen: Buenos Aires.
- Población P. (1996).** Supervisión activa total. Teoría y Práctica. Revista Redes. En *Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, Vol. I (2), Segundo semestre. Barcelona: Ed. Paidós.
- Población P. (1997).** *Teoría del Juego en Psicoterapia*. Fundamentos: Madrid.
- Wall, V., y Nolan, L. (1986).** Perceptions of inequity, satisfaction, and conflict in task-oriented groups. *Human Relations*, 39, 1033-1052.
- Wit, F. R. C., Jehn, K. A., y Greer, L. L. (2012).** The Paradox of Intragroup Conflict: A Meta-Analysis. *Journal of Applied Psychology*, 97(2), 360-390.

Obra gráfica, Poemas y Cuentos

Cuento: El nacimiento de un hada



por Elena Cordero

Psicóloga especialista en psicología clínica. Formación en psicodrama en el ITGP. Curso de experto en medicina psicosomática y psicología de la salud

¿De dónde salen las hadas? Nadie sabe cómo aparecen, es un misterio. De repente, ¡ahí están! Lo curioso es que, cuando aparecen, no saben que son hadas. Caminan por la tierra y de repente se dan cuenta de que dejan de pisarla porque tienen alas y están volando. Se encuentran con una flor hermosa y, fascinadas, se acercan a tocarla descubriendo que ayudan a que crezca con su magia. Pero hay un problema, mientras el hada descubre que es un hada, es vulnerable. Los magos y hechiceros siempre están al acecho para cazar hadas. Les fascina su poder, tienen envidia de su magia, así que las capturan para poder utilizarlas en sus conjuros. Cuando un hechicero captura un hada no quiere perderla. Para que no se pueda ir le echa un conjuro: si sale de la casa del brujo, perderá las alas y será condenada a vagar sin memoria por el fondo del mar.

Hubo una vez un hada que tuvo la mala suerte de aparecer en el jardín de un mago. Estaba empezando a disfrutar de la brisa en la cara en su primer vuelo

cuando ¡zas! fue atrapada. No sabía qué pasaba, si apenas había comenzado a volar... y ya era prisionera. El mago lanzó su terrible maleficio sobre el hada y esta quedó atrapada en su casa. El hada intentaba volar dentro de la casa, pero no tenía esa maravillosa sensación que tuvo cuando voló en libertad: el viento, el olor de las flores, el sol... También aprendía acerca de su magia a través del mago, pero se sentía triste. Los hechiceros sólo hacen conjuros para beneficio propio y el hada no sabía qué era, pero en lo profundo de su corazón echaba de menos algo. En su alma sabía que podía hacer grandes cosas, que podía crear. Pasó el tiempo y el hada se debatía, ¿qué hago? Si me voy perderé mis alas, mi magia, quedarse no es tan malo. Al fin y al cabo puedo hacer magia y volar, aunque sea aquí.

Pasaron los meses. El hada no se daba cuenta pero cada vez volaba menos y sentía más nostalgia. Hasta que un día apenas levantó el vuelo, se cayó. Se levantó, miró hacia atrás y apenas podía verse las alas. Sus hermosas alas

estaban marchitas. Se dio cuenta de la trampa en la que había caído: estando encerrada también las perdería, así que decidió por lo menos ser libre. Con las fuerzas que le quedaban cogió carrerilla y salió volando por la ventana. Que ilusión, por unos momentos sintió el sol, la brisa... pero ¡qué poco duró!

¿Dónde estoy? ¿Qué hago aquí? ¡Qué oscuro está todo!

El hada no sabía dónde se encontraba. La presión del agua le oprimía el pecho, veía seres que le parecían muy extraños, sabía que no estaba en su lugar. Todo era oscuro, gris, raro. Se movía pero no sabía hacia dónde ir. No estaba en su lugar. Lo sentía. Seguía moviéndose, dando vueltas, sin ninguna dirección, buscando algo que ni sabía qué era... así pasó un largo rato hasta que se le acabaron las fuerzas. Se tumbó para descansar y se echó a llorar, pero ¿qué hago yo aquí? Pensó mirando hacia arriba. Entonces vio la claridad que provenía de la superficie del mar y supo que era allí donde debía ir. Comenzó a nadar con muchas fuerzas pero se cansaba, la distancia era muy larga. Cuando se paraba a descansar

luego tenía que volver a recuperar camino porque la corriente la arrastraba. En el camino se encontraba con animales y seres que habitan el mar. Algunos le ayudaban, otros le entretenían. Pero el verdadero problema era que cuanto más nadaba más se acostumbraba al fondo del mar: el agua ya no parecía presionar tanto, no parecía tan oscuro y hasta le salió cola de sirena. Había veces que ni se acordaba de por qué nadaba hacia arriba, con lo cómoda que se está dejándose llevar por la corriente. Un día que se estaba dejando llevar se chocó con alguien. Se giró para ver con quién y sus ojos se cruzaron. En aquellos ojos vio reflejado su deseo de volar. Sin hablar se dieron la mano y se impulsaron hacia arriba. Cada vez más y más rápido hasta que alcanzaron la superficie con tanta fuerza que salieron disparadas. Volvieron a sentir la brisa, el sol, el olor de las plantas. Con estas sensaciones vinieron sus recuerdos, su fuerza, su magia y... sus alas, sus hermosas alas.

Siguieron volando, haciendo piruetas en el aire, disfrutando de su libertad. Desde entonces sólo utilizó su magia para crear y crecer.

