

ESQUEMA DINÁMICO TEÓRICO-METODOLÓGICO DE LOS MÓDULOS VIVENCIALES EN LA MAESTRÍA DE PSICODRAMA Y PROCESOS GRUPALES DE CUBA

Celia García Dávila

Profesora de la Maestría de Psicodrama y procesos grupales

Resumen

El presente trabajo aborda una experiencia pedagógica con un grupo de formación psicodramática en el período 2014-2015. Se contextualiza en los módulos vivenciales que forman parte del currículo de la Maestría en Psicodrama y procesos grupales, la cual pertenece a la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana.

El aporte de este trabajo está en la respuesta a la necesidad de los maestrantes de contar con espacios de debate donde se puedan develar la forma en que sus profesores coordinan. Se convirtió, entonces, en una demanda explícita describir los pasos seguidos durante módulos vivenciales por parte de la coordinación. Construyéndose entonces el Esquema dinámico teórico-metodológico de los módulos vivenciales en la Maestría de Psicodrama y procesos grupales.

Palabras claves: Psicodrama, Metodología de formación psicodramática, Esquema dinámico teórico-metodológico, Estrategías de la coordinación.

Abstract

The present work addresses a pedagogical experience with a group of psychodramatic training in the period 2014-2015. It is contextualized in the experiential modules that are part of the curriculum of the Master in Psychodrama and group processes, which belongs to the Faculty of Psychology of the University of Havana.

The contribution of this work is in the response to the need of the teachers to have spaces for debate where they can unveil the way their teachers coordinate. It became, then, in an explicit demand to describe the steps followed during experiential modules by the coordination. Building then the dynamic theoretical-methodological scheme of the experiential modules in the Psychodrama Master and group processes.

Keywords: *Psychodrama, Methodology of psychodramatic training, Theoretical-methodological dynamic scheme, Coordination strategies.*

Caldeando para entrar a la temática

Esta monografía emerge por las demandas del grupo de la Maestría de Psicodrama y Procesos Grupales (MPPG)¹² de realizar el análisis metodológico de la coordinación al cierre de las sesiones del módulo vivencial.¹³

Los objetivos didácticos de este espacio no comprenden esta fase, pues se centran en que los maestrantes tengan la posibilidad de vivenciar el psicodrama desde la propia subjetividad.

¹² Perteneciente al Centro de Orientación y Atención Psicológica "Alfonso Bernal del Riesgo" (COAP) (de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana)

¹³ Espacio para vivenciar el psicodrama en el grupo de formación. Módulo que tiene como duración un mes y que se repite en tres ocasiones durante el período de duración la maestría.

Las motivaciones de algunos participantes iban dirigidas a debatir sobre las técnicas y los procedimientos aplicados por la coordinación. Aquí se hará alusión a los pasos seguidos, teniendo en cuenta, los conocimientos¹⁴ a niveles vivenciales y teóricos construidos en la primera edición de la MPPG y a la sistematización de las prácticas continuadas de psicodrama¹⁵ y teatro espontáneo terapéutico.¹⁶ Ambas líneas de trabajo con principios similares para la concepción del psicodrama que se realizó.

Por lo que se abordarán a continuación diferentes temáticas por acápite:

- Psicodrama desde la práctica de hoy.
- Metodología del psicodrama.
- Esquema dinámico teórico-metodológico de los módulos vivenciales en la maestría de psicodrama y procesos grupales.
- Reflexiones finales: Características particulares del psicodrama en grupos de formación. La coordinación compartida con el grupo.
- Conclusiones.

Psicodrama desde la práctica de hoy

El psicodrama es fundado por Jacob Levy Moreno (1889-1974) hombre multicultural (judío de origen, rumano de nacimiento, vienés de crianza y afincado en Estados Unidos) creador y transformador de su contexto. Se inspiró en la filosofía, la religión, la sociología, el teatro y la psicología y resultó del proceso un instrumento de cambio en donde la entrada del cuerpo es vital. (García, 2010 a)

Son muchas las tendencias en la actualidad, así como las denominaciones teóricas, metodológicas y técnicas en los diferentes continentes en que se ha desarrollado. Muchos los espacios dentro del entramado social, en las clínicas particulares, al servicio del bien social, entregado a la transformación. Contiene entre sus valores humanos el estar ligado a los procesos que acontecen en los grupos menos favorecidos. Desde sus orígenes se evidencia una cercanía a las poblaciones más necesitadas lo cual propició alivios espirituales y toma de consciencia de las situaciones vividas.

En América Latina y Cuba, pioneros del psicodrama son: Armando Bauleo, Alicia Minujin, Mirtha Cuco, y Úrsula Hauser. Las tres últimas mujeres con un impacto importante en Cuba, sobre todo Úrsula Hauser quien por más de diez años ha trabajado en el país realizando formación en psicodrama psicoanalítico, y ha consolidado la maestría ya mencionada con anterioridad (García, 2011 c).

