CUADERNOS DE PSICODRAMA

LA VENTANA PARA DESCUBRIR EL PSICODRAMA POR DENTRO

NUMERO 2

OCTUBRE 2021

REVISTA DIVULGATIVA DE PSICODRAMA

INFORMACIONES, OPINIONES, TESTIMONIOS, REPORTAJES, ILUSTRACIONES, FOTOGRAFIAS

AULA DE PSICODRAMA

La fuerza que brota de nuestro interior puede ser tan fuerte como las olas del mar

OPINION

EDITORIALES: DIAS EXTRAÑOS Y FUERZA E ILUSIÓN PARA SEGUIR ADELANTE

Páginas 2 y 3

STAFF DE LA REVISTA

Pagina 3

INFORMACIÓN

PROXIMOS Y PASADOS EVENTOS

Páginas 19 a 23

ILUSTRACIONES

Páginas 10 y 11

ARTICULO DE TEORIA PSICODRAMATICA

LOS TRES REGISTROS

Paginas 18 y 19

ARTICULOS DE EXPERIENCIA PSICODRAMATICA

MI EXPERIENCIA CON EL PSICODRAMA

Paginas 4 y 5

LA DESPEDIDA

Páginas 5 y 6

PELOTON DE FUSILAMIENTO

Páginas 7, 8 y 9

UNA TARDE DE JUEVES EN GRUPO

Páginas 12 y 13

PLACER Y DUDAS DE UNA CAMINANTE

Páginas 14, 15 y 16

PSICODRAMA O DRAMA, HE AHÍ EL DILEMA

Páginas 16, 17 y 18

EDITORIAL

DÍAS EXTRAÑOS

Ha sido en estos días extraños que nos ha tocado vivir estos últimos tiempos, donde se ha dado respuesta a qué es lo que nos permite desarrollarnos y poner en juego nuestra afectividad. La presencia, el contacto, la libertad de salir o de entrar donde queremos o de movernos: pasan por los otros. Por lo menos, para los que no estamos demasiado locos o deshumanizados.

Para los que trabajamos con grupos humanos ha sido harto limitante el tener que restringirnos a lo más familiar o a un contacto virtual, que ha perdido la intensidad afectiva en la que, sin darnos cuenta, estamos acostumbrándonos a movernos.

Las redes sociales han ido restringiendo los convencionalismos de la educación: la respuesta cuando se nos pregunta, las llamadas sin reporte, los saludos, la preocupación formal por el otro; todas ellas, se ven reducidas a una economía de palabras, de voces, de contacto físico.

La amenaza de la enfermedad y la muerte, la resistencia a las restricciones, el miedo al otro y a su proximidad, siguen produciendo perturbaciones en la manera de relacionarnos y en la expresividad.

Ha sido extraño volver a trabajar en los grupos de psicodrama, donde el cuerpo tiene presencia, pero limitada en metros y sin la comunicación de los gestos en los que interviene la parte inferior de la cara. Los ojos hablan y expresan el llanto y la alegría, pero la parte inferior ha tenido que ser interpretada, lo que se une a aquello que uno no es capaz de escucharse en el discurso que produce.

Curioso un grupo de gestos reprimidos en un dispositivo que trata de la apertura inconsciente, de un relato afectivo diferente y abierto que da cuenta de los que somos en realidad. La esencia y la presencia disfrazadas como representantes de un real que estamos aprendiendo a simbolizar. En medio de un bosque imaginario donde andamos perdidos.

FUERZA E ILUSIÓN PARA SEGUIR ADELANTE

Desde la dirección de esta revista queremos agradecer a todos los que se han esforzado en redactar sus escritos y enviarlos a tiempo a la Revista para su publicación sacando tiempo, a lo mejor, de donde no lo había, dejando atrás sus tareas habituales ante la llamada insistente de esta Revista; pero con la firme voluntad de colaborar y contribuir a la difusión de esta terapia tan importante que se llama Psicodrama. Gloria y honor para ellos.

A todos lo que no han podido contribuir a esta noble causa, por las circunstancias que sean, a todos los que no se han sentido incentivados o capacitados para escribir algo, no os sintáis desmotivados. Tenéis nuevas oportunidades en los nuevos números que proyecta la Revista.

Queremos que esta Revista progrese, tenga más contenido y calidad, más frecuencia y regularidad de entrega, más audiencia y difusión. Para estos objetivos ambiciosos es imprescindible la continua y fluida colaboración de todos los interesados en esta Revista, en especial, los miembros del Aula de Psicodrama. Es la revista de todos. Solamente con la fuerza y la ilusión de todos podrá salir adelante. No dejemos que por desidia, pereza o falta de estímulo muera de inanición este gran proyecto surgido en lo más profundo de nuestro corazón: el gran deseo de alcanzar la salud y el equilibrio psíquico, es decir, lo mas parecido a lo que pueda ser la felicidad.

CUADERNOS DE PSICODRAMA

EDICIÓN Y DISTRIBUCIÓN

Aula de Psicodrama

DISEÑO, REDACCION Y DIRECCION

José Manuel Rodríguez Hurtado

ILUSTRACIONES

Oscar Valbuena

EQUIPO COLABORADOR EDITORIAL

Ana Guardiola, Henar Marín Miravalles, María Trujillo, Oscar Valbuena, Raúl Díaz García, Eugenia Labarga y Belén Valera

COLABORADORES DE ESTE NUMERO

Ana Guardiola Palomino, Belén V.

I.E.S, J. Lezhen, Christiane

Ana Vivancos y Lobo Blanco

A continuación se publican seis artículos consecutivos, hasta la página 18 inclusive, con el intercalado de unas ilustraciones en las páginas 9 y 10. Son testimonios de seis practicantes del psicodrama que exponen sus experiencias y sus opiniones sobre el mismo

MI EXPERIENCIA CON EL PSICODRAMA

Desde hace años una de mis amigas del alma, una compañera del metal como me gusta decir a la gente que está para lo que nos haga falta, me hablaba del psicodrama.

Me contaba que estaba haciendo una formación, que le gustaba mucho, que era una terapia muy transformadora. La escuchaba y me gustaba saber que estaba en algo que la llenaba mucho, pero no terminaba de entender qué había de fascinante en el psicodrama hasta que lo experimenté.

Y es por eso que a menudo contar, narrar y que le llegue a la otra persona en toda su dimensión es algo complejo. Pero cuando algo te cambia la vida, merece la pena intentarlo y por eso os escribo.

Porque antes o después nos llega el momento en que necesitamos ayuda, porque se nos colma el vaso, porque sentimos el dolor, la angustia, la impotencia, la frustración, el deseo de entender por qué nos pasan ciertas cosas que nos afectan tanto, que nos bloquean, que nos minan, y que a veces nos pueden llevar a desprotegernos, a descuidarnos, a abandonarnos, a dejar de creer en nosotros mismos, a perder la esperanza, a no querer avanzar. Y eso sí que no puede ser porque la vida sigue y hay que afrontarla. Lo más sabio que podemos hacer es dejarnos acompañar "bien".

