

ENTREVISTA CON EVA FHALSTRÖM

## «El psicodrama es la escenificación del trauma»

ENTRETIEMPO

SILVIA EZCURDIA

SILVIA EZCURDIA

De Afganistán a Estados Unidos y de Sicilia a España haciendo escala en su tierra natal, Suecia, donde su ordenador le permite seguir flotando entre los cinco continentes, sin dejar nunca de estar del todo en ellos. Eva Fahlström es un torbellino de energía e ideas que aprovecha para explicar de forma sencilla y comprensible en qué consiste el psicodrama, una rama de la psicoterapia dada a conocer públicamente en 1933 por Jacob Levy Moreno. Fahlström ha creado escuela en Suecia y trabaja desde hace décadas en la difusión del psicodrama por todo el mundo. Su última intervención pública se produjo el pasado martes día 1 de febrero en el Ateneo de Santander en el marco del ciclo de conferencias que organizó esta institución cultural junto con el Instituto Internacional de Relaciones Humanas Dean y Doeren Elethery con objeto de abordar los conflictos internacionales desde distintas perspectivas. Una de ellas fue el psicodrama y su ponente Eva Fahlström.

**Pregunta.**— ¿Cómo definiría el psicodrama?

**Respuesta.**— Para entender este concepto hay primero que desmembrarlo: «drama» equivale a acción y «psico» integra las emociones y la cognición. Se trata, pues, de una terapia en grupo que toma la apariencia de una obra de teatro en la que el paciente es el protagonista y durante la representación toma las riendas de la situación y comienza a escenificar su trauma.

**P.**— ¿Qué diferencia existe con otras terapias de grupo?

**R.**— El psicodrama se sustenta sobre dos pilares: el cambio de roles y el doblaje. En el primero un miembro del grupo se pone en el lugar del otro para intentar comprender su situación o punto de vista, y con la segunda actividad un miembro pone voz a lo que el otro paciente no puede decir. Para llevar a cabo esta última tarea hay que sentir lo que el otro siente, percibir lo que transmite y ayudarle a libe-



DAVID S. BUSTAMANTE

rar su mente, que está bloqueada como consecuencia del trauma.

**P.**— ¿Cómo se crea el ambiente óptimo para solventar un conflicto?

**R.**— Hay que crear lo que llamamos un espacio seguro, donde los pacientes puedan expresarse libremente y ser la persona que quieren ser pero no pueden por la situación personal que atraviesan en ese momento. En este espacio los pacientes desbloquean su mente y permiten que surjan ideas nuevas produciendo lo que denominamos pensamiento vital. Este pensamiento vital forma parte de la filosofía que predica esta terapia y que defiende que todos somos creadores de nuestro destino y agentes activos en nuestra sociedad.

**P.**— Se trata pues de reintegrar al paciente en la sociedad...

**R.**— Y de hacerle participe de lo que ocurre a su alrededor.

**P.**— ¿Qué papel juega el psicodra-

matista en esta puesta en escena?

**R.**— Lo primero es localizar un conflicto concreto que tenga sentido para ambas partes implicadas, para luego despojarle de connotaciones negativas y positivas. Luego se buscan las semejanzas que existen entre ambas partes otorgándoles importancia, dejando de lado las diferencias y definiendo una meta hacia la cual se les guiará pautando metas

parciales que deberán ir alcanzando a través de distintas estrategias que se les facilita al mismo tiempo, pero en ningún caso el terapeuta debe resolver el problema. Esta tarea le corresponde a los pacientes.

**P.**— La conferencia que impartió en el Ateneo estaba centrada en el uso del psicodrama en conflictos bélicos, ¿se puede extender su uso a otro tipo de situaciones?

**R.**— El psicodrama se aplica allí donde surge un conflicto. Bien entre colegas de una misma empresa, en el seno de una pareja, entre personas drogodependientes y su entorno familiar... El método es el mismo y responde a las siguientes preguntas: ¿qué ha ocurrido?, ¿cómo ha sucedido? y ¿qué necesita hacer el paciente para volver a la situación previa al conflicto y volverse a sentir bien? La resolución de estos planteamientos, siguiendo el método de inclusión, nos conduce a la justicia restaurativa. Este término implica que la persona que ha producido el conflicto trata de enmendar el daño que ha causado a terceros, frente al método de exclusión, que ofrece una solución punitiva.

**P.**— ¿Dónde pone usted en práctica esta terapia?

**R.**— Allí donde me llamen estoy dispuesta a poner mi experiencia a su servicio.

### El método de Jacob Levy

Inspirado en el teatro de la improvisación y concebido inicialmente como grupal, el psicodrama es una rama de la psicoterapia ideada por el doctor Jacob Levy Moreno, quien acuñó el término en 1933, aunque ya empleara esta terapia de grupo en 1921 en Viena, donde residió antes de mudarse definitivamente a Nueva York. En esta última ciudad fundó la prestigiosa Sociedad Americana de Psicoterapia de Grupo y Psicodrama, la ASGPP, en sus siglas en inglés. El padre del Psicodrama presentó su criatura como «una nueva forma de psicoterapia que puede ser ampliamente aplicada», concibiéndose como un método tanto de diagnóstico como de tratamiento» en el que se trata al individuo «en grupo», cambiando los tradicionales métodos verbales por «métodos de acción».

**Clases Animación**  
Páginas web cómic story board ilustración  
www.dhcreacion.com Conoce el Estudio y pide información en C/ Isabel II Nº 18-1ª Izqda. o en el TFNO 942 31 39 80