

# **EL USO DE LA TÉCNICA DE ESCULTURA EN EL MODELO CENTRADO EN LAS SOLUCIONES**

Autora: Rosanna Nitsche Meli

Psicóloga Clínica Acreditada, Magíster en Dirección de Recursos Humanos,

Psicodramatista

Web : [www.terapiaycambio.cl](http://www.terapiaycambio.cl)

Publicado en: Revista "De Familias y Terapias" (Inst. Chileno de Terapia Familiar). Año 14, Nº 22, Julio 2006.

## **Resumen:**

El presente trabajo es un extracto de la tesina presentada para la Acreditación como Psicoterapeuta ante la Comisión Nacional de Acreditación. El objetivo del mismo es promover la integración entre distintos modelos terapéuticos en pro de favorecer la eficacia y aumentar las herramientas de los terapeutas para ayudar a sus pacientes. En particular, se presenta el uso de la técnica de la escultura explorando su uso específico dentro del modelo centrado en las soluciones como una manera de promover los recursos personales de los consultantes al plantear ellos mismos la solución deseada y los pasos para lograrlo.

## **Abstract:**

The present study is an extract of the thesis presented for the Accreditation as a Psychotherapist at the National Accreditation Commission. Its main objective is to promote the integration between different therapeutical models in order to facilitate psychotherapy's efficacy and increase the therapist's tools to help patients. Specifically, the use of sculpture