

Juegos teatrales y ejercicios psicodramáticos. La interdisciplina como estrategia para operar en ámbitos educativos, laborales y comunitarios

Theater games and exercises psychodrama. Interdisciplinarity as a strategy to operate in areas of education, labor and community

Gustavo Freire | gustavodeluxe@hotmail.com

Julia Notta | julia80_28@hotmail.com

Jesica Orellana | jesior@hotmail.com

Secretaría de Extensión. Facultad de Filosofía y Humanidades. Universidad Nacional de Córdoba

Resumen

El presente trabajo representa la sistematización de una propuesta de servicios a la comunidad, que está dirigida a fomentar espacios de mirada crítica, sobre las prácticas cotidianas y la construcción de formas alternativas de abordaje de situaciones problemáticas. De esta manera, se parte del reconocimiento de la importancia de fortalecer los vínculos entre la universidad y la sociedad, tendiendo a la articulación de los saberes populares y académicos para dar respuesta a las inquietudes sociales.

Específicamente, para aportar a dicha articulación, se intenta dar cuenta de la necesidad de la creación de herramientas para operar y resolver conflictos a través de juegos teatrales y ejercicios psicodramáticos, generando un espacio de aprendizaje y entrenamiento en contextos grupales. Creemos que el abordaje es posible por medio de la dramatización porque permite recuperar la capacidad elaborativa del juego a través de la representación. Aunque sea de un modo ficticio, son nuevas experiencias vivenciadas por el sujeto que pueden incorporarse como estrategias alternativas de acción para la vida cotidiana.

Palabras clave: juego teatral, ejercicio psicodramático, grupo espontaneidad, adecuación, creatividad

Abstract:

This work represents the systematization of a proposed community service, which aims to promote spaces of critical perspective on the daily practices and the construction of alternative ways of addressing problem situations. In this way, is part of the recognition of the importance of strengthening links between universities and society, tending to the articulation of popular and academic knowledge to address social concerns.

Specifically, to contribute to the joint, it tries to account for the need of creating tools to operate and resolve conflicts through theater games and exercises psychodramatic creating a learning and training

in group settings. We believe that the approach is possible through the drama because the ability to retrieve game elaborative through representation. Whether a fictional mode, are new experiences lived by the subject that can be incorporated as alternative strategies of action for everyday life.

Key words: Game Theater - Exercise psychodramatic - Group Spontaneity -Adaptation - Creativity.

El psicodrama es un método terapéutico, en el cual confluyen el teatro, la psicología y la sociología. Creado por Jacob Moreno (psicólogo y sociólogo rumano, 1892), tiene por finalidad la búsqueda de la verdad psicológica y de la liberación de los complejos a partir de la representación teatral.

El núcleo del psicodrama es la dramatización, en la cual la intervención manifiesta del cuerpo implica un compromiso total (psiquis, organismo y lenguaje) por parte del individuo. La improvisación, enteramente libre, se realiza sobre una situación ficticia o temas reales, despojándose de los complejos y expresando los conflictos interindividuales. Posteriormente, una vez que se han vivenciado, aunque sea de un modo ficticio, estas nuevas experiencias pueden incorporarse a la vida cotidiana.

A su vez, la dramatización intenta recuperar la capacidad elaborativa del juego, a través de la representación, con el objetivo de rescatar la fantasía y el espíritu infantil, a fin de potenciar la autenticidad, ser uno mismo y romper con los estereotipos. Por lo tanto, se propone un regreso al pasado, que hace aflorar nuevamente la curiosidad, la fascinación, el asombro, la espontaneidad y la naturalidad.

El derecho a la inclusión ¿puede la universidad favorecerla a través de sus programas?

En una sociedad de consumo, fragmentación social y desigualdad económica, asistimos a un contexto devastador en relación al deterioro de la vida cotidiana y la precarización subjetiva. Nos encontramos hoy cada vez más, con la propuesta de un hombre frágil, inhábil en el reconocimiento del otro, en el manejo de los conflictos y en el sostén de un vínculo, con gran sentimiento de vacío o de pérdida de sentido y, en el peor de los casos, la violencia como forma de comunicación.

Es por eso que el desafío de la educación y del arte se centra en generar y articular políticas públicas para la promoción, el intercambio y la comunicación de prácticas de integración, donde los grupos sociales puedan atender sus realidades y demandas. Ello implica garantizarles las posibilidades de acceso y participación en programas de inclusión social y educativa, de extensión y difusión cultural, como así también generar el derecho a elegir.