Elegir el psicodrama es decidir adentrarte en un camino donde lo que antes no veías aparece; lo que te confundía, te deja de confundir; donde por fin puedes ponerle nombre a las cosas; donde sientes algo muy potente que te reconforta, te reconcilia contigo misma, te reconduce…y tus pasos los sientes pisando tierra, porque volar es bonito pero alas no tenemos, pero pies sí.

Dejar de fantasear, de auto engañarnos y ser conscientes de la tierra que pisamos. Sentir que atrás dejamos un camino, pero la senda continúa y vamos a ser capaces de reconocer las piedras con las que nos habíamos tropezado y empezar a vivir diferente.

El psicodrama es un viaje en compañía, que te permite llegar a ti a través de los demás. Elijes una escena de tu vida, la que quieras, y la cuentas; elijes la persona o personas que estaban en ella dejándote llevar por la intuición en la elección de tus compañeros del grupo, y comienza la representación tal y como sucedió, sin cambiar nada porque no se trata de cambiar ese final.

Tienes que representar todos los roles, cambiar de posición y no hace falta saber de arte dramático porque cada cual lleva su drama.

Cada cual lleva su película y lo sabe hacer a la perfección porque para eso se trabaja "la repetición", ese plano fijo. Algo aparentemente sencillo, que haces sintiéndote muy acompañada por el grupo, muy segura de la confidencialidad que se genera, te lleva a salirte por un momento de ti misma, para volver a entrar y darte cuenta que hay ventanas a las que ya no vas a poner cortinas, que el horizonte se va despejando, va entrando aire fresco.

Cuando vuelves a ti, sientes como un click mágico, y dices "Madre mía, ahora lo veo". Te ayuda a responderte muchas preguntas que

(Continúa en la página 5)

(Viene de la página 4)

siempre te estaban rondando y hasta ese momento no habían tenido respuestas. Sí, el psicodrama tiene algo de magia.

Puedes mirarte desde los ojos de otras personas, y permite darte cuenta de las cosas que buscas en tu relación con los demás, que repites y repites sin éxito, y por fin consigues ver que jamás podrán ser como esperabas. Qué liberación dejar de intentar conseguir lo imposible fuera de ti. Qué liberación ver la película de tu vida desde otros planos, y como dice mi amiga, ver un montón de ángulos ciegos que no habías tenido en cuenta por estar "enjugascada" en tu versión de los hechos. Además, sin perspectiva, hay cosas que están demasiado cerca como para verlas.

Parece algo surrealista, lo sé, pero hay cosas que te cambian la vida a mejor, sin duda. Con los ojos cerrados os invitaría a que conozcáis el psicodrama, que os dejéis llevar porque vuestros ojos se abrirán para ver el mundo de otra manera. Para miraros descubriéndoos desde la aceptación, desde la realidad que os ha tocado vivir, pero con la fuerza y la lucidez de que sois más sabios porque habéis sido capaces de descubrir lo que teníais dentro, como dormido, pero despierto, y que aparecen como malos sueños una y otra vez.

Porque los sueños en psicodrama nos cuentan muchas cosas de nuestras cavernas del inconsciente y, también, lo que no aparece en sueños son nuestras pesadillas diarias, lo que nos lleva a querer dar el paso y dejarnos ayudar.

Sí, el psicodrama nos enseña a ir conociendo a nuestro inconsciente, porque se nutre del psicoanálisis, de Freud y de Lacan. Ese inconsciente que nos juega malas pasadas porque no sabemos que hay.

Lo podemos ir descubriendo y poner algo de luz a la oscuridad, aunque puede sonar algo ñoño, pero es una pasada, qué queréis que os diga.

Las piedras van a seguir en el camino, pero nuestra linterna cada vez alumbrará mejor, hacia dentro y hacia fuera.

Belén V.

Agosto 2021

LA DESPEDIDA

Es imposible escribir esta historia sin hablar de mi abuelo. Se llamaba Pedro, era un hombre con apariencia seria y distante, pero yo lo recuerdo cariñoso y bonachón.

Cuando era pequeña siempre que iba a su casa le saludaba así: - *¡Hola Papi!* y él me respondía*:* - *¡Hola Chorlito*! *¿Te ha dicho alguien que eres la más guapa del mundo? Y yo le decía:* - *¡Si tú!*

Pasaron muchos, muchos años, hasta que la vejez tocó a su puerta y le llegó la hora. No pude asistir a su funeral porque por aquel entonces yo vivía en otra ciudad y mi madre me llamó. Me dijo que me quedara allí con mis hermanos pequeños (que estaban pasando unos días conmigo), así ella podría dedicarse a atender a los familiares que asistieran al funeral.

La verdad es que yo quería ir al entierro, pero fui incapaz de decir nada, porque casi nunca expresaba mi opinión para evitar conflictos y además tenía muy interiorizado que mis hermanos eran mi "responsabilidad".

Lo que no sabía entonces era lo que me arrepentiría después, ya que el hecho de no haber asistido al funeral dio paso a la culpa, los "rumies" y los sueños…

Soñé muchas veces con él, hasta que un día soñé lo que yo titulé como "la despedida":

Mi abuelo estaba ingresado en el hospital y yo iba a visitarlo, le llevaba unos pajaritos en una jaula para que le

(Viene de la página 5)

dieran alegría. Y en la puerta del hospital me paró el personal de seguridad. Me dijo que con los animales no podía entrar. Y yo intenté convencerle diciéndole que mi abuelo estaba muy enfermo y que sólo quería que se distrajera un poco. Al final, entre explicación y explicación, me puse a discutir con el vigilante para que me dejara entrar. Finalmente, me dejó subir a la habitación con los pájaros y entré cabreadísima contándoles a mi madre y a mi tía (que estaban en la habitación con mi abuelo) la escena con el vigilante de seguridad.

Después de un rato hablando con ellas, me llamó mi abuelo desde la cama en el fondo de la habitación.

Me senté en la cama a su lado y me dijo:

-¡Chorlito! ¿Es que no has venido a verme a mí?- Y le que sí, pero que venía muy cabreada por lo del vigilante y se lo conté.

Mi abuelo me escuchó pacientemente hasta que terminé de contárselo todo, se quedó muy serio mirándome fijamente y entonces me dijo:

-¿Te ha dicho alguien que eres la más guapa del mundo?

Justo entonces, me desperté con una lágrima cayendo sobre mi mejilla.

"La despedida," generó en mí cierta tristeza, pero, comenzó a darme alivio, calma, confortación y resultó ser el final de un duelo mal trabajado.

Pasó el tiempo, yo seguía recordando a mi abuelo de vez en cuando, pero ya lo recordaba desde la lejanía de la aceptación.

Muchos años después y sin tener nada que ver con lo anterior, comencé mi terapia individual acompañada de sesiones grupales de psicodrama.