En cada puerta que se abre se viste el psicodrama de la cultura, de la gente, de los valores y toma los colores de quienes lo vamos haciendo nuestro. Son los principios éticos-estéticos de cada coordinación con psicodrama, pero también de las personas que se acercan a dicha metodología, de lo cual hablaremos en el acápite referido a la coordinación.

¹⁴ Construidos desde el programa de la Maestría en Psicodrama y procesos grupales.

¹⁵ Sobre la manera en que se ha coordinado se han escrito los siguientes trabajos: *Recursos pedagógicos construidos por entrenadores/as deportivos/as para trabajar la violencia escolar a través del psicodrama pedagógico*. Informe de tesis para la obtención del título de Máster en Psicodrama y procesos grupales, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, La Habana, Cuba. 2010. *El psicodrama pedagógico en el ámbito del proyecto: Deporte en el barrio: el reto de vivir mejor del barrio La Timba*. DVD del Tercer Taller Internacional de Juventud. CIPS. 2010. *Psicodrama: dispositivo para el apoyo psicológico en tiempo de desastre natural*. CD Caudales del CIPS. 2011. *Recursos pedagógicos construidos por entrenadores/as deportivos/as para trabajar la violencia escolar a través del psicodrama pedagógico*. CD Caudales del CIPS. 2011 y asesorados dos trabajos de diploma: *Psicodrama y estilos de afrontamientos en pacientes alcohólicos*. Sede Universitaria de Salud. Playa. 2011. *Psicodrama en la construcción del rol de instructores educativos en el contexto universitario*. Facultad de Psicología de Villa Clara, 2012.

¹⁶ Ver en www.haciendoalmas.cult.cu etiqueta: Teatro Espontáneo Terapéutico.

El psicodrama se caracteriza por su complejidad ya que permite el florecimiento del inconsciente, pues la entrada de todo el cuerpo, hace a la persona verse en total integralidad (García, 2010 b). Además utiliza recursos creativos que se acompañan de objetos proyectivos (los ejercicios con máscaras, cojines, la relajación corporal, las esculturas y las dramatizaciones). Todo ello beneficia la resignificación de los símbolos en los grupos y favorece la exposición de las vivencias para la toma de consciencia del “el aquí y el ahora”.

La coordinación acompaña, pues el grupo es protagonista de su propia transformación a través de la representación de historias personales. Así se van entrelazando como en los sueños las inconformidades, las tristezas, los conflictos: nuestros sentimientos negativos y ambivalentes y también: la esperanza, la alegría, la sorpresa y la fe en que las cosas pueden ocurrir diferentes, por tanto reconstruirse. Con certeza, se llega a una reflexión más dinámica y a una mirada hacia lo interno-externo diferente.

La mirada que debe ser de forma espontánea y creativa, pero sobre todo crítica para que el encuentro sea verdaderamente mágico con los que nos rodean (el grupo, la familia, las instituciones, los medios, etc.) y se pueda reconstruir sentidos, matices de nuestra historia y se desarrolle la habilidad de ser empáticos.

En sí mismo un proceso que permite la expresión de la subjetividad propia y colectiva en escenas concretas; pasajes del pasado, presente o futuro y por tanto la posibilidad de estar en cualquier lugar, de viajar en el espacio y en el tiempo acompañado de personas, olores, sabores y colores significativos.

Ser actor-protagonista y construir con manos propias las situaciones que emergen, elemento este, indispensable para el cambio.

Para que esto tenga lugar es necesario tener en cuenta los procedimientos principales de la metodología del psicodrama, porque es mediante la ejecución de sus fases y etapas que se logra la curva psicodramática. La cual parte del caldeamiento pasa por la escena dramática y termina con el compartir, momentos indispensables para lograr la sesión con este tipo de propuesta.

Metodología del psicodrama

Acerca de las fases del psicodrama se profundiza a continuación, sin dejar de enfatizar que en cualquier trabajo con personas que implique el compromiso de construir algo desde la participación; es necesario el encuadre, la legitimación de la coordinación por parte del grupo y el propiciar lo místico.¹⁷

Es importante no dejar de destacar que coloca al ser humano en plena conciencia de su crecimiento humano y no como una presa de él mismo y esto desarrolla nuevas maneras de enfrentarnos a las situaciones cotidianas.

