

CENTRO DE ESTUDIOS DE PSICODRAMA DE CHILE
POSTITULO ESPECIALIZACION EN PSICOTERAPIA PSICODRAMATICA

PSICODRAMA Y CRISIS DE PAREJA



Autoras:

Ps. M. Gabriela Bertrand Peters

Ps. Natalia Valdivia Bernales

Profesor Guía:

Ada Pérez Berti

**Tesina para optar a la acreditación de Psicoterapeutas de la
Comisión Nacional de Acreditación de Psicólogos Clínicos
Diciembre de 2010**

INDICE

INDICE.....	2
INTRODUCCION.....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	5
PREGUNTA DE INVESTIGACION	7
MARCO TEORICO.....	8
MARCO METODOLOGICO	30
PRESENTACIÓN GENERAL DEL CASO	34
CONCLUSIONES.....	49
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	52
ANEXOS.....	54

INTRODUCCIÓN

*“Un encuentro de dos: ojo a ojo, cara a cara. Y cuando estés cerca arrancaré tus ojos
y los colocaré en el lugar de los míos y tú arrancarás mis ojos
y los colocarás en el lugar de los tuyos, entonces te miraré con tus ojos
y tú me mirarás con los míos”*

Jacob Levy Moreno

Este trabajo describirá el proceso psicoterapéutico que se realizó con una pareja que atravesaba un periodo de crisis. Se ha definido el concepto de pareja de variadas formas, para este trabajo consideraremos la definición realizada por la teoría psicodramática, que nos habla de las maneras de vincularse a través de los roles que cada uno de los miembros de la pareja desempeña en la relación.

Pueden existir parejas muy distintas en sociedades diferentes, donde las maneras de vincularse generan diferencias significativas en su formación, teniendo relación directa con el contexto en que se desenvuelven. Este concepto se ha visto modificado a través de la historia. Un ejemplo de esto se da en los cambios del rol de la mujer en la sociedad, lo que se observa directamente al interior de la pareja y así mismo dentro de la familia. La mujer comienza a utilizar espacios laborales y sociales que hasta algunas décadas no correspondían al género, dando lugar a modificaciones en la forma de relacionarse con la pareja, las maneras de vinculación son distintas en la actualidad. Esto ha llevado a que el hombre debe modificar su rol, ya no queda sólo enmarcado en el de proveedor, sino además ha comenzado a incorporarse en la crianza de los hijos, y en labores domésticas, lo que antes no era pensado para su género.

La pareja va atravesando etapas desde su formación, así mismo existen ciertas crisis que podrían definirse como esperables, las cuales transcurren durante las distintas fases por las cuales atraviesa, sin embargo a estas crisis se suman aquellas particulares de cada pareja, en algunos casos éstas se relacionan con el asumir los roles de género y las expectativas depositadas en los miembros de la pareja.

Algunos elementos que facilitan la aparición de las crisis, tiene que ver con los desacuerdos entre tener o no tener hijos v/s desarrollar proyectos personales. Debido a esto, hoy en día el vínculo se experimenta como débil, inestable y con altas posibilidades de quiebres y separaciones. Es por esto que en nuestro país existe un porcentaje de parejas que recurren a procesos terapéuticos con el objetivo de mantener la relación y continuar con el proyecto creado entre ambos, antes de tomar la difícil decisión de separarse, buscando un espacio donde resolver sus conflictos con ayuda de un profesional.

Considerando este contexto, en el siguiente trabajo se pretende dar cuenta de forma descriptiva algunos aspectos de la intervención realizada a una pareja en crisis, atendida en COSAM (Corporación Salud Municipal) de la comuna de Puente Alto. La pareja atendida presentaba dificultades para resolver conflictos, dificultades en el estilo de la comunicación, en asumir roles paternos y en separarlos de los roles de pareja.

Esta intervención se realizó utilizando metodología y técnicas psicodramáticas, las cuales fueron aplicadas durante el proceso terapéutico. Dichas intervenciones, desde este paradigma, serán descritas en el presente trabajo, dando a conocer como el Psicodrama llega a ser una herramienta útil para intervenir.

Se describirán, por lo tanto, las técnicas utilizadas y el impacto que generan en el proceso terapéutico de la pareja consultante. Para esto se llevó registro escrito de las intervenciones realizadas, con su posterior análisis lo que permitió que se generaran ciertas modificaciones al interior de la pareja, respecto a la crisis que los llevó a consultar.

Nos interesa dar cuenta de la aplicación de técnicas psicodramáticas concretas utilizadas durante un proceso que incluye no sólo los conflictos al interior de la pareja, sino además a las repercusiones que la crisis deja en los demás miembros de la familia, en este caso en el hijo de ambos consultantes, quien presenta sintomatología en la forma de vinculación no sólo con sus padres, sino también en otros contextos, fuera de la familia, lo que genera mayores dificultades para la pareja en la resolución de sus conflictos como cónyuges. Lo que da cuenta de cómo la pareja, familia y sociedad se van influenciando entre sí.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La pareja como sistema de organización social es una de las forma de vincularse en nuestra sociedad, generalmente todas las personas buscan formar pareja en algún momento de su vida, probablemente por presión social, ya que nuestro mundo está organizado en base a las parejas, y por deseos conscientes e inconscientes producto de la estructuración de nuestro aparato psíquico desde nuestro nacimiento; en una cultura que considera la dinámica de pareja como base fundamental de la sociedad.

La pareja es considerada la base de la familia, existen diversas formas de definirla, así como también variadas formas de relacionarse en pareja, cada pareja es única, con su propia historia, estilo de vinculación, códigos compartidos y maneras de enfrentar los conflictos. Una de las posibles definiciones de pareja es “...una configuración binaria complejo de roles simétricos. En esta complejidad, existen una serie de variables de carácter social, cultural, familiar y transgeneracional...”¹. La pareja se define en tres áreas fundamentales. La primera es el área afectiva, referida a sentimientos de cariño afecto y compañerismo. .La segunda es el área sexual concerniente al hecho de ser amantes, los sentimientos y sensaciones de atracción. Finalmente, la tercera es el proyecto común, el como se visualiza la pareja hacia el futuro, el nivel de profundidad y coincidencia en los valores, el sentido y propuesta de vida. Una de las funciones esperable socialmente dentro de la pareja es la procreación con el fin de trascendencia.

Consideramos importante abordar este tema de la pareja en crisis por el alto índice de conflictos y fracasos en las relaciones de pareja, que en algunos casos no pasa por la falta de amor sino que por la forma de resolver sus diferencias, la rutina y la falta de comunicación. Esto podría ser la puerta de entrada para que se desarrolle la agresión y violencia dentro de las relaciones de pareja. Las cifras avalan esta realidad: según el Instituto Nacional de Estadísticas (INE), en Chile uno de cada dos matrimonios termina en

¹ Gloria Reyes C. La Práctica del Psicodrama. RIL Editores, 2007

separación. Y para peor, "muchas parejas del 50% restante, que no llegan a separarse, se llevan mal"²

Este trabajo pretende ser un aporte a la terapia de pareja desde la perspectiva psicodramática como una alternativa al tratamiento que se ofrece en el ámbito de la salud pública. En las atenciones en COSAM no existen programas específicos para parejas en crisis, por lo tanto, mostramos una atención realizada desde el psicodrama como una manera novedosa de intervención de la cual no se encuentran precedentes en la comuna mencionada.

Nuestro trabajo abordará el tema de la crisis de pareja no normativa a partir de la intervención realizada desde la psicoterapia psicodramática en una pareja usuaria de Corporación de Salud Municipal (COSAM) de la comuna de Puente alto.

Dentro de esta comuna existen centros de intervención a nivel familiar, sin embargo, en la mayoría de los casos están relacionados con el uso y abuso de drogas y alcohol, como respuesta a esta problemática, y no directamente a situaciones de pareja en crisis por otros motivos.

² http://www.mujereshoy.com/imagenes/3838_a_MujeryDesarrolloCepal2007.pdf

PREGUNTA DE INVESTIGACION

¿Cómo podemos abordar desde la psicoterapia psicodramática los conflictos de pareja?

Objetivo General

-Abordar los conflictos de pareja desde la mirada psicodramática

Objetivos específicos

- Aportar un diseño de intervención terapéutico para parejas.
- Implementar desde el Psicodrama un modelo de intervención para parejas en crisis.
- Dar cuenta del proceso realizado con una pareja en crisis, usuaria de COSAM de la comuna de Puente Alto
- Utilizar técnicas psicodramáticas para diagnosticar a la pareja.
- Aplicar técnicas psicodramáticas para la intervención con la pareja en crisis.

MARCO TEÓRICO

Según Gloria Reyes, en *Psicodrama Paradigma, Teoría y Modelo*, el psicodrama no sólo es una teoría, sino que constituye un paradigma que incorpora una epistemología, una forma de conocer y acceder a las diversas dimensiones del mundo social e intrapsíquico. De este paradigma derivan tanto teoría, como método y técnica. El psicodrama es una forma de psicoterapia, ideada por J.L. Moreno, inspirada en el teatro de improvisación y concebida inicialmente como grupal o "psicoterapia profunda de grupo". Además del teatro deriva de la sociología, Moreno propone que el ser humano en su condición de libertad puede desarrollarse en su ser individual, sin masificarse en conservas culturales, pero adecuándose e integrándose a otros. Esto supone una oposición a la teoría individualista instintiva de Sigmund Freud, y así mismo al colectivismo marxista. Respecto a la influencia que recibe de la psicología, Moreno concibe lo psicológico como una interrelación de lo intrapsíquico grupal e individual.

Se puede definir psicodrama como “una técnica global que integra el cuerpo, las emociones y el pensamiento. Hay terapias que se concentran en la parte corporal, como la terapia psicomotora y muchas variedades de grupos de encuentro; hay otras que hacen énfasis sobre las emociones y sentimientos, como la terapia centrada en el cliente, y hay formas que dependen sólo de la comunicación verbal, como la psicoterapia tradicional. El psicodrama integra los tres aspectos con un énfasis particular en la acción corporal para reforzar los sentimientos y las emociones.”³

³ Ramírez, José agustín *Psicodrama, Teoría y Práctica*. Editorial Agora Brasil 3era Edición, 2004, cap. 1, Pág.23-24)

ESPONTANEIDAD Y CREATIVIDAD.

Dentro de su mirada, Moreno considera al ser humano como ser espontáneo, que es capaz de crear continuamente su propio destino. El concepto de espontaneidad es considerado el núcleo central de la teoría de Moreno. Para el autor, espontaneidad es “la respuesta de un individuo ante una situación nueva, o la nueva respuesta delante de una situación vieja. La Espontaneidad no consiste en hacer cualquier cosa en cualquier momento y en cualquier lugar y de cualquier manera”⁴. Ser espontáneo es hacer lo oportuno en el momento necesario. Otro de los conceptos básicos para Moreno, y que está íntimamente relacionado con el de espontaneidad, es el de creatividad. Si el hombre es espontáneo, es creador de su propia existencia.

La creación acompaña al hombre espontáneo en su vida diaria, en sus obras ordinarias, en su enfrentamiento con todo su ser a las situaciones nuevas o viejas que se le presenten en la vida. “Moreno hace constante hincapié en la integración del hombre en su totalidad: cuerpo, sentimiento, voluntad y pensamiento. Cuando se enfrenta a la vida en sus variados matices y múltiples manifestaciones con todo su ser, estará obrando espontáneamente y su obra será siempre creadora”⁵.

El hombre es un genio potencial, en un permanente estado de adecuación a la realidad que le toca vivir. Esa espontaneidad creadora, no está encerrada, sino que está dirigida hacia el encuentro con los otros seres y lo social es constitutivo de la personalidad misma, pertenece

⁴ . Bermúdez, Jaime G. Rojas. Introducción al Psicodrama. Editora Mestre Jou, São Paulo, 1970.

