

Violencia de género y psicodrama: propuesta para tener en cuenta

(Especial para No a la Violencia)

Dra. Matilde de la Caridad Molina Cintra (Psicóloga). Centro de Estudios Demográficos (CEDEM).
Universidad de La Habana

En espacios anteriores de SEMlac y en otros intercambios con especialistas hemos conversado sobre la violencia y el acercamiento metodológico para su investigación, partiendo de comprender las dificultades para obtener información fiable y verdadera sobre el tema. Esta necesidad se deriva de las propias características del fenómeno de la violencia, que suele considerarse privado y no permite la inclusión de una tercera persona cuando ocurre en el ámbito de una pareja, o de alguien ajeno cuando es una familia. Por tanto, cuesta mucho conseguir un acercamiento eficaz a las parejas o familias afectadas, lo cual obliga a revisar con mucho detalle la metodología de las investigaciones.

Se necesita ética para indagar, pero eso implica convivencia, tiempo, dominio de técnicas que muchas veces no pueden incluir el lápiz y el papel, o sea, la encuesta directa. La Psicología aporta métodos y técnicas, entre ellas las proyectivas y las metodologías para el trabajo grupal, que nos permiten un acercamiento al fenómeno, a su diagnóstico y caracterización. También existen otros métodos y herramientas metodológicas que pueden ser utilizadas y que son muy eficaces para el diagnóstico y la intervención. Ambos procesos transcurren en un espacio de expresión y producción de subjetividad que pueden posibilitar cambios y miradas diferentes al fenómeno de la violencia, su visibilización y sanación. Una de estos métodos es el psicodrama.

¿Qué es el psicodrama?

Jacob Moreno, su fundador, considera que el psicodrama es un “método para explorar a fondo la verdad del alma a través de la acción”¹. Puesto que es imposible penetrar directamente en el alma del hombre y conocer y ver lo que se desarrolla dentro de ella, el psicodrama intenta traer “hacia fuera” el contenido psicológico del individuo y hacerlo objetivo en el marco de un mundo tangible y controlado. También consiste en la observación de las más pequeñas particularidades de los procesos que se despliegan en el marco físico, psíquico y social que se trata de investigar. Su objetivo es hacer directamente visible y mensurable el comportamiento total².

El psicodrama es un conjunto de instrumentos que, a través de la acción, permite llegar a lo más profundo del alma, introducirse en lo recóndito e imperceptibles espacios de la subjetividad. En él se manifiesta el principio psicológico de la unidad de lo afectivo y lo cognitivo, en la corporalidad y el comportamiento. Es un paradigma con una visión y concepción holística del ser humano, lo que hace que pueda ser aplicado a niños, jóvenes y adultos, sanos y enfermos, por lo que tiene una aplicación educativa y también psicoterapéutica. Al ser arte dramático, transforma en ciencia el drama, la historia, la acción y se verifica como conocimiento científico a través de sus técnicas y procedimientos, apoyados en teorías, lo que lo convierte en un método³.

La doctora Ursula Hauser, psicóloga e investigadora con amplia y larga experiencia sobre el tratamiento de la violencia de género a través mediante el psicodrama, ha sistematizado su trabajo y ha publicado el libro *Entre la violencia y la esperanza: escritos de una internacionalista*

¹ Bello, M. C. (2000). *Introducción al Psicodrama. Guía para leer a Moreno*. Editorial Colibrí. México.

² Moreno, J. L. (1966). *Psicoterapia de Grupo y Psicodrama. Introducción a la teoría y la Praxis*. Fondo de Cultura Económica. México. p.154.

³ Molina M. (2010). “Subjetividad y técnicas psicodramáticas. Una experiencia grupal en el Policlínico Universitario Plaza de la Revolución”. Tesis de Maestría Psicodrama y procesos grupales. Facultad de Psicología Universidad de La Habana. P. 19.

(2010)⁴, de obligada lectura para ampliar los conocimientos en este tema. Analizaremos algunos de los elementos fundamentales que nos permitan visibilizar al psicodrama como una herramienta para la investigación, el diagnóstico y la intervención de la violencia de género.

El trabajo psicodramático es fuente de energía y de creatividad en medio del horror de la violencia. Ello significa sentir esperanzas en la capacidad humana de imaginarse un mundo mejor y quizás dar un paso hacia la realización de este sueño. Pero, al mismo tiempo, es también la lucha por un cambio sociocultural y por los derechos de las mujeres. Lo que incluye, de modo prioritario, -refiere Ursula Hauser- un “reajuste de género”, para que las mujeres y lo femenino demuestren su fuerza, y la justa lucha por la diversidad sexual y la integración de las minorías excluidas se pueda hacer visible sin pena ni vergüenza.

Este método posibilita desarrollar la conciencia histórica sobre la inserción social y cultural propia y, en consecuencia, fortalecer la autonomía y la rebeldía contra los mandatos sociales y culturales injustos.