Una escena psicodramática está compuesta por el protagonista que puede ser una persona, varias o el grupo entero. La coordinación forma parte del grupo y de las vivencias que se generan, sin embargo, el rol es de contención y de guía del proceso en conjunto con el grupo. En el caso de que sea un protagonista y que se esté trabajando con parte del grupo desde los yo-auxiliar el resto de las personas serían coro, espectadores, que pueden entrar en el momento que la coordinación decida o el propio grupo convoque. Desde el coro se afecta y recibe también influencias. Por eso es tan

¹⁷ Característica esta que produce energía grupal, creencia de que es sano el encuentro con los otros, con lo diferente, lo inesperado, lo que nos regalará cada miembro del grupo a partir del compartir vivencias. Ambientar, creer y vivir un espacio mágico para la alegría que, al igual que la sorpresa, promueven y relativizan las reflexiones, impidiendo los congelamientos de experiencias. Aunque no solo se producen vivencias positivas durante el proceso, la mirada está puesta en el proceso de enseñanza y el “darse cuenta de...”, que también produce vivencias agradables, negativas, ambivalentes, pero que tienen el fin de visibilizar en la persona, el grupo, un aprendizaje nuevo para enfrentar la vida.

importante conocer su metodología, pero sobre todo su esencia mística, de respeto al otro y de acompañamiento, pues de esto depende la vivencia sana del psicodrama.

La metodología está relacionada con las fases del psicodrama, teniendo en cuenta, el propósito, así como los procesos, recursos y técnicas diversas que se utilizan en cada una de ellas.

Son muchas las maneras en las que se describe el psicodrama, por eso se cita a Gloria Reyes, María del Carmen Bello y Aisa Aguirre, de las cuales tomamos sus experiencias, introduciendo aspectos que ya se han erigido como peculiares en la implementación del psicodrama por parte de esta coordinación.

Las fases del psicodrama son: el caldeamiento, la dramatización y el compartir. Aunque desde las prácticas realizadas agregamos también el cierre. A continuación se abordan en el orden antes mencionado:

Caldeamiento: Etapa que incluye la preparación del protagonista y su escena primera. Durante este momento se utilizan, **desde lo sociodramático**, las expresiones de sentimientos y emociones en forma de escultura viviente como se siente en relación a los demás.

“En el caldeamiento se pueden utilizar variadas técnicas que desbloqueen, desinhiban el cuerpo, den paso a la alegría y la sorpresa, desarrollando así posibilidades para crear, proponer nuevas maneras en el proceso en que se va entrando Activándose así el recuerdo donde interviene el pensamiento permitiendo así la apropiación y reorganización de los contenidos aprendidos”(García, 2011 d, p. 11).

Dramatización de escenas

El término dramatización, lamentablemente, se usa también para designar genéricamente cualquier trabajo dramático, así como para hablar del segundo paso del psicodrama, el de la acción. Aquí se está utilizando para nombrar el recurso por excelencia: la dramatización de escenas, la recreación en el espacio dramático de situaciones vividas por el grupo, los protagonistas.

Esta parte incluye la catarsis de integración (la carga afectiva asociada a la dramatización que se desbloquea en la acción), insight dramático (consiste en el proceso de darse cuenta de manera integral y en forma espontánea) y por último la rematrización (que consiste en la resignificación vivencial e intelectual que permite la apertura a nuevas posibilidades de relación, de espontaneidad y de creatividad con la realidad interna y externa) (Aguirre, 2009).

Por lo que, una dramatización de una escena compartida entre el grupo con uno o más protagonistas permite recuperar la historia, ilusiones y proyectos compartidos a través de la representación de escenas entre todos los involucrados con la situación que emerge en el grupo.

Luego de terminadas las escenas se pide al protagonista y a los yo-auxiliares que limpien su rol, moviendo el cuerpo y despidiéndose del papel desempeñado en la historia.

Para poder llevar a cabo las fases anteriores existen un conjunto de instrumentos, técnicas y recursos propios del psicodrama, que lo distinguen como procedimiento en la intervención grupal.

Los instrumentos del psicodrama (Reyes, 2006) están presentes desde el caldeamiento hasta la finalización del proceso de la curva psicodramática y son los siguientes:

- Público: Integrantes del grupo que constituyen un espacio de contención para los protagonistas, observan, pero también pueden ser llamados a dramatizar o quedar todos en escena.
- Escenario: Espacio físico donde ocurre la escena y los protagonistas representan objetos, personajes, su red de vínculos en un tiempo.
- Protagonistas: Miembros elegidos por el grupo que representan la escena. Pueden ser uno o varios protagonistas del grupo, así como un subgrupo o el grupo en general quienes dramatizan sus conflictos, preocupaciones, anhelos, dialogan con todo ello y tiene la

posibilidad de traerlos a escena a través de los “yo auxiliares” (miembros del grupo, parte del público).

- Escena: Conjunto de elementos conformado por las descripciones de los protagonistas sobre sus vivencias.
- Directores/as: Equipo de coordinadores que facilitan el proceso psicodramático.
- Yo auxiliares: Personas del grupo que desempeñan un rol colaborando con la representación de la escena de los protagonistas.