⁵ Artículo publicado en la Revista Xictli de la Unidad UPN 094 D.F. Centro, México. Se permite su uso citando la fuente. Dirección www.unidad094.upn.mx)

a la esencia del hombre. No concibe un hombre sin potencialidades y tampoco lo imagina solo, o aislado.

Moreno preocupado por las posibilidades de la humanidad como especie y por el futuro de los hombres entre sí, buscó permanentemente caminos que lo ayudaran a desarrollar ese potencial creativo de las personas y lo encontró en la posibilidad resolutive de la representación dramática, esa vieja aliada del ser humano, iniciando su trayectoria en el ámbito del que hacer teatral.

Desarrolla entonces el Teatro Espontáneo, un teatro en el cual director y actores van produciendo, creando, un argumento único e irrepetible, un teatro sin textos prefijados, donde el desarrollo de la trama va surgiendo a partir de ese vínculo entre los que participan. No hay libro o guión previo, ni roles pre- asignados, sino que es en el devenir de las interacciones y escenas que éstos se van configurando.

El Psicodrama, como hemos relatado, tiene sus raíces en el teatro. La acción y la escena son nodales como procedimientos de elaboración y desarrollo de los conflictos e incluye el cuerpo de un modo particular. Su modalidad de trabajo posibilita el desarrollo del pensamiento en escenas y facilita el despliegue en “condición de simultaneidad”, de aquello que en el relato verbal es necesario desarrollar secuencialmente.

ELEMENTOS

Este modelo terapéutico se caracteriza por una serie de elementos que lo constituyen:

Director, es también el psicoterapeuta. Este director o psicodramatista coordina el trabajo completo de un psicodrama, desde el inicio y hasta su fin, tanto en el trabajo grupal como en el bipersonal.

Protagonista, es el que “encarna”, “le pone el cuerpo” al tema y a las emociones religantes en un grupo. Sus escenas son, en algún modo las de todos; sus conflictos son los que ese entramado grupal ha necesitado “ver en cuerpo y escenas” en ese momento. Es quien emprende el camino en búsqueda de nuevas posibilidades para abordar lo que le acontece, de nuevos sentidos para sus preguntas, de nuevas comprensiones para sus detenimientos. Los nuevos significados que encuentre, las emociones que pueda atravesar, lo novedoso que le suceda allí es creación de él y posibilitado por todos en ese escenario.

Yo Auxiliares, son los que desempeñan todos aquellos roles necesarios para que las escenas del protagonista puedan desarrollarse. “Auxilian” al protagonista para que la acción sea posible, hacen por él, lo que él no puede hacer en ese momento. Estos auxiliares pueden ser profesionales especialmente entrenados para poder tomar roles e interactuar desde ellos, o pueden ser elegidos por el protagonista entre sus compañeros de grupo (yo auxiliares espontáneos).

Audiencia o Público, son todos aquellos miembros del grupo que no son protagonistas, ni participan como yo-auxiliares. De este grupo emergió el protagonista con una escena y una secuencia dramática que le es propia y es del grupo. Con una escena que también es surgida desde el entrecruzamiento de las escenas movilizadas en el “co–inconciente grupal”. Desde esta mirada esta audiencia resuena, contiene, acompaña, presencia activamente y testimonia con su presencia los nuevos sentidos, significados y posibilidades que la escena encierra.

Escenario, espacio escénico dónde las vivencias, emociones, situaciones, recuerdos, fantasías, deseos, dolores y alegrías del protagonista pueden desplegarse en toda su plenitud. En este espacio los sucesos ya vividos, los deseos no realizados, los sueños, las alucinaciones, los delirios; todos pueden desarrollarse, en busca de una resolución o un sentido diferente. Puede tener formas diferentes o ser delimitado en el momento; pero debe estar claramente definido ya que es allí donde se ubica el “locus” de la escena, con su

tiempo, sus personajes, su espacio, sus objetos y sensaciones; así como también la trama vincular que interconecta.

ETAPAS.

Además existen diferentes etapas de este proceso terapéutico:

- **Caldeamiento:** Una representación con una vivencia plena y emotiva vivencia, requiere previamente una preparación o "puesta en clima". Las actividades destinadas a lograrlo, de todo tipo, configuran la primera etapa del proceso, denominada "*calentamiento*". En cada sesión se requiere un calentamiento previo a la realización de un psicodrama, destinado en un primer tiempo a generar el "clima" para que los participantes se "conecten" con algunos de sus problemas y que alguna(s) persona(s) desee(n) realizar su psicodrama. Luego de elegida la que será protagonista, esa persona requiere un *calentamiento* para poder "meterse" en su escena a representar hasta estar preparada para vivenciarla al máximo.

- **Escenas ó Dramatizaciones:** es la acción en el escenario dramático, desarrollo de una situación con sus personajes, la calidad y el tipo de la relación entre ellos, los climas afectivos, los tonos de voz, las miradas, los gestos, lo dicho y lo callado, los colores y los olores. En ese "aquí y ahora de la dramatización cobra vida la vida misma.

- **Sharing o compartir:** Luego de finalizada la representación, el grupo reunido, director, auxiliares y público, tiene la oportunidad de "compartir". Este momento está destinado a que luego de que el protagonista expuso sus sentimientos, pensamientos y problemas ante las demás personas, también las otras personas expongan los de ellas. Un objetivo importante es que el protagonista no se sienta el único con sus problemas y sienta el apoyo, comprensión y contención de los integrantes del grupo, que también pueden abrirse y expresar los suyos. Es importante, en concordancia con los objetivos enunciados, no incluir aquí opiniones, críticas ni "interpretaciones" a lo actuado, sino expresar historias, sentimientos o problemas propios de cada uno que habla. La falta de observancia de esta orientación por parte de algunos directores, pertenecientes a orientaciones psicoterapéuticas "interpretativas", plantea contradicciones con los principios aquí enunciados, que no es pertinente analizar aquí, por no relacionarse con la finalidad de este trabajo.

TEORIA DE LOS ROLES

El hombre existe en cuanto un nosotros lo contiene y estructura. La teoría de los roles, iniciada por J.L. Moreno, plantea al hombre como un ser que se integra en la medida en que, en un constante nosotros logra individualizarse y diferenciarse lo suficiente como para crear nuevos nosotros o matrices que Moreno define como el “locus” o lugar de acontecerse que brinda continente a la acción creadora. Para Moreno un acto fundante espontáneo da origen a la vida en la matriz cósmica que se establece en una nueva forma, dentro de la cual se da el salto a la evolución del ser humano, cuando en un posible nosotros, una vinculación en un espacio y tiempo precisos origina la matriz genética humana.

La matriz de identidad, se encuentra constituida por la relación entre la madre y el niño, dónde se desarrollan los roles psicosomáticos que permiten la estructuración de un yo encarnado en un cuerpo relacional.

La matriz subsiguiente, matriz familiar, formada por los vínculos existentes entre los miembros más próximos de una familia, posibilita el desarrollo de los roles originarios o fundantes (madre-padre-hijo). Superpuesta en estas dos matrices aparece la tercera matriz, la matriz social, poblada de otros significativos. En ella surgirán los roles sociales. Los roles surgidos y desarrollados en estas tres matrices se complementan entre sí y logran la inserción personal en el mundo circundante. El hombre, de acuerdo a la teoría de los roles, es un ser relacional situado en un nosotros vivencial, encarnado y presente en un espacio-tiempo limitado, dentro del cual, como una mera diferenciación en un todo transcurrirá su vida, como un ser simbólico, simbolizado y mítico existente en sucesivas matrices. Finalmente se reintegrará modificado por la experiencia ineludible de la vivencia y el nosotros, la vida, a aquella matriz cósmica de la cual partió.

El psicodrama como método psicoterapéutico tiene un referente teórico en la teoría de los roles, que da fundamento también a los otros procedimientos del método: el sociodrama y el rol-playing. La teoría de los roles concibe al hombre como un ser en relación cuyas primeras vinculaciones van a establecerse a partir de su cuerpo, con su presencia encarnada

en el mundo y su contacto con otros seres que lo complementan en el ejercicio de sus funciones corporales, las que en los comienzos de la vida de cada individuo se realizan únicamente con la complementación de otro. Un bebé sólo se alimenta si hay quién le dé de comer, es decir, si existe la posibilidad que le brinda el vínculo.

En esta complementariedad se desarrollan los roles psicosomáticos que darán basamento a toda vinculación posterior. El proceso de estructuración de los roles psicosomáticos se cumple dentro del espacio-tiempo continente que constituye la matriz de identidad y corresponde fundamentalmente a la relación madre-hijo. En esta matriz cada rol posee una zona corpóreoespacial. Por ejemplo en el rol de ingeridor, la boca, el pecho y sus acompañantes, en el rol del que ríe, la cara humana, la mirada y la sonrisa, forman esa zona-vínculo propia dentro de la que se desarrollarán. Es este concepto el que lleva a incluir una tercera dimensión, la espacial. En el trabajo psicoterapéutico utilizando el instrumento del escenario, espacio delimitado por consenso grupal como el área del “como-si”.

El escenario permite, por medio de los vínculo que se establecen, la creación de una matriz psicodramática, es decir, un espacio-tiempo continente dónde se despliega el interjuego de roles. Esta matriz, es semejante a la de identidad, la familiar o la social, estructurantes de los roles.

A cada una de estas matrices pertenece sucesivamente la creación de los determinados tipos de roles psicosomáticos: originarios o sociales.

De acuerdo al grado de espontaneidad y de libertad del proceso evolutivo de un nuevo rol, se pasa por tres etapas:

- Rol Taking, se toma o adopta un rol, de manera de imitación, a partir de los modelos disponibles
- Rol Playing, es el jugar a un rol, explorando simbólicamente sus posibilidades de representación
- Rol creating, es el desempeño del rol de manera espontánea y creativa.

Cada escena dramatizada o a dramatizar, constituye una zona donde se encuentran presentes todos los elementos espacio-temporales el accionar de un rol y su complementario. Este accionar crea una nueva zona-escena en la que surgen desconocidos elementos que posibilitan el desarrollo del programa psicodramático para alcanzar una catarsis de integración. Este es el momento fundamental en la terapia psicodramática, en el que tiene lugar un acto creador, que con tal carácter provocará una modificación en los o el protagonista, permitiéndole incorporar a sus roles desplegados en el escenario aspectos de los mismos que habían quedado obscurecidos o no habían sido desarrollados e integrados a el yo del protagonista, hasta ese momento. Para Moreno el primer acto espontáneo es el nacer. A partir del momento en que atraviesa el canal del parto, desaparece la unidad biológica y surge la necesidad imperiosa de una acción: la respiración independiente para poder sobrevivir y con la cual pasa a ser actor de su existencia, queda fundado aquí el rol psicosomático de respirador. Con esta primera respiración, respuesta espontánea frente a un mundo de cambio, comienza el largo proceso de diferenciación, la construcción de su yo y la adquisición de su cuerpo.

Los roles jugados en el escenario son repetición de aquellos desempeñados en la vida, pero en la medida en que se juegan, se van recreando en los tres niveles: imaginarios- afectivo y simbólico, por lo que consecuentemente se reinscriben con características diferentes, aumentando las posibilidades de expresión creativa y espontánea, facilitando así la vinculación

TEORÍA DE LOS CLUSTERS.

Moreno señala que los roles intercambian experiencias, a través de la agrupación según ciertas dinámicas. Ante esto, Dalmiro Bustos propone la agrupación de los roles en ramilletes o clusters, partiendo de la base de que en cada período el niño va incorporando experiencias que han de influir fuertemente en su desarrollo, pudiendo comprenderse este aprendizaje en tres grupos.

1) **Cluster uno o materno.** Se relaciona con el estado de absoluta dependencia del bebé, ya que no puede valerse por sí mismo. Esta etapa se determina por la dependencia, siendo el rol complementario el de la madre.