¿Cuáles recursos posibilitan la expresión y producción de subjetividad relacionadas con la violencia de género?

Recordar y representar las diferentes escenas, elaborar la situación a fondo, la expresión corporal, la mímica y la dinámica grupal tienen gran importancia terapéutica, en tanto forma de lenguaje y comunicación diferente. Puede ser que un abrazo tenga más efecto que una interpretación verbal, porque las emociones congeladas necesitan encontrar su camino a la catarsis y esta pasa por el cuerpo.

La posibilidad magnífica del psicodrama consiste en la comprensión de que la actividad creativa de cada persona es infinita y única, que la multiplicación del potencial creativo en el grupo posibilita una dimensión terapéutica autogestionaria. El psicodrama es un laboratorio para desarrollar la capacidad humana, buscar una forma particular a su experiencia verbal y corporal, y el grupo es “cuerpo de resonancia y multiplicación” y al mismo tiempo contenedor, “principio de la realidad”, apoyo en los “momentos de locura” vividos por la o el protagonista.

Las escenas terribles y temidas, recordadas por esta persona, se transforman en un proceso de “teatro surrealista”, en el cual es dramaturga y conduce el proceso, con la ayuda del equipo coordinador y del grupo. La experiencia de sufrimiento y de dolor puede entonces ampliarse, por las múltiples tomas de conciencia, durante y después del psicodrama, y permite la experimentación de nueva energía y nuevas fuentes de acción, es decir, de esperanza.

Con el psicodrama se reflexiona sobre este ser mujer en libertad, en un ambiente de confidencialidad donde solamente existe el deseo de entender mejor quién soy y adónde quiero ir. Elaborar en escena la propia historia, el mundo interior, los sueños, el pasado, el presente y el futuro parece un lujo excepcional y debería ser un derecho humano de todas las mujeres y también de todos los hombres.

Descubrir la propia historia despierta mucho dolor, enojos, preguntas: ¿por qué me trataron así?, ¿por qué no reaccioné? Con el psicodrama se liberan las emociones reprimidas, se da libertad a los gritos y llantos silenciados, se brinda el espacio para que las mujeres puedan expresarse sin censura, sin miradas que la avergüencen o se burlen de ellas.

El elemento más poderoso e importante en el psicodrama es el cambio de rol, la inversión de roles, cuando una persona se “pone en los zapatos, en la identidad” de otra y trata de mostrarle a la protagonista, como en un espejo, su propia acción. Se trata de apoyar a la protagonista para

⁴ Hauser, U. (2010). *Entre la violencia y la esperanza: escritos de una internacionalista*. La Habana: Publicaciones Acuario, Centro Félix Varela.

que encuentre en su interior, y con el apoyo de su psicodrama, de la acción colectiva grupal, sus propias respuestas y soluciones.

¿Cuáles son los logros?

Cuesta narrar las experiencias de maltrato. Las de abuso sexual casi nunca se cuentan. Incluso en estos grupos de confianza, confidencialidad, intimidad, constituye un proceso largo y doloroso. Aprendieron a hablar, recordar, compartir, llorar y gritar juntas, al igual que a reírse y reconstruir la felicidad.

El trabajo psicodramático se refleja en las caras y en los cuerpos de las compañeras, que adquirieron un nuevo brillo. Se sienten felices de ser mujeres y apoyan con toda su fuerza a otras compañeras a superar los dolores y las cicatrices del pasado. Las risas, los abrazos, las canciones ayudan a superar las depresiones y pueden motivar para continuar.

¿Hacia dónde caminar?

Se debe fortalecer la capacidad de las mujeres de pensar críticamente, de asumir responsabilidad y lugar en su contexto social. Solamente con la rebeldía de las mujeres y las organizaciones feministas se logrará un cambio necesario en este campo de la lucha entre los géneros. Todavía queda mucho por hacer. Conquistar el derecho a la autodeterminación sobre el cuerpo, la vida, los deseos, proyectos y derechos legales es una interminable lucha en contra de una tradición que descansa sobre la explotación de las mujeres.

Desarrollar, en conjunto, la confianza en su propia fuerza, creatividad, inteligencia y capacidad de decidir: esos son los grandes retos y los grandes logros para mujeres que nunca tuvieron en su autoestima la esperanza de ser importantes.

Hace falta fortalecer las redes y vínculos entre mujeres que comparten los mismos ideales y valores. Los cambios solo son posibles si se logran transformaciones en las realidades intrapsíquicas y en las realidades fuera de la psique.

Las acciones de las mujeres psicodramatistas, que trabajamos los temas de la violencia de género y los traumas de la guerra, son importantes no solo para intentar sanar los traumas del pasado, sino que son necesarias también en el trabajo preventivo y constructivo para el futuro de una sociedad más justa y humana.⁵

⁵Ídem.