

El uso de la escultura en la terapia de pareja

Alberto Espina. Psiquiatra.

Revista de Psicoterapia, 7, 28, 29-44. 1997

La escultura es una técnica psicodramática que fue desarrollada por terapeutas familiares partidarios de utilizar técnicas activas (Satir, 1972; Dhul, Kantor y Dhul, 1973; Papp, Silverstein y Carter (1973); Papp, 1976). En los años cincuenta Kantor, estudió el significado del espacio en las relaciones humanas y se planteó plasmar de una forma metafórica dichas relaciones a través de formas espaciales. Más tarde, al estudiar la teoría de los sistemas, desarrolló la idea de plasmar espacialmente las relaciones, el contexto y las situaciones a través de la “escultura familiar”. Básicamente la escultura consiste en solicitar a un miembro de la pareja o familia que represente espacialmente las relaciones familiares actuando como un escultor que modela actitudinalmente y sitúa en el espacio a los diferentes miembros de la familia, creando un grupo escultórico que muestra cómo ve las relaciones entre ellos. El grupo del Instituto de la Familia de Boston (Dhul, Kantor y Dhul) define la escultura como “un proceso dinámico, activo, no lineal, que retrata las interrelaciones en el espacio y el tiempo, de forma que hechos o actitudes se pueden percibir y experimentar simultáneamente. Esta va dirigida a proporcionar los significados, metáforas e imágenes de las interrelaciones de manera que puedan ser compartidos por todos aquellos que participan y observan” y basan esta técnica en los presupuestos del “aprendizaje por la experiencia” del psicodrama (Moreno, 1946). Estos autores proponen la escultura como una forma preverbal de conocer los sistemas en los que uno está inmerso para poder cambiar los papeles que juega. El utilizar el lenguaje corporal permite evitar el uso defensivo de las palabras, que muchas veces sirven para ocultar, más que para mostrar.

Satir (1972) la utilizó para mostrar didácticamente su teoría de los roles familiares y Papp (1976) cuestionó el uso del término “escultura” por referirse a algo estático, mientras que las relaciones humanas son dinámicas, y propone el término “coreografía” pues en realidad se trata de “coreografiar modelos transaccionales (alianzas, triangulaciones y corrientes emocionales) y los evidencia tal como lo hace una escena de movimiento silencioso.. y permite al terapeuta dibujar el sistema con espacio, tiempo, visión, audición energía y movimiento” (Papp, 1976). Aunque el término propuesto por Papp nos parece más adecuado para las escenificaciones con movimiento y el mismo Kantor proponía usar la técnica de la escultura pudiendo dotarla de movimiento, vamos a usar el término original por ser el más utilizado y porque la escultura puede ser también estática. La técnica de la escultura se puede usar con familias, parejas, coterapeutas, equipos de trabajo y otros sistemas, pero vamos a referirnos a su uso en terapia de pareja por ser el objeto de este trabajo.

Encuadre.

La escultura requiere un coordinador o director que será el terapeuta, un escultor que será el encargado de “esculpir” la pareja, uno o varios sujetos que serán esculpidos, también puede haber un auditorio que hace de caja de resonancia emocional observando la escena y, como todas las técnicas psicodramáticas, requiere un espacio dramático en el que se realiza, claramente diferenciado del espacio “real”. Este espacio dramático puede ser una parte de la sala en la que se realiza la terapia dedicado a ello, o el centro de la misma retirando simplemente la mesa u objetos que puedan estar ahí.

Tipos de escultura.

En relación al factor tiempo se puede hacer la escultura presente, pasada o futura. En la **escultura del presente** pedimos a la pareja que uno de ellos modele al otro como si fuera de cera en una actitud que defina cómo le percibe en la relación y luego se sitúe así mismo, de manera que la pareja configure un grupo escultórico que muestre cómo es su relación desde el punto de vista del escultor, después el otro miembro de la pareja hace lo mismo, lo cual permite contrastar las visiones diferentes que tienen de su relación. Esta escultura sirve para mostrar la relación actual y se utiliza en primer lugar como diagnóstico al permitir al terapeuta observar la interacción y cual es la problemática que trae la pareja sin que puedan recurrir al uso defensivo del lenguaje verbal. También se puede usar como técnica para desbloquear una situación de impasse, por ej. cuando la pareja se enzarza en discusiones interminables en las que cada uno pretende imponer su visión de la “realidad” recurriendo a un lenguaje racionalizado; la escultura, al utilizar el lenguaje analógico, ofrece la posibilidad de conectar con el lado emocional, pues la postura “arrastra” fácilmente la emoción, por ej. si están hablando fríamente de “lo que sucede”, al encontrarse en una postura que muestra una actitud o emoción, (odio, amor, anhelo, rechazo...), es frecuente que el sujeto conecte con esa emoción y pueda hablar desde ella abandonando la actitud defensiva. Puede suceder también que la escultura filtre aspectos de la relación negados o desconocidos para la propia pareja, esto lo analizaremos más adelante al referirnos al análisis de la escultura. La escultura del presente se utiliza al principio de la terapia, por ej. en la tercera o cuarta sesión como método diagnóstico, aunque también se puede usar cuando el proceso está más avanzado, para ver cómo están en ese momento de la terapia y compararlo con cómo estaban al principio de la misma. También se puede utilizar como técnica para propiciar el cambio, por ej. mostrando posturas que ofrezcan modos de relación alternativos.

Escultura del pasado. Pedimos a la pareja que hagan una escultura por ej. de hace diez años, de cuando se conocieron, de un momento significativo, etc.. es muy ilustrativo pedirles que hagan esculturas hacia atrás en el tiempo, de cinco en cinco años, a partir de la escultura del presente, pues muestra los cambios a través del ciclo vital y permite, en el diálogo posterior, revisar la historia de la pareja desde la emoción activada con la escultura y ver a qué acontecimientos o situaciones se vinculan los cambios que han ido habiendo en su relación. Por otro lado se pueden rescatar momentos en los que la relación era satisfactoria, lo cual cambia muchas veces la actitud hacia la pareja en el momento presente.

