

# ¿Es terapéutico el teatro?

Raúl Vaimberg

## Resumen

*Podemos hablar de diversos teatros, los teatros del cuerpo, los teatros de la mente y los teatros sociales. Evidentemente no están separados, ya que el ser humano como ser biopsicosocial está permanentemente siendo creado y expresándose en estos diversos teatros debido a la capacidad multirrepresentacional de la escena humana.*

*Sin embargo, en nuestra cultura, diferentes oficios se ocupan de cada uno de estos teatros, a diferencia de las culturas primitivas en las cuales por ejemplo en los rituales chamánicos el chamán realizaba una representación teatral, grupal-tribal y psicosomática que tenía claras finalidades sociales y curativas.*

*Concluimos que el teatro es terapéutico de por sí como todo arte o actividad que permite sublimar, transformar los impulsos destructivos del ser humano y de la sociedad. El teatro en psicoterapia o psicodrama requiere en primer lugar el estudio de la psicología normal y de la psicopatología, en segundo término el estudio de métodos de transformación psíquica adecuados a las diversas patologías y en tercer lugar proponemos la formación de equipos interdisciplinarios de actores, directores de teatro y psicoterapeutas como instrumentos de trabajo de gran potencia transformadora.*

**Palabras clave:** teatro, psicodrama, trabajo interdisciplinar, sublimación, creatividad.

## Abstract

*One can speak of various theaters. The theater of the body, the theater of the mind and the theater of the social sphere. Clearly, they cannot be taken apart. As*

*bio-psycho-social beings, humans are in continuous creation. We are able to express ourselves in all these spheres and that is due to the multi-representational capacity of the human scene.*

*In our culture, however, various trades are in charge of each and every one of these theaters. Unlike primitive cultures, for example, where a shaman would enact a psychosomatic theatrical performance, aimed at the tribe, the group: with a clear social and healing purpose.*

*We conclude that the theater is therapeutic in and of itself, just as any artistic activity that allows one to sublimate and transform the destructive impulses of humans and of society as a whole would be. Theater in psychotherapy or psychodrama requires, in the first place, the regular study of psychology and psychopathology, and secondly, the study of methods of psychiatric transformation adequate to the diverse pathologies that exist, and thirdly, we offer training to interdisciplinary groups of actors, theater directors and psychotherapists as work instruments with a strongly transformative potential.*

**Keywords:** theater, psychodrama, interdisciplinary work, sublimation, creativity.

*Podemos hablar de los teatros, los teatros del cuerpo, los teatros de la mente y los teatros sociales. Evidentemente no están separados, ya que el ser humano como ser biopsicosocial está permanentemente siendo creado y expresándose en estos diversos teatros debido a la capacidad multirrepresentacional de la escena humana.*

*Sin embargo, en nuestra cultura, diferentes oficios se ocupan de cada uno de estos teatros, a*

diferencias de las culturas primitivas en las cuales por ejemplo en los rituales chamánicos el chamán realizaba una representación teatral, grupal-tribal y psicósomática que tenía claras finalidades sociales y curativas. En y desde los teatros del cuerpo intervendrán por ejemplo los médicos, los bailarines y coreógrafos. En cuanto a los teatros de la mente los actores, psicoterapeutas, psiquiatras, educadores. En los teatros sociales los educadores, actores y directores de teatro, sociólogos, psicólogos, políticos y comunicadores.

Esta diversificación se produce por la ampliación de los conocimientos en los diferentes campos y la disociación entre las diferentes dimensiones corporal, psicológica y social de lo humano que atribuimos a diversas y complejas razones que no desarrollaremos en este artículo.

### **Teatro social**

El teatro tiene como finalidad el entretenimiento, el disfrute estético y la creación, estabilización y transformación del discurso social a partir de las que desde la sociología se denominan representaciones sociales. Sin duda cierto teatro incide en la cultura en dos direcciones principales: (1) conformando parte del sistema de control y estabilización de los valores imperantes y (2) interviniendo en la generación de transformaciones de los procesos sociales.

### **Teatro de la mente**

Una mirada psicoanalítica del teatro nos permite, desde una concepción escénica, ubicarnos en el territorio de «la otra escena» (Mannoni, 1990). El psiquismo normal permite un fluir continuo por la otra escena en el sentido de que «siempre hay otra escena detrás y delante de una escena». En las patologías mentales y en las patologías sociales, la escena pierde esta posibilidad de transformación permanente y se cristaliza en una situación, iniciando ciclos repetitivos en los cuales predomina el sufrimiento y la destructividad, la escena además de cristalizada se satura de elementos reiterativos y de excesivo control que no dejan espacio para la transformación.

Para Peter Brook (1990) la palabra «repetición» carece de encanto, es un concepto sin viveza, que de inmediato se asocia con un término de

carácter «mortal». La repetición niega lo vivo. La palabra representación contiene una respuesta. Una representación es el período de tiempo en que algo se representa, en que algo del pasado se muestra nuevo, en que es ahora algo que fue. En otras palabras, la representación es lo que alega ser: hacedora de presente. Vemos que esta cualidad es la renovación de la vida, negada por la repetición, y ello puede aplicarse tanto a los ensayos como a la interpretación.

¿Qué es el público? Entre las diferentes palabras que el idioma francés tiene para designar al público, al espectador, hay una que sobresale, que se diferencia en calidad de las demás. *Assistance: j'assiste à un pièce*, es decir, asisto al teatro. El público asiste al actor, y al mismo tiempo, los espectadores reciben asistencia desde el escenario. Por último agrega que en el teatro la verdad siempre está en movimiento. En la vida eso es un mito: en nada podemos volver atrás. Las hojas nuevas no brotan de nuevo, los relojes no retroceden, nunca tenemos una segunda oportunidad. En el teatro, la pizarra se borra constantemente.

Pero llegamos al punto central de nuestra reflexión, desde una mirada psicodramática, cercana al teatro contemporáneo (teatro inmediato) o al posdramático se introduce la noción de la transformación del espectador en actor y en director, del público en asistente y del desarrollo de una función psíquica vinculada a la reflexión y a la creatividad.

Peter Brook (1990) hablando sobre el psicodrama en *El espacio vacío* comenta que un auténtico ejemplo de necesaria asistencia al teatro es una sesión de psicodrama en un sanatorio mental. Examinemos las condiciones que se dan en este caso. Existe una pequeña comunidad que lleva una vida monótona y regular. Para algunos enfermos, ciertos días acaece un acontecimiento, algo desacostumbrado, algo para pensar en los días siguientes, una sesión de drama...

La escena dentro de la escena (la escena de la propia vida dentro de la escena psicoterapéutica y dentro de la escena en el escenario psicodramático) constituyen un modelo de transformación a través de la acción (Vaimberg, 2015).

Uno de los mecanismos terapéuticos principales del psicodrama es la «catarsis de integración». La idea fundante del psicodrama es el drama, el teatro.

Moreno (1974) lo utiliza para la terapéutica psíquica. Aristóteles tratando de entender la función del teatro explica el proceso de la catarsis. Describe en la *Poética* la purgación de las pasiones (la piedad y el terror) en el momento en que el espectador se identifica con el héroe trágico. La catarsis es para Aristóteles un acto de evacuación y descarga afectiva que produce limpieza y purificación. Moreno en su tratado *Das Stegreiftheater (El teatro de la espontaneidad)* publicado en 1923, da una nueva definición de catarsis: el psicodrama produce un efecto terapéutico, pero no en el espectador (catarsis secundaria) sino en los actores productores que crean el drama y que al mismo tiempo se liberan de él.

Para Moreno el proceso terapéutico incluye la catarsis, pero el punto principal es la catarsis de las diferentes partes de la producción de uno mismo y con el público. Refiriéndose a la catarsis de integración dice Anzieu (1970): «El Psicodrama es una catarsis de integración en la que el sujeto, al representarlos, toma posesión de los roles insospechados que vivían en él en estado de posibles». Es una catarsis activa en la cual se integran aspectos de sí mismo y con el grupo.

Según Moreno (ob. cit.) a toda catarsis de abreacción (expresión de las emociones) sigue una catarsis de integración. Integración en la propia vida y en la vida de relación de las emociones expresadas, controlándolas, sublimándolas y transformándolas en expresiones creativas y constructivas.

Esta transformación intersubjetiva es uno de los mecanismos terapéuticos principales del teatro.

El teatro aplicado en el abordaje de los trastornos mentales severos nos permite hacernos los locos sin estarlo. Los locos dejan de estarlo cuando son capaces de actuar su locura sin perder la discriminación persona-actor-personaje, entonces pueden confinar la alucinación o el delirio a la imagen o al texto teatral. Después de haber transitado con el paciente por un brote psicótico, deberá pasar bastante tiempo para que podamos volver a hablar con él de la experiencia de la locura, de sus delirios y alucinaciones. Durante todo este tiempo hemos estado reparando el teatro mental y su escenario, reubicando las escenas en los diferentes escenarios, restableciendo las convenciones teatrales, reconstruyendo los personajes, desarrollando el rol de actor, sus disfraces y máscaras y oicas protectoras y liberadoras, recomponiendo la estructura del

público, reconstruyendo la historia o creando libremente. A veces solo podemos realizar una parte de esta tarea; otras, si el tiempo nos lo permite, intentamos volver a hablar de aquella escena de locura, contemplando juntos su sufrimiento y su riqueza (Vaimberg, 2015).

En el tratamiento de niños y adolescentes el juego (el teatro también es juego) se constituye en una de las herramientas principales del diálogo terapéutico.

La metodología psicodramática aporta sus tres etapas del proceso terapéutico: el caldeamiento o preparación para la acción, la dramatización y el análisis de la escena.

El desarrollo de la creatividad a través del entrenamiento actoral y en dirección escénica constituye otra de las aplicaciones del teatro a la terapéutica psíquica. El aprendizaje de la manipulación de objetos en las artes escénicas, articulada con el desarrollo de los conceptos de objeto intermediario, transicional y protésico en psicodrama constituyen otro de los campos de desarrollo del oficio interdisciplinar del teatro terapéutico.

## **Teatro del cuerpo**

Por último y muy brevemente consideramos que el cuerpo es el primer escenario en el cual se representan las emociones a las que posteriormente se les agregan textos. A partir de esta etapa primigenia el cuerpo siempre estará presente; en situaciones de enfermedad, como en las patologías psicosomáticas —para algunos todas— el sufrimiento que se representa en el cuerpo no ha podido hacerse teatro mental o social y permanece instalado en el escenario corporal.

Para concluir, el teatro es terapéutico de por sí como todo arte o actividad que permite sublimar, transformar los impulsos destructivos del ser humano y de la sociedad. El teatro en psicoterapia o psicodrama requiere tres cuestiones fundamentales, en primer lugar el estudio de la psicología normal y de la psicopatología, en segundo término el estudio de métodos de transformación psíquicas adecuados a las diversas patologías y, en tercer lugar, pensamos y proponemos que la formación de equipos interdisciplinarios de actores, directores y psicoterapeutas son instrumentos de trabajo de gran potencia transformadora.

## Preguntas y temas pendientes de desarrollar

- ¿Cuáles son las claves que nos permiten entender la evolución que va del teatro clásico al psicodrama y al teatro contemporáneo?
- Diferencias y relaciones entre repetición y representación.
- Representación interna y representación teatral. El proceso de transformación desde la perspectiva de una teoría de la escena (el teatro como una espacialización del psiquismo y el psiquismo como un teatro).
- Teatro terapéutico, un oficio interdisciplinar. ¿Qué aportan las artes escénicas al psicodrama y qué aporta el psicodrama a las artes escénicas?
- ¿Cuáles son las diversas aplicaciones del teatro terapéutico?

## Raúl Vaimberg

Negrevernís 11, Esc. A 1º, 2ª.

08034 Barcelona

[T] 932051380

[@] rvaimberg@gmail.com

## Referencias bibliográficas

ANZIEU, D. (1970). *El psicodrama analítico en el niño*. Barcelona: Paidós.

BROOK, P. (1990). *El espacio vacío*. Barcelona: Nexos.

MANNONI, O. (1990). *La otra escena. Claves de lo imaginario*. Buenos Aires: Amorrortu.

MORENO, J. L. (1923) *Das Stegreiftheater* (Teatro de la Espontaneidad). Berlin\_Potsdam: Kiepenheuer Verlag.

MORENO, J. L. (1974). *Psicodrama*. Buenos Aires: Ediciones Horme.

VAIMBERG, G y LOMBARDO, M. (2015). *Psicoterapia de grupo y Psicodrama. Teoría y técnica*. Barcelona: Octaedro.