

Psicodrama: Un dispositivo para la producción creativa.

Por Silvia Schverdfinger

Publicado en la Revista Actualidad Psicológica- Año XXIV-Nº 261-Enero-Febrero
1999

Psicodrama: Un dispositivo para la producción creativa.

Por Silvia Schverdfinger

Más de veinticinco años de investigaciones filosóficas y psicológicas de diversas corrientes dan cuenta del interés, la importancia y la vigencia de la temática sobre Creatividad. Actualmente y en nuestro medio son muchos los aportes teóricos y las contribuciones técnicas provenientes de distintas disciplinas, que brindan al interesado, la posibilidad de un abanico amplio para construir su abordaje teórico-técnico personal sobre el tema.

De acuerdo con Donald Winnicott en su obra "Realidad y juego" la creatividad es un atributo humano, una capacidad a ser desarrollada por cualquier persona en cualquier acto o situación de su vida cotidiana. Es decir, que son creaciones no solamente las obras de arte, sino cualquier tarea que supere una simple adaptación o una actitud mecánica, rutinaria de la vida cotidiana, realizada en forma original, singular, una innovación, invención. La creatividad es una actitud, un enfoque de la realidad, una manera de vivir la vida satisfactoriamente.

El impulso creador es universal, sus fuentes son los primeros años de la vida del sujeto, es decir, primero, la relación entre el bebé y su mamá, luego el niño y su ambiente social.

Para que el sujeto pueda desarrollarse y crecer de manera saludable, es necesario que el ambiente de su infancia haya sido lo “suficientemente bueno” ,facilitador del despliegue de la capacidad creadora donde el niño se sienta contenido afectivamente, respetado en sus impulsos y actitudes espontáneas, sus deseos e intereses, donde no se coarten sus juegos ni la libre expresión de su imaginación.

El juego del niño, antecesor de la creatividad en el adulto, tiene dos funciones: elaborar situaciones conflictivas y dar expresión a la potencialidad creativa. Mientras el niño juega está ubicado en una zona intermedia entre sus fantasías, su mundo interior y la realidad externa, que le permite recrear el mundo exterior acorde con sus vivencias internas.

La matriz creadora se construye en los juegos de infancia y en la frondosa producción imaginativa del adolescente. Cuando el adulto crea, en verdad, está recreando aquel espacio lúdico de la niñez, su mundo imaginario infantil, aquellas fantasías que una y otra vez se repiten en el sujeto a lo largo de la vida, muchas veces inconscientemente.

El proceso creador ofrece la oportunidad de transformar lo siniestro en maravilloso, en el sentido de realizaciones vitales; es una búsqueda, es bucear en el interior de uno mismo, saber tolerar las angustias, la frustración, el sentimiento de encierro y de soledad, los miedos, el cautiverio en la tristeza, hasta provocar un movimiento interior que conecte con la máxima necesidad de libertad.

Durante el momento creador surge el placer por la sorpresa, lo insólito, por la magia del descubrimiento de lo que era desconocido de uno mismo.

Creatividad es una búsqueda hacia la verdad, no sólo en el sentido de expresión del espectro total de la experiencia y sentimiento de unicidad de cada persona, sino también un acto social, un compartir colectivamente la vivencia estética. La creación es entonces, una forma de superar la soledad y el aislamiento, la posibilidad de comunicar el acontecer interior al otro, de compartir el placer por lo estético.

Las posibilidades creadoras son rasgo y condición de salud. El hombre universalmente lucha contra el miedo a la muerte y la locura. Aceptar la realidad con sus pautas y normas de manera rígida deja atrapado al sujeto en el encierro, el sometimiento y la falta de libertad. Para crear hay que transgredir, subvertir lo instituido, en cada uno de los espacios de nuestro quehacer cotidiano.

Algunas personas presentan dificultades en torno a la creatividad. Sus impulsos creativos se encuentran frenados, bloqueados o reprimidos y se manifiestan como miedo a fracasar (dolor, vergüenza), renuencia al jugar (temor a parecer disparatado o tonto al experimentar con lo insólito), rigidez, elusión de frustración (renunciar pronto cuando surgen obstáculos), miedo a lo desconocido, desconfianza en las fantasías.

El PSICODRAMA ofrece una gama interesante de recursos que permiten focalizar el conflicto y trabajarlo posibilitando liberar el proceso creador. El Psicodrama surge a partir del teatro.

El creador del Psicodrama fue Jacobo Levy Moreno, un auténtico inventor e investigador de la Psicología Social, quien construyó y aplicó sus teorías: el Sociodrama, el Psicodrama y la Psicoterapia grupal.

Moreno rescató dos elementos interesantes del teatro que son: la catarsis y la identificación; observó que producen efectos terapéuticos tanto en los actores como en el público. . Catarsis significa purificación (liberación de los sentimientos de compasión y terror) y a través de la identificación con los personajes, permite que el público también produzca su catarsis. Según Aristóteles en su Poética, “la tarea de la tragedia es producir (en los espectadores), por medio del temor y la piedad, una liberación de tales emociones”. Moreno destaca su diferente punto de vista. Según este autor, “el fundamento del análisis de Aristóteles fue la tragedia terminada. Trató de extraer el sentido del teatro del efecto que ejercía un producto terminado sobre la gente durante su presentación”. El fundamento sobre el que se basa Moreno es la realización espontánea y simultánea de una obra poética, dramática, en su proceso de desarrollo, desde su comienzo en adelante y la catarsis se produce no solamente en el público - efecto deseado secundario- y no en los personajes de una producción imaginaria, sino primordialmente en los actores espontáneos del drama, que producen los personajes liberándose de ellos al mismo tiempo.

El Psicodrama se diferencia del teatro, en que toma la representación dramática, la escena, como núcleo del abordaje y la exploración del ser humano y sus vínculos.

El Psicodrama Psicoanalítico Grupal contiene líneas de pensamiento actual y desarrollos teóricos resultantes en su origen de la convergencia del Psicodrama, la Psicoterapia Grupal y el Psicoanálisis; concibe al hombre como productor de subjetividades teniendo en cuenta las singulares condiciones de nuestro contexto social-histórico actual y comprende también una forma particular de pensar lo grupal, considerando el grupo como campo de problemáticas donde se producen múltiples atravesamientos, constituyéndose una red de identificaciones.

La articulación entre la mirada y la acción imbricadas con la palabra conforma la condición de posibilidad del trabajo psíquico, en cuanto brindan un mayor despliegue del conflicto - constitutivo del sujeto humano - y permiten nuevos reordenamientos de enlaces en relación con situaciones del pasado actualizadas en el presente, resignificadas y con proyección al futuro.

En nuestra experiencia vemos que la mayoría de los conflictos se centran en las dificultades de los vínculos con los otros ya que, el hombre construye su identidad individual y necesita del amor y de la pertenencia, es decir, necesita una identidad grupal. La dramatización resulta una vía regia de acceso al inconsciente, rescatando su conocimiento para integrar al sujeto como ser social, comprendiendo sus ocultos y complejos vínculos.

La actividad grupal permite multiplicar los aportes individuales enriqueciendo a cada uno de los integrantes y permitiendo ayudarse entre sí a elaborar ansiedades, temores y fantasías que puedan obstaculizar el proceso de crecimiento.

He comprobado que el dispositivo psicodramático en algunos casos deviene terapéutico, aun cuando su ámbito de operatividad no sea la clínica ni el objetivo específico del trabajo a realizar sea la cura. También considero que siempre es formativo, en cuanto el sujeto queda personalmente implicado por la movilización de los procesos psíquicos que la vivencia con otros produce con variadas intensidades. El encuentro de miradas, el contacto o la distancia entre los cuerpos, modifica cualitativamente la comunicación, donde afectaciones, emociones, compromisos resultan prácticamente ineludibles.

Es significativo señalar que en los últimos tiempos el Psicodrama se despliega en el devenir de las prácticas que proyectan una función social y comunitaria con mucho más fuerza que en el campo de la clínica. Prueba de ello son los profesionales de distintas disciplinas que se acercan a los espacios de formación y supervisión. La práctica interdisciplinaria y el trabajo en equipo facilitan y enriquecen las actividades.

El trabajo psicodramático propone, en un tiempo y espacio delimitados (encuadre psicodramático con sus reglas), abrir a sucesiones de movimientos, ritmos, velocidades, intensidades, imágenes, pensamientos en escenas, escenas, que los sujetos integrantes del grupo producen en lo individual, grupal e institucional.

El Psicodrama deviene una actividad transformadora en cuanto posibilita la exploración de la subjetividad y los atravesamientos múltiples que en ella hace lo social histórico en los ámbitos de trabajos cotidianos, clínicos, educacionales, comunitarios, institucionales.

El lugar de la coordinación es soporte de las transferencias positivas y negativas de los integrantes; es soporte de la producción grupal. En mi experiencia como coordinadora de actividades grupales he observado que el grupo, en la medida en que se va constituyendo como tal, va entretejiendo su imaginario cada vez con mayor intensidad en los entrecruzamientos de las identificaciones y transferencias entre sus propios pares. La comunicación entre el grupo y el coordinador que en un principio es radial (el foco de la mirada grupal es a la coordinación), va cediendo hacia otros lugares y personas. La figura del coordinador va teniendo cada vez menos visibilidad, va desdibujándose - se "juega", se "fuga" por entre las figuras de los integrantes y de la dimensión grupal - institucional. No todo coordinador está preparado y dispuesto a este acontecer. Son numerosos los grupos que malogran su proyecto o quedan en una posición de repetición inacabada de demanda, por la no tolerancia de la coordinación a aceptar el lugar de soledad y alejamiento. Tengo la convicción de que un grupo transita por un proceso verdaderamente creador si tanto grupo como coordinador pueden separarse. El grupo queda en tarea creativa activa si soporta el sentimiento de "ser abandonado" por el coordinador y si atraviesa con movilidad las angustias y ansiedades que provocan la situación de caos, desorden, de "página en blanco" previo a toda puesta en acto de la creación. Si bien la producción creativa de un grupo no depende únicamente de la coordinación, pensamos que sí es necesario que el coordinador reúna ciertos rasgos o características tales como plasticidad, flexibilidad, juventud (de espíritu e inventiva), inteligencia, apertura de sentidos y afectos, confianza, credibilidad, confiabilidad, curiosidad, pasión, entusiasmo.

De nuestra experiencia de coordinación compartida en programas de talleres abiertos a la comunidad, nos caben algunas reflexiones sobre el proceso creador. Al comienzo éste responde a un estado mucho más relacionado con las impresiones afectivas, sensoriales, que con la razón o el análisis de lo cotidiano. En esos momentos, el contacto es con nuestras fobias, angustias, deseos que nos van a permitir conectarnos con nosotros mismos, desde las elecciones cotidianas, que nos ayuda a formar una identidad, una forma de ser y actuar singular, ya que, si de algo no podemos evadirnos, es de lo que cada uno es. Se trata de re-elaborar nuestros miedos y locuras. A partir de allí surge lo más vital, lo más intenso, una necesidad de modificar, de transformar la realidad, poco a poco, con pequeños cambios, sin grandes ambiciones, pero sí con constancia, para procurar mayor bienestar personal y social. Nuestro rol de coordinadores, operadores sociales, es importante porque nos hemos formado para transformar lo siniestro en realizaciones vitales. Para ello es necesario no ser pasatista ni snobista. Debemos habituarnos a trabajar en zonas de conflicto, a compartir nuestros recursos técnicos y experiencias con la comunidad, generar con ella proyectos, ayudar a la formación de sus multiplicadores. Compartir logros, dificultades y disfrutar de la experiencia

La condición de sujeto, de la persona (“per sonare” el sitio donde está el sonido, el de cada uno), es la que lo hace reflexionar sobre él mismo, los suyos y su entorno. La cualidad de responder y comprometerse con su realidad le permite al individuo transformarse en cada acto, cambiar y devenir sujeto construyéndose a sí mismo.

Esta forma de reflexionar y la capacidad de hacer aportes a los desafíos y dificultades, le posibilita al sujeto construir su propia cultura, entendiendo por cultura todo el resultado de la actividad humana, del esfuerzo creador y recreador del hombre. A partir de preguntar y preguntarse, de relacionarse y emitir respuestas, somos hacedores de nuestra propia historia.

En los talleres comunitarios partimos siempre de la práctica, de lo que la gente sabe, vive y siente, de sus diferentes situaciones de vida, de sus problemas, de sus padecimientos. Esto nos permite desarrollar un proceso de teorización para ubicar lo cotidiano, lo inmediato, lo individual y lo social, lo colectivo, lo histórico y lo estructural. Luego volvemos a la práctica para intentar transformar esas realidades.

El recurso psicodramático nos permite desarrollar un proceso colectivo de discusión y reflexión; colectivizar el conocimiento individual; desarrollar una experiencia de reflexión en común, una creación conjunta del conocimiento donde todos somos partícipes de su elaboración. Los coordinadores debemos tener claro cuándo, cómo y para qué utilizar determinados recursos técnicos, conocer muy bien sus posibilidades y sus límites.

Mi experiencia desde 1979 como docente, tanto en el ámbito de la Universidad pública así como también en el ámbito de instituciones privadas, avalan mi consideración que el Psicodrama es un dispositivo pedagógico productor de creatividad. Considero que el verdadero aprendizaje se realiza desde la vivencia personal con la participación libre y activa del estudiante, potencial productor del conocimiento.

El docente facilita y estimula la libertad de pensamiento , capacidad de reflexión y creatividad del alumno ayudándolo, desde su mayor bagaje de conocimiento y práctica, a articular lo teórico con lo vivencial y con lo técnico, es decir la teoría con la práctica. La propuesta de la modalidad es siempre grupal, entendiendo que un grupo desarrolla su máximo potencial creativo cuando cada sujeto ha interiorizado el pensamiento común del grupo y además la singularidad de cada uno. El grupo deviene facilitador de potencial creativo individual de cada integrante. Asimismo, aprender en grupo provoca un efecto multiplicador del saber y del deseo de investigar, producir y crear.

El juego vivencial es una forma de aprendizaje y uno de los recursos más efectivos en la recreación del conocimiento. En nuestros trabajos pedagógicos, la propuesta psicodramática pretende el objetivo de aproximarse a la temática particular de que se trate y profundizar la comprensión teórica de la misma, desde la experiencia vivencial a través de recursos técnicos psicodramáticos. Por lo general trabajamos con ejercicios de caldeamiento, juegos dramáticos y dramatizaciones. Al comienzo se plantean los ejes temáticos a explorar y en un posterior momento se articula teóricamente lo acontecido vivencialmente. Se finaliza la unidad pedagógica con una síntesis conceptual y una producción creativa colectiva final.

Hemos observado que aquello que se moviliza en cada persona durante la experiencia vivencial, que determina la investidura de representaciones cinéticas y visuales, permite que las concepciones teóricas o prácticas de los diferentes alumnos, puedan reorganizarse desde modos anteriores de adjudicación de sentido.

El destino de estas concepciones movilizadas y reorganizadas es el de sufrir un nuevo enlace con representaciones palabras mediante un análisis teórico del material, lo que posibilita un reordenamiento a posteriori de lo trabajado, que se constituye como un camino abierto a nuevos efectos retroactivos desde otras fuentes de información o conocimiento posibles sobre la temática específica programada.

Desde la docencia en grupos de formación en Psicodrama Psicoanalítico Grupal, he observado con alegría, tanto en los espacios que con mis colaboradores hemos creado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, como en la institución privada donde integro el equipo docente, que las personas que se acercan convocadas por el objetivo de formarse y entrenarse para ser psicodramatistas y coordinadores grupales provienen de distintos quehaceres profesionales y artísticos y la mayoría plantean las expectativas de encontrar un ámbito propicio para reunirse con otros, para hacer y pensar junto con otros y para explorar y desplegar sus aspectos creativos, a través de recursos que invitan a reconectarse con la actividad lúdica, para muchos hace tiempo abandonada; con el cuerpo en movimiento y contacto con otros cuerpos en movimiento y con las técnicas de las dramatizaciones, que posibilitan el despliegue y devenir de afectos, emociones, con diferentes ritmos, velocidades e intensidades. Las reflexiones y comentarios sobre lo dramatizado da lugar a la multiplicidad de sentidos posibles y la oportunidad de romper con la propia versión monocular que cada uno trae de sí mismo como identidad personal y profesional.

En este sentido insisto en la consideración de que este tipo de aprendizaje deviene terapéutico porque posibilita nuevas y múltiples lecturas posibles que se suman a la que cada integrante trae de su microterritorio vital.

Es interesante destacar que muchos de los alumnos que egresan de estos espacios de formación abren nuevos territorios en sus lugares de inserción cotidiana, descubren una manera de producir creativamente en sus quehaceres, aunque muchos de ellos no se dediquen específicamente a aquello para lo cual fueron formados en estos espacios.

La concepción psicodramática psicoanalítica en la clínica, posibilita al terapeuta consonar y resonar con el paciente, dejarse afectar y capturar por las escenas que cada persona convoca con el afán de conjurar, exorcizar, matar, rescatar, elaborar. Comprende un ejercicio continuo de pensamientos en escenas. El terapeuta debe ser lo suficientemente plástico para entrar y salir de las escenas que el paciente aporta y construir junto con él múltiples lecturas posibles del drama personal. Es una invitación a pensar en lo que se hace y hacer lo que se piensa.

También este método clínico es productor de creatividad. Potencia al máximo las capacidades creativas del sujeto. Es un desafío a generar nuevos y diversos argumentos y creencias de la historia de cada uno, a desmitificar, relatando sus propias leyendas, inventando nuevas y variadas. Es un aporte de multiplicidad de alternativas de solución al conflicto, conflicto que insiste con su tenacidad repetitiva.

Es tarea del terapeuta colaborar con el paciente para subvertir su lugar protagónico en su mito, su novela, su leyenda, su creencia de sí.

A modo de finalización concluyo que el Psicodrama es un método válido para explorar, elucidar e investigar sobre la creatividad y también lo considero una herramienta valiosa para contribuir al despliegue del proceso de producción creativa.

Bibliografía:

- Winnicott, D, Realidad y juego. Buenos Aires, Gedisa Editorial, 1986
- Representación y dirección para esta edición Editorial Celtia SACIF de M.yR.
- Deleuze, G. /Parnet, C. Diálogos. Valencia, Pre-textos, 1980.
- Moreno, J.L. Psicodrama. Buenos Aires, Ediciones Hormé, 1987.
- Pavlovsky, E. Proceso creador, terapia y existencia. BsAs Ediciones Búsqueda SAEI, 1982 y Serie Lo Grupal (1 al 10), BsAs, Ediciones
- Troiano, G. "Nautilus, 20.000 leguas por el mundo creativo", dirección General de la Juventud-Comunidad de Madrid-Consejería de Educación y Cultura 1993.
- Schverdfinger, S.. Artículos publicados:
 - "Talleres psicodramáticos con objetivos pedagógicos" (en coautoría). Revista Argentina de Psicodrama y Técnicas Grupales, Número 4 - Año V - Abril de 1989. Pág.27 a 29.

“Acerca de la coordinación” (en coautoría). Prácticas y Aconteceres
Grupales, El Bancadero

-Primeras Jornadas De la Universidad a la Diversidad.

EdicionesBancadero. Pág. 113 a 116.

. “Psicodrama: una herramienta eficaz en el campo de la mediación”.

Actualidad Psicológica, A

Año XXI - Nº 237, Noviembre 1996. Pág. 23-24.