

EXPLORANDO LOS "NUEVOS RUMBOS EN PSICOTERAPIA PSICODRAMÁTICA"

DE DALMIRO BUSTOS

Javier Parra Montañés

Resumen

Sin dejar de estar en la más presente actualidad, Dalmiro escribe sus Nuevos rumbos en Psicoterapia Psicodramática en 1985. En el presente trabajo voy a tratar, desde lo personal, acercarme a sus palabras y re-construir lo que Dalmiro dice a lo largo de estas páginas, centrándome principalmente en los aspectos teóricos y técnicos.

Palabras clave: *Psicodrama, Psicoterapia Psicodramática, Psicodrama de grupo, Enseñanza del psicodrama*

Abstract

Without ceasing to be present, Dalmiro writes about the New directions in Psychodramatic Psychotherapy in 1985. In this article I will try to make a personal approach and re-construct what Dalmiro says throughout these pages, focusing mainly on theoretical and technical aspects.

Key words: *Psychodrama, Psychodramatic Psychotherapy, Group Psychodrama, Teaching Psychodrama*

Dalmiro escribe sobre los nuevos rumbos en Psicodrama en 1985, durante un momento vital en el que rememora a aquellos que le acompañaron durante mucho tiempo en su trabajo diario. Algunos, nos cuenta, se quedaron en el camino, y otros se fueron separando, buscando nuevas definiciones, nuevas maneras de hacer psicoterapia, y acabando por generar proyectos y estilos propios. Y nos cuenta que vio cómo la matriz que construyó este grupo fue lo suficientemente plástica como para permitir todo este crecimiento sin aprisionar a nadie, y por ello les agradece y les dedica este libro.

En el primer capítulo, Psicodrama y la teoría de las relaciones interpersonales, vemos que la filosofía que respalda el método psicodramático nos lleva a compartir la experiencia en primer lugar, para a continuación poder extraer conclusiones de ella, y así Dalmiro comienza este libro trayendo la secuencia de una sesión de grupo.

En la sesión, el grupo elige a su protagonista y el director señala la presencia de una reproducción de la matriz de identidad de una mujer: ella se siente ausente en su vida, y en el grupo se vuelve a dar esta circunstancia, siendo sus mutualidades en el test sociométrico de carácter neutro. Ante el peligro de que se re-construya el conflicto, el grupo cambia de protagonista y ella se coloca en el centro, pudiendo entonces posibilitar un cambio en su signo vital que podrá hacer efectivo ella de ahora en adelante. Tras la escena, aquel que iba a haber sido protagonista revela el entrelazamiento de su historia con la que ella ha podido contar, contribuyendo así ambos al devenir grupal.

Tras la descripción de la escena, Dalmiro cita la base teórica de la técnica utilizada, recordando cómo Moreno desarrolla el psicodrama y planteando sus tres aspectos principales: filosofía, teoría y técnica.

En cuanto a lo **filosófico**, partiendo de Buber y Bergson, Moreno se centra en el momento, escapando de la rigidez que emana de los conceptos de pasado, presente y futuro.

Surge entonces el hombre espontáneo capaz de crear sus momentos vitales de forma única. Dalmiro establece que cada cosa tiene su matriz (la composición de su estructura primaria), ésta tiene su locus (el lugar en el que se asienta), y todo tiene su proceso de desarrollo, y plantea que desde esta concepción ha de elegir el terapeuta el punto de vista desde el que se abordará el conflicto, siempre partiendo de una comunicación yo-tú, de tal manera que se posibilite la posición básica del Psicodrama: el encuentro, alejándonos de la observación objetivizante que congela a nuestro paciente y sus conflictos.

El cuerpo **teórico** básico del psicodrama se denomina sociometría, definida como la ciencia de las relaciones interpersonales. Las personas se vinculan a través de tres signos: positivo, negativo y neutro, y no va a haber un Yo sin un Tú, produciéndose una modificación y relativización del Yo a través del vínculo. Este vínculo se estructura de forma dinámica en el Factor Tele, que designa todas las transacciones que ocurren entre las personas, apareciendo una rama que asegura el encuentro y que implica una correcta percepción recíproca (Tele) y otra en la que surge una distorsión en la percepción (Transferencia). A través de la Transferencia se guía el proceso terapéutico, señalando aquellas fijaciones de roles en figuras internas que dificultan el camino hacia la posición de encuentro, de tal modo que los roles puedan desligarse de sus roles complementarios primarios y obtener una pluralidad en sus complementariedades: la diversidad de criterio que permite la salud en la persona.

La **técnica** de Moreno abarca tres partes diferenciadas: el Sociodrama, el Psicodrama y el Test sociométrico. Dalmiro describe el Sociodrama como "el método de acción que está al servicio de la elaboración de los vínculos reales y concretos entre personas, destinado al trabajo con grupos cuya temática responde a inquietudes sociales o comunitarias", difiriendo en dinámica pero no en técnica con el Psicodrama. El Test Sociométrico mide los vínculos, caracterizando su dinámica y permitiendo visualizar la estructura vincular de un grupo. Dalmiro describe técnicamente el Test sociométrico en su libro editado por Ed. Vancu. Finalmente, el Psicodrama, conocido por todos nosotros, plantea tres tiempos en su dramatización: caldeamiento, dramatización (incluyendo las técnicas ya clásicas de cambio de roles, soliloquio, espejo, concretización, doble, maximización e interpolación de resistencias) y el compartir, que finaliza la estructura dramática.