Las **técnicas del psicodrama** que más se utilizan en los módulos vivenciales durante toda la curva psicodramática son:

Recursos psicodramáticos:

- *Doble*: Es el otro yo de los protagonistas, miembro del grupo que es seleccionado por el protagonista. Lo imita corporalmente y repite lo que dice. La acción del doble también es una hipótesis ya que este puede amplificar y hacer interrogantes sobre el tema tratado.
- *Espejo*: Se utiliza a través del doble, favorece la observación del yo como si fuese una fotografía sacando al protagonista de la escena, metiendo al doble para que este primero pueda ver todos los elementos de su escena.
- *Inversión de roles*: Representación del rol del otro desde su lugar. Se cambia de papel para asumir cualquier otro solo momentáneamente y por decisión de la coordinación.
- *Soliloquio*: Se le llama al pensar en voz alta, casi siempre se utiliza para que los protagonistas cuenten su historia, es una manera de comenzar a trabajar con la situación del protagonista.
- *Proyección de futuro*: Representación de momentos futuros de la vida de los protagonistas, del grupo.
- *Contrapolación de resistencias*: Tomar parte de la escultura que se realiza o de la expresión del protagonista que esté mostrando la resistencia a seguir el trabajo y repetirla con otros miembros del grupo como un espejo y pedirle (coordinación) a los que realizan el espejo que hagan algo inesperado por el otro grupo. Se realiza cambios de roles si es necesario.

Técnicas no verbales psicodramáticas:

- *Maximización*: Detección de elementos (gesto, movimiento) estereotipados que son el acceso a lo verdadero, que se amplifican, repiten para que la persona salga de racionalizaciones que entorpecen el proceso dramático.
- *Cámara lenta*: Detección de elementos (gesto, movimiento) estereotipados que son el acceso a lo verdadero, que se lentifican, repiten suavemente para que la persona salga de racionalizaciones que entorpecen el proceso dramático.
- *Focalización*: Detección de elementos corporales o afectivos que pueden estar mandando señales, para aumentar la conciencia de ese sector del cuerpo, con el fin de amplificar la mirada a lo corporal.
- *Concretización*: Materializar el conflicto, dramatizar la molestia, el síntoma, la ansiedad, para corporizar la relación y acelerar la catarsis de integración.

Luego de terminadas las dramatizaciones, como otra de las fases, se invita al grupo a COMPARTIR con gestos, frases, movimientos lo que han vivenciado con una consigna que aliente la mirada al futuro. Este momento puede ser todavía en acción poniendo en silla vacía el tema que se eligió para seguir elaborando y luego sentados en círculo realizar preguntas como: ¿Qué sintieron? ¿Qué recordaron de su vida? ¿Cómo se sintieron en la representación de los roles durante las dramatizaciones?

Es un momento especial, porque no se permite otro acto que el de hablar de sí mismo, sin dar consejos, sin juzgar a las personas. Es resonar con lo traído por el protagonista y compartir las vivencias que el grupo aporte. El protagonista agradece a las personas que han trabajado en su escena y confirma la ayuda que ha tenido para desarrollarla.

CIERRE el grupo decide como despedirse del espacio en donde trabajó, se utiliza para cohesionar a los miembros después de un día intenso. Es una manera de compartir la coordinación y de empoderarnos todos. Permite seguir cerrando o alertando de temas que aún quedan emergiendo y jugar con ellos.

Es el respeto a esta metodología lo que favorece la exploración del inconsciente, la espontaneidad, la creatividad y permite el aprendizaje novedoso. Por tanto, impacta en el bienestar espiritual, porque la sorpresa y lo inesperado que propone el trabajo con dicha metodología permite a las personas un estado psicológico en pos al crecimiento humano. Y la coordinación juega un papel fundamental en que todo esto sea con sanidad, por eso dedicamos un momento especial a definir de qué coordinación estamos hablando.

Esquema dinámico teórico-metodológico de los módulos vivenciales en la Maestría de Psicodrama y procesos grupales.

1. Construcción de valores y directrices por parte de la coordinación: marcar la diferencia.

Hay muchos puntos de contacto entre la manera en que coordinamos un grupo, pero sobre todo hay características que nos distinguen y tienen que ver con las personas que somos. Por eso, para hablar de la coordinación de un grupo con psicodrama primero hay que hablar de uno mismo, de sus **principios humanos**. El psicodrama es en sí mismo un paradigma con tierra fértil para la posibilidad de potenciar una conciencia propia en grupos, capaces de generar grandes proyectos. Actores sociales que se autotransforman en pos de la coherencia entre el decir, el sentir, el pensar y el actuar. Demanda un apasionamiento transformador que lo hace ver como una vía ideal para la transformación social y por tanto como toda pasión lleva un entusiasmo intrínseco hacia las personas y el mejoramiento humano. Esta declaración hace que entendamos nuestras prácticas en coordinación grupal como la manera de auto-transformarnos en función del bien común. Quiero entonces compartir lo que hemos ido construyendo:

Valores y directrices que tenemos:

1. La fe por el cambio de las personas y sus circunstancias.
2. El cambio, solo, cuando las personas logramos ser una unidad entre cuerpo, mente y alma, para andar y vivir.
3. La construcción de la mística de los que transformamos privilegiando lo simbólico y lo fantasioso en función de crear en el ser humano las fortalezas y la confianza en el otro, por ende, nuestra meta está en función del mejoramiento humano.
4. La coordinación participativa a sabiendas que el poder se comparte y que somos coordinadoras, rol indispensable para el trabajo en grupo, pero solo si se pone al servicio de la gente y sus comunidades.
5. Practicamos principios humanistas, pues se respeta la integridad de las personas, se abren solo los caminos que se quieran transitar, se explora desde el acompañamiento grupal y el diálogo entre grupo y coordinación en horizontal, desde consignas que se proponen, no que se imponen.
6. Propiciamos siempre la puesta en escena pues esto protege a los protagonistas, pero también, desde lo generoso, lo invitamos a cambiar, a liberarse, a pensarse como ser humano.
7. La creencia de que todos podemos ser protagonistas de nuestras vidas, por tanto, somos responsables de cambiarla, mantenerla, modificarla y profundizarla.

8. La necesidad del acompañamiento de los grupos y las personas para el fortalecimiento de los cambios.
9. El deber de poner en función de los demás las potencialidades alcanzadas en nuestra propia transformación.
10. La visualización de los conflictos y las metas comunes para transitar y construir de conjunto el camino del proyecto común y/o los proyectos de los grupos.
11. Entendemos que los procesos de acompañamiento para el cambio y/o la transformación a grupos y/o personas deben caracterizarse por la horizontalidad, el predominio de armonía, el respeto y el reconocimiento de que existen saberes en todas las personas y que se debe partir de ellos.

Y por supuesto qué nos falta por aprender, entre las cosas que hemos identificado están:

- Continuar trabajando con la propia subjetividad.
- Mantener el contacto con los grupos.
- Dialogar con la diferencia desde el respeto a ella, visibilizando nuestra manera de pensar y los principios que seguimos.
- Continuar el entrenamiento del cuerpo que es alma, masa y todo lo que no sabemos.

Seguir creyendo en los grupos como la fuente de energía para la transformación es el principio fundamental, dejando claro que no existe una pauta a seguir para trabajar con ellos, pues cada uno demanda y genera un nuevo comienzo, un camino para andar, entonces,

2. Cuáles fueron los pasos seguidos por la coordinación en el módulo vivencial con el grupo de la maestría.

Tuvimos que construir sentidos basados en:

1. *Revivenciar* la semana que trabajamos juntos en el módulo vivencial, 2012.
2. La *evaluación* del primer año de la maestría.
3. Encuentro con *las historias vividas*.
4. Pensar la *coordinación compartida con el grupo*.

Por tanto los objetivos generales fueron:

- Elaborar las pérdidas de los miembros del grupo.
- Evaluar el año de proceso grupal para poner fuera el balance, las ganancias, las pérdidas, los retos, los sufrimientos.
- Visibilizar la posición del grupo con respecto a la coordinación, me veo, no me veo coordinando. Que cada cual vivenciara la entrada y salida de ese rol, obstáculos, amenazas, potencialidades.
- Realizar protagonismos individuales de temas en pos a la coordinación.
- Evaluar la semana focalizando en las zonas conflictivas.

Estos objetivos partieron de la organización metodológica que se hizo en el grupo coordinador de la maestría, el cual propuso: Trabajar con las historias personales, como continuidad del módulo vivencial anterior.

Se realizaron cinco encuentros con dos sesiones diarias de una hora y media cada una, ya que el grupo en el encuadre solicitó tener un receso de aproximadamente veinticinco minutos. La semana se conformó a través de cuatro estrategias que abordamos a continuación:

1. Estrategia de preparación por parte de la coordinación: Acá se incluyeron acciones que necesité para crear confianza en los aprendizajes y en las potencialidades como coordinadora (fase de preparación psicológica), volví a leer de psicodrama, revisé los apuntes de la semana en que trabajamos con el grupo el año pasado, organicé mis ideas, busqué en lo que estaba sintiendo, (fase de preparación metodológica).
2. Estrategia de acercamiento, sensibilización: Comprendió la realización de intercambios con los coordinadores de la maestría, con otros profesores para crear líneas de sentidos hacia la propuesta de la semana. Incluyó el primer día de sesión, pero se mantuvo durante toda la semana.
3. Estrategia psicodramática: La escritura del posible caldeamiento y las técnicas a utilizar. Se prepararon los materiales del psicodrama.
4. Estrategia de cierre y preparación para el cambio de coordinación: Se evaluó la semana individualmente y se preparó al grupo para la despedida y entrada de la otra coordinación.