En este sentido, como profesionales, tuvimos la iniciativa de reflexionar acerca de los aportes que desde la universidad se pueden brindar para intentar dar respuestas a las múltiples necesidades y demandas que surgen de la sociedad. Es posible que la sociedad no sepa lo que está haciendo la universidad, debido a que ésta no logra la apertura suficiente hacia la comunidad, razón por la cual se le dificulta la socialización de sus acciones. También existe el riesgo de que las acciones emprendidas desde la universidad no estén dando respuestas efectivas y eficaces a las demandas surgidas desde la sociedad. Por ello, consideramos de fundamental importancia que para la planificación de proyectos y acciones, se tengan en cuenta las principales necesidades de los destinatarios de dichas propuestas.

Para contribuir a que la sociedad valore a la universidad y se apoye en ella, que la considere necesaria para mejorar su calidad de vida; un primer paso sería conocer de qué forma el accionar universitario es comprendido por los actores que no pertenecen a la institución.

Fomentar este vínculo implica un trabajo creativo, participativo, comprometido, transformador de la realidad social en la propia universidad y en el contexto que la circunda.

Consideramos que la labor de extensión universitaria desplegada hacia la sociedad, debería ser fruto de un trabajo continuo, anticipándose en la búsqueda de respuestas a las problemáticas sociales, y no actuando sólo en los momentos críticos en los que las urgencias sociales empobrecen la calidad de vida de la población.

Desde el lugar de profesionales comprometidos en nuestro medio, intentamos ofrecer una propuesta de servicios a la comunidad, dirigida a fomentar espacios de mirada crítica sobre las prácticas y la construcción de formas alternativas de abordaje de situaciones problemáticas; brindando a los educadores, profesionales, coordinadores de grupo, referentes comunitarios, etc., herramientas eficaces que provoquen la apertura de nuevos modos de pensar, donde intervienen lo lúdico y la creatividad.

La disciplina artística y el dispositivo grupal permiten, mediante una reflexión crítica, habilitar nuevos consensos, buscar nuevas alternativas de acción, con mayor grado de protagonismo personal y social, operando cambios en la subjetividad, que apuntan a la transformación de la relación con el otro y con uno mismo.

Nuestro trabajo se constituye a partir de la elaboración colectiva, que surgirá de lo que los actores enuncien como aspectos críticos y problemas, permitiendo ensayar respuestas a las dificultades institucionales, educativas, laborales, comunitarias, entre otros.

Impacto social: nuevos espacios, nuevos lazos, nuevas vivencias

Las circunstancias del momento socio histórico actual, tales como el vértigo en el ritmo de vida, las relaciones sociales virtuales y los conflictos interpersonales que enfrentamos a diario son obstáculos que dificultan el lazo social.

Por ello es necesario construir espacios de encuentro que permitan generar nuevas estrategias de acción, para enfrentar la complejidad en la que se encuentra inmerso el individuo en la sociedad actual. En este sentido, los juegos teatrales y los ejercicios psicodramáticos son las vías regias para abordar el trabajo en grupo, tienen el objetivo de bregar por una transformación social en los individuos, a fin de mejorar su calidad de vida. Esto es posible a partir de la construcción grupal y vivencial que nos ayuda a comprender, aprender, reaprender y reparar nuestra relación con nosotros mismos y con los demás. Además, fortalece el accionar en los ámbitos grupales de referencia (profesional, social, comunitario, institucional, familiar, educativo, artísticos, culturales), permitiendo la puesta en práctica de estrategias novedosas y eficaces que apuntalen el accionar cotidiano y ejerzan un efecto multiplicador en los sujetos.

¿Por qué se elige el dispositivo grupal como medio de abordaje?

“Yo me defino por la relación con los otros con quienes construyo un camino en el tiempo” (Alfredo Moffat).

La dimensión grupal brinda la posibilidad de elaborar, transferir, intercambiar y producir conocimientos, poniendo en cuestión ideas, creencias, sistemas de valores, favoreciendo así la transformación de realidades.

Aprovechando los beneficios del trabajo grupal, se propone, en forma conjunta, construir herramientas y técnicas que surjan a través de un aprendizaje vivenciado por medio del cuerpo y del juego, para lograr una aprehensión, apropiación y posterior reflexión de los diferentes conceptos y contenidos que resulte más permanente que si sólo se trabajara desde la racionalidad.

Creemos fundamental articular el saber con el intercambio grupal, porque es allí, donde encontraremos las condiciones que facilitan el desarrollo de las potencialidades de cada individuo. El sujeto se constituye en el otro y por el otro, dando lugar a nuevas formas de enlace, personales e interpersonales, posibilitando la capacidad creadora y la reflexión colectiva.

Consideramos a la técnica psicodramática y al juego teatral como ejercicios de acción, que permiten la transformación de los individuos, a fin de mejorar sus modos de relacionarse.