En una de estas sesiones intensivas de psicodrama, otra compañera estaba trabajando su escena. Una escena en la que se jugaba la muerte de su amigo, ella hablaba del lugar que ocupó en su entierro, del lugar que ella se merecía… y de repente viajé al pasado, exactamente al día que murió mi abuelo. Recordé con total claridad la llamada de mi madre comunicándome la noticia y el lugar que no ocupé en su entierro.

Me impresionó muchísimo revivir de nuevo todo lo pasado con tantísima angustia y con sentimientos tan reales y cercanos que parecía que hubiera muerto el día anterior.

Entonces yo jugué la escena de la llamada de mi madre. En la que me comunicaba la muerte de mi abuelo, esa llamada que esperas y no esperas a la vez…

Y comprendí que yo debía de haber ido al funeral de mi abuelo, el sitio donde tendría que haber estado y no estuve, debí de despedirlo como yo consideraba. Tendría que haberle expresado a mi madre mi opinión (ella a día de hoy no sabe lo que supuso este hecho).

Pero lo verdaderamente importante para mí de esta escena fue ser consciente de lo que significó mi abuelo y del papel que jugó en mi vida.

Esta sí que fue la verdadera "Despedida" y a la vez un inesperado reencuentro.

A mi Papí:

Gracias por quererme.

Gracias por hacerme sentir especial.

Gracias por verme cuando nadie lo hacía.

Gracias Papí, allá donde estés, por existir.

Tu chorlito que te quiere.

I.E.S

PELOTON DE FUSILAMIENTO

"*Muchos años después, frente al pelotón de fusilamiento, el coronel Aureliano Buendía había de recordar aquella tarde remota en que su padre lo llevó a conocer el hielo*". "Cien años de Soledad" de Gabriel García Márquez

Las balas disparadas silbaban a mi alrededor, por todas partes. Iba surgiendo en mi interior una atmósfera creciente de agitación y temor mezclados con sensaciones de abandono y soledad. No veía a nadie cerca de mí, todos mis compañeros parecían haber desaparecido o eran cadáveres. Mientras, el enemigo lanzaba toda clase de proyectiles: balas, obuses, granadas… contra mi trinchera.

No podía moverme, aunque lo intentaba, me había quedado paralizado, como clavado en la tierra. Entonces tomé una decisión desesperada. Retrocedí corriendo hacia el cuartel general buscando al culpable de aquella situación tan angustiosa como injusta

¡Ahí estaba el general en su puesto de mando fumando una pipa! Él era el responsable de aquella masacre de mis compañeros. ¡Nos había lanzado a una muerte segura mientras él se tomaba un whiskey y disfrutaba de una hermosa carnicería! ¡Iba a recibir su merecido! Y efectivamente, le metí un balazo en la frente que le descerrajó el cerebro.

Ahora me enfrento a un pelotón de fusilamiento por haber ejecutado a un general corrupto y cruel. El juicio sumarísimo fue unánime: "culpable de asesinato contra la autoridad militar". Nadie se había ofrecido voluntario para fusilarme y fueron elegidos al azar entre los compañeros que sobrevivieron a la batalla. Dieron los gritos de rigor. ¡Preparados, apunten! ¡Fuego!

Veo como las balas se acercan a mi cuerpo, pero se van desacelerando hasta que se frenan por completo y caen al suelo detenidas por una extraña fuerza desconocida.

De esta forma tan gráfica e impactante fue como Pedro (nombre supuesto) me comentó el sueño recurrente que tenía con frecuencia en los últimos tiempos. Mi amigo sufría bastante con este sueño, era como una pesadilla y, en ocasiones se despertaba empapado de sudor. Años de terapia con un analista consiguieron aplacar esa angustia y dar con algunas claves escondidas en su inconsciente.

No vamos aquí a tratar de analizar la simbología del sueño, doctores tiene la Iglesia, pero lo importante para mí de este sueño reside en la evocación que trajo a mi mente cuando le oí contar a mi amigo el sueño que he descrito.

De joven sufrí una crisis de ansiedad que luego me llevó a la depresión y a algún otro "problemilla". Tuve la gran suerte de que mi atento y cariñoso padre buscó y halló la solución a mis aflicciones.

Existía entonces, hace ya muchos años, un centro de psicoterapia analítica muy avanzado ubicado en la sierra madrileña, una institución pionera, calificada de "Comunidad Terapéutica" que ofrecía distintos tratamientos, como la expresión corporal con la que nos comunicábamos a través de nuestros cuerpos. La tengo asociada a un tema musical que sonaba en ocasiones: "Juana de Arco" de OMD. Esta melodía me transportaba a otros mundos. También recuerdo los grupos de

(Continúa en la página 8)

(Viene de la página 7)

psicoterapia con "papa y mama" representados por los dos terapeutas especializados en grupos, hombre y mujer, que estaban al frente mientras el resto de los miembros, los pacientes, rivalizamos como hermanos que luchaban por el cariño de los padres (bueno esto es un simple esquema, la práctica era mucho más compleja).

Pero había una actividad que llamaba mucho la atención. Parecía algo muy potente porque no te dejaban participar hasta que no llevabas algunos meses de internado, es decir, tenías que estar fortalecido en tu interior, haber avanzado en tu terapia para poder entrar en el grupo de esa terapia. Parecía pues como el Sanctasanctórum de las terapias impartidas. Se trataba del Psicodrama, del que yo apenas tenía noticias y que me sonaba a algo muy dramático, precisamente.

Después de transcurridos muchos años, apenas me acuerdo de las escenas representadas en aquel antiguo Psicodrama de los años ochenta. Sin embargo, sí me acuerdo que se representó una escena sobre un fusilamiento. Es precisamente la evocación a la que me refería cuando oí narrar el sueño a mi amigo Pedro.

Tampoco es que me acuerde de muchos detalles de esa escena, pero sí que me dejó impactado. Por alguna razón, me frustró el hecho de no participar en la escena, de quedar marginado, ya fuera fusilando o, quizás, con más anhelo el de ser fusilado.

Cuando hace unos 9 años comencé el psicodrama con Ana (también estaba Teresa, aunque fueron sus últimos tiempos, por desgracia) no tenía mucha idea, incluso hasta hace poco, de las diferencias existentes entre el psicodrama original de Jacob Levy Moreno y el posterior psicodrama "freudiano" creado por los Lemoine, discípulos de Lacan y este, a su vez, de Freud. Recuerdo que ya en el primer contacto que tuve con Ana, ésta me dijo que ella y sus compañeros eran de la escuela lacaniana. Para mí, en ese momento, eso no tenía la menor importancia. Necesitaba un tratamiento urgente y Ana me pareció muy competente. Al fin y al cabo, hay muchas escuelas de tradición psicoanalítica y Lacan había sido un discípulo de Freud.

Tampoco me acuerdo bien, ha pasado mucho tiempo, sobre las características del psicodrama practicado en aquel centro. Es probable que fuera una mezcla de los dos citados antes, puede que más relacionado con el primero de ellos, el original, aunque creo que incorporaba aspectos analíticos del freudiano. En cualquier caso, la escena del pelotón de fusilamiento quedó grabada en mi mente por el resto de vida.