Es necesario aprender a depender para el desempeño de la vida adulta, sin embargo también es necesario saber recibir, aceptar ser cuidado, manejar saludablemente la vulnerabilidad, lo cual da cuenta de cómo hemos vivido esta primera etapa.

La autoestima es en gran parte condicionada por esta etapa, la ternura y receptividad anticipan una relación amorosa consigo mismo.

Las experiencias adquiridas en forma primaria, al no estar configurado el aparato psíquico, tienen un registro tensional mayor. Dicho registro es el primero en desarrollarse, luego se desarrolla el registro afectivo y finalmente el intelectual.

Las experiencias negativas pueden entorpecer mucho el desarrollo posterior. Citando a Dalmiro Bustos “el estado de abandono y desamparo, pueden generar una incapacidad del ser humano de pasar al siguiente estadio de desarrollo con elementos suficientes para la sobrevivencia”.⁶

Esta cluster se puede resumir, en aquel asociado a la contención, a la receptividad y a la ternura. Tiene que ver con aceptar las necesidades de dependencia, de ser acogido, recibido y sentir confianza básica.

⁶ : Bustos, Dalmiro. Las Huellas de la vida. La teoría de los Cluster. Fotocopia del Postgrado Psicodrama.

2) **Cluster dos o paterno.** El bebé comienza a diferenciarse de los objetos inanimados, comienza a manifestarse el “yo puedo”, aparece un nuevo personaje, el padre o quien ejerce la función paterna. Se comienza a conquistar la autonomía, utilizando un yo auxiliar que le enseña. Aparecen así mismo, las normas que orientan, representando límites. Se genera la noción rudimentaria de lo aprobado o desaprobado, las normas aprendidas en este momento tienen la fuerza de un mito irrefutable. Este paso de la dependencia a la autonomía es natural y debe ser vivido con espontaneidad. Si en el cluster uno se aprende a aceptar las necesidades, en el cluster dos se aprende a reconocerlas, dominarlas y administrarlas. Como primer criterio de elección está el padre, sin embargo hay más opciones, con lo cual aparece la capacidad de relacionarse con diferentes personas. En ambos clusters la vinculación se realiza a través de vínculos asimétricos.

En este período se aprende el ejercicio de la autoridad. Al saber lo que queremos, y poder leer las necesidades, podemos ir en busca de aquellas, esto hace necesario que utilicemos nuestro poder de ejercer la autoridad. Aparece además el rol de líder, podrían aparecer los celos, dependiendo de las ansiedades básicas predominantes en el cluster uno. El manejo de la agresión también corresponde a esta etapa del desarrollo. La capacidad creadora, de generar hechos e ideas se relaciona con el cluster uno, la capacidad de canalizarlas, darles forma es función del segundo cluster.

Este cluster se puede resumir en la seguridad, el poder, el rol al mundo, realizar proyectos y consolidar la autonomía. Aparece la necesidad de expansión.

3) **Cluster tres, o fraterno.** En las primeras etapas se ha aprendido a caminar y buscar lo que se quiere con el amparo de los yo auxiliares, lo que nos habla de asimetría protectora. Aparecen ahora los pares, ya sea hermanos, primos, amigos, los que si son agredidos responden con agresión de vuelta. Esto da cuenta de la simetría, siendo el par complementario los hermanos. Los vínculos que genera la simetría contienen tres dinámicas, el compartir, competir y rivalizar. La negociación es esencial en este tipo de

relaciones. Los pactos nacen de acuerdo a una relación simétrica en la que se está dispuesto a ceder algo para obtener algo, es decir manejarse en la relación de pares.

Este cluster nos invita a la capacidad de opción. Puedo elegir, y elijo estar, sería una forma responsable y adulta de establecer vínculos, no poder optar implicaría una atadura que generaría hostilidad.

TEORÍA DE VÍNCULOS

Para el Psicodrama lo primero es el vínculo, Moreno al desarrollar su Teoría de las Relaciones interpersonales, pone su atención en éstos. Fernando Taragno, en el prólogo de Teoría del Vínculo de Pichon Riviere, citado en Peligro Amor a la vista de Dalmiro Bustos⁷, nos dice que con la teoría del vínculo se logra realizar un salto cualitativo desde la teoría psicoanalítica, predominantemente intrapsíquica, a una psiquiatría social, considerando al individuo como resultante de una dinámica mecanicista, no de la acción de instintos y de objetos internalizados, sino del inter -juego establecido entre sujeto y objetos internos y externos, en una predominante relación de interacción dialéctica, la cual se expresa en determinadas conductas. Pichon Riviere plantea, en el mismo texto que la noción de objeto, de ésta forma es bastante más completa. La relación de objeto es la estructura interna del vínculo, en cuanto el vínculo es siempre de carácter social.

“Podemos definir el vínculo como una relación particular con un objeto; de ésta relación particular resulta una conducta más o menos fija con ese objeto, la cual forma un pattern, una pauta de conducta que tiende a repetirse automáticamente, tanto en la relación interna como en la relación externa con el objeto. Tenemos así dos campos psicológicos en el vínculo: un campo interno y un campo externo. Sabemos que hay objetos externos y objetos internos. Es posible establecer un vínculo, una relación con un objeto interno y también con un objeto externo... “Lo que más nos interesa desde el punto de vista

⁷ Bustos, D. (1991). Peligro Amor a la Vista. Buenos Aires, Argentina: Editorial Momento.

psicosocial es el vínculo externo⁸. El mismo autor nos señala que el vínculo interno estaría condicionando, por lo tanto aspectos externos y visibles del sujeto, el carácter de un sujeto, es decir la manera habitual de comportamiento, puede entonces ser comprendido por una relación de objeto interno.

Dalmiro Bustos, en Peligro Amor a la Vista nos señala que el vínculo es una unidad dinámica que está en constante movimiento. Es importante localizar el vínculo en el lugar en que se realiza el encuentro, el vínculo se produce en mutualidad, la cual no implica que la elección de los miembros haya sido equivalente en fuerza. Esto se refiere a que es en el vínculo donde se manifiestan por ejemplo las llamadas ansiedades básicas, las cuales debemos dejar de considerar como estructuras cristalizadas. Bustos nos señala, que es frecuente denominar a un paciente como muy celoso o muy envidioso, dando cuenta que esto es doblemente falaz, por una parte no podemos cuantificar los celos o la envidia, y por otra parte en el vínculo terapéutico es natural que paciente y terapeuta ocupen un lugar en la relación. El terapeuta es el buscado por el paciente, él tiene otros pacientes, pero el paciente tiene un solo terapeuta en quien deposita su confianza, ocupando una posición de seguridad. Los vínculos tienden a establecer una dinámica compensatoria, si A asume determinada conducta, B asumirá la compensación a dicha conducta. Por ejemplo si uno de los sujetos manifiesta duda, el otro asumirá un rol afirmativo, si uno asume su aspecto pasivo, el otro asumirá la actividad. De esta forma, con frecuencia se delega la responsabilidad sobre la respuesta que cada uno da al estímulo.

El vínculo es dominado a través de la elección del complemento, esto puede llevar a que una persona, al estimular a otra genera que el segundo termine ejerciendo el complementario esperado. Por lo mismo se podría considerar al vínculo a la vez, como una cárcel y una liberación; nos libera del aislamiento, pero nos encarcela en la mirada de otro. Esto se relaciona con el concepto ya mencionado de espontaneidad, la salud de un vínculo

⁸ Pichon-Riviere, E. (1989). Teoría del Vínculo. Buenos Aires, Argentina: Editorial Nueva Visión, capítulo 2, Pág. 35

dependerá de la capacidad de ambos de estimular recíprocamente la espontaneidad, permitiéndose desarrollas junto al otro todo su potencial.

En relación a esto Gloria Reyes ⁹, menciona el concepto de transferencia, existen diferentes concepciones de este concepto, para Moreno sería “depositar en el otro, a través del vínculo, objetos internos introyectados en relaciones interpersonales anteriores, fundamentalmente de carácter primario”, un sujeto transferiría cuando matriz en forma más o menos rígida y repetitiva un modelo vincular, creado en una relación que quizás fue adaptativo, llevándolo a relaciones que pudieran no requerir dicho modelo vincular. De esta forma perdemos espontaneidad y creatividad en los vínculos.

En cuanto a la complementariedad de los vínculos, la autora señala que ésta puede ser patológica o sana, lo que dependería de ciertos aspectos:

- el momento de desarrollo donde se gesta. Será más patológica si está actualizando vínculos generados en situaciones pre verbales, siendo en el vínculo estimulados un libreto y un rol complementario con ausencia de tele, es decir que no es posible ver al otro, en su totalidad, sin depositar en él aspectos vinculares propios que se rigidizan.
- El grado de libertad para salirse o no de la complementariedad, será más patológica mientras más rígida sea, es decir, con menor espontaneidad.
- Nivel de disfuncionalidad, se refiere al grado de desadaptación o destructividad de la complementariedad. A mayor grado de compromiso y daño del sujeto, será más patológica.

⁹ Gloria Reyes C. Psicodrama. Paradigma, Teoría y Método. Editorial Cuatro Vientos. 2ª Edición, 2006.

- Autoconciencia, se relaciona con el grado de ego-sintonía o ego-distonía del vínculo. Mientras más ego-sintónica sea, será más patológica y más resistente al cambio.

“Otra dimensión particular de la cual se desarrollan los vínculos es desde la asimetría hacia la asimetría vincular. Esto es, en las primeras fases del desarrollo – simbiosis e indiferenciación-, el bebé está absolutamente dependiente de los adultos que lo cuidan; el grado de responsabilidad y determinación de la modalidad vincular es fundamentalmente de los adultos”.

“En la medida en que el niño comienza a adquirir la función de autonomía, diferenciar a otro y otros, empiezan a aparecer en sus configuraciones vinculares los pares –hermanos, primos, amigos-, a través de los cuales surge la posibilidad de vínculo simétrico, por lo tanto de compartir y competir”¹⁰.

PSICODRAMA Y PAREJA.

“En el proceso psicodramático exploramos en la acción, anticipadamente como dos personas se comportarán si se casan. Si ya están casados, exploramos cómo se comportan ahora en varios roles. En otras palabras, entramos en el contexto real de su relación.”¹¹

En la teoría psicodramática "se parte de la consideración básica y central de los vínculos como centro neurálgico del ser humano"¹². Lo primero es el vínculo "no hay Yo sin Tu", nos dice Moreno. Todo vínculo además se realiza a través de un rol y su contrarol. Como señala Dalmiro Bustos en el capítulo de su obra Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática. La persona privada y los roles que desempeña, entran en interacción con la otra persona privada y sus roles, de donde surge toda la gama de ajustes y conflictos posibles.

¹⁰ Gloria Reyes C. Psicodrama. Paradigma, Teoría y Método. Editorial Cuatro Vientos. 2ª Edición, 2006. pag 75

¹¹ Moreno, J.L. El Psicodrama, Terapia de Acción, Los principios de su práctica. Cap. III, pag. 91)

¹² (Bustos, D. M.: "Nuevos Rumbos en psicoterapia psicodramática" Ed. Momento, 1985,

La teoría psicodramática nos permite comprender desde su desarrollo vital las configuraciones vinculares a partir de las cuales se cristaliza un rol, desde donde éste paciente se vincula con los demás.

La pareja constituye, por lo tanto, una configuración binaria a partir de la cual podemos reconocer distintos modos de establecer el vínculo.¹³ Gloria Reyes en *La Práctica del Psicodrama*, señala que en esta configuración binaria compleja, existen una serie de variables de carácter social, cultural, familiar y transgeneracional.

Además la autora refiere que pareja puede ser definida desde tres áreas fundamentales, estas áreas son:

- área afectiva, se refiere a los sentimientos de cariño, afecto y compañerismo.
- Área sexual, referida al hecho de ser amantes, a los sentimientos y sensaciones de atracción.
- Proyecto común, se refiere a cómo se visualiza la pareja a futuro, el nivel y profundidad de coincidencia en los valores, en el sentido y propuesta de vida.