Operacionalmente las estrategias consistieron en:

1. Estrategia de preparación del grupo de coordinación:
 - 1- Fase de preparación psicológica: Trabajé desde el primer momento lo que estaba sintiendo por coordinar sin mi compañera y cómo me veía con el grupo. Me preparé, en lo profesional, para identificar las potencialidades de las personas que nos sirvieran de herramientas para la coordinación compartida.
 - 2- Fase de preparación metodológica: Busqué las anotaciones del curso anterior, revisé lo que Úrsula Hauser había hecho en esa primera semana y recordé lo vivenciado. Preparé la propuesta organizándola en **tres momentos** (acercamiento, actividad psicodramática, evaluación y cierre):

MOMENTO ACERCAMIENTO (*lunes*):

Objetivos:

- Vivenciar los principios básicos del psicodrama Moreniano psicoanalítico (eligiendo protagonista en silla vacía).
- Realizar el encuadre de la semana. Presentación de la coordinación.
- Ejercitar el recurso de silla vacía con el tema de las pérdidas de miembros del grupo.
- Evaluar el primer año de maestría.

Traducidos en **acciones** como:

- Sentarnos en círculo estableciendo una disposición horizontal entre la coordinación y el grupo. (Acá hago la salvedad de que se puede estar sentado en círculo y ser autoritario desde la coordinación, y el grupo no empoderarse.)
- Presentación.
- Técnica de silla vacía para trabajar las pérdidas de miembros del grupo, personas que no volverán a estar físicamente estableciéndose un momento importante para comenzar el duelo.
- Encuadre. Horario-merienda. Organización de las sesiones para clarificar los cierres. Realizar doble sesión.
- Evaluación del año por parte del grupo y luego de forma individual.

MOMENTO ACTIVIDAD PSICODRAMÁTICA (*Segundo, tercer y cuarto día*):

Objetivos:

- Vivenciar los principios básicos del Psicodrama Moreniano psicoanalítico (eligiendo protagonista en silla vacía).
- Invitar al grupo a pasar a ocupar un rol de acompañamiento en la coordinación.
- Reencuadrar. Trabajo con el cuerpo, disminuir las resistencias.
- Motivar hacia el protagonismo individual.

Traducidos en **acciones** como:

- Delimitación didáctica de las fases del psicodrama.
- Invitación a coordinar en varios momentos de la sesión.
- Técnica de la silla vacía para elegir protagonismos individuales.

MOMENTO EVALUACIÓN Y CIERRE (*Viernes*)

En silla vacía los días de la semana para que cada cual realice el recorrido y vaya cerrando los temas que se trabajaron.

Cierre grupal y salto a la próxima semana.

Autoevaluación individual y grupal de las actividades.

2. Estrategia de acercamiento, sensibilización:

1. Fase de Preparación en el espacio:

- Encuentro con los responsables del espacio. (Tema llave, condiciones del local)
- Organización de las sillas, los materiales de trabajo.
- Presentación de la coordinación. Legitimación con el grupo.
- Presentación de la propuesta de trabajo.

3. Estrategia psicodramática.

Fase psicodramática (grupal o/e individual) En esta fase la coordinación y el grupo fuimos construyendo cada sesión, pues habían temas emergentes a nivel grupal, con liderazgos bien definidos y que los miembros apoyaban, por lo que la propuesta de realizar protagonismos individuales se tuvo que modificar. Quedando el martes y el jueves para realizar protagonismos individuales. El martes hubo uno y el jueves dos, por lo que evidencia que parte del grupo sí quería trabajar lo personal legitimándose la propuesta.

En el primer momento se propuso el ejercicio con las pérdidas, ya que es fundamental para la vida de un grupo, hacer consciente las dinámicas que suceden a su interior, las emociones depositadas en las relaciones establecidas, las transferencias y las teles.¹⁸ Visibilizar estos procesos grupales,

hacerlos cuerpos y elaborarlos es un momento de introspección sobre la manera en que vivimos las pérdidas cotidianas. Esto nos permitió practicar los cierres, resignificar y volver a colocar los conflictos pendientes. Manera esta de encuadrar sobre lo que propuso la coordinación (protagonismo individual), mirarnos hacia dentro, ver nuestra propia subjetividad, qué sentimos, qué recordamos, qué nos queda pendiente, aún abierto.

¹⁸ "Los conceptos de **tele y transferencia** surgen también unido a los conceptos anteriores, pues es en esa relación con el otro donde se produce el tele, proceso empático recíproco a partir del cual dos o más personas se encuentran en un acto simultáneo, creativo y espontáneo, libre como cuando se elige a los yo auxiliares en la escena que construyes en un grupo donde apenas conoces a las personas. Transferencia, depositación en el otro, objetos internos introyectados en relaciones interpersonales anteriores en cualquier ámbito de la vida"(García, 2010 a).