A continuación, Dalmiro nos trae el concepto de Encuentro en Psicoterapia Psicodramática. Ya Moreno parte de Kierkegaard y Bergson para llegar a su idea de Encuentro, y aparte de su obra, encontramos esta noción en Perls, Rogers y Buber. Perls propone junto al aquí-ahora una constante confrontación entre el terapeuta y el paciente, Rogers plantea que un ataque a las defensas de una persona supone un juicio sobre la misma, y en Buber nos encontramos con su frase sobre el Encuentro: "En el comienzo es la relación". Finalmente, aparece en Moreno la idea en su primer libro, Las palabras del padre, y posteriormente nos cuenta en "Psicodrama": "Encuentro significa [...] que dos o más personas se encuentran [...] para vivir y experimentarse mutuamente"

Dalmiro propone la importancia del Encuentro desde el planteamiento de que las intervenciones en tercera persona producen un efecto desintegrador en el proceso terapéutico. ¿Cómo llegar al Encuentro en la relación terapeuta-paciente? Para él, el viaje sin retorno desde el Yo-Él hacia el Yo-Tú sucede a en primer lugar a través de la fascinación que le produjo Zerka Moreno, quien le ayudó a acercarse al protagonista y poder interactuar con él. A continuación, Dalmiro se pregunta cuándo compartir con el paciente y cuándo callar ante el riesgo de instalar procesos transferenciales desde el rol de director. Aparte, nos plantea lo asimétrico de la relación terapeuta-paciente (búsqueda de un servicio, honorarios y diferentes normas), que hace necesaria la adecuación para acercarse a la Espontaneidad sin caer en la impulsividad: la asimetría entraña una responsabilidad proporcional al rol, sentando con reglas claras la accesibilidad a la posición de Encuentro. Es importante la distinción en el binomio tele-transferencia el hecho de no confundir los aspectos gratificantes de la transferencia con tele, así como la agresión intrínseca en mensajes tólicos que puedan ser interpretados defensivamente como transferenciales por un terapeuta que se defiende. La cualidad tólica del

vínculo estará indicada por la coherencia del discurso verbal y sus contenidos emocionales y gestuales. Finalmente, Dalmiro propone los límites del Encuentro en lo sexual, entendiendo como una relación que pueda surgir entre integrantes de un grupo, y que habrá de ser revisada en caso de que suponga una perturbación para cualquier proceso terapéutico.

Un importante y novedoso rumbo del Psicodrama es lo relativo a la Psicoterapia Psicodramática bipersonal. "El Psicoanálisis se formula desde lo bipersonal así como el Psicodrama es creado en el contexto grupal", dice Dalmiro, y plantea que no son métodos divergentes, defendiendo que mientras que el grupo renuncia a ofrecer un contexto dedicado a las necesidades de una sola persona, el objetivo básico en psicoterapia es lograr la integración de un individuo en sus niveles afectivos, corporales, intelectuales y vinculares, y en el espacio bipersonal se conseguirá un sistema de autoconocimiento más fino. En la conexión con el mundo interno que podemos lograr en Psicoterapia Psicodramática bipersonal, Dalmiro nos relata la aparición de tres iniciadores diferentes: corporal, emocional e ideativo. En lo corporal, buscaremos los núcleos tensionales y a través de la maximización, conectaremos esta tensión con los otros dos niveles. En el nivel emocional, procuraremos evitar las falsas catarsis efectuando una contención que permita investigar el contenido, estimulando la descarga con el objetivo de alcanzar un tono compatible con la elaboración. Y en cuanto al iniciador ideativo, veremos cómo una fantasía o recuerdo puede ser el punto inicial de un trabajo dramático.

Dalmiro reserva un espacio para la Psicoterapia Psicodramática de parejas, pero dado que en la introducción de "Peligro, amor a la vista" (libro que escribió posteriormente sobre psicoterapia de parejas desde un planteamiento psicodramático), nos cuenta él mismo sobre el presente capítulo que aquí se "ensayaba un esquema de trabajo con psicodrama y un rudimentario núcleo de teoría partiendo del esquema de roles", con lo que para posibilitar una mejor exposición de su postura teórica referiremos al lector a este libro para una mejor comprensión de la propuesta de Dalmiro sobre el psicodrama con parejas.

En el capítulo de La enseñanza del Psicodrama, Dalmiro nos cuenta cómo aprendió, cómo enseña, cuál es el programa de estudios y cuál el método de puntaje. Comienza planteando su bondad como alumno por no molestar y repetir aquello que se le recitaba, mientras se rebelaba contra lo arcaico de su formación con su pasión por la lectura, aprendiendo las diferencias entre estudiar y ser torturado con aburrimiento y pasividad. Al no encontrar diferencias notables en sus primeros seminarios sobre psicoterapia, decidió acercarse al psicodrama, obteniendo al menos una certeza: aquél sí que era el camino. Así, se dirigió al Instituto Beacon para aprender de Jacob y Zerka Moreno, entendiendo por fin la felicidad que produce conocer las cosas *desde dentro*.