Existen, dentro de un vínculo de pareja, ciertas características inherentes, una de ellas es la complementariedad, toda manera de vinculase con otro tiene un necesario oponente, como por ejemplo el machismo exalta el modelo de hombre triunfador, activo y sin inseguridades, lo que genera el complementario de la mujer vulnerable, insegura, sin experiencia y protegible. Existe un ideal social que cada uno recrea, transforma y proyecta sobre su pareja, así como también existe un contraideal, el cual coincide con una imagen temida y rechazada. Previo al establecimiento del vínculo, estas imágenes existen pudiendo ser más o menos concientes. Al encontrarse estas imágenes ideales se dan las condiciones para el enamoramiento¹⁴ No es fácil encajar en este modelo, por lo cual comienza la lucha por ser lo que uno es, y no lo que el otro espera.

En el mismo texto, Dalmiro Bustos señala los conceptos de:

¹³ Dalmiro Bustos, *Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática*, Cap IV Pág. 51

¹⁴ Dalmiro Bustos, *Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática*, Cap IV Pág. 53

- Complementariedad plástica, bidireccional, el autor lo formula de la siguiente manera “soy lo que soy, acepto como vos sos, acepto tus cambios aunque no sean concordantes con mis expectativas, espero que vos también lo hagas”. Desde esto podemos decir que caemos en un error al pensar en el vínculo como una estructura fija. Puede surgir una crisis a partir de los cambios, sin embargo si los cambios son incorporados la vínculo, éste se puede enriquecer.

La complementariedad es un proceso dinámico, que se activa y modifica sobre la base de recíprocas estimulaciones de ambas partes de la díada, este tipo de vinculación es frecuente en parejas, donde ambos actuarían roles que producen que se complementen. Es relevante que en una pareja éstos roles deben mantener cierta flexibilidad, lo que permitiría que se adapten a modificaciones en las situaciones por las que atraviesa la pareja. En este tipo de complementariedad se da la recíproca colaboración, se sustenta en intereses y habilidades de la pareja, adecuándose a los requerimientos del entorno, no existe cristalización de los roles.

- Suplementariedad, especialmente en períodos de crisis, existe la fantasía de todo ser humano, proveniente de niveles profundamente regresivos, de ser parte del otro, lo que implica la aceptación y amenaza de la pérdida. La suplementariedad alude a esta fantasía, relacionada con que la relación se convierta en baluarte contra la frustración, el tiempo, el envejecimiento y la muerte. Esto puede llevar a la exclusión, con códigos privados que solo la pareja entiende, que los conduciría al aislamiento social, como una manera de defenderse del mundo.
- Complementariedad patológica concordante, implica la transferencia de historias vinculares pasadas y no la percepción del otro, desarrollándose en la relación un complemento patológico interno, se cristalizan los roles, dejándolos sin flexibilidad. En este tipo de vínculo existen dos opciones, una de ellas es escoger el complementario interno como pareja, o hace actuar el otro este complementario.

Aspectos transgeneracionales del vínculo

Como ya fue señalado, en la pareja existen variables que influyen. Dentro de estas encontramos las variables familiares, las cuales se hacen presentes a través de las familias de origen de cada uno de los miembros de la pareja, quienes van a ir actualizando modelos, valores, roles sociales, temáticas de género, etc. La pareja crea una complementariedad donde de una u otra forma se expresan y entrelazan los conflictos e historias de cada familia de origen. El desafío tiene que ver entonces con crecer en pareja considerando la parte que sirve de esta historia, pero recrear sus propios modelos de funcionamiento, que trasciendan los mandatos, adecuándose a los requerimientos actuales, generando su propia individuación.¹⁵

Las pautas de interacción que se van elaborando no suelen ser discernidas con conciencia, simplemente se dan. Muchas se desarrollan con poco esfuerzo, se van generando a medida que la pareja se va estructurando como tal. Se pierde en parte la individuación, sin embargo aparece el sentido de pertenencia, desde ahí las pautas de interacción establecidas gobiernan la manera en que los cónyuges se experimentan a sí mismos y al compañero dentro de la relación.

En este sentido toma fuerza lo transgeneracional, que tiene que ver con lo anterior, pero en un nivel más profundo e inconsciente. Consiste en los mandatos de género, de familia y de identidad que provienen de ambos miembros de la pareja, desde la línea matrilineal y patrilineal respectivamente.

Roles en pareja.

Al configurarse un vínculo de pareja, cada uno de los miembros asume roles que van a determinar algunas pautas en la relación, dando una forma particular a la vinculación entre ambos. Estos roles pueden ser diversos y relacionarse con distintas áreas del ser humano,

¹⁵ . Gloria Reyes C. La Práctica del Psicodrama. RIL Editores, 2007.

como ya hemos mencionado pueden ser flexibles o en algunos casos rigidizarse. El comportamiento y la interacción entre los miembros de la pareja va a estar expresada en los roles de cada uno.

Ejemplos de roles en pareja hay variados, consideramos relevante mencionar algunos fundamentales, y generales a cualquier pareja que ha constituido familia a través del nacimiento de hijos. Estos roles tienen la posibilidad de ser jugados de maneras muy particulares según el caso, sin embargo están presentes en los vínculos de la familia.

Nombraremos dos de ellos:

Rol Conyugal: Se relaciona con el vínculo formado por una pareja que ha decidido establecer una relación afectiva. Este vínculo sería percibido como refugio contra las tensiones del medio extra familiar, así como también es considerado vital para el crecimiento de los hijos, constituyendo un modelo de relaciones íntimas manifestados en las relaciones cotidianas de la pareja. Es importante que este vínculo se mantenga diferenciado con el de los hijos, de manera que los niños no se conviertan en parte de él, quedando atrapados en la relación de sus padres.

Rol Parental: Las funciones de este rol incluyen la crianza de los hijos y su socialización. Es el lugar en donde el niño aprende a considerar la autoridad, conoce si sus necesidades son contempladas o no, así mismo aprende a comunicar lo que desea, pudiendo modelar sus percepciones acerca de lo que es o no correcto, vivencia además el estilo con que su familia afronta los conflictos y las negociaciones. Es necesario que estos roles dentro de la pareja se vayan modificando a medida que el niño crece y sus necesidades van cambiando. Respecto al tema de la autoridad son los padres quienes tienen la responsabilidad de tomar decisiones que atañen a la supervivencia de la familia. Los problemas de establecer límites están relacionados con la vinculación con respecto a este tipo de rol.

CRISIS DE PAREJA.

En cuanto a las áreas descritas anteriormente, las parejas pueden entrar en crisis en una o más de ellas. Para resolver las crisis se describen tres alternativas. La primera de ellas consiste en enfrentar la crisis, comunicándose, redefiniéndose y creciendo tanto como individuos como el vínculo en sí mismo. En este caso la crisis de pareja constituye una posibilidad de desarrollo. Una segunda alternativa es la separación de la pareja, en este caso los momentos y espacios para la comunicación son pocos, por lo que las crisis no son expresadas ni enfrentadas en conjunto por la pareja. Al no ser trabajados los conflictos a base de la crisis, pudieran repetirse las historias en otros vínculos. La tercera alternativa es congelar la crisis con un sentimiento de frustración y sofoco, de esta forma aparecen diversas maneras de sintomatología.¹⁶

En relación a los vínculos, Pichon Riviere nos dice que todo cambio en uno de los miembros de la pareja, produce sufrimiento en ambos, por lo cual se requiere una readaptación del vínculo, lo que genera tensión y amenaza la estabilidad. La pareja puede ir aceptando las crisis, y prepararse para enfrentarlas, pero esta readaptación requiere plasticidad en la distribución de las tensiones inherentes al vínculo.

Dalmiro Bustos describe las fases por las cuales atraviesa la pareja, que serían tres crisis relevantes por las que pasan todas las parejas. El autor plantea que “vivir en pareja supone vivir en crisis”. El vínculo debe soportar transformaciones y pérdidas continuas, los ideales se cumplen parcialmente, se realiza un esfuerzo para ser como se prometió.

1. Primera Crisis.

Se relaciona con el enamoramiento y desenamoramiento. Tiene que ver con la idealización de la pareja, en esta etapa comienza a decaer dando paso al encuentro con la totalidad de la pareja, el vínculo sufre un duelo, pierde la omnipotencia, desde lo cual aparece la individuación, pueden verse e ir descubriendo que no eran tan maravillosos ni tan horribles

¹⁶ Gloria Reyes C. La Práctica del Psicodrama. RIL Editores, 2007.

como pareja. Se relaciona con conocer al otro tal cual es, aceptarlo con las dificultades renunciando al paraíso del ideal utópico de la felicidad. Esto implica el dejar de proyectar fantasías y deseos propios en la pareja. Si esta fase es superada, se puede comenzar a plantear un proyecto en común.

2. Segunda Crisis.

Se relaciona con la pérdida de la juventud, aparece la duda, el asumir la realidad y ver si se quiere estar ahí o no, “¿y si me equivoqué?, quizás debiera probar otras experiencias”. Abandonar la estructura familiar implica muchas pérdidas, las cuales pueden ser irreparables. El no asumir esta duda puede llevar al sofoco, pudiendo aparecer la imagen del amante como un deseo de vivir permanentemente en enamoramiento.

3. Tercera Crisis.

Se relaciona con un nuevo duelo, el compañero se trasforma en un aliado, ya no están los hijos conviviendo, por lo cual el vínculo se afirma como un compañerismo sólido. Aparece la oportunidad de mirarse uno al otro, un reencuentro. Sin embargo esto puede dar lugar a un vínculo sin vida, la buena o mala relación en esta etapa puede ayudar a un mejor o peor tránsito en esta etapa final de la vida. Se acentúa el miedo a la soledad, por lo que la separación en esta fase, es aún más difícil que en las anteriores.

Además de estas crisis descritas podemos encontrar crisis que son particulares en cada pareja. Estas se relacionan con diversos aspectos, entre ellos situaciones conflictivas que la pareja no es capaz de manejar por sí misma o situaciones que pueden relacionarse con los aspectos económicos, familiares, enfermedades, etc. Son crisis no esperables, que la pareja enfrenta y debe resolver, en algunos casos requieren consultar a un terapeuta que los ayude a solucionar estas dificultades, de manera que el vínculo se mantenga, y puedan continuar con el proyecto común. Estas crisis nos pueden mostrar aspectos propios de los miembros de la pareja, los que aparecen en maneras de enfrentar las situaciones y que se ponen en juego al interior de la relación, generando en algunos casos patologías del vínculo, ya que es éste el que se ve amenazado durante el período de cambio o crisis. Un ejemplo de esto, es cuando uno de los cónyuges se enferma o pierde su trabajo. El funcionamiento de la

pareja debe modificarse y adaptarse a las nuevas circunstancias, dejando al descubierto la flexibilidad de los roles que juega cada uno en la relación. Así como también la comunicación entre ambos, la capacidad de cada uno de enfrentar conflictos, entre otros aspectos que se observan en una pareja.

INTERVENCIÓN CON PAREJAS.

En psicodrama existen diversas técnicas para intervenir con los consultantes, algunas de éstas son utilizadas con mayor frecuencia cuando se trabaja con parejas.

Algunas de ellas son señaladas por Gloria Reyes en su libro “La práctica del Psicodrama” menciona algunas técnicas de intervención con parejas, dentro de éstas aparece la entrevista o exploración verbal. La autora señala que una buena escucha exploratoria tiene en sí misma un impacto terapéutico, pudiendo resignificar y modificar el motivo de consulta. En la primera entrevista, esta intervención tiene como propósito establecer contacto y crear un vínculo de confianza con la pareja, dando la oportunidad de realizar una contextualización general del motivo de consulta. Aparecen además los hitos históricos relevantes de la relación. Se puede explorar además la fantasía de cada miembro antes de asistir a la consulta en relación a la psicoterapia, o sus motivos y motivación para consultar.