En los primeros años de mi práctica de psicodrama con Ana, traté, en algunas ocasiones, de representar esa escena porque la veía con grandes virtudes de liberación catártica. Sin embargo, aunque Ana me daba largas, en una ocasión, una de las compañeras de ésta, en un psicodrama intensivo, me negó en redondo esa escena que sugería yo. A partir de entonces se me explico la tesis oficial: no se pueden realizar escenas que no estén basadas en hechos vividos en la realidad (incluyen sueños) y que simplemente sean producto de un deseo fantasioso.

No vamos aquí, en este espacio, a entrar en disquisiciones de tipo teórico. Lo único que quiero reseñar es que el recuerdo y el deseo de representar esa escena, de alguna manera, quedó muy integrado en mi interior. El porqué es tan fuerte ese deseo, es algo que voy tratando de analizar en las sesiones individuales con Ana.

(Continúa en la página 9)

(Viene de la página 8)

Supongo que existen motivos relacionados con mi padre, que era militar (aunque con una orientación de cura). Es la figura de autoridad con la que tuve un fuerte conflicto edípico debido a la figura de mi madre. Ni que decir tiene, que hay sentimientos de culpa en el deseo de ser fusilado.

Para mí morir ante un pelotón de fusilamiento me parecía una muerte heroica y no miserable, como podría ser morir en la cama de una triste enfermedad, porque interpretaba que era ante el "enemigo", después de haber luchado con valentía y honor. Pero también, creo que había deseos de protagonismo activo de fusilar y no sólo ser fusilado, que me sentí marginado en una escena que me atraía profundamente y, por tanto, fui frustrado. Ganas de descargar las balas en el cuerpo de alguien que era culpable ante mis ojos por no haber hecho bien las cosas. Quizás mi padre.

Con esto último, se cierra el círculo sobre los sentimientos de culpa con mi figura paterna. Muchas veces el miedo intenso a morir, como me ocurrió en los inicios de mi crisis, no es nada más que el impulso fantaseado de matar que permanecía reprimido y que me era devuelto en una forma de castigo, de auto sadismo.

Lobo blanco

"De todos los males, los más dolorosos son los que se inflige uno mismo". Sófocles, dramaturgo griego, autor de varias tragedias, entre ellas, "Edipo Rey"

AULA DE PSICODRAMA ES TU MEJOR OPCIÓN SI PIENSAS OBTENER EL TÍTULO DE PSICODRAMATISTA Y ALCANZAR UNA FORMACIÓN DE CALIDAD Y GARANTIA.

En las páginas 19 y 20 de esta revista puedes obtener más detalles sobre esta formación, pero si deseas una información más completa, escribe al correo: auladepsicodrama@gmail.com También en la pagina web del aula: https://auladepsicodrama.com/ encontrarás información interesante sobre el psicodrama

ILUSTRACIONES

En esta sección dedicada a ilustrar la revista y las emociones del psicodrama, nuestro compañero Oscar Valbuena, que vive en Alicante y ya ha realizado varias exposiciones, nos ofrece dos de sus cuadros mas interesantes relacionados con sus experiencias psicodramáticas

El primero de ellos se muestra abajo**.** El mismo autor nos da una explicación de la gestación del cuadro y sus simbolismos.

“Había regresado de una sesión de terapia y un grupo intensivo en Madrid. Aún siento como la devolución me movilizó:

-no ves que así no te quieres-…-resonó tanto que tomé papel de dibujo a mi regreso a Alicante y escribí “Love me” con pinturas rosas. En el grupo me había dado cuenta de mi propio diálogo ante la mirada de mis compañeros y esto provocó en mí una apertura y reconocer lo que sienta bien a mi cuerpo.

Por esa época estudiaba a Deepark Chopra y utilizaba sus consejos en la observación ante el amanecer, día tras día. Este lienzo representa ese doble diálogo a través de la luz y reflejado en la orilla al amanecer. Creado con vocales, las ramas se comunican como un puente para sentirme en paz”.

Título: Meditación, año 2012

(Continúa en la página 11)

(Viene de la página 10)

El segundo cuadro aparece abajo y el autor nos da la explicación correspondiente al mismo.

“Comencé a dibujar una foto del pueblo de Morbier, Francia. Por las mañanas antes de ir a trabajar me sentaba en una pequeña plaza frente a la iglesia. Al fondo, los puentes por donde pasaba el tren. Estaba haciendo un cuadro realista del pueblo por petición de la casera, lo quería para su casa pero por causas del Covid y la pandemia regresé a Alicante. Dejé el puente y creé un mar de recuerdos y sentimientos de siete meses viajando entre Francia y España. Finalmente comprendí que en ese ir y venir siempre estuvo mi alma, no importaba tanto el lugar donde me encontrara o lo que hacía y sí la diferencia unida por la reflexión del tiempo a través de un puente real, imaginario o simbólico.”

Titulo: El puente. 2020, lienzo

UNA TARDE DE JUEVES EN GRUPO

Tengo una infinidad de recuerdos con respecto a los grupos de psicodrama, no sólo relacionados con las escenas que he tenido que trabajar para mí, sino escenas en las que ni siquiera he participado salvo como muda espectadora. En muchas ocasiones, tener la oportunidad de extrapolar los lugares comunes de seres humanos, tan etéreos como reales, ha sido de más ayuda que trabajar mis propias escenas. Es una de las maravillas del psicodrama: pensar con meses de antelación esa escena conflictiva, ese momento sin resolver, ese lastre en la conciencia.... Para llegar al grupo y que la escena de nuestro vecino sea capaz de darnos una perspectiva completamente diferente, antes incluso de proponer la situación de partida.

Cuando vivía en Madrid, mientras terminaba mi licenciatura, comencé mis sesiones individuales con Ana a causa de mi insomnio. Resultó que debajo del insomnio había más. Mucho más. En realidad, siempre lo hay y no lo sabemos hasta que nos ponemos frente a frente con el terapeuta, que no hace sino de guía y espejo (aunque pueda parecer un oxímoron, creedme, no lo es) para ayudarnos a recorrer el camino y, al mismo tiempo, para que seamos plenamente conscientes de aquello a lo que tenemos que enfrentarnos.

Después de unos cuantos meses de terapia, surgió por su parte la idea de unirme a los grupos mensuales de psicodrama. Nunca había oído hablar de esta parte de la psicología, de su desarrollo, ni su función. Dado que considero a Ana una de las personas más razonables que he conocido y jamás conoceré, por lo que nunca me ha dado razones para desconfiar, decidí, como ya había hecho previamente, confiar a ciegas en su criterio e imbuirme en una experiencia total y absolutamente desconocida para mí.

Recuerdo que en mi primer grupo tuve una sensación similar a la caída libre. ¿Alguna vez habéis probado esa sensación de ingravidez? Da vértigo y al mismo tiempo placer. Pánico y alivio. Algo así era el maremágnum de sentimientos y sensaciones que tuve una tarde-noche cualquiera al salir de aquel -ya mítico- portal de Sor Ángela de la Cruz.

Ninguno de mis recuerdos es amargo ni triste, pero recuerdo un grupo y una escena (ésta sí fue mía) cargada de una violencia singular. Recuerdo el comentario de uno de los compañeros, antes de finalizar el grupo y dado que mi escena fue la última, decirles a nuestras dos magníficas terapeutas (aprovecho para recordar a la eterna Teresa; ella sí que era absolutamente etérea) que le había resultado tan violenta que sin darse cuenta se le habían quedado los nudillos blancos agarrándose a los reposabrazos de su silla.

No fue mi primer grupo. Tampoco el último. Ni mi primera escena. Tampoco sería la última. Pero yo también la recuerdo con una violencia desmesura, violencia que dentro de la propia escena no llegaba a vislumbrar hasta que se representó en grupo.

No es necesario, para el propósito que nos ocupa, entrar en pormenores; digamos que encontrábamos, a través de un poema de un escritor, el cual fue leído por un profesor en una clase aleatoria de la facultad, la reminiscencia de un abuso. Un abuso que ha costado años de terapia superar y que aún hoy, aunque cada

(Continúa en la página 13)

(Viene de la página 12)

vez más espaciado en el tiempo, sigue volviendo a la memoria.

Durante la mencionada clase, tuve que salir corriendo del aula por un ataque de pánico y de náuseas. Recuerdo, a través de aquella escena y de mi compañero en su representación, volver a revivir los sentimientos como si tuviese de nuevo la necesidad imperiosa de salir a trompicones de la clase y, sin embargo, en el momento en el que tuve que hacer el cambio de roles (no con mi profesor, ya que había una tercera figura en la escena –cuatro, si contamos el poema-; sino con mi abusador) la violencia se detuvo, desapareció y pasó a convertirse en algo completamente distinto. Se convirtió en poder.

El poder que seguía ejerciendo sobre mí y al mismo tiempo el poder que yo le daba para seguir presente en vida a través del aire de una poesía. Me sentí rabiosa y, a la par, embriagada por aquel poder que, en aquel momento, estaba en mis manos. Ya no había violencia. Ni tristeza, ni pánico, ni frustración. Sólo rabia y poder. Me costó mucho entrar en aquel rol y creo recordar que me costó aún más salir. Creo que fue aquel grupo, aquel momento, en el que entendí lo que era el psicodrama y cuál era su objetivo.

Afortunadamente, como ya he mencionado, mi escena era la última, por lo que sólo quedaba que Teresa nos devolviese a cada uno sus observaciones del trabajo realizado. No recuerdo qué me dijo. Salí del grupo en una especie de trance que me duró varios días, tratando de poner en orden mis sentimientos y mis pensamientos.

También recuerdo que en mi siguiente sesión individual, Ana se temió que no volviese a pisar de nuevo un grupo. Creo que le dije que había sido lo más parecido a una catarsis que había vivido hasta el momento. La sonrisa de Ana siempre es cálida y sincera y da ánimos para continuar adelante, sea cual sea la situación.

Desde entonces, con mayor o menor distanciamiento en el tiempo, debido a mi situación personal y a las condiciones ajenas a mi voluntad, he seguido haciendo psicodrama… Ya son más de diez años.

Para todos aquellos que busquen respuestas, que sean honestos consigo mismos y no le teman a su verdad, por favor, sigan el camino de baldosas amarillas hasta su grupo de psicodrama.

J. Lezhen

PLACER Y DUDAS DE UNA CAMINANTE

El descubrimiento del psicodrama marca un antes y un después en ese largo viaje hacia mi epicentro.

Flashback;

Primero probé con el yoga: era relativamente cómodo realizar los ejercicios asociados a esa disciplina, como un delicado roce en mi piel con el suelo, y unas relajantes sesiones para aprender a concentrarme (oí toda mi infancia lo despistada que era – etapa superada), a amarme con toda la profundidad posible (mucha falta, en paralelo a mucha inmensidad) y, de paso, simultáneamente, amar al prójimo; a vivir en un mundo deliciosamente armonioso, inmersa en toda la bóveda astral y su ingravidez. Sus inciensos, sus infusiones con olor a paraíso terrenal con un toque de karma… Estaba hecha un primor al salir de clase. Qué tiempos aquellos. Lo único, entre clase y clase, volvía a adentrarme sin más remedio en el mundanal ruido y, sin admitirlo los primeros meses - dada la promesa (y convicción) de estar comprando a plazos un futuro post mortem a prueba de dolor – se me empezaba a congelar la sonrisa, como un muro detrás del cual divisaba con creciente nitidez una nueva evidencia: seguía sufriendo.

Segunda etapa: un amigo psicólogo me explicó que el karma, en resumen, desvía el dolor hacia el más allá, sin pasar por la casilla de vivencia directa, al menos, según lo vivía yo. Así que me quedé con lo que me quedé y seguí mi camino. Incursiones en terapia grupal, y finalmente en psicoanálisis puro y duro, con diván, muchos silencios construyendo grandes frustraciones en aquellas horas mirando el techo, sin apenas intervención detrás de mi cabeza. Vivía aquel terreno como un solar donde edificar a solas una segunda lectura de mi identidad, con mínimas sensaciones físicas o emocionales y máximas vueltas de "coco". Qué aburrimiento. Debía ser un chollo para mi analista porque cuando le anuncié que lo dejaba, se indignó y me afirmó que "ese no era el pacto", que no me podía ir sin más, que había que iniciar una conclusión, de duración indeterminada, y que blablablá. Fin, catapultada del diván.

Hacia el psicodrama. Allí, entré como en un estado de estupor al descubrir que la mirada del otro, junto con los cambios de rol, apuntaba directo al plexo solar, devolviéndome a recuerdos bajo la luz de la verdad, reescribiendo sensaciones sin pasar por el tamiz cerebral. Porque la mirada del otro es más potente que la propia visualización, o el recuerdo, o la interpretación. Fue una primicia en mi modo de abordar mi mundo, ya que crecí en una cultura adicta al filtro intelectual, al manejo de ideas y conceptos. El toque francés… Estupendas defensas todoterreno. El psicodrama, muy pronto, me proyectó a un escenario en el que o se sueltan las prendas, los esquemas aprendidos y repetidos hasta la saciedad y te quedas al desnudo o no se avanza y te rediriges hacia la salida. Las emociones son lo único que cuenta, el material de trabajo auténtico y directo al centro del dolor. Sin evitación. Junto con su poderoso vehículo: la palabra. Porque en un psicodrama, te presentas para hacer el esfuerzo de sentir y ponerlo en palabras. Tal cual surge en esa escena revelada bajo los focos de la vivencia traída de vuelta del recuerdo,

infantil o reciente; escena desembalada allí mismo, sin maquillaje ni vestuario. Allí ves qué pasó, desde ambos lados del espejo, y empiezas a desandar el camino de cómo creías que pasó. O querías creer. Es más, mostrarse todos desde el lugar de la verdad, en el mismo grupo, alimenta la energía tanto común como individual, de querer seguir creciendo.

Por un lado, aquellas escenas múltiples que me habían provocado dolor, o malestar cuanto menos, pero siempre distorsión, fueron restablecidas como unas potentes revelaciones, inmensamente liberadoras y como un nuevo punto de trabajo, desde la emoción. Porque cuando has "visto" qué se sentía por ambos lados, no hay vuelta atrás, ya lo sabes. Y no desde el supuesto saber. Se van esfumando numerosos fantasmas y miedos, crece la propia autenticidad. "La verdad os hará libres" … con y sin Biblia!

Por otro lado, más allá de mi autoconocimiento, ahondé en mi percepción de mi propia cultura con sus peculiaridades y de las diferencias con mi segunda patria, España. Experiencia subjetiva de gran valor para mí. Prueba de ello es mi incipiente inmersión en la traducción de los Lemoine, con sus significantes franceses peculiares a esa cultura, que imposibilita cualquier traducción literal en varias ocasiones. Aunque volviendo al ámbito psicodramatista, tales diferencias se liman, ya que el roce de las propias emociones profundas con las del otro, revelan también nuestra semejanza como seres humanos: todos estamos hechos con las mismas piezas del puzzle, sólo que distribuidas de distinta manera; con lo que aparecen los mismos dolores, las mismas faltas y frustraciones, el mismo apego inseguro desde la pequeña infancia, los afectos desencontrados y sus consecuencias. Así, cada cual ha ido aprendiendo a tejer su historia, sobreviviendo, liberándose de cargas con las herramientas a mano, construyendo en la medida de lo posible un "mejor estar". Lo que ofrece el psicodrama, es la posibilidad de acceder al deseo, objetivo final, como la joya excepcional debajo de todas las capas de inconsciente reprimido. Porque, ¡vaya si hay capas! Permite descubrir que los fantasmas que hemos aprendido a ocultar para no sufrir, supuestamente insuperables, aquellos monstruos interiores, no son más que construcciones etéreas, de arena, pero que parecían amenazarnos de muerte detrás de la puerta... El abrir esas puertas y ensanchar el campo de percepción es el mayor autorregalo: sí, cuesta sudor y lágrimas (y tiempo y dinero, todo sea dicho), pero sigue aportando a lo largo de toda la vida. Es desencriptar una situación emocional antes oculta, enquistada, pero no por ello menos dolorosa, siempre latente.

Al margen de la experiencia colectiva, he disfrutado muchísimo aprendiendo a interpretar mis sueños. Pasé de considerarme como "Yo, esa extraña" a "jeroglífico-bajo-lupa", yendo con lupa de Sherlock Holmes a consulta. ¡Se pasa igual de bien que aprendiendo a montar en bici!

Y, más allá del propio conocimiento, el "viaje interior" es una poderosa herramienta para compartir con los co-analizantes, crea unos vínculos de mucha intimidad y naturalidad, ya que todos tocamos fondo en algún momento y vemos el fondo del otro en los múltiples escenarios que allí se proyectan. Crea un atajo de conocimiento mutuo y unas libertades para explayarse con humor cuando en situaciones "normales" se consideraría como intrusismo o indiscreción. Es lo que aporta la ligereza del saber…

Además, ese camino de indagación me abre a unas

(Continúa en la página 16)

(Viene de la página 15)

lecturas teóricas muy esclarecedoras sobre el funcionamiento de esa masita encefálica que nos llevamos a todas partes: Freud, por supuesto, Lacan, pilar donde los haya, los Lemoine, y también neuropsiquiatras, filósofos, historiadores, todos aquellos genios que brindan llaves…

Y también, ese despertar a cierta curiosidad me lleva a explorar varios caminos, como las Constelaciones Familiares, la Somatic Experience, talleres sobre el cuerpo, sobre la identidad, junto con las lecturas asociadas a la fisiología del cerebro, el inconsciente y la salud, etc. Distintas luces sobre un mismo eje, y deseo de crecer, de conocer, disfrutando.

De esos lugares donde me he visto llorar tanto hasta aburrirme de mí misma, he sacado una suerte de serenidad que me lleva a abordar el presente con mayor concentración y me señala distintas vías de desapego de ese ego tan omnipresente. ¡En qué momento nos pusimos a usar el cerebro para crear problemas del mañana al que no tenemos acceso o del ayer que depositó en nuestra memoria una ristra de rompecabezas!..

Por último, no deja de ser curioso que la lectura del inconsciente, sobre la que se basan gran parte de terapias, se deriva de la construcción colectiva, como seres sociales que somos…

Christiane

PSICODRAMA O DRAMA, HE AHÍ EL DILEMA

Mi nombre es Ana y soy actriz desde hace más de 20 años... Hace no mucho tiempo, nos pidieron desde el aula de psicodrama de Murcia que expresáramos qué es para nosotras el psicodrama, qué ha aportado a nuestras vidas, y relacionándolo con mi pasión, el teatro, esto fue lo que escribí;

Cuando me encuentro en situaciones complejas ante la vida y sobre todo, enredada en mis pulsiones, tentaciones y demás caminos que me alejan de mí misma, siempre recurro al teatro y me pongo a releer antiguos clásicos, sobre todo a Shakespeare y "La vida es sueño" de Calderón de la Barca...mi inconsciente sabrá por qué y por lo tanto yo también, aunque no lo asimile a ratos.

Pensando en Hamlet y los dilemas que en la dramática obra teatral del mismo nombre le acechan, me acordé de varias frases de dicha obra. He aquí algunas de ellas:

"Ser o no ser, he ahí el dilema". Hamlet. W. Shakespeare.

Trasladando dicha cita al psicodrama, la misma quedaría así;

"Desear o gozar", he ahí el dilema. Tu inconsciente. Y si no has hecho psicodrama no sabes la diferencia, cuando la sepas, caminarás hacia lo primero y atravesarás lo segundo, para seguir caminando hacia lo primero.

Aquí, se ha de hacer un apunte, ya que gozar, según el diccionario de la RAE y para el común de los mortales, no es para nada lo

(Continúa en la página 17)

(Viene de la página 16)

que se entiende por Gozar en psicodrama. Gozar, en psicoanálisis, o también definido como "el goce" es un revolcarte por el fango, por un lodo pringoso que te atrapa y no te deja ni moverte, es lo contrario del deseo, es muerte, muerte del ser, de tú ser. Es un perderse a sí mismo en la inmensidad del buscar lo perdido de ti en el otro, que muchas veces, es un otro equivocado, un otro que no te ve ni te escucha. En la ansiedad de ser visto y oído, nos volcamos en una serie de acciones repetitivas, tóxicas en las que finalmente solo encontramos dolor, no sin esa parte de "ganancia" nociva que supone el GOCE.

Otra gran frase del mismo autor y obra me venía a la cabeza, es la siguiente: "Algo huele a podrido en Dinamarca"…y lo sabes, siempre lo has sabido, el psicodrama te lo mostrará. Ese juego en el que hay unos otros que sí están dispuestos a ver y escuchar esa parte de ti que ni tú mismo quieres reconocer, ese punto ciego a tu propia perspectiva unidimensional. Esa es la fuerza de esta herramienta, tan poderosa y transformadora, pues abre tu punto de vista a otros muchos, mucho más ricos, en lo que a visión de una situación se refiere.

Releyendo "La vida es sueño" me encontré con otras tantas perlas literarias y psicoanalíticas. Aquí las transcribo para aquellos que las quieran escuchar.

"¿Qué es la vida? Un frenesí. ¿Qué es la vida? Una ficción, una sombra, una ilusión, y el mayor bien es pequeño; que toda la vida es sueño, y los sueños, sueños son" Es Segismundo? No! Eres tú! Como de una vida "ficcionada", despertarás a otras realidades paralelas vividas por los personajes de tu vida, despertando así del sueño a una realidad menos atrapante en lo que a tu visión endogámica se refiere. Como de un sueño, despiertas a todo lo que tenías a tu alrededor y no podías ver, ya que solo disponías de un prisma, el tuyo, el tuyo pero limitado, sin poder ver todos esos otros ángulos muertos que también forman parte de tu historia con toda la vivencia emocional de la misma.

Buscando dentro de la misma obra teatral me encontré también con esta joya;

"Qué tanto gusto había en quejarse, un filósofo decía, que a trueco de quejarse, habían las desdichas de buscarse"...¿Os suena verdad? Pues con el psicodrama dejarás de hacer esto. Ni queja, ni búsqueda de desdichas y si te las encuentras, las atravesarás para seguir adelante.

Esta frase me hizo reír y llorar a la vez, ya que una, reconoce su gusto por el drama bien contado...¡Cuanto reconocimiento, cuanta atención por parte del otro!, ese otro que se regocija en poder aconsejar, ayudar, salvar, ese otro, que eres tú, y que está mucho peor que él/ella, a sus ojos, claro está.

Y la última de todas, no por ello la menos importante para esta loca del teatro, pues ahí está todo, como en la vida misma, como en los cambios del rol del psicodrama, en los que se pueden jugar personajes que a priori te son indiferentes o desconocidos, pero que cuando representas, sin saber muy bien por qué, haces a la perfección, una perfección de OSCAR de la ACADEMIA. Y entonces vienen las preguntas, si es que te las quieres hacer….

"Cuantas veces con el semblante de la devoción y la apariencia de acciones piadosas engañamos al diablo mismo"...En el juego del psicodrama, engañarás al diablo pero no a ti...y a veces el más bueno de tu historia caerá de su altar para que tú puedas ser más li-

(Continúa en la página 18)

(Viene de la página 17)

bre, aunque ese ser bondadoso seas tú mismo.

Con esta frase maravillosa de "La vida es sueño", he de hacer una especial mención a todas aquellas que nos hemos dedicado, o nos dedicamos a los demás, bien sea por nuestra profesión; terapeutas, psicólogas, trabajadoras sociales, maestras...etc, bien sea por lo impuesto y aceptado de manera social y natural por toda la humanidad, "la maternidad".

Cuán bello, bonito y enrevesado es poder dedicarse a los otros para no tener que ocuparse de una misma, para poder fingir ese estado de gracia y bondad, tan apreciado, cuando de mujeres se trata...y he ahí la cuestión, la trampa, la prisión… ¿Estaremos dispuestas a soltar ese personaje tan exquisito?, ¿Estaremos dispuestas a tornar ese buen hacer hacia otro, hacia nosotras mismas? ¿Pagaremos el precio que ello exige?

Mi deseo es que sí. Sí se puede y se debe.

Y hasta aquí mi humilde aportación, como ya dije, para quien la quiera escuchar. La pastilla azul y la roja, siempre están ahí, como en MATRIX...¿Y tú? ¿Qué harás?

ANA VIVANCOS. ACTRIZ, EDUCADORA SOCIAL, PSICODRAMATISTA Y MADRE

ARTICULOS DIVULGATIVOS DE TEORÍA

PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DEL PSICODRAMA

Inauguramos, en este número, una nueva sección dedicada a difundir los aspectos teóricos más importantes del Psicodrama Freudiano. A través de un lenguaje sencillo y asequible trataremos de llegar a la mayoría de los lectores, aunque sean profanos en la materia

TEORIA SOBRE LOS TRES REGISTROS.

A continuación ofrecemos un resumen del concepto de los tres registros de la psique, procedente de los escritos de Lacan y aplicados por los hermanos Lemmoine a su "Teoría del Psicodrama" con base psicoanalítica freudiana.

Según Lacan, las experiencias humanas, la posición subjetiva del individuo ante el Otro y ante el mundo, se describen según tres registros. Estos son real, imaginario y simbólico.

Estos tres registros se caracterizan por:

Lo real es un concepto difícil de definir, es todo aquello que tiene presencia y existencia propias y es no-representable. Tiene que ver con los otros dos conceptos, ya que es lo que no es ni imaginario ni simbólico. Es la experiencia sin filtro con el objeto, el trauma en sí, lo que no puede ser nombrado. Aparece en la esfera de la sexualidad, de la muerte, del horror y del delirio. No lo podemos imaginar, ni pensar, ni representar, es lo inconceptualizable, no se puede poner en palabras ni en el lenguaje.

El registro imaginario es más primario que el simbólico, tiene que ver con la imagen en el estadio del espejo, donde no hay falta. En el discurso, se observa en lo que cada uno se ha contado y se cuenta para eludir el contacto con la pérdida.

(Continúa en la página 19)

(Viene de la página 18)

El registro simbólico es una forma de representación más elaborada que la anterior, tiene que ver con la función paterna, la asunción de la falta, la castración, el lenguaje, etc. En el registro simbólico ya se ha incorporado la pérdida.

Los tres registros están anudados, de tal manera, que son interdependientes y representan la estructura del sujeto en diferentes versiones. Ninguno está privilegiado sobre los otros, pues todos son necesarios para mantener la estructura. Lo que sucede en uno de los registros tiene repercusión en los otros. El ser humano se encuentra en una continua pelea entre la realidad que impone límites constantemente (simbólico) y la aspiración imaginaria a la completud, que supone no aceptar dichos límites. Esa diferencia que siempre hay entre el ideal y la realidad será fruto de insatisfacción, la insatisfacción promoverá la queja y de ahí al síntoma El síntoma suele ser registro imaginario.

Por ello es importante la función del psicodrama, ya que es un juego imaginario donde el objetivo principal es que la persona (protagonista) pueda ir simbolizando todo aquello que mantiene en registro imaginario, utilizando para ello el discurso, la realización de escenas y la elección de yoes auxiliares, etc. No jugamos con la realidad exacta de lo que ocurrió en el pasado del protagonista, sino con la realidad que el protagonista recuerda (registro imaginario). Al desplegarse en el discurso y en la escena, lo imaginario se va desmontando mediante los lapsus, actos fallidos, cambio de roles, etc. dando paso al registro simbólico.

INFORMACION

En esta sección incluimos informaciones de dos interesantes actividades relacionadas con el psicodrama y que se van a realizar próximamente.

Lo más inmediato de todo es **el XXXV Congreso de la Asociación Española de Psicodrama (AEP)**, a la que pertenece el Aula de Psicodrama en calidad de escuela acreditada de formación. Este evento se desarrollará en León del 22 al 24 de octubre de 2021 en el Hotel Real Colegiata de San Isidoro, **bajo el título "Psicodrama y Transformación Social"**

La AEP fue fundada en 1984, es miembro de la Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupo y Procesos Grupales (IAGP) y cofundadora de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (FEAP).

Con respecto a la segunda actividad, se trata del nuevo curso de formación que organiza el Aula de Psicodrama, que está previsto comience el próximo mes de noviembre.

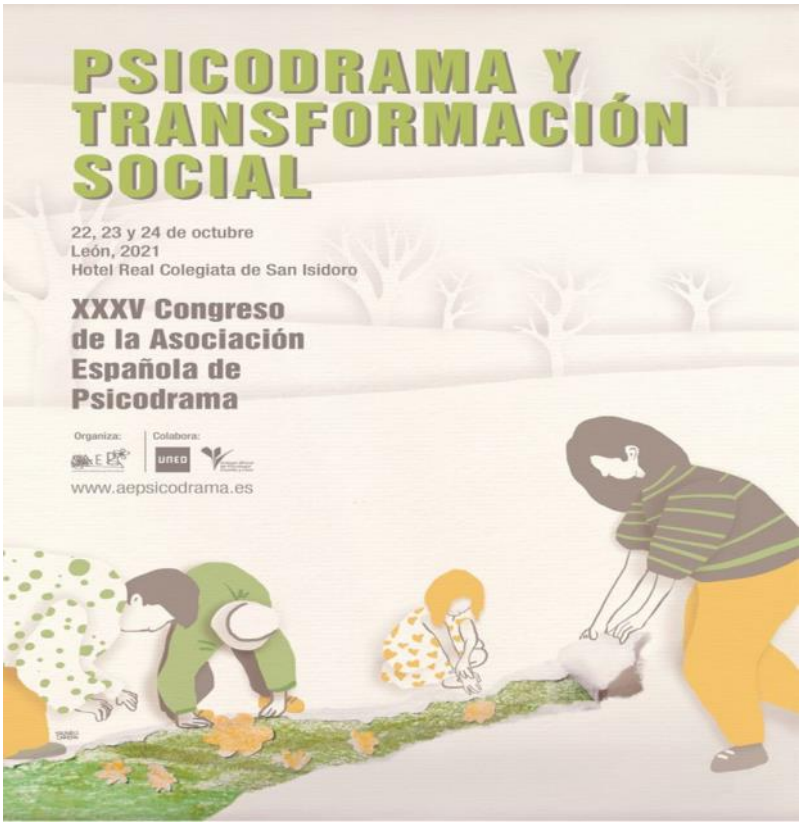
Constará de 300 horas durante un año y medio con un amplio contenido en materias relacionadas con el psicodrama freudiano. Al finalizar se obtendrá el título de Psicodramatista con un certificado que acreditará las horas teóricas y de práctica que se han realizado.

(Continúa en la página 20)

(Viene de la página 19)

La matrícula se encuentra abierta en este mes de octubre. Para más información detallada se deberá contactar a través de este correo: aulapsicodrama@gmail.com

A continuación se exponen los dos carteles de las actividades mencionadas.



CURSO DE FORMACIÓN

PSICODRAMA FREUDIANO

TEORÍA Y PRÁCTICA

Octubre 2021
Matrícula abierta

Año y medio
300h

Modalidad Mixta
Online/ presencial

Dirigido a estudiantes y profesionales del ámbito sanitario, social, educativo y a toda persona interesada en el tema.

Información e inscripciones: auladepsicodrama@gmail.com

Formación organizada por: AULA DE PSICODRAMA

Avalada por: AEP

NOTICIAS DE LAS ULTIMAS ACTIVIDADES DE LOS GRUPOS DE PSICODRAMA DEL AULA

Durante el último año, desde octubre de 2020, se han celebrado tres importantes actividades de los grupos de Psicodrama (grupo base y segundo grado). Son actividades que se han realizado de forma intensiva en dos jornadas consecutivas durante tres fines de semana .

En abril de este año, días 17 y 18, se celebró en la madrileña localidad de Cercedilla el primer evento de los mencionados. Las imágenes de abajo corresponden al mismo. La primera fotografía es de la sala de actos y la de más abajo corresponde al exterior del chalet donde se encontraba ésta.

El segundo evento de los citados se produjo los días 10 y 11 de julio en un centro del madrileño barrio de salamanca. (sábado en jornada de mañana y tarde del grupo base y en la mañana del domingo el grupo de segundo grado).

El tercer evento relacionado con los grupos de psicodrama se ha celebrado recientemente, los días 2 y 3 de octubre en otro centro ubicado en Madrid capital.

Las imágenes de abajo corresponden a estas actividades. La primera, en la parte superior, es del grupo intensivo en la tarde del sábado (grupo base). La segunda, en la parte inferior, es del grupo de segundo grado, celebrado el domingo por la mañana.

La ausencia de alguien o de algo, “la falta”, o las carencias afectivas, representadas en una silla vacía; las comunicaciones a distancia, la soledad o las barreras afectivas, representadas en dos personas sentadas de espaldas o, por último, la mirada del estadio del espejo con sus reflejos y devoluciones. Todo eso y mucho más puede surgir y tratarse en una sesión de psicodrama. Lo inconsciente, lo oculto, se hace de pronto real y se puede sentir y analizar.

AULA DE PSICODRAMA

Aula de psicodrama es un centro especializado en la divulgación y formación del Psicodrama Freudiano. Desde mediados del pasado año 2020, su equipo directivo ha sido renovado y se están desarrollado nuevas líneas de formación que comenzarán a implantarse en noviembre de este año 2021.

Si estás interesado en estas actividades puedes contactar con **Aula de Psicodrama** a través de este correo: auladepsicodrama@gmail.com .

Puedes seguirnos a través de la pagina web: http://www.auladepsicodrama.com/
o en las cuentas de Facebook: https://tinyurl.com/28x5nmvf
y Twitter: https://twitter.com/aulapsicodrama?lang=es

COLABORA CON CUADERNOS DE PSICODRAMA

Cuadernos de Psicodrama es la revista editada por Aula de Psicodrama para difundir e informar sobre esta actividad terapéutica. Si estás interesado en colaborar de alguna forma con la revista, envía tus propuestas y material al correo siguiente: **leonidasrojo@gmail.com**