Escultura del futuro. Esta escultura está relacionada con el método de proyección hacia el futuro desarrollado por Moreno, “en la representación psicodramática del futuro se pide al paciente que represente no sólo sus deseos, sino sus planes realizables. Especialmente importante es hacerle valorar qué es lo que realmente podría ocurrir en el futuro; por decirlo así, hacer de él su propio profeta” (Moreno, 1959). En la escultura proponemos que la pareja esculpa su relación tal y como la imaginan, por ej. dentro de diez años, de manera que proyecten sus fantasías, deseos y temores. Esta escultura tiene un gran valor pronóstico pues permite observar hacia dónde creen que va a ir su relación, contrastar las diferentes visiones de su “futuro” y analizar en profundidad el porqué y el para qué de lo esperado. Pen (1985), Chasin et al. (1989) Onnis (1991,1992) Onnis eta I. (1994) plantean que la escultura del futuro conecta a la familia y pareja con su potencial evolutivo y les estimula a buscar nuevas alternativas. Este tipo de escultura ha sido propuesta por Onnis para trabajar con familias con miembros con trastornos psicósomáticos y sugiere que la escultura del futuro expresa, más que un deseo de cambio, una resistencia y un temor al mismo.

Escultura deseada. Se les sugiere esculpir una escultura que represente cómo desearían que fuera su relación. Sirve para explorar expectativas contrastando los deseos de ambos y, comparándola con la escultura presente, permite ver la diferencia entre deseos y realidades; además podemos trabajar dramáticamente el pasaje de la escultura real a la deseada y ayudar a reflexionar sobre las implicaciones que tendría el alcanzar esa relación deseada en términos de ganancia y coste. Muchas veces va a servir para que la pareja vea si sus expectativas pueden alcanzarse con su pareja, es decir si son compatibles sus deseos como para seguir caminando juntos o si deben buscar caminos diferentes; la negociación cara a conseguir una relación deseada compartida en la que cada uno debe renunciar a algo es mucho más fácil a través de la escultura deseada, pues la activación emocional y la sinceridad “corporal”, junto con plasmar en el “aquí y el ahora” el cómo desean su relación y expresar el grado de satisfacción alcanzado les sitúa en una posición más comprometida que la simple exposición de deseos más o menos alcanzables, más o menos compartidos. Una variante de la escultura deseada es la “escultura ideal”, en la que la pareja plasma un deseo, vivido en cierta medida como irreal, pero que responde a deseos profundos, muchas veces vinculados a mitos familiares y personales que dificultan una relación realista con su pareja.

Escultura temida. Se representa la relación que se temería tener, por ej. demasiado cercana o demasiado lejana; sirve para explorar los temores en la relación y vinculándola con la escultura deseada permite analizar la relación entre temor y deseo. Grodeck en su “libro del ello” decía: “temor es deseo”, haciendo referencia a que cuando tememos algo en una relación es debido, muchas veces, a que una parte de nosotros desea lo que tememos, mientras que otra parte no. El temor surge, no solo *frente a* lo temido, sino *por* la fuerza que nos empuja hacia lo temido, que en fondo también es deseado. En las relaciones de pareja éste es un campo de análisis muy rico, pues permite descubrir qué temores están relacionados con qué deseos no dichos ni afrontados por cada uno, lo cual, de no clarificarse, produce muchas contradicciones e incongruencias en la comunicación

favoreciendo la confusión y acaba produciendo mucha insatisfacción en la pareja. Esta escultura se puede desarrollar según el modelo de “escenas temidas” propuesto por Pavlovsky et al. (1977),

Escultura simbólica. Se sugiere a la pareja que se imaginen que son dos animales u objetos con los que se sientan identificados de alguna manera y a partir de ahí que esculpan una escultura. Al igual que las dramatizaciones simbólicas ofrece la posibilidad de expresar vivencias no conscientes o que son difícilmente transmisibles, a la vez que se esquivan mejor las racionalizaciones al entrar en el terreno de la fantasía en el que la razón lógica no tiene lugar.

Escultura mítica. Caillé (1985, 1988, 1994), propone realizar, después de la escultura del presente, llamada por él “escultura fenomenológica o viviente”, una “escultura mítica o cuadro de sueño” para la que se pide a los sujetos que, en estado de relajación, fantaseen, a modo de ensueño dirigido, en qué tiene de singular su familia y a partir de ahí den una forma, vegetal, animal, mineral o humana, a cada miembro de la familia o pareja. Es un tipo de escultura simbólica, pero este autor la encuadra dentro de un proceso y una teoría de las relaciones de pareja por lo que tiene su singularidad.

Otras esculturas. A partir de un sueño de algún miembro de la pareja se puede hacer una “**escultura onírica**” para explorar los sentidos simbólicos del sueño aplicado a la relación de la pareja. En la terapia de pareja la escuela transgeneracional hace especial hincapié en las familias de origen para analizar las relaciones en las propias familias y ver de qué forma influyen en la pareja. Esculpir las **familias de origen** tal y como la ve uno y aportar la visión del cónyuge facilita el estudio de las lealtades, mitos, legados, roles etc.. de la familia de origen que influyen en cada miembro de la pareja y repercute en su relación (Espina, 1995). Landau (1982, 1985), llama “escultura de transición” al procedimiento por el cual cada miembro de la pareja realiza una escultura de su familia de origen “real” y luego desarrolla otras esculturas alternativas implicándose cada miembro en la escultura del otro. Finalmente se comentan las relaciones entre las esculturas y la conexión entre las familias de origen y la pareja actual.

Coreografía. Papp (1976) propone utilizar este término en lugar del de “escultura” y sugiere que esta técnica se use, más que como un modo de entender el sistema, como una forma de crear nuevos modelos para cambiar el sistema y ello lo consigue mediante la exploración de transacciones alternativas usando el espacio y el movimiento.

Técnicas psicodramáticas utilizadas en el proceso de la escultura.