Es importante en esta fase construir en conjunto el motivo por el cual han solicitado ayuda profesional, considerando la capacidad y posibilidades del terapeuta de intervenir en las temáticas presentes en la pareja, no podemos modificar algunas situaciones, ofreciendo cooperación en aspectos que no son manejables en sesiones terapéuticas.

Dramatización de Escenas.

La dramatización es mucho más que un relato, ya que no sólo es una repetición de lo que cada uno se cuenta a sí mismo. Esta técnica pone en juego la espontaneidad y permite explorar la escena vivida. El espacio es tridimensional. Permite elaborar las escenas

difíciles en acción, utilizando además técnicas dramáticas como por ejemplo la maximización, al detenerse en algún momento o gesto, poner en voz alta los sentimientos y pensamientos a través de los soliloquios. Esto permite ver desde el lugar del otro la situación a través¹⁷ del intercambio de roles, o verse a uno mismo desde fuera.

Escultura.

Como técnica básica recomendamos la técnica de la escultura para representar un modelo analógico de la escena interna del vínculo. Es una metáfora plasmada en lenguaje corporal de la subjetividad del escultor. Esta permite tomar conciencia de la existencia del otro y obliga a tomar contacto además con escena interna.¹⁸

Según gloria reyes en su libro “La Práctica del Psicodrama”, la escultura pretende indagar escenas internas complementariedades vinculares, roles contra roles y proyecciones futuras de la pareja , además permite explorar resistencias y temores

¹⁷ María Carmen Bello en El Modelo Psicodramático de la terapia de familia y pareja

¹⁸ Castro Dono, Carlos; Filgueira Bouza, Marisol ,”Conflicto de pareja y su tratamiento psicodramático, Servicio de Psiquiatría complejo hospitalario, Canalejo”, La Coruña España

MARCO METODOLÓGICO.

Metodología Cualitativa.

Se utilizará una metodología de tipo cualitativa, a través de la cual es posible describir las cualidades de un fenómeno, intentando abarcar la parte de una “realidad” considerando la subjetividad del observador como parte del fenómeno. Se intenta obtener un entendimiento de subjetividades de la manera más profunda posible. No se pretende demostrar alguna realidad ni realizar mediciones de variables, sino dar cuenta de un estudio a pequeña escala que sólo se represente a sí mismo, la idea es conocer los hechos, no realizar medición a los elementos del fenómeno, no se busca la exactitud, sino la descripción de las subjetividades. Tampoco se busca generalizar lo descrito acerca del fenómeno que se conoce como observador participante.

Se considera esta forma de metodología ya que se relaciona directamente con el paradigma de intervención aplicado, el Psicodrama.

A través del psicodrama podemos acceder a la realidad como parte de ella. No observamos los fenómenos desde afuera, no existe una realidad única a la cual podemos acceder, sino que la realidad se construye en relación directa con los hechos, situaciones, objetos o sujetos.

Muestra.

En este trabajo se pretende demostrar a través del análisis de caso, como a través del psicodrama ha sido posible intervenir psicoterapéuticamente con una pareja que se encontraba en período de crisis. A través de un análisis cualitativo pretendemos demostrar la manera en que se opera bajo este paradigma, incluyendo tanto teoría como técnicas psicodramaterapéuticas aplicadas en pareja.

La manera de abordar este análisis será a partir de la descripción de un caso clínico y las intervenciones realizadas a una pareja que se encuentra en período de crisis, esto debido al estilo de comunicación que establecen. La pareja esta conformada por un varón de 31 años el que trabaja en una empresa de artículos de fabricación al que llamaremos Andrés y una mujer 30 años dueña de casa a la que llamaremos Laura con el fin de resguardar la identidad real de ambos .Se encuentran casados hace ocho años, luego de una relación de dos años pololeo. La familia además se compone por el hijo de la pareja, con 8 años de edad al que nombraremos Sebastian. Los tres miembros de la familia viven juntos en la comuna de Puente Alto. Son usuarios de COSAM donde reciben atención clínica como terapia de pareja.

Formas de acceder a la información.

Se utilizarán algunas técnicas psicodramáticas que permitirán recolectar información relevante de las intervenciones, técnicas a través de las cuales se trabajará con la pareja, dentro del contexto y la relación terapéutica.

Técnicas Psicodramáticas.

Se utilizan algunas de las técnicas psicodramáticas que han sido clasificadas por Gloria Reyes en su texto “Psicodrama, paradigma, teoría y práctica”.

Estas son:

Técnicas Verbales

Señalamientos, se trata de llamar la atención sobre alguna conducta, una actitud que despierte dudas o enfatizar interrogativamente alguna frase.

Interpretaciones, se ofrece como hipótesis por parte del terapeuta, dando la opción que sea una posibilidad que tanto terapeuta como paciente podrán verificar, examinar, e incluso descartar.

Recursos Psicodramáticos.

-Inversión de Roles, consiste en pedirle al paciente que tome el lugar del otro, o que represente el rol de alguien sobre quien se está hablando. Permite vivenciar el rol del otro y descubrir aspectos del propio rol.

-Soliloquio, consiste en pedirle al paciente que “piense en voz alta”. Es útil cuando el paciente se muestra inquieto o da muestras de estar actuando conductas socialmente esperadas.

Técnicas no verbales.

-Maximización. Consiste en encontrar un punto en que la verdad se filtra, la resistencia nunca es total, siempre hay algún signo expresivo, como un gesto, movimiento o algún

aspecto de la comunicación por donde se puede acceder a lo verdadero, al maximizarlos se pueden explorar elementos expresivos de la comunicación.

-Focalización, consiste en aumentar la conciencia de una sensación corporal o sentimiento.

-Concretización, consiste en corporizar la relación, materializar el vínculo conflictivo. Puede permitir concentrar la atención en el aspecto por el cual se expresa el conflicto, investigando luego sus raíces, al igual como se realiza con el síntoma.

Se utilizará además como técnica diagnóstica, la escultura, la que según la misma autora, permite explorar resistencias y temores. Además es útil para que la pareja observe la manera de vincularse entre ambos.

En cuanto a los métodos, podemos nombrar la escena

Formas de Registrar la información.

Las intervenciones realizadas a la pareja consultante serán descritas en un registro por medio de bitácora donde se describe el proceso y las intervenciones.

El análisis de los datos se realizará de forma separada según las temáticas abordadas. Esta forma de análisis nos permite abarcar de mejor manera los diversos aspectos trabajados con dicha pareja, de forma particular sin mezclar temáticas con la intención de dar cuenta con mayor claridad de las intervenciones realizadas respecto a las categorías de:

- Estilos de comunicación
- Roles presentes en la pareja.

Parentales y Conyugales.

- Aspectos transgeneracionales presentes en el vínculo.

PRESENTACIÓN GENERAL DEL CASO

Paciente derivada del Consultorio Roberto del Río por disfunción familiar, vive con su esposo y su hijo de ocho años. Hace un año que comenzaron los problemas familiares entre la pareja y el niño empezó con conductas agresivas, lo que empeoró la situación entre los padres.

Usuario es derivado a COSAM para terapia de pareja

A los diecisiete años Laura es diagnosticada con crisis de pánico. En septiembre del año 2010 comienza a ser tratada por el trastorno psiquiátrico de crisis de pánico y además es diagnosticada con un trastorno de la conducta alimentaria, presenta episodios de bulimia, en los cuales come compulsivamente, luego purga. Por lo que se le receta fluoxetina (20 mg al día) y clonacepam (antes de dormir).

Sesión 1

(Sesión Diagnóstica)

Motivo de Consulta referido por la paciente: “Problemas intrafamiliares”.

Objetivos de la sesión

- Exploración y co-construcción motivo de consulta
- Formular encuadre terapéutico
- Creación de vínculo terapéutico.

Descripción

Refieren estar pasando por un periodo de crisis de pareja. Por parte de él hubo una infidelidad hace tres meses. Además sienten gran preocupación por la conducta del hijo, ya que presenta hace un tiempo respuestas agresivas e impulsivas que en un principio se presentaban en el contexto escolar pero luego se generalizo al hogar.

Diseño

En esta primera sesión asisten los tres integrantes de la familia. Se determinó que las sesiones serian solo con la pareja cada semana, con una duración de una hora. Las intervenciones seran realizadas por una terapeuta.

Durante esta sesión inicial se utiliza la exploración verbal como manera de comprender la conflictiva matrimonial

Análisis

Observamos en esta primera mirada cual es el conflicto central. Podemos decir que en ciertos momentos el rol de padres y pareja se entremezclan creando situaciones complicadas en la relación

Andrés:

“Nosotros estamos acá porque estamos mal como pareja peleamos mucho, casi todos los días. Yo ya estoy cansado de esto y no sé qué hacer”.

Laura:

“Sí, estamos mal...Además hemos tenido problemas con nuestro hijo Sebastián, tiene reacciones súper violentas en el colegio. No sabemos qué hacer. Además tuvimos un problemita de infidelidad, el Andrés.....”

Terapeuta:

Interrumpo la sesión en este momento y les sugiero que Sebastian espere fuera del box, ya que esta información debería ser resguardada por la pareja y no involucrar al hijo con situaciones de pareja.

Sesión 2

Diseño

La duración de la sesión es de una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por una terapeuta.

Se utilizó la técnica de la escultura, con el fin de explorar y diagnosticar la estructura del vínculo analizando las simetrías y asimetrías de la pareja.

Descripción

En esta oportunidad se aborda el tema de la diferencia de roles asumidos por cada uno, que en ambos casos se tornan rígidos. Por lo que generalmente influyen de manera negativa en la relación

En esta sesión sale a la luz que Andrés esta cesante hace cinco meses, por lo que están pasando por un periodo de inestabilidad económica. Se realiza la técnica de la escultura (ver anexo Pág. 56)

Análisis

Se pudo observar a través de la técnica de la escultura que, si bien ambos se encuentran juntos y dispuestos a resolver sus conflictos, están atravesando por un periodo de distanciamiento emocional. Se observa que la comunicación se encuentra interferida, no logran mirarse ni escucharse de manera fluida. Andrés asume un rol más pasivo dentro de la relación, agudizada por el periodo de cesantía por la cual atraviesa. Ésto le genera sentimientos de frustración, por no cumplir con el desempeño adecuado en su rol de proveedor, que sin duda se relaciona con las expectativas de género dentro de la sociedad. Por otro lado Laura asume el rol más activo, siendo la responsable de la mayoría de las labores del hogar colapsando. Esto provoca en ambos estancamientos personales ya que se encuentran psicológicamente agotados de esta dinámica que les provoca constantes discusiones.

Escultura

Se solicita a ambos que en conjunto formen una escultura, poniéndose en una posición donde representarán el vínculo que tienen como pareja en este período de crisis, cómo ellos se representarían en la relación.

Comienza Andrés poniéndose en una posición, de pie, mirando hacia el frente, con sus manos pegadas al cuerpo, su rostro muestra cansancio y distanciamiento afectivo.

Laura por su parte, mira a Andrés y se posiciona a su lado, mirando en dirección opuesta hacia donde está su pareja, haciendo un gesto facial similar al de su pareja.

Se observa que ambos no se ven, se conectan a través de los hombros y brazos, sin embargo no hay comunicación directa, está bloqueada entre ellos, ya que está interferidaa.

Soliloquios: Andrés: lejanía

Laura: sola

Nombre escultura: “distanciados”

Sesión 3

Diseño

La duración de la sesión es una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por un terapeuta. En esta ocasión la sesión se centró en procesar la información adquirida mediante la técnica de la escultura (aquí la técnica es utilizada para la intervención)

Descripción

Se observa en esta sesión la dinámica relacional con respecto a la modificación de roles y generar espacios propios, darse cuenta que de ambos necesitan espacios para realizar actividades que tengan que ver la realización personal.