A la hora de enseñar, Dalmiro propuso 'grupos autodirigidos', integrando vivencia y aprendizaje, en los que terminada la acción psicodramática se pasaba a revisar teórica y técnicamente lo ocurrido en el grupo. Se encontró entonces con cuestionamientos ante el encuadre y el contrato, manteniendo su propuesta a pesar de los movimientos grupales con los que se encontró. Dalmiro enseña psicodrama con psicodrama, y se aprende haciendo de protagonista, de yo auxiliar, de miembro del grupo y dirigiendo. Dalmiro señala también la importancia de los juegos dramáticos en una primera etapa del grupo, como manera de contener y canalizar el 'hambre de acción' que dificulte la aparición de un trabajo grupal más profundo.

Los alumnos tendrán a su disposición una bibliografía recomendada, y habrán de cumplir tres decenas de objetivos: diez direcciones de grupo, diez trabajos como yo auxiliar y otros diez como protagonista. Según dice Dalmiro, este es el camino que ha encontrado hasta el momento, y el que mejor le ha funcionado.

Un hecho fundamental en la historia de Argentina y en la vida de Dalmiro es la guerra de Las Malvinas. En este libro nos cuenta la función social del grupo, más allá de los propósitos psicoterapéuticos, o cómo realizar toda una intervención sociocomunitaria durante una guerra que afecta de forma tan directa a una comunidad. Dalmiro sufre de forma directa las

consecuencias de la toma de las Islas Malvinas en 1982 cuando su hijo es enviado a la guerra, y plantea una reunión de padres de soldados a través de un diario local. Con esto, crearon un gran grupo (variando entre cien y quinientos integrantes) que se reunía entre una y siete veces por semana, de forma abierta y espontánea. Se crearon diferentes áreas de trabajo: comunicación militar, con el objetivo de obtener noticias claras; un programa de radio, a fin de establecer un puente afectivo con los soldados desplegados; área de correos, para mejorar la distribución de las cartas; asesoramiento médico y psicológico, necesario en toda crisis; área de prensa, para elaborar comunicados; y área de comunicaciones, para la logística relativa a rastrear nombres y familias.

La idea del grupo fue poder "hacer algo", no quedarse de brazos cruzados ante el horror de la guerra, de tal modo que prestando organización y acompañamiento, el grupo cumplió sobradamente con su función. Para dar un paso más, buscando aplicar el Psicodrama, hubo que tener en cuenta que el director del grupo iba a ser parte integrante del conflicto, que éste no podría ser resuelto en el grupo, y el tamaño y heterogeneidad del grupo, con una gran diversidad. Así, la salida fue utilizar un método más directivo, utilizando metáforas como alternativa a la dramatización, de tal manera que pudieron abordarse temas como el miedo, las somatizaciones, la culpa, las fantasías de muerte y los cambios en las estructuras familiares. El grupo pudo continuar incluso finalizada la guerra, prestando servicio a la comunidad de manera muy amplia y contenedora.

Dalmiro finaliza sus 'Nuevos rumbos en Psicoterapia Psicodramática' reflexionando sobre la condición humana del psicoterapeuta. Un aspecto muy particular de Dalmiro Bustos es su manera de implicarse en aquello que hace, tomando la postura de "quitarse la máscara" con el fin de poder estar en el momento, en el aquí y ahora, en el Encuentro, en el movimiento social, en la sesión de psicoterapia o el seminario de formación. Con la valentía y la fuerza generadas por su honestidad y presencia, Dalmiro consigue acercarse a aquello que hace buscando y consiguiendo llegar a ser parte indisoluble, no implicándose desde la objetividad del tercero o desde la superioridad del que efectúa un juicio, clínico o no, del fenómeno que observa. De este modo, desaparece la frontera entre la atención a un paciente, una supervisión clínica, una sesión de grupo y la pertenencia a un movimiento social o comunitario. Controlar y contener el propio narcisismo, la impulsividad, la desesperanza, el deseo de llegar más allá o abarcar más de lo posible y buscar nuevas maneras de seguir adelante ante las dificultades, se convierten en tareas que supera con la naturalidad de aquél que no tiene miedo a reconocer sus fallos, sus inquietudes, sus dudas y que posee la seguridad de que ante las múltiples alternativas a la hora de seguir un camino, el propio es el mejor que se ha encontrado. Y siempre, como él dice, por el momento. Gracias, Dalmiro, por tanto.

Referencias

- Buber, M. (1969) *Yo y tú*. Buenos Aires, Ediciones Nueva Visión.
Buber, M. (2005) *Sanación y encuentro*. Madrid, Fundación Emmanuel Mounier.
Bustos, D.M. (1992) *Peligro... amor a la vista*. Buenos Aires, Lugar Editorial.
Herranz, T. (1999) *Psicoterapia Psicodramática Individual*. Bilbao, Desclée de Brouwer.