En busca del despliegue de la espontaneidad

“Lo más conocido parece lo más seguro, pero lo más saludable es lo que todavía estamos por crear” (Moreno.)

Los grandes modificadores de la conducta humana son la presencia de la espontaneidad-creatividad. Ante la no existencia de espontaneidad y creatividad en la conducta hay conservacionismo. Es decir, comportamientos estereotipados, respuestas ya conocidas y utilizadas que pasan a componer lo que se denomina *conserva cultural*.

La conserva cultural no acarrea satisfacción al sujeto, no genera iniciativas, no se constituye en la representación de lo que realmente queremos decir o hacer. La conserva cultural va paralizándonos poco a poco afectivamente, perdiendo la capacidad de iluminar nuestras decisiones y conducir nuestra espontaneidad.

Consideramos al ser humano en relación. La idea de grupo como organismo que va potencializándose, regulándose, autogestionándose.

Pensar al ser humano en relación, implica hacerlo desplegando acciones nutridas de sentido por los roles que desarrollan en ellas.

Si consideramos que un individuo adulto desempeña un número elevado de roles desde el punto de vista social (familiar, profesional, cívico) es enorme la riqueza en experiencia de vida que esa práctica le retorna normalmente. Así puede visualizarse (y entenderse) el tejido de nuestras vidas, como formando parte de una pieza de teatro siempre re-escrita y siempre inacabada en la cual tenemos la

oportunidad de jugar un número elevado de roles. En algunos casos protagónicos, otros secundarios, algunos fijos y permanentes y otros temporarios. Y si a esto le agregamos el hecho de que también podemos fantasear, allí es que los roles pasan a ser un número infinito.

Cuanto más activa y segura es la persona, más saludable podría llegar a ser.

Cada pequeño ser enfrenta condiciones nuevas y sobrevive a ellas en la medida en que su espontaneidad consigue dar respuestas complementando las acciones de quien lo ayuda (o no) en ese pasaje.

La espontaneidad produce tanto respuestas nuevas, como respuestas conocidas pero necesarias. Lo importante es que la respuesta sea adecuada.

Es *la adecuación* la que da garantía de una respuesta fluida y bien sincronizada.

Esto porque en definitiva se nos presentan situaciones tanto nuevas como conocidas. A ellas podremos dar respuestas nuevas o inéditas, como conocidas y ya ejercitadas.

En verdad la adecuación es el grado más elemental de la espontaneidad. Es un grado de espontaneidad como *calidad dramática*. Esta forma de espontaneidad es la que nos impide caer en **la rutina, permite realizar actos repetitivos como si antes nunca los hubiéramos hecho**.

También existe la *originalidad*, una forma espontánea y una marca propia en el accionar de cada persona, ello permite relacionar el acto o el hecho, con su autor y reconocerlo por el resultado.

Finalmente, encontramos la *creatividad* como la manifestación más elevada de la espontaneidad. Ella da origen tanto a formas y objetos cotidianos y culturales, como artísticos y científicos que antes no existían.

Lo que se quiere lograr con el presente taller, es despertar las capacidades latentes del ser humano, las que están relacionadas con el juego y la creatividad.

Preguntar, hallar respuestas, descubrir formas y ordenar, volver a pensar y encontrar nuevas relaciones, criticar y plantear nuevas alternativas a viejos problemas.

Lejos de brindarnos certezas, la aproximación a la realidad a través de estrategias lúdicas y psicodramáticas nos abre el camino a múltiples interrogantes. Nos invita al descubrimiento de nuevos significados en nuestras acciones, sentires y prácticas cotidianas. En este proceso dinámico -en este ir y venir desde la acción al pensamiento y viceversa- la realidad se nos presenta inagotable y nos sugiere infinitas modalidades de juego, de “jugarnos”, de ser y estar en el mundo y con los otros.

Oportunidad de jugar y crear a partir de los propios conocimientos y encontrar nuevas acciones creadoras y transformadoras del entorno y de uno mismo.

Entendemos la recreación como un espacio que desde el placer y la libertad construida responsablemente por todos los sujetos, es capaz de embarcarse en el diseño y construcción de nuevas situaciones de aprendizaje social y afectivo.

Apoyarse en el juego favorece los procesos de aprendizaje, ya que permite descubrir nuevas sensaciones, actitudes, ideas, reflexiones, sentimientos; es un placer diferente donde cada cual puede sentir y expresarse libremente, y así aprender a través del compartir, del dar, recibir, y respetar al otro.

La creación de este nuevo espacio debe favorecer la expresión a través de diferentes lenguajes y medios: de comunicación, el juego, la dramatización, la música, entre otras, en la búsqueda de un cuerpo que se comunique, sienta, exprese y resignifique.