Análisis

Del trabajo realizado con la técnica de la escultura aparecen nuevos aspectos de la relación. Como por ejemplo la necesidad de realizar actividades personales como una manera de

lograr el equilibrio en los mundos privados y compartidos por la pareja. Aquí se evidencia la forma más bien rígida en que asumen los roles masculinos y femeninos.

Laura

“Es que estoy aburrida de hacer sola las cosas de la casa, me gustaría hacer algo entretenido, algo que me guste a mí. Andrés sí me ayuda en la casa ahora, pero necesito algo para mí”.

Andrés

“Sí, ahora estamos mejor, pero ella está enojada porque dice que pasa todo el día en la casa encerrada”.

Sesión 4

Diseño

La duración de la sesión es una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por una terapeuta.

Se utilizó la técnica de la escena de una situación típica en la vida de esta pareja con el fin de observar y operar terapéuticamente en el "aquí y ahora". Además de que ambos puedan mirar la forma en que resuelven sus conflictos

Descripción

Durante esta sesión se trabaja con la pareja el tema de resolución de conflictos, cómo lo hacen y qué mecanismos poseen para solucionar sus dificultades. Podemos ver que cada vez que aparece un problema la pareja se distancia. Andrés se aísla, no deja espacio para la comunicación. Laura por su parte, reacciona con rabia, trata de dialogar pero eso no da resultado. Por esta razón comenzamos a explorar cuales son las alternativas más saludables para que efectivamente se produzca una comunicación comprensiva desde y hacia ambos.

Se plantea la importancia de verbalizar cómo cada uno siente y percibe los momentos complicados, valorando los diferentes puntos de vista para lograr un consenso.

(Escena, ver anexo Pág. 58)

Análisis.

Desde esta escena se observa que existe rigidización en los roles respectivos (hombre rol proveedor/ mujer rol dueña de casa y madre) Dejando poco a la flexibilidad y a la espontaneidad por parte de ambos, no se establece un encuentro genuino entre la pareja, más bien se observa el desencuentro, la comunicación claramente se encuentra interferida. Ella por un lado se enoja y se va del lado de él cuando le contesta desganado, anulando la posibilidad de diálogo. No logra ver que en ese momento lo que Andrés necesita es un momento de tranquilidad en el cual se puedan encontrar ambos como pares. La demanda inmediata es que cumpla su rol de padre. Andrés por otro lado no es capaz de establecer límites claros entre su vida familiar y los problemas laborales, llega a la casa de mal humor no siendo capaz de escuchar a su esposa, pero tampoco logra identificar o pedir lo que en ese momento necesita, un momento de paridad. En estos períodos de crisis, se modifica el estilo de vinculación simétrica dando lugar a un estilo complementario patológico, donde los roles pasan a ser asimétricos, lo que genera discusiones y malos entendidos

Andrés

“Es que ya había tenido un problema en la pega y estaba choreado y cansad, lo único que quería era tirarme en mi cama y no saber de nada”.

Laura

“Sí, pero yo no tenía idea que tú estabas así y te quería contar una cosa buena del Seba pero tu no me pescaste nada y te enojaste más encima...”

.....

Laura

“Mmm..... sí, puede ser, pero él no tiene para que llegar así, nosotros no tenemos la culpa de las cosas que le pasan en la pega”.

Andrés

“Sí, es que no me gusta contar nada porque, es mejor que las cosas de la pega sean de la pega, yo necesito que me dejen tranquilo un rato y se me pasa solo”

Sesión 5

Diseño

La duración de la sesión es de una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por una terapeuta.

En esta ocasión la sesión se centró a procesar la información adquirida mediante la técnica de la escena

Descripción

A partir del trabajo sobre los estilos de vinculación y de roles de cada uno, se abordó el cómo adquirieron esta manera de relacionarse. En el caso de Laura, ella es miembro de una familia sobreprotectora. Su madre siempre la visualizó como una persona demasiado sensible a la que necesitaba proteger. Desplegando así su rol de madre sobre gratificante. Por otro lado, Andrés crece en un ambiente muy parecido al de su esposa. La madre de éste, no

deja que se desarrolle adecuadamente la autonomía, dificultando así la toma de decisiones. Cuando pequeño no le permitía expresar sentimientos de rabia, estos no eran aceptados.

Análisis

En esta sesión se evidencian las matrices de ambos y los aspectos transgeneracionales, Ya que claramente el estilo de vinculación de esta pareja se ve influenciado por la vivencia en las respectivas familias de origen. Cómo cada uno asumía un rol determinado de niños sobreprotegidos, sin espacio para desarrollarse es sus aspectos más autónomos, crear su propia personalidad y ser capaces de tomar sus propias decisiones, más bien se encontraban asumiendo roles pasivos, donde poder expresarse con libertad se encontraba obstaculizado por el comportamiento y los mandatos de estas madres sobreprotectoras. Ambos miembros de la pareja se encuentran rigidizados en el cluster uno, (hijo-madre) dificultando la diferenciación en la relación como dos personas independientes y capaces que tomar decisiones concensuadas o por cuenta propia.

Lo podemos observar:

Laura

“En mi casa yo siempre fui la más pollita, mi mamá siempre me vio y me trató así. A veces no me contaba las cosas que pasaban con mi papá (conflictos de padres separados) para que yo no sufriera, pero yo me daba cuenta igual, sólo que no le decía nada”.

Andrés

“Mi mamá no me dejaba pelear con otros niños, me decía que eso era malo y no se hacía, yo me quedaba con toda la rabia, me la aguantaba hasta que se me pasaba. Me quedaba tiritando de rabia. Casi nunca peleaba pero a veces explotaba en ira y me descontrolaba”

Sesión 6

Diseño

La duración de la sesión es de una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por una terapeuta.

En esta ocasión la sesión se centró en procesar la información adquirida mediante la técnica de la escena.

Descripción

Andrés encuentra trabajo lo que es una alegría para ambos e influye positivamente en cada uno. A partir de este suceso se observa que la pareja ha sido capaz de restablecer los roles que anteriormente desempeñaban. Laura retoma el rol de dueña de casa y madre, abandonando el taller que realizaba en COSAM. Andrés por su parte, asume nuevamente el rol proveedor, lo que genera un sentimiento de satisfacción y empoderamiento en su rol masculino. Durante alrededor de 4 sesiones la relación de pareja se mantiene estable, así acordamos trabajar otro aspecto del rol como pareja. Comenzamos a ver como asumen su rol de padres. Ellos tienen un hijo de ocho años, con dificultades en el control de impulsos e hiperactividad.

Análisis

Se observan como adoptan los roles masculinos (proveedor-activo) y femeninos (dueña de casa- madre-pasivo). Roles socialmente establecidos como tradicionales. Además en esta oportunidad salen a la luz las dificultades que les genera el ejercer el rol de padres. En momentos de crisis la pareja entra en conflicto al tratar de resolver esta situación, ya que en algunas oportunidades se confunden con los comportamientos que tiene el hijo.

Andrés

“Mal... está súper mañoso y rabioso, yo no sé qué hacer...”

Laura

“Sí, el Seba está súper agresivo, a veces nos grita hasta a nosotros y no quiere hacer caso. Le tengo que gritar y enojarme para que me entienda”.

Andrés

“No hace caso y hace pataletas casi todos los días...es terrible”.

Sesión 7

Diseño

La duración de la sesión es de una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por una terapeuta. Se utilizó la técnica de la escena

Descripción

En esta oportunidad la pareja solicita tratar al niño para poder enfrentar de mejor manera esta problemática, desde el rol parental. Así que acordamos que empezaremos a trabajar con Sebastian la próxima sesión en un horario exclusivo para él. Observo a la pareja cansada y desganada, se los comento y retomamos la terapia de pareja (luego de cuatro sesiones en que no asistieron) ya que están discutiendo demasiado. Durante este período Andrés comienza a distanciarse, por causa de exceso de trabajo y además comienza a realizar actividades deportivas, las que le permiten experimentar momentos para liberar

tensiones. El niño tiene conductas de mucha rabia en el colegio, explota con algunas situaciones, arroja y patea las mesas de su sala. La madre por esta razón decide acompañar a su hijo al colegio.

(Escena ver anexo Pág. 62)

Análisis

Al explorar la escena familiar podemos observar la dificultad en establecer límites al asumir sus roles parentales y la dificultad en el manejo de los conflictos con el comportamiento de Sebastian. Laura, al ir al colegio con su hijo estaría protegiéndolo de posibles conflictos con sus compañeros, además de estar presente en los momentos en que su hijo se descontrola. Andrés sigue inmerso en su trabajo, no estando muy presente en su rol de padre, intensificándose su autoexigencia para cumplir metas personales y lograr la validación en su trabajo. Acá aparece la trasgresión por parte de la madre de los límites que establece con el hijo, siendo más bien una interferencia para que el niño se desarrolle adecuadamente dentro del contexto de sus pares. Y por su parte Andrés al ausentarse del hogar no se hace responsable en su rol de padre de familia, Laura es quién toma el lugar más activo haciéndose cargo del hijo y las labores domésticas. Ambos se dan cuenta con esta escena que su hijo no reconoce como autoridad al padre, quizá hasta lo pueda ver como un par. La figura de autoridad reconocida por Sebastián sólo es su madre, es a ella a la que respeta. La rabia del hijo podría ser la representación de lo que le genera no tener claridad con respecto al rol de su padre, que por un lado es el que genera dinero, entrega cariño, sin embargo, está ausente como imagen de autoridad para el niño, dificultando para el niño el desarrollo adecuado del cluster dos. .

“Sebastian desde su pieza: “mamá tengo sed” gritando hacia el living, Laura responde gritando también: “no puedo darte agua, tú sabes que si tomas agua en la noche, te haces pipí en la cama”. Andrés grita “si, hágale caso a la mamá”.

Ambos continúan viendo televisión, sin dar mayor importancia a lo que Sebastian solicita, por esto el niño comienza a gritar desde su pieza, desarmando su cama, en un ataque de

rabia descontrolado, da vuelta el colchón, se levanta y comienza a abrir y cerrar la puerta de su pieza a portazos.

Los padres van a verlo a la pieza y tratan de calmarlo, pero su tono y forma de hacerlo da cuenta de angustia frente a la situación.

Le dicen que si no se calma, tendrán que sacar la puerta del dormitorio, ya que se han vuelto reiterativos los golpes a la puerta por parte del niño.

Luego vuelven al living dejándolo solo para que se calme. Lo que Sebastian consigue hasta dormirse”

Sesión 8

Diseño

La duración de la sesión es de una hora, en la cual participan ambos miembros de la pareja. Y son intervenidos por una terapeuta. Se utilizó la técnica de la escena

Descripción

En esta oportunidad la pareja plantea que están estresados por las dificultades del hijo en el colegio, se agudizan los problemas de bullying del niño. Sebastian tiene graves problemas de socialización en el colegio. Andrés se encuentra con mucha presión en su trabajo y esto lo pone muy irritable. Laura se encuentra angustiada por las constantes discusiones. Se les sugiere compartir las preocupaciones y dejar espacios para ellos (Como pareja), respetar y cuidar la intimidad además de dialogar.

(Escena ver anexo Pág. 62)

Observación

Andrés no apaga su celular y contesta las llamadas en todo momento, incluso en momentos de terapia, esto ocurre anteriormente repetidas veces.