En los caldeamientos fue importante incorporar el espacio, hacer consciente esta contención para el grupo. Darle los sentidos propios, los significados en el “aquí y ahora”.¹⁹ El “contexto fue texto” y atravesó toda la semana para disminuir las resistencias. Se construyeron la comodidad, la confianza y la seguridad necesarias. El *locus* o espacio donde ocurrieron las diferentes escenas dramáticas generó sentimientos, fantasías desde la relación particular con la historia de cada miembro del grupo y se construyó la matriz de cada uno.

Por petición del grupo se incorporaron dispositivos como la multiplicación dramática y la matriuska de Mario Flores y para trabajar el tema emergente sociodramas a través de esculturas en subgrupo.

4. Estrategia de cierre.

En el encuadre se acordó un receso intermedio en la sesión, por lo que se tuvieron que realizar dos cierres diarios. Esto es importante señalarlo, porque no se pueden dividir en sesiones diferentes las fases del psicodrama, la curva psicodramática debe respetarse para que el proceso grupal llegue a su clímax y los participantes pasen por todos los momentos psicológicos concebidos. Por supuesto, que esto no quiere decir que las personas tengamos los mismos ritmos, sino que el espacio debe concebir lo que metodológicamente está estructurado desde la concepción del dispositivo que estamos usando.

El día de cierre de la semana producto de la cantidad de temas que emergieron fue necesario visualizarlos en un papelógrafo y también en silla vacía. Se construyó una escultura con sillas en dos hileras; en una los temas trabajados y en otra frente por frente los que quedaron por trabajar. Luego cada persona hizo su recorrido con escenas construidas individualmente.

En la segunda parte de la sesión de cierre se trabajó con el tema emergente de la semana: Los malestares con la organización de la maestría y la necesidad de intercambio con el grupo coordinador. Se utilizó para esto la técnica de juego de roles para posteriormente realizar un sociodrama y así quedarán expuestas las posiciones de cada miembro del grupo con respecto a este tema.

Esta fase sirvió para agradecer mutuamente por el psicodrama, dejarnos regalos, inspiraciones y fe.

Estas estrategias antes descritas se mantuvieron en los tres momentos del proceso (acercamiento, actividad psicodramática y evolución, y cierre). Fueron transversalmente las líneas didácticas del encuentro psicodramático que permitieron el cumplimiento de los objetivos en el proceso de formación, pues se logró elaborar y revivenciar los temas personales que el grupo eligió y se visibilizaron los pendientes.

Reflexiones finales: Características particulares del psicodrama en grupos de formación. La coordinación compartida con el grupo.

Coordinar grupos de formación psicodramática demanda de los facilitadores entrenarse debidamente para llevar a cabo el rol profesional desde la moderación de la coordinación. Es casi imprescindible transparentar las características propias para hacer psicodrama, pues los psicodramatistas buscan en la coordinación un posible modelo o no a seguir en la construcción de la identidad propia, esa es la esencia de esta monografía.

La coordinación que se realizó en el grupo de formación de la segunda edición de la Maestría de Psicodrama y procesos grupales, se caracterizó por los principios antes expuestos, pero tuvo como peculiaridad que fue compartida con el grupo. Se evidenció la contención y el cuidado grupal, desde la participación en la creación de propuestas que transparentó el ritmo de trabajo propio. La

¹⁹ Muchas veces tenemos en cuenta el tiempo, pero no el espacio, esto anula la mirada teoría psicodramática hacia el “tiempo-espacio”, nombrado por los psicodramatistas como el: “aquí y ahora”. El espacio contiene vivencias, relaciones, situaciones e historias que se revelan en el tiempo que contiene al pasado, presente y futuro, por eso es tan importante la unidad de ambos.

coordinación respetó el tiempo para que se abrieran los temas personales, marcando qué se iba a trabajar y qué no, por lo que legitimó su rol. Esto permitió también el reconocimiento de la autoridad para abrir el espacio, una autoridad compartida, que tuvo como objetivo la responsabilidad de todos con el proceso que estaba teniendo lugar. De antemano, además, se hizo uso del encuadre que todo espacio de trabajo grupal lleva, **lo cual contuvo**:

- Tiempo.
- Espacio.
- Lugar.
- Presentación.
- Reglas grupales. Recesos. Llegadas y salidas.
- Explicación de la propuesta. Objetivos.

Esto no solo permitió la contención del grupo sino de la coordinación, ya que se distribuyó el peso en el liderazgo de esta en algunas partes del proceso psicodramático, el grupo acompañó a la coordinación en algunos momentos de trabajo.

También se lograron, como parte de la propia metodología, las catarsis en las personas, de manera rápida y efectiva. Estas se produjeron como resultado de revivenciar,²⁰ de forma inconsciente, la situación vivida, que excedió los recursos de afrontamiento de las personas y que comenzó a aflorar con la entrada del cuerpo a escena. Esto se produjo ya que se logró pasar por todas las fases del Psicodrama,²¹ por lo que las sensaciones del cuerpo salieron a flor de piel, al igual que los recuerdos y las nuevas experiencias en el “aquí y el ahora” con las que se querían quedar.

El tema lo trajo el grupo, por lo que la improvisación y la creatividad de la coordinación dependieron de la confianza y la seguridad en los participantes. De manera que, el espacio en sí mismo transformó, con buenas consignas y propuestas grupales que orientaron la línea de sentido a seguir.

En el compartir las personas resonaron con lo vivido y contaron sus historias y sentimientos que los unió. Se utilizaron frases, pero sobre todo el *sharing* en acción y la multiplicación dramática para continuar el trabajo con la acción.

De esta intervención se derivaron como principios generales del psicodrama en coordinación compartida con el grupo:

1. La observación de los procesos que se dan en los grupos y al interno de la propia coordinación para tomar decisiones en cuanto a la manera de realizar el psicodrama.
2. La flexibilidad de reencuadrar la propuesta que se trae si el contexto lo amerita.
3. La participación horizontal en la toma de decisión sobre la propuesta durante el encuadre.
4. Lo sociodramático como vía para la expresión corporal, verbal, que permita incluir a todos los presentes si emergen temas grupales.

Conclusiones

²⁰ Se habla de revivenciar, porque las personas pudieron reconstruir en escena vivencias significativas y volver a repetir acciones que aliviaron las penas aún contenidas de lo vivido.

²¹ El espacio hizo que las personas transfirieran sentimientos en los otros, empezaron a jugar roles que le fueron adjudicados, recibieron empatías o rechazos en el espacio donde el hacer fue lo primero y el cuerpo se expresó libremente con su lenguaje sincero que se pudo traducir.

Para seguir hacia adelante los APRENDIZAJES Y RETOS que se revelaron, sobre todo después de la experiencia, han sido infinitos. Estos produjeron un impacto en la coordinación, tanto en el orden personal, como profesional, lo que se potenció, desde el aprendizaje, fue:

1. La empatía con las personas es una potencialidad para llevar a cabo cualquier encuentro psicodramático.
2. La coordinación compartida demanda una agudeza desde el rol coordinador para encuadrar el espacio en función de los objetivos que se construyen en común.
3. El respeto a todas las voces del grupo es fundamental para que la mayoría sienta que está dentro de la dinámica que se conforma.
4. La responsabilidad de lo que sucede dentro del grupo es compartida, pero las decisiones que toma la coordinación sobre asuntos externos organizativos competen únicamente a este rol, pues es el que carga con el cuidado del grupo.

Sería necesario continuar la reflexión sobre los espacios de coordinación grupal con psicodrama, pues permitiría la sistematización sobre interrogantes o aspectos tales como: qué límites se construyen en una coordinación compartida con el grupo, qué pasa con la abstinencia relacional que debe tener la coordinación con el grupo, cómo realizar la coordinación compartida de manera que sea más efectiva, el análisis metodológico sobre las decisiones de la coordinación sería sano hacerlo luego del trabajo psicodramático, estos y otros enriquecerían el trabajo profesional que realizamos.

Esta es, entonces, una invitación para los y las psicodramatistas formados y en formación a pensarnos e intercambiar de las prácticas realizadas y por realizar desde cualquiera de los roles que se viva, coordinando la mayor parte del tiempo, o siendo grupo y entrando y saliendo de la coordinación.

Referencias bibliográficas

- Aguirre, A. (2009). *Psicodrama y turismo: Una mirada a la institución*. Informe de tesis para la obtención del título de Master en Psicodrama y procesos grupales, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.
- Bello, M. C. (2006). *Jugando en serio. El psicodrama en la enseñanza, el trabajo y la comunidad*. México: Pax.
- García, C. (2010 a). *Recursos pedagógicos contruidos por entrenadores/as deportivos/as para trabajar la violencia escolar a través del psicodrama pedagógico*. Informe de tesis para la obtención del título de Master en Psicodrama y procesos grupales, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.
- _____. (2010 b). *El psicodrama pedagógico en el ámbito del proyecto: Deporte en el barrio: el reto de vivir mejor del barrio La Timba*. DVD del Tercer Taller Internacional de Juventud. CIPS. 2010.
- _____. (2011 c). *Psicodrama: dispositivo para el apoyo psicológico en tiempo de desastre natural*. CD Caudales del CIPS. 2011
- _____. (2011 d). *“Recursos pedagógicos contruidos por entrenadores/as deportivos/as para trabajar la violencia escolar a través del psicodrama pedagógico”*. CD Caudales del CIPS. 2011
- Reyes, G. (2006). *Psicodrama. Paradigma, Teoría y Método*. Santiago de Chile: Vientos.