Generar nuevos interrogantes

Insistimos en que dentro del espacio grupal lo inédito, lo nuevo, surge por creación: las técnicas psicodramáticas y el juego teatral aplicados a la vida cotidiana nos permiten el desarrollo de las potencialidades individuales y la creatividad desde la dramatización. Así, como dijimos, se brinda la posibilidad de elaborar, transferir, intercambiar y producir conocimientos. La intención es la puesta en cuestión de las representaciones, las creencias, los valores, favoreciendo así la transformación de realidades.

El objetivo es conocer o explorar las distintas modalidades que se emplean para que esto se lleve a cabo. ¿Cómo propiciar el cambio? ¿Cómo utilizar las experiencias cotidianas y transformarlas en algo inédito? ¿Qué hay de los nuevos conflictos que surgen durante el proceso? ¿Por qué se elige el dispositivo grupal como medio de abordaje? La escena grupal es un lugar de expresión de múltiples atravesamientos, lo cual nos remite inevitablemente a campos problemáticos de saberes que no pueden ser abordados desde una única disciplina. Los grupos son procesos sociales en movimiento, productivos y productores de múltiples subjetividades, que en su devenir van organizando formas propias. Son como tales, constitutivos del sujeto y a su vez recreados o reproducidos por él, en efecto de repetición.

Los individuos y sus experiencias podrán tomar, en consecuencia, la realización de *juegos teatrales* y *experimentar nuevas formas de comunicación*. *Deben decidir utilizar mecanismos que colaboren en la expresión y el reconocimiento del propio cuerpo: postura, relajación y respiración*. Podrán, también, reconocer y reflexionar acerca de los bloqueos hasta llegar al autoconocimiento, sus movimientos estereotipados y los de expresión libre.

Se hace fundamental la promoción de la espontaneidad, la adecuación, la calidad dramática, la originalidad y la creatividad y se hace imprescindible coordinar el juego teatral y dramático, es decir, crear, reinventar y reelaborar experiencias propias a través de ejercicios teatrales en donde la improvisación y la representación (acción, sujeto, entorno, conflicto) se despliegan buscando el mayor potencial.

Finalmente, en momentos de transformación social, en donde las relaciones humanas suelen ser efímeras, la información de eventos cotidianos circulan a mayor velocidad, en donde aumenta la inseguridad social o se fomenta la individualidad, apostamos a la creatividad cotidiana y a la importancia de la experiencia grupal, que nos permite dar un sentido profundo a nuestra existencia.

“La vida es una obra de teatro que no permite ensayos. Por eso, canta, ríe, baila, llora y vive intensamente cada momento de tu vida, antes que el telón baje y la obra termine sin aplausos”.

Charles Chaplin

Bibliografía

ASTROSKY, D., HOLOVATUCK, J.: *Manual de juegos y ejercicios teatrales. Hacia una pedagogía de lo teatral*. Editorial Instituto Nacional del Teatro. Bs. As. 2005.

BLATNER, A.: *El Psicodrama en la Práctica*. Ed. Pax. México. 2005.

DEL CUETO, Ana M. *Grupos, instituciones y comunidades. Coordinación e intervención*. Editorial Lugar. Bs. As. 2003.

Equipo de Redacción PAL. *Diccionario de Psicología*. Ed. Orbis. 1986.

MORENO, J.L.: *Psicodrama*. **Cap. 1**. Ed. Hormé. 1972.

NAVARRO DE GOTTIFREDI, A.: *Una forma de profundizar la relación Universidad-Sociedad*. Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad de Jujuy. 2002. <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=18501504> .Consultado el día 22 de febrero de 2011. ISSN: 03727- 1471

PAVLOVSKY, E., KESSELMAN, H.: *Espacios y creatividad*. Editorial Búsqueda. Buenos Aires. 1980.

PAVLOVSKY, E., FRYDLEWSKY, L., KESSELMAN, H.: *Las escenas temidas del coordinador de grupo*. Editorial Fundamentos, Madrid (España), 1979.

PAVLOVSKY, E., MARTÍNEZ, C., MOCCIO, F.: *Psicodrama psicoanalítico en grupos*. Editorial Kargieman. Buenos Aires. 1970.

ROJAS BERMÚDEZ, J.: *Teoría y técnica psicodramáticas*. Ed. Paidós. Ibérica. 1997.

SCHVERDFINGER, S.: *Entre prácticas y reflexiones. Psicodrama grupal en el ámbito de la Universidad*. Revista Campo Grupal. Año 3. N° 15. Bs. As. Julio. 2000.