Análisis

Aparece claramente el conflicto de límites, los cuales no se respetan entre la pareja y el medio (amigos y familias de origen). Lo vemos cuando Andrés deja que otras personas hagan y digan lo que quieran, entrometiéndose en su relación con Laura, además no logra establecer límites respecto a su trabajo ya que en todo momento del día está disponible para contestar las llamadas de su celular. Incluso dentro del contexto de psicoterapia no respeta el espacio, contestando en plena sesión las llamadas de sus clientes o jefe. Le hago ver esta situación planteándole que me llama la atención la conducta de él y que al parecer se generaliza a otros ámbitos de su vida. Él toma consciencia de esto y reflexiona acerca de su actuar y de la dificultad que le genera colocar límites en todos los aspectos de su vida. Laura concuerda con esto diciendo que siempre es ella la que tiene que solucionar los problemas de la casa, de su hijo y además le soluciona los problemas a su marido. Él se sorprende y se avergüenza pero acepta que es verdad lo que dice su esposa. Andrés se encuentra en un rol de niño con respecto a Laura. Ella es la que organiza y resuelve los asuntos familiares. Se puede pensar que Andrés de alguna manera delega su rol de padre, deja que el rol de autoridad con el hijo lo tome completamente su esposa. Ésta lo toma sin problema, reforzando el contra rol (pasivo-activo), comportándose de manera tal que imposibilita a su marido a tomar decisiones por el mismo o hacerse responsable de sus propios problemas. Al encontrarse estancados en esta dinámica ambos se desgastan y por ende la relación. No existiendo en este periodo flexibilidad en los roles dentro de esta relación, esta sería una relación patológica complementaria en donde ambos refuerzan constantemente esta manera de vinculación

“Se encontraba Laura y el niño en la peluquería. Andrés se encontraba bebiendo con sus compañeros de trabajo en un bar cercano a su hogar. Laura hace tiempo que deseaba dedicar un momento a sí misma, realizar algo que realmente fuera para ella. Fue a una peluquería cerca de su hogar con su hijo. Mientras ella esta ocupada el niño le comienza a decir que está muy aburrido y quiere irse (el niño es representado por el padre). Laura le habla tranquila respondiendo que no se van a ir todavía ya que a ella le falta. Su hijo insiste varias veces, repitiendo que se quiere ir y esta muy aburrido. La madre lo ignora pero Sebastian se enoja cada vez más y más. En un momento el niño enfurecido sale de la peluquería dando un portazo muy fuerte, esto hace que el vidrio de la puerta se quiebre. Sebastian se devuelve y enfurecido le dice a su madre: ¡tu tienes la culpa, si no hubiéramos ido no habría dado el portazo!. Comienza a llorar y a gritar, la madre desesperada no sabe que hacer para calmarlo. Llama a su marido al celular pero contesta otra persona que se hace pasar por Andrés y le hace una broma de que está ebrio. Laura se enfurece y le pregunta gritando: ¡¿Dónde estas?... luego de esto le cuelgan. Ella no sabe que hacer... llama de nuevo y le contesta su marido, le pregunta donde esta, que ella tiene un problema con Sebastián, mientras él esta ebrio con sus amigos (ella siente demasiada rabia) Andrés le contesta que esta con unos amigos cerca de ahí y que no está ebrio, que un amigo al parecer le respondió el celular y se hizo pasar por él. No entendía porque ella estaba tan enojada con él. De inmediato sale del bar a encontrarse con su familia”

Conclusiones

Luego de abordar el caso de esta pareja en periodo de crisis, desde una perspectiva psicodramática podemos concluir que existen dificultades en el manejo de los conflictos, la comunicación está interferida y no logran llegar a acuerdos. Esto puede deberse a una rigidización en los roles asumidos por cada uno. Por un lado Andrés queda inamovible en el rol de proveedor, sin dar espacio para el desarrollo de la espontaneidad como ser humano creativo. No es capaz de asumir el rol de padre de manera eficaz, delegando su autoridad a su esposa. Esto genera confusión e inestabilidad emocional en el hijo de ambos, siendo ésta la razón que observamos incide en que el niño presente comportamientos de descontrol de los sentimientos de rabia y dificultades en el aula, además de vincularse con su padre de manera simétrica, no existiendo una necesaria relación de jerarquía, para el óptimo desarrollo psicológico de ambos. Podríamos pensar que hijo y padre se encuentran entre ellos en la dinámica del cluster tres donde la función principal es la fraterna. Existe entonces una rigidización del rol pasivo en el padre dando origen a dificultades en la relación por el estancamiento en esta dinámica, la cual además genera la no validación o no reconocimiento de la figura paterna por parte del niño.

Con respecto a Laura podríamos pensar que es ella quien ocupa el polo más activo en esta relación, quedando de igual manera atrapada en un vínculo asimétrico con respecto a su marido. Él le traspasa el rol de padre y ella lo toma quedando así inmersos en un círculo vicioso del que es difícil salir. El rol de pareja se encontraría anclado en la dinámica del cluster materno en donde ambos se relacionan de manera pasiva dependiente, donde el otro es considerado en función de sí mismo. El marido se encuentra estático en el rol proveedor y ella desempeña el rol materno con su marido, una madre que está al servicio de las satisfacciones de sus deseos, proporcionándole todos los cuidados afectivos y dándole solución a sus problemas personales. Podríamos pensar la existencia de un tipo de patología en este vínculo, llamado “espejo”, este tiene que ver con las sombras, aspectos inconscientes que no logramos ver en nosotros mismos. Cuando las necesidades propias son proyectadas en el otro, por lo tanto, se espera que el otro las realice. Esto ocurre de igual manera en ambos miembros de la pareja provocándose una confusión interminable. La imagen del espejo se refiere a lo que pongo fuera de mí y lo proyecto en el otro, esto se puede ver a través de las acciones o representaciones que hace el otro. Si dos personas se espejan no logran verse genuinamente y la mayor parte del tiempo pueden experimentar diversos conflictos entre sí. Una forma de poder liberarse podría ser volver a ellos mismos, poder preguntarse y mirarse en sus aspectos más internos. Generalmente los hijos interfieren en esta dinámica, lo que intensificaría las crisis del hijo.

Este tipo de vínculo concuerda con el tipo de patológico complementario, ya que ambos se encuentran dentro de esta forma que facilita el conflicto. Esta dinámica se refuerza cada día a través de sus acciones, discursos y lenguajes no verbales, que hacen imposible mirar al otro.

Luego de esto podemos ver que las matrices de cada uno se encuentran en la crianza que tuvieron en sus familias de origen, allí aprendieron como vincularse con los otros, se puede observar que ambos quedan atrapados en las conservas culturales, no logrando desplegar toda su creatividad y espontaneidad, sin conseguir dar respuestas propias frente a los acontecimientos de pareja; no logrando crear un estilo propio y personal (rol playing v/s rol

creating) No han podido desarrollar su propia forma de ser como pareja, distinta de los mandatos transgeneracionales adquiridos.

Lo sano sería estar en el cluster tres donde ambos pudieran manejar los conflictos como iguales, basando la relación en la complementariedad y la fraternidad como personas independientes y capaces de transar las diferencias, empatizando entre ellos, viéndose como legítimos otros, seres humanos con virtudes y defectos. Pudiendo lograr así un estilo de comunicación más directa y clara, tanto en la expresión verbal como en la no verbal. Esto además se relacionaría con afrontar la primera crisis de la pareja, en la cual se espera que ambos logren reconocer al otro tal cual es, con sus defectos y virtudes. Esta fase conlleva a la pérdida de la idealización, tanto del vínculo como de la pareja

Por otra parte, podemos ver que los roles en los miembros de la pareja han sido confundidos, siendo incapaces de separar sus funciones como padres de aquellas que corresponden al vínculo de pareja. Laura y Andrés generan pocos espacios de relación de pareja en que puedan discutir asuntos concernientes a su relación como cónyuges, lo que se puede observar desde la primera sesión en que fue necesario que la terapeuta indicara el límite, haciendo salir al hijo del box. Ellos han ido dejando que los conflictos parentales interfieran en la relación de ambos. Este tipo de conflictos de roles son frecuentes en las relaciones de pareja, donde los asuntos que involucran a los cónyuges pasan a ser mayoritariamente aquellos relacionados con los hijos. Esto nos muestra que los límites de esta pareja son permeables, dejando que ambos aspectos se confundan y generen mayor tensión, aumentando la crisis por la que atraviesan. Esto incluso se observó en el proceso terapéutico, espacio que la pareja intentaba utilizar para tratar asuntos parentales, respecto a la crianza del hijo, el cual presenta conflictos escolares, que no sólo dan cuenta de sus dificultades personales sino que además nos muestran que algo en la relación de sus padres está interfiriendo su desarrollo.

Los límites de la pareja se ven interferidos no sólo respecto a la crianza del niño, sino que también respecto a los límites externos que delimitan la familia, la familia extensa se

involucra en los conflictos entre Laura y Andrés, así mismo las amistades de Andrés dejan poco espacio a la relación entre los cónyuges.

A manera de síntesis podemos plantear que nuestra propuesta del diseño para abordar conflictos de pareja a través de una mirada psicodramática, consta de ocho sesiones en donde se utilizan de manera alternada las técnicas de escena, escultura, soliloquio (diagnóstico e intervención). Los aspectos que se pudieron abordar desde este diseño fueron los temas de acoger la necesidad de proteger la intimidad familiar y la realización en aspectos personales. Lo más complicado fue lograr modificar la relación de asimetría que establecen ellos. Luego la manera de vincularse con el hijo, por lo que estos aspectos quedarían pendientes para futuras intervenciones. Ésta sólo es una mirada posible que no descarta otra manera de proceder.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Bermúdez, Jaime G. Rojas. Introducción al Psicodrama. Editora Mestre Jou, São Paulo, 1970.

Bustos, D. (1985). Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática. La Plata, Argentina: Editorial Momento.

Bustos, D. (1991). Peligro Amor a la Vista. Buenos Aires, Argentina: Editorial Momento.

Bustos, Dalmiro. Las Huellas de la vida. La teoría de los Cluster. Fococopia del Postgrado Psicodrama.

Dalmiro M. Bustos. Psicoterapia Psicodramática. Editorial Paidos, 1975.

Dalmiro M. Bustos. Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática. Editorial Momento, 1985.

Dalmiro M. Bustos. El Psicodrama. Aplicaciones de la Técnica Psicodramática. Editorial Plus Ultra. Buenos Aires, 1992.

Gloria Reyes C. Psicodrama. Paradigma, Teoría y Método. Editorial Cuatro Vientos. 2ª Edición, 2006.

Gloria Reyes C. La Práctica del Psicodrama. RIL Editores, 2007.

Moreno, J.L. (1993). Psicodrama. Argentina: Editorial Lumen, Hormé.

Pichon-Riviere, E. (1989). Teoría del Vínculo. Buenos Aires, Argentina: Editorial Nueva Visión.

Reyes, G. (2001). Reyes, G. La Teoría de Vínculos desde el Psicodrama. Revista del Instituto de Psicodrama J.L. Moreno, año 6. Buenos Aires.

<http://www.catrec.org/psicodrama.htm>

<http://www.scribd.com/doc/29035695/Teoria-de-Los-Roles>

www.unidad094.upn.mx

ANEXO

Bitácora de pareja

Sesión 1

Descripción general de esta sesión.

La pareja llega a la consulta con su hijo de ocho años, manifestando estar pasando por conflictos matrimoniales.

Andrés:

“Nosotros estamos acá porque estamos mal como pareja...peleamos mucho, casi todos los días. Yo ya estoy cansado de esto y no sé que hacer”.

Laura:

“Sí, estamos mal.... Además hemos tenido problemas con nuestro hijo Sebastian, tiene reacciones súper violentas en el colegio. No sabemos que hacer. Además tuvimos un problemita de infidelidad, el Andrés.....”

Terapeuta:

Interrumpo la sesión en este momento y les sugiero que Sebastian espere fuera del box, ya que ésta información debería ser resguardada por la pareja y no involucrar al hijo con situaciones de los padres.

Laura:

“Bueno.... como te decía Andrés se metió con una mina... él dice que sólo fue un beso... ojalá po`...”

Andrés:

“Sí, era una niña que conocí en el chat, nos juntamos y nos dimos un beso, pero fue sólo eso nada más, la Laura sabe....”