Las más utilizadas son: *Aparte o soliloquio*, consiste en pedir a uno de los actores que exprese en voz alta qué es lo que siente en la postura y situación en que se encuentra, sirve para que el sujeto tome conciencia, “desde el rol”, y

trasmite sus vivencias a su pareja. *Cambio de roles*, se detiene la escena y se solicita a los actores que intercambien sus papeles, permite que cada uno, al ponerse en el papel del otro, comprenda mejor lo que siente y piensa, favoreciendo la empatía y ofreciendo una visión más compleja de la relación al ver la complementariedad de sus roles. *Doble*, un yo-auxiliar (miembro del equipo terapéutico) se sitúa detrás de uno de los protagonistas y expresa lo que cree que está negando, o simplemente lo que le sugiere su actitud que no es expresado por él, permite explicitar lo no dicho y desarrollar un diálogo proponiendo, a través del yo-auxiliar que hace el doble, otras alternativas a lo ya dicho por los actores. *Espejo*, un yo-auxiliar, o el mismo terapeuta, representa lo que uno de los actores hace, para que se vea así mismo como en un espejo, esta técnica hay que utilizarla con delicadeza pues el sujeto puede sentirlo como un burla. *Representación directa*, de un hecho de la vida de los protagonistas, esta técnica puede ser una escultura dinámica o utilizarse como continuación de una escultura estática para explorar aspectos de la vida de relación de la pareja. *Representación simbólica*, es semejante a la escultura simbólica solo que está dotada de movimiento, en ella se sugiere una situación que simbólicamente esté asociada al conflicto, lo cual permite explorarlo con menos ansiedad por parte de los protagonistas y a su vez que estén menos a la defensiva. *Expresión de un objeto o una parte del cuerpo*, se solicita a un protagonista que tome conciencia de, por ej. cómo tiene su puño cerrado mientras está en una actitud afectuosa con su pareja, que se imagine que él es el puño cerrado y que le haga hablar con el otro o con una parte de su cuerpo que muestra otra actitud diferente. Esta técnica sirve para dar vida a lo no consciente que se expresa a través de pequeños detalles observables en la escultura. Con los objetos podemos hacer algo semejante favoreciendo la comunicación a través de un objeto que posea un valor simbólico en la relación, por ej. una cuerda, un oso peluche, muñecos... el uso de muñecos (niños, adultos, ancianos, personajes de cuentos, personajes míticos, animales..) como se usan en el psicoanálisis infantil permite dramatizar situaciones de la pareja a través de objetos intermediarios haciéndoles hablar e interactuar, lo cual compromete menos y facilita la expresión de opiniones o afectos comprometidos. Además del uso de técnicas psicodramáticas es de utilidad el disponer de una cámara de fotos Polaroid para fotografiar las diferentes esculturas y "objetivarlas" para su posterior análisis con la pareja, ya sea en la misma sesión o en otro momento del proceso terapéutico; filmarlas en vídeo es también muy útil, sobre todo cuando imprimimos movimiento al trabajo de la escultura

Proceso terapéutico.

Es semejante al usado en psicodrama, pues al fin y al cabo la escultura es una técnica psicodramática. En primer lugar debemos delimitar el espacio dramático en el que se desarrollará la escultura, lo cual forma parte del encuadre en psicodrama, y acto seguido se desarrolla el proceso que se inicia eligiendo la escena a representar. Moreno (1959) proponía tres fases en el proceso psicodramático: 1. La puesta a punto o caldeamiento en la que los actores se "ponen en situación" para representar la escena 2. La representación de la escena y 3. La vuelta al grupo en la que se comenta lo observado y sentido. En la escultura el terapeuta propone a la pareja la realización de un juego para ayudarles a comprender mejor su relación, les explica que consiste en que esculpan en silencio, utilizando la postura, distancia y gesto, su relación tal y como

la ven; primero colocando al otro y luego así mismo, de manera que configuren una escultura que muestre su estilo de relación. Si van a representar una escena de la vida de la pareja que muestre su relación, se le pide al escultor que cierre los ojos y que visualice con el mayor detalle posible (lugar, hora, estado emocional) la escena antes de dramatizarla. Eligen quién empieza, se le da un tiempo para “caldearse” y pensar sobre cómo percibe la relación y realiza la escultura moldeando al otro como si fuera de arcilla. Una vez esculpida la relación tal y como la ve un miembro de la pareja, el terapeuta pide a cada miembro que tome conciencia de su postura: hacia donde se dirige su mirada, sus pies, sus manos, su tronco, su cabeza, qué expresión adopta, cómo se siente así, qué puede estar transmitiendo con cada gesto.. luego que se centre en cómo percibe a su pareja: qué le sugiere su actitud, qué cree que puede estar diciéndole, qué puede sentir... después se puede poner en movimiento la escultura, actuando los movimientos sugeridos o proponiendo otros, o utilizar otras técnicas psicodramáticas para desarrollar lo mostrado en la escultura original y poder profundizar en la relación de la pareja. Luego se invita al otro miembro de la pareja a hacer su escultura y se repite lo anterior. Después del trabajo psicodramático se invita a la pareja, ya sentados, a hablar sobre la experiencia y el terapeuta hace lecturas sistémicas y dinámicas sobre lo mostrado. Una vez cerrado este ciclo, se pueden proponer otras esculturas: futura, ideal, temida etc.. siguiendo el mismo modelo e ir analizando por ej. que les haría falta para llegar a la ideal, que perderían, que ganarían... pasar de la deseada a la temida y contrastarlas, hacer esculturas viajando al pasado, de 5 en 5 años, deteniéndose en los momentos más significativos, para dar una dimensión histórica a la relación actual.. también podemos pedirles que pongan un título metafórico a la escultura utilizando un lenguaje poético o, por lo menos, lo más descriptivo posible (Dhul, Kantor y Dhul, 1973); tareas para casa, por ej. que nos escriban para la próxima sesión una historia de su pareja basada en las esculturas y dando una versión de los hechos diferente en algo a la “versión oficial”, escribirla desde la mirada del otro, desde la mirada de su madre o padre etc..

Chasin et al. (1989) proponen dramatizar el futuro ideal y transformar el pasado a través escenas dramáticas que pueden ser esculturas. El proceso seguido es el siguiente: cada miembro de la pareja es invitado a describir sus lados fuertes y sus metas en la relación de pareja y luego se les proponen tres dramatizaciones:

- a) Una escena en la que ilustre que ocurriría si sus metas individuales en la relación de pareja fueran alcanzadas.
- b) Cada uno escenifica una situación dolorosa de su infancia en la que habría deseado unas metas semejantes, los roles negativos no los juega el otro miembro de la pareja sino el terapeuta.
- c) Construyen una versión diferente, deseada, de la escena traumática infantil y en ella el cónyuge juega un papel benigno, finalmente se comenta la visión que tienen del problema de su relación.

Estos autores plantean que dramatizar el futuro y revisar el pasado ofreciendo una posibilidad de cambio expande su percepciones y abre nuevas opciones de sentir, pensar y actuar en la pareja, en contra de la “realidad” firmemente defendida por cada miembro de la pareja. El ver que el pasado puede

cambiarse a través de las dramatizaciones en las que el cónyuge juega un rol benigno les ayuda a creer en la posibilidad de alcanzar el futuro deseado con su pareja. “Al alterar el tiempo, el lugar y la persona las ideas estáticas da cada uno sobre si mismo, el otro y la pareja, se quiebran y el movimiento se hace posible” (Chasin et al., 1989).

Todas estas posibilidades de trabajo a través de la escultura nos permite crear un espacio diferente en el que la relación se ve desde varios vértices y adquiere matices que antes no tenía, al estar los miembros de la pareja atrapados en un discurso monolítico y estéril.

Análisis de la escultura.

Como ya hemos comentado, la escultura se construye jugando con el espacio, la postura y la mirada, a lo que podemos añadir el movimiento, el terapeuta estará atento al sentido metafórico de estas variables aplicado a la relación de la pareja. La distancia nos habla del grado de separación-individuación, de la intimidad, del compromiso afectivo, grado de disponibilidad, .. en suma de la distancia emocional; el gesto nos habla de la actitud hacia el otro, pero hay que tener en cuenta que es un gesto con muchos matices: mientras el cuerpo está orientado hacia el otro, un pie está dirigido hacia el exterior, ¿qué parte de él o ella se quiere ir?, ¿hacia donde?, ¿por qué?, ¿para qué?; los cuerpos están abrazados pero las pelvis no se tocan, ¿están evitando la intimidad sexual?; esas manos que se cogen, ¿están al mismo nivel?, ¿una sujeta a la otra?, ¿están tensas, relajadas, crispadas, cálidas?; uno de los miembros pone una mano detrás suyo, ¿qué oculta?, ¿hay algo que no desea compartir?. El lenguaje corporal tiene multitud de matices, de detalles que, al mostrarlos, al hacerles hablar, enriquecen la percepción de la relación; en términos psicoanalíticos diríamos que la escena manifiesta (escena dramática) permite conectar con la escena latente (imaginaria) que permanecía en el inconsciente, haciéndola despertar (Martínez Bouquet, 1977). La estructura, tipo de pareja, colusión, poder, jerarquía, reglas, normas, valores, mitos, secretos de la pareja van apareciendo filtrándose a través de pequeños gestos, detalles insignificantes, que invitados a “hablar” nos contarán muchas cosas desconocidas, largamente ocultadas a uno mismo y al otro, y los participantes al ir alternando el “yo observador” con el “yo participante” pueden comprender muchas cosas a través de la experiencia emocional que activa el lenguaje corporal y junto con el terapeuta, construir una realidad más compleja en la que todos participan influyendo *en* y siendo influidos *por* el otro.

Utilidad de la escultura.

Se puede utilizar con diferentes fines: Diagnóstico, pronóstico y terapéutico.

1. *Diagnóstico*, la escultura nos permite observar las relaciones de pareja bloqueando la palabra que tan a menudo sirve para ocultar en lugar de para mostrar. Por otra parte, los miembros de la pareja suelen tener, como todos, contradicciones, luchas entre diferentes tendencias, deseos y temores inconfesados incluso para ellos mismos, historias desconectadas de su relación actual pero que ejercen una poderosa influencia sobre ella, mitos, lealtades

transgeneracionales no explicitadas.. aspectos que muchas veces no son conscientes para los mismos sujetos y que la escultura, al utilizar el lenguaje corporal que no está tan sujeto al control de yo consciente, permite que se filtren detalles que, señalados y desarrollados por el terapeuta con el uso de las técnicas antes descritas, nos abren las puertas a un mundo más complejo y rico que los estereotipos que muchas veces construyen los miembros de la pareja para intentar explicar u ocultar lo que les sucede. El diagnóstico a través de la escultura lo podemos realizar en diferentes momentos del proceso terapéutico para evaluar el mismo, es muy útil utilizarla en las primeras sesiones, tercera o cuarta, y cuando la terapia está más avanzada 2. *Pronóstico*, para ver hacia dónde puede ir la pareja, las expectativas que tienen y lo realistas y compartidas que pueden ser; la escultura del futuro arroja mucha luz sobre estos aspectos y nos permite realizar un pronóstico sobre la pareja. 3. *Terapéutico*. La escultura es también un instrumento de cambio, pues además de mostrar interacciones nos sirve para hacer propuestas alternativas y experimentar en el aquí y ahora de la sesión otros modos de relación; en momentos de impasse o aquellos en los que predomina la racionalización, la escultura permite activar el proceso terapéutico, ayudando a la pareja a salir de la vía muerta en que se hallan y ponerles en un camino de desarrollo evolutivo.

Un ejemplo de escultura

Vamos a mostrar a través de un caso alguno de los usos de la escultura en la terapia de pareja. En las dos primeras sesiones, Jesús e Inés se expresaban de un modo muy racional, hablando de desavenencias en el “planteamiento vital”, “en la manera de entender el mundo y las relaciones”, que estaban distantes.. racionalizaban mucho su demanda y resultaba difícil que se implicaran emocionalmente en lo que decían y saber qué es lo que deseaba cada uno del otro y de sí mismo. En la tercera sesión, como hago habitualmente con las parejas, les propuse realizar una escultura. En este ejemplo vamos a utilizar la escultura presente y la deseada para contrastar la percepción de la relación actual, con cómo desearían que fuera su relación.. El objetivo de las esculturas, además de diagnóstico fue el intentar contactar con lo emocional y descubrir qué conflicto provocaba insatisfacción en la pareja.

Terapeuta: *Vamos a hacer un ejercicio en el que cada uno modela al otro como si fuera una figura de barro utilizando la postura, gesto, y disposición espacial. Y luego, se modela a sí mismo. El objetivo es construir un grupo escultórico que muestre como veis vuestra relación.*

Inés: *Venga, empieza. ¿Cómo me ves?*

Jesús no dice nada y se queda pensativo, da vueltas, y pasa un rato considerable.

T: *Algo que defina vuestra relación.*

I: *Empiezo yo.*

a) Escultura presente de Inés:

Jesús: manos en la espalda y mirando hacia otro lado, con una sonrisa irónica, 'de pasota, como diciendo: esta pobre...'

T: *¿Y tu? Calcula la distancia, la postura,...*

Inés: se coloca frente a Jesús, mirándole y con el puño cerrado ante el pecho. La mirada parece desafiante.

T: (dirigiéndose a Jesús) *¿Cómo te sientes tu ahí?*

Jesús: *No sé. Igual en una postura o en una actitud frecuente.*

T: *¿Te sientes cómodo, incómodo? ¿Qué se te ocurre desde esa postura?*

J: *Pienso que es bastante distante hacia ella, y un poco humillante o despectiva.*

T: *Y tu, ¿cómo te sientes?*

J: *Mal.*

T: *No te gusta.*

J: *No, pasa de mi y eso me cabrea..*

T: (Al ver que podían repetir acusaciones ya dichas y muy racionalizadas propongo un cambio de roles). *Cambiar ahora de posición, cada uno adopta la del otro.* (dirigiéndose a Inés, cuando ha adoptado la postura en la que había colocado a Jesús) *Toma conciencia de esa postura, ¿imagínate que esa es tu posición, cómo te sientes?*

I: *Pienso que es una postura muy cómoda.*

T: *¿Cómo te sientes?*

I: *Cómoda y que permite escaparse de las cosas.*

T: *¿De qué puedes estar escapando?*

I: *Es un escudo, una pared.*

T: *¿Es un escudo?, ¿Y de qué te protege?*

I: *Pues de eso, de la poca consideración.*

T: *Tu estás en esa postura ahora, habla desde ese rol que atribuyes a Jesús, habla como si fueras Jesús.*

I: *Yo paso de ella y de todos sus rollos.*

T: *¿Qué rollos?*

I: *Está muy volcada en los hijos y en todo lo que rodea a los hijos.*

T: *¿No te deja sitio?*

I: *No me apetece. Yo paso de que esté volcada en los niños.*

T: *¿Te molesta?*

I: *Pues sí. Pienso que no debería ser así, que se ha olvidado de mí.*

T: *¿Cómo debería ser?*

I: *Mas compartido.*

T: *¿Por qué no está más compartido?*

I: *Porque quizá le he abandonado yo bastante y ella se cerró en los hijos.*

T: *Y a la vuelta tu te sientes abandonado por ella, que se ha volcado tanto en los hijos.*

I: *Sí.*

T: (A Jesús) *¿Cómo te sientes en esa postura?..*

J: *Me molesta y no merece la pena que discutamos una vez más, porque si empezamos a aclarar la raíz del conflicto que hemos tenido, sacaríamos un nuevo conflicto que tapanía el primero y entonces paso y estoy cabreado y...*

T: *Y con el puño, ¿qué expresas?*

J: *Pues bueno, ya se me pasará esta mala leche.*

T: *Bueno, Vamos a parar aquí. (Dirigiéndose a Jesús) haz tu la escultura. Le moldeas a ella y luego a ti.*

b) Escultura presente de Jesús

T: *Una relación no está hecha de una escultura, pero bueno...*

Coloca a Inés con las manos ante ella, a la altura del pecho, y la cabeza gacha, con la mirada dirigida hacia las manos.

El se coloca delante, con los brazos abiertos, las manos a la altura de las caderas y abiertas, mirando a su compañera. Parece estar pidiendo algo.

T: *(A Inés) ¿Cómo te sientes?*

I: *Yo incómoda. Las manos me molestan. (Muy poco después) La verdad es que no estoy ahora tan incómoda.*

T: *Las manos, ¿te siguen molestando?*

I: *No, ya no.*

T: *¿Qué le estarías diciendo a él con tu actitud?*

I: *Que qué espera....da la sensación de que yo estoy aquí, pasiva, sin hacer nada, contemplando algo, y que él me está diciendo: ¡Muévete! ¿Qué haces?....*

T: *En esta postura tu pasarías de él. El está abierto, y tu estás metida en ti.*

I: *Sí.*

T: *(A Jesús) Y tu, ¿cómo te sientes?*

J: *Yo, bien. Bueno, yo le estoy sugiriendo algo. Bien, en una actitud muy frecuente.*

T: *¿Te sientes bien?, ¿Cómo puede ser que te sientas bien si tú estás en una actitud de acercamiento y abierto y te encuentras con ella, monolítica y cerrada?.*

I: *Una monja.*

T: *¿Te sientes como una monja?*

I: *Sí, pero él no suele estar así exactamente.*

Jesús se agacha más, flexionando las rodillas, basculando un poco y hace con los brazos y manos un gesto de impaciencia.

T: *¿Sería más eso?*

I: *Sí, es como si dijera: ¡venga mujer..!, algo cabreado..*

T: *La otra parecía más como: ¡Ven a mis brazos! y esta otra parece reprocharte que no te abres.*

T: *Ahora imaginaros cómo desearíais que fuera vuestra relación y en base a ello hacer otra escultura.*

c) Escultura deseada de Inés:

Coloca a Jesús frente a ella. Están uno frente a otro, ambos con las manos en los bolsillos y mirándose. Ella parece un poco desafiante. El tiene el cuerpo echado hacia atrás. Ambos se miran y se echan a reír. En ese momento Inés da un paso hacia atrás.

T: *No vale echarse para atrás. Aguantad. ¿Cómo os sentís ahí?*
 I: *(se ríe) Bien, normal. De vez en cuando ya solemos estar así, haciendo risas.*
 T: *¿Cómo te sientes?*
 I: *Tranquila.*
 T: *Y a él, ¿cómo le sientes?*
 I: *Majo.*
 T: *¿Y la relación?*
 I: *Bien.*
 T: *¿Cambiaríais algo?*
 I: *Me echaría un poco para atrás. Le diría: ¡qué pasa!’, pero en plan cariñoso. Porque Jesús, por ejemplo...*
 T: *Díselo a él.*
 I: *Tu, por ejemplo, como muchas veces, vas, vas, vas, y luego... bueno... sí, la vieja tenía razón. Y ahora yo te diría: ¿Ves?, es verdad que yo tenía razón.*
 T: *(A Jesús) ¿Tu cambiarías algo?*
 J: *Para mí es cómoda. Muy bien.*
 T: *Bien, (A Jesús) Ahora haz tu escultura deseada.*

d) Escultura deseada de Jesús

Jesús se coloca abrazando a Inés, le pega un cachete cariñoso en el culo y con la otra mano le abraza por la cintura. Inés abraza a Jesús por la cintura con una mano y con la otra le agarra por el cuello, pegándole, a la vez, un cachete cariñoso.

T: *(A Inés) ¿Cómo te sientes?*
 I: *Bien, si fuera así en la calle... ya me gusta..*
 T: *¿Y si no es en la calle?*
 I: *Bueno, en la calle y estando con gente. Es que yo tengo otro rollo. A mí si me hace eso en casa, estando los dos solos.... yo para un ratito, si... vale y ya está, pero luego le rechazaría.*
 T: *Si hay gente esto no va a ir a más y si va a ir a más no quieres.*
 I: *Si.*
 T: *Y tú, Jesús, ¿cómo te sientes?*
 J: *Yo, bien, en una..., no se, cuando tengo una ráfaga de cariño es una postura habitual, o ponerme a bailar,...*
 T: *Bueno, vamos a sentarnos y hablar sobre todo esto.*

Se sientan, cada uno en el lugar donde han comenzado la sesión.

T: *¿Qué pasa si hay gente en esa postura?*
 I: *Pues eso, que no va a más.*
 T: *¿Tu no quieres que vaya a más?*
 I: *Si hay gente ya sé que no va a más.*
 T: *Imagínate que no hay gente.*
 I: *¿No hay gente? Bien...*
 T: *Estáis solos. Entonces se da esa postura...*
 I: *Entonces yo no quiero que vaya a más... porque... bueno... yo con Jesús.. en el aspecto afectivo no me ha dado, me ha dado muy poco, o por lo menos yo lo he interpretado de otra manera. Así como yo soy muy afectiva a nivel de contacto...*

bueno... ahora con los niños... con Jesús he sido poco yo también, lo reconozco. Me gusta cuando hay gente y no puede ir a más, a mí me apetece besarle, abrazarle...

T: El ir a más, ¿qué sería, relaciones sexuales?

I: Sí.

T: (A Jesús) A ti, en esa situación, ¿te gustaría ir a más?

J: No, no es que me guste, yo le dejo rienda suelta a mi cuerpo y ...

T: Pero a tu cuerpo, le gustaría ir a más?.

J: Preferiría que estuviésemos más tiempo en esa actitud.

T: Pero, ¿Podría aparecer el deseo de ir luego a más?

J: Sí.

T: (A Inés) Y tú ahí frenarías.

I: Sí

T: ¿Por qué?

I: Pues porque a mí... en realidad las relaciones sexuales no me gustan mucho. Yo siempre he buscado más la afectividad, aunque la afectividad también puede ser eso.

T: La relación más de cariño y de caricias que lo sexual.

I: Sí, pero como Jesús nunca ha parado ahí, yo siempre me he dejado.

T: ¿No te gusta lo sexual en sí, o te gustaría que antes de lo sexual haya más caricias, o prefieres quedarte sólo en las caricias?

I: Hay veces que me gustaría quedarme en las caricias, depende de cómo esté yo y de las circunstancias y de todo. Entonces... yo tengo rollos sexuales de cría. Pienso que igual es una tontería, pero que a mí me supuso... a mis padres les vi hacer el amor cuando era muy cría, entonces fue una interpretación mala, porque además estaban a la inversa. Mi madre era la que estaba tumbada encima de él, en la cama, desnudos.

T: ¿Qué edad tenías?

I: Pues 6 años o así.

Inés cuenta como pensó que su madre estaba atacando a su padre y se abalanzó sobre ella mordiéndole en la nalga. Esta se puso furiosa y le pegó. Luego narra otras experiencias traumáticas infantiles vinculadas a la sexualidad.

T: (A Inés) En la escultura última habías puesto a los dos cercanos, mirándoos, pero con las manos en los bolsillos y con un espacio entre ambos, sin que hubiera contacto físico; decías que era una situación cómoda, quizás sería una manera de evitar todo esto.

I: Sí.

T: (A Jesús) Y tu, la que ponías era más sensual, más de contacto físico, pero resulta que a ti, Inés, eso puede gustarte pero aparece como prohibido, o temido, algo que no entiendes todavía bien.

I: Hay una cosa entre nosotros que Jesús siempre me ha achacado, el que él ve que yo le puede cortar todo eso.

T: (A Jesús) Que es un poco la situación que ponías tú al insinuar ¡Qué pasa!, e Inés así (adopta la posición de ella en esa escultura, mirándose las manos e inclinada sobre sí misma)

J: Sí, ella encerrada en todos sus problemas que le vienen de lejos, y yo...

T: Son parejas las dos situaciones. Me llama la atención cómo habéis puesto de alguna manera situaciones distintas en que alguno pasa del otro. (A Inés) Tu

puedes sentir que él pasa de ti en algunas cosas, pero tu estás cerrada en el nivel corporal. Podéis tener la misma sensación los dos...

I: *Yo alguna vez le digo a Jesús y pienso para mí, bueno, por qué no se puede tener una relación afectiva, de mimos, de caricias, sin llegar a...*

T: *¿Pero si de repente él se excita? Ahí se produce una fractura en vuestra relación.*

I: *Claro.*

T: *(A Jesús) Entonces tu dices: ‘para qué calentarme y luego nada.. paso’, Y tu (A Inés) no acaricias. Ahí hay un punto donde estáis insatisfechos los dos.*

J: *El otro día hice el comentario de que para mí eran muy infrecuentes y de poca calidad, y de poca variedad, y de poca imaginación y de todo.*

T: *Creo que se extiende más allá de lo sexual, que es todo contacto corporal y afectivo. Me da la sensación, por lo que estáis diciendo, que se pueden frenar las muestras de afecto.*

J: *Yo creo que más actúo por impulso, me vienen ráfagas, y cojo a Inés y me pongo a besarle, me pongo a bailar con ella...*

T: *¿Tu crees que si no le pasara lo que le está pasando a Inés las relaciones podrían ser más frecuentes y de más calidad?*

J: *No se porque....*

I: *Jesús dijo que a él tampoco le apetecían demasiado y creo que por su parte también pasa algo.*

J: *Bueno Inés, no me apetece*

I: *Conmigo.*

J: *... por todo lo que previamente hay que hacer contigo para llegar a...*

T: *No hay que buscar culpables. Un asunto sería si a lo mejor tu (A Inés) tienes un problema en esta área, y que a ti, Jesús, lo sexual puede no irte demasiado. A veces pasa en las parejas que uno puede tener un problema sexual manifiesto y al otro miembro la sexualidad no le va demasiado por lo que sea; entonces se puede dar un acoplamiento bueno, de tener menor frecuencia en las relaciones sexuales o mayor distancia*

Jesús comienza a hablar de su “liberalismo sexual”, de deseos incestuosos con su hermana y poco a poco va mostrando complejos y dificultades sexuales, ocultas detrás de las dificultades sexuales de Inés. Más avanzada la sesión Inés comenta que tuvo una relación extramatrimonial que a Jesús “no le importó”, pero al explorarlo en detalle aparecieron los celos y reproches no dichos. A partir de la escultura los dos hablaban desde lo sentido y pudimos ir viendo los temores no dichos, los reproches y el deseo de tener una relación en la que la intimidad no entrañara peligros. El conflicto no se debía a que ella tuviera un trauma sexual desde su infancia sino a que ambos temían la intimidad, por diferentes motivos en base a su historia. La elección de pareja (Espina, 1996) estaba condicionada en parte por esa historia y en la actualidad se daba un juego relacional de tipo colusivo (Diks, 1967; Willi, 1975, 1987; Espina, 1995) en el que la actitud del otro permitía evitar lo temido por cada uno.

El proceso terapéutico puede seguir utilizando otro tipo de escultura y otras técnicas dramáticas para desarrollar las escenas latentes y favorecer el cambio, o se puede continuar con intervenciones dinámicas y sistémicas. La escultura nos permite abrir caminos con rapidez conectando con lo emocional a través del cuerpo y favorece en muchos casos el cambio.

La escultura también introduce en la terapia lo lúdico, bastante necesario en la convivencia de la pareja, y favorece el desarrollo de la creatividad y espontaneidad sin las cuales la vida de pareja se va muriendo, “intentamos proveer de un contexto que construye sobre los recursos existentes, reduce restricciones, añade variedad para darse cuenta de posibilidades de sentimientos, pensamientos y acciones y estimular al cliente a encontrar nuevas soluciones propias” (Chasin et al. 1989). El uso de las esculturas del pasado, presente y futuro introducen la variable tiempo en una relación que muchas veces está petrificada y reactiva el potencial evolutivo y de cambio de la pareja, “se establece de esta manera, a través de las esculturas, un juego de imágenes reflejadas circularmente que llegan a ser un verdadero proceso de co-creación entre terapeuta y familia” (Onnis, 1992). Este autor resalta el hecho de que al hacer la escultura el terapeuta es co-constructor de la realidad, abandonando el rol de observador externo y neutro que se le atribuía al aplicar a la terapia el modelo homeostático (Von Bertalanffy, 1956), con lo cual el trabajo con las esculturas “temporales” entronca con la segunda cibernética y los sistemas autoobservantes (Von Foester, 1981; Maturana y Varela, 1980). En el encuentro terapéutico, pareja y terapeuta ofrecen sus visiones, intercambian información en un diálogo que permite construir una visión de la realidad más compleja, lo cual es favorecido en gran medida por el uso de la escultura.

Desde el punto de vista psicoanalítico, las esculturas propuestas son el contenido manifiesto de otras escenas (latentes) en las que juegan fantasmas y relaciones antiguas que se actualizan en la pareja (Espina, 1995, 1996); el uso del cuerpo permite conectar más fácilmente con las emociones y vínculos pasados, actuando a modo de estímulos diurnos que activan recuerdos depositados en el inconsciente, muchos gestos y posturas harán las veces de “actos fallidos corporales” que filtran elementos del inconsciente permitiendo su acceso a la conciencia; “al dramatizar se perfora, se hiende la cáscara discursiva que envuelve todo y se penetra hasta los significados imaginarios contenidos, alcanzándose muchas veces la pulpa de las cosas y los hechos...(en relación al psicoanálisis) la materia dramática posee similares cualidades de intensidad emocional, actualidad, compromiso; es que ambas, la transferencia y la dramatización, resultan influidas con facilidad por lo imaginario, se constituyen en buenos reveladores de lo imaginario” (Martínez Bouquet, 1977).

BIBLIOGRAFIA

BERTALANFFY, L. Von (1956). General systems theory, *General Systems Yearbook*, 1, 1-10.

CAILLÉ, P. (1985). *Familles et therapeutes*. París. ESF. (Hay versión en castellano. Familias y terapeutas. Buenos Aires. Nueva Visión).

CAILLÉ, P. (1988) *Il était une fois..Du drame familial au conte systémique*. París, ESF. (Hay versión en castellano. Había una vez.. Del drama familiar al cuento sistémico. Buenos Aires, Nueva visión. 1990).

CAILLÉ, P. (1994). *Les objets flottants. Au-delá de la parole en therapie systemique*. París. ESF.

CHASIN, R., SALLYANN, R. and BOGRAD, M. (1989). Action methods in systemic therapy: Dramatizing ideal futures and reformed past with couples. *Family Process*, 28, (2), 121-136.

DHUL, F.J., KANTOR, D., y DHUL, B.S. (1973). Learning, space and action in family therapy: A primer of sculpture. En D. Bloch (Ed.) *Techniques of family psychotherapy: A primer*, New York, Grune & Stratton.

ESPINA, A. (1995). Algunas claves psicoanalíticas para terapeutas familiares. En M. Garrido y A. Espina (Eds.) *Terapia familiar. Aportaciones psicoanalíticas y transgeneracionales*. Madrid. Fundamentos.

ESPINA, A. (1995). Aportaciones psicoanalíticas y sistémicas a la terapia de pareja en los trastornos psicósomáticos. En M. Garrido y A. Espina (Eds.) *Terapia familiar. Aportaciones psicoanalíticas y transgeneracionales*. Madrid. Fundamentos.

ESPINA, A. (1996). La constitución de la pareja. En M. Millán (Ed.) *Psicología de la familia. Un enfoque evolutivo y sistémico*. Valencia. Promolibro.

FOERSTER, H. von (1981). *Observing systems*. Seaside CA, Intersystems Publications.

GRODDECK, G. (1923). *Das buch vom es*. Viena, Interantionaler Psychoanalytischer Verlag. (Hay versión en castellano, El libro del ello. Madrid. Taurus).

LANDAU, J. (1982). Therapy with families in cultural transition. En M. McGoldrick, J. K. Pearce & J. Giordano (Eds.) *Ethnicity and family therapy*, New York, Guilford Press.

LANDAU, J. (1985). Adolescents, families and cultural transitions: A treatment model, en M.D. Pravder y S.L. Kolman (Eds.) *Handbook of adolescents and family therapy*, New York, Gardner Press.

MARTÍNEZ BOUQUET, C. (1977). *Fundamentos par una teoría del psicodrama*. México, Siglo XXI.

MATURANA, H.R. y VARELA, F.J. (1980). *Autopoiesis and cognition; The realization of living*. Boston, Reidel.

MORENO, J. L. (1946). *Psychodrama*. New York. Beacon House. (hay edición en castellano. Psicodrama, Buenos Aires, Hormé, 1972).

MORENO, J.L. (1959) *Gruppenpsychotherapie und psychodrama*. Stuttgart. Georg Thieme Verlag. (Hay versión en castellano. Psicoterapia de grupo y psicodrama, México. Fondo de cultura económica 1966).

ONNIS, L. (1991). Thérapie familiale de l'anorexie mentale. Un modèle d'intervention basé sur les sculptures familiales. *Thérapie familiale*, 12, (3), 225-235.

ONNIS, L. (1992). Langage du corps et alangage de la thérapie: La "sculpture du futur" comme méthode d'intervention systémique dans les situations psychosomatiques, *Thérapie familiale*, 13, (1), 3-19.

ONNIS, L., DI GENARO, A., CESPÀ, G., AGOSTINI, B., CHOUHY, A., DENTALE, R. y QUINZI, P. (1994). Sculpting present and future: A systemic intervention model applied to psychosomatic families. *Family Process*, 33, 341-355.

PAPP, P. (1976). Family choreography. En P. J. Guerin (Ed.) *Family therapy: Theory and practice*. New York. Gardner Press.

PAPP, P. SILVERSTEIN, O., CARTER, E. (1973). Family sculpting in preventive work with "well families", *Family Process*, 12, 197-212.

PAVLOSKY, E., KESSELMAN, H. y FRIDLESKY, E. (1977). *Las escenas temidas del coordinador de grupos*. Madrid. Fundamentos.

PENN, P. (1985). Feed-forward: Future questions, future maps. *Family Process*, 24, 299-310.

SATIR, V. (1972). *Peoplemaking*, Palo Alto, Science and Behavior Books.

Resumen

En este artículo el autor desarrolla el concepto de "escultura" aplicado a las relaciones de pareja, describiendo los diferentes tipos de escultura, las técnicas psicodramáticas útiles en el proceso terapéutico y cómo analizar las interacciones surgidas durante el desarrollo de las esculturas. También hace referencia a la utilidad diagnóstica, pronóstica y terapéutica de la escultura y ejemplifica con una sesión de terapia de pareja cómo se desarrolla el proceso y sus implicaciones teóricas.

Palabras clave: Escultura, Terapia de pareja, Técnicas psicodramáticas.

Abstract

In this article the author develops the concept of "sculpting" and the use in couple therapy, describing the different kinds of sculpting, the psychodramatics techniques used in the therapeutic process and how to analyse the interactions emerged during the sculpting. Also he refers to the utility of sculpting in diagnosis, prognosis and therapy. Finally he describes one session of couple therapy in which uses sculpting and talks about the theoretical implications.

Key words: Sculpting, couple therapy, psychodramatic techniques.