Sugerencias de terapeuta:

Darse es espacio para compartir en familia ya que hace mucho tiempo no están los tres solos, siempre está presente más gente (familia o amigos)

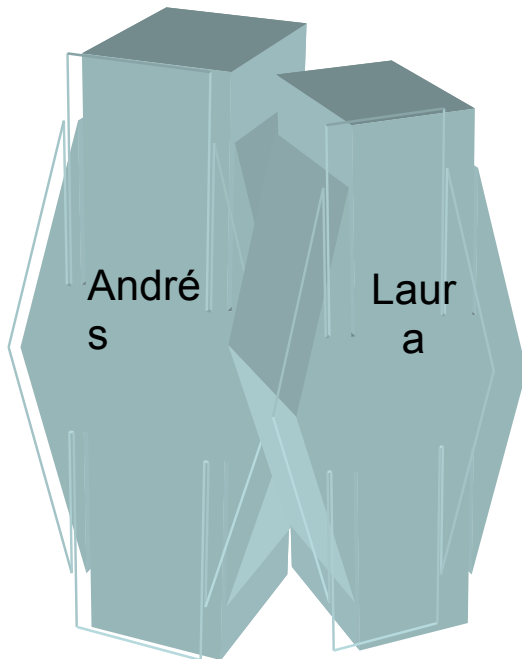
Sesión 2

La pareja llega a la terapia comentando que vivieron un momento muy agradable al salir en familia, compartiendo solos se sintieron más relajados.

Sin embargo Laura siente se lleva todo el peso del hogar y Andrés refiere no sentirse escuchado.

Para lograr mayor comprensión de la dinámica relacional de esta pareja, los invito a que me muestren a través de una escultura como se encuentran dentro de esta relación.

Escultura



Luego de un período de caldeamiento verbal, seguido de un ejercicio de respiración para lograr relajación y conexión con el vínculo de pareja, se solicita a ambos que en conjunto formen una escultura, poniéndose en una posición donde representaran el vínculo que tienen como pareja en este período de crisis, como ellos se representarían.

Comienza Andrés poniéndose en una posición, de pie, mirando hacia el frente, con sus manos pegadas al cuerpo, su rostro muestra cansancio y distanciamiento afectivo.

Laura por su parte, mira a Andrés y se posiciona al su lado, mirando en dirección opuesta hacia donde está su pareja, haciendo un gesto facial similar al de su pareja.

Se observa que ambos no se ven, se conectan a través de los hombros y brazos, sin embargo no hay comunicación directa, está bloqueada entre ellos.

Soliloquios: Andrés: lejanía
Laura: sola

Nombre escultura: "distanciados"

Luego de esta escultura Laura dice que se siente sola, que le gustaría que su marido la apoyara en el hogar

Terapeuta

“¿Y por qué no se lo pides? Si lo necesitas se lo puedes pedir. Colócate al frente de él, y si quieres puedes decírselo.

Laura

Se coloca al frente de su marido y le dice: “Me gustaría que me ayudaras con las cosas de la casa, porque a veces me canso de tener que hacerme cargo de todo”.

Andrés

“Sí, yo me puedo comprometer a eso, pero yo también te quiero pedir algo. Yo quiero que me escuches, porque nunca me escuchas y me tratas como cabro chico”.

Laura

“Pero tú no me cuentas tus cosas casi nunca”

Andrés

“Bueno entonces yo me comprometo a contarte lo que me pasa. Si sé que a veces me guardo las cosas y después exploto y soy pesado. Cada vez que me pase algo te lo voy a contar”.

Laura

“Bueno si es así...yo también te voy a escuchar...”

Terapeuta

“Bueno entonces están de acuerdo los dos con el compromiso que hicieron, ¿habían conversado esto antes?”.

Andrés

“Sí, estoy de acuerdo y parece que no lo habíamos hablado así nunca, tan directo...”

Laura

“Sí, yo también estoy de acuerdo, yo nunca le había pedido a Andrés algo así, solo esperaba que reaccionara y me enojaba siempre por esto.”

Sesión 3

Llegan a la sesión de hoy un poco enojados

Laura

“Es que estoy aburrída de hacer sólo las cosas de la casa, me gustaría hacer algo entretenido, algo que me guste a mí. Andrés si me ayuda en la casa ahora, pero necesito algo para mí”

Andrés

“Sí, ahora estamos mejor, pero ella está enojada porque dice que pasa todo el día en la casa encerrada”.

Terapeuta

“Aquí en COSAM existen talleres para realizar diferentes actividades, si quieres puedes preguntar para inscribirte...”

Laura

“Ah ya, me gustaría, lo voy a ver...”

Terapeuta

¿Y tú Andrés que piensas de esto?

Andrés

“Yo no tengo ningún problema con que la Laura vaya a los talleres, yo creo que le haría bien”.

Al terminar la sesión Laura se inscribe en el taller de chocolates del COSAM

Sesión 4

En esta oportunidad se tratan los conflictos que tiene la pareja en la comunicación. Se explora la manera de resolver los conflictos a través de una escena.

Descripción

Espacio dramático, es el dormitorio de ambos, un día de la semana alrededor de las 7 de la tarde. Andrés acaba de llegar a su hogar, se observa muy cansado y agotado. Laura se

encuentra tomando once con su hijo, se saludan con un beso en los labios, Andrés se sienta. Laura le sirve once, toman once los tres juntos, pero Andrés no tiene ganas de hablar, responde con monosílabos a su mujer. Después de un rato se para y se va a acostar sobre la cama. Laura lava la loza y lo sigue al dormitorio. Quiere conversar, saber qué le pasa y además tiene una buena noticia del hijo que desea comunicarle. Laura le dice: “tengo algo que contarte de Sebita”... Andrés con tono desmotivado le responde: “Qué pasó ahora con Sebastian!”. Laura se enoja por la respuesta y el tono con que lo dice, siente que no le da el espacio para contar lo que realmente pasa y poder expresarse con libertad. Así que le responde: “¡ah qué estás pesado, no...nada...no pasó nada.....”, se va del dormitorio a ver a su hijo que está viendo dibujos animados.

Terapeuta

“¿Con frecuencia pasa esto...de que no logren dialogar?”

Andrés

“Es que ya había tenido un problema en la pega y estaba choreado y cansado lo único que quería era tirarme en mi cama y no saber de nada “

Laura

“Sí, esta bien...pero yo no tenía idea que tú estabas así...te quería contar una cosa buena del Seba pero tú no me pescaste nada y te enojaste más encima”

Terapeuta

“¿Qué creen ustedes que pasa acá con la comunicación?...será que a lo mejor ustedes suponen cosas del otro y en realidad no tiene nada que ver con la situación real”.

Laura

“Mmm..... sí...puede ser, pero él no tiene para que llegar así, nosotros no tenemos la culpa de las cosas que le pasan en la pega...”

Andrés

“Sí....es que no me gusta contar nada porque, es mejor que las cosas de la pega sean de la pega, yo necesito que me dejen tranquilo un rato y se me pasa solo”

Se interviene sobre como mejorar el estilo en la comunicación de la pareja.

Sesión 5

Laura

“Hemos estado pensando eso de cómo poder resolver los conflictos que tenemos”

Andrés

“Sí, yo sé que a veces me guardo mucho las cosas y después exploto y queda la embarra”

Terapeuta

¿Y cómo eran ustedes con sus familias, se comportaban igual que ahora?

Laura

“En mi casa yo siempre fui la más pollita, mi mamá siempre me vio y me trato así. A veces no me contaba las cosas que pasaban con mi papá (conflictos de padres separados) para que yo no sufriera, pero yo me daba cuenta igual, sólo que no le decía nada”.

Andrés

“Mi mamá no me dejaba pelear con otros niños me decía que eso era malo y no se hacía, yo me quedaba con toda la rabia, me la aguantaba hasta que se me pasaba. Me quedaba tiritando de rabia. Casi nunca peleaba pero a veces explotaba en ira y me descontrolaba”.

Se explora la manera de relacionarse que tenían es sus respectivas familias de origen

Sesión 6

Terapeuta

¿Y cómo les ha ido?

Andrés

“Súper bien, encontré pega estoy súper contento, ahora nos va a empezar a ir mejor”

Laura

“Sí, estuvimos hartos meses medios complicados con la plata, pero menos mal que Andrés le resulto la pega. Lo que voy a tener que hacer es dejar de venir a los talleres de chocolate, por que el Seba no se puede quedar solo”

Terapeuta

¿Y cómo esta la relación con Sebastian?

Andrés

“Mal esta súper mañoso y rabioso, yo no sé qué hacer”

Laura

“Sí, el Seba esta súper agresivo, a veces nos grita hasta a nosotros y no quiere hacer caso. Le tengo que gritar y enojarme para que me entienda”

Andrés

“No hace caso y hace pataletas casi todos los días, es terrible”

Se aborda el tema de cómo reaccionan ellos a estas crisis del hijo

Sesión 7

Se realiza escena

En esta oportunidad se tratan los conflictos que tiene la pareja para comunicarse con el niño y establecer límites con él.

Descripción

Espacio dramático, living comedor de la casa y dormitorio del niño. Día domingo alrededor de las 21:00 hrs. Los padres están sentados en un sillón del living viendo televisión, y el niño se encuentra acostado en su pieza.

Acción. Sebastian desde su pieza dice, “mamá tengo sed” gritando hacia el living, Laura responde gritando también: “no puedo darte agua, tú sabes que si tomas agua en la noche, te haces pipí en la cama”. Andrés grita “si, hágale caso a la mamá”.

Ambos continúan viendo televisión, sin dar mayor importancia a lo que Sebastian solicita, por esto el niño comienza a gritar desde su pieza, desarmando su cama, en un ataque de rabia descontrolado, da vuelta el colchón, se levanta y comienza a abrir y cerrar la puerta de su pieza a portazos.

Los padres van a verlo a la pieza y tratan de calmarlo, pero su tono y forma de hacerlo da cuenta de angustia frente a la situación.

Le dicen que si no se calma, tendrán que sacar la puerta del dormitorio, ya que se han vuelto reiterativos los golpes a la puerta por parte del niño.

Luego vuelven al living dejándolo solo para que se calme. Lo que Sebastian consigue hasta dormirse.

Sesión 8

Hoy comentan que se encuentran sobrepasados por la conducta impulsiva y agresiva del niño. Relatan un episodio que vivió Laura con éste. Se les solicita representarla.

Espacio Dramático. Peluquería del sector, y bar. Jueves de la semana, alrededor de las 16:00 hrs.

Se encontraba Laura y el niño en la peluquería. Andrés se encontraba bebiendo con sus compañeros de trabajo en un bar cercano a su hogar. Laura hace tiempo que deseaba dedicar un tiempo a sí misma, realizar algo que realmente fuera para ella. Fue a una peluquería cerca de su hogar con su hijo. Mientras ella esta ocupada, el niño le comienza a decir que esta muy aburrido y quiere irse (el niño es representado por el padre). Laura le habla tranquila respondiendo que no se van a ir todavía ya que a ella le falta. Su hijo insiste varias veces, repitiendo que se quiere ir y esta muy aburrido. La madre lo ignora pero Sebastian se enoja cada vez más y más. En un momento el niño enfurecido sale de la peluquería dando un portazo muy fuerte, esto hace que el vidrio de la puerta se quiebre. Sebastián se devuelve y enfurecido le dice a su madre: ¡tu tienes la culpa, si nos hubiéramos ido no habría dado el portazo. Comienza a llorar y a gritar, la madre desesperada no sabe que hacer para calmarlo. Llama a su marido al celular pero contesta otra persona que se hace pasar por Andrés y le hace una broma de que esta ebrio. Laura se enfurece y le pregunta gritando: ¿Dónde estas?... luego de esto le cuelgan. Ella no sabe qué hacer... llama de nuevo y le contesta su marido, le pregunta donde esta, que ella tiene un problema con Sebastian y que mientras él esta ebrio con sus amigos (ella siente demasiada rabia)

Andrés le contesta que está con unos amigos cerca de ahí y que no esta ebrio, que un amigo al parecer le respondió el celular y se hizo pasar por él. No entendía porque ella estaba tan enojada con él. De inmediato sale del bar a encontrarse con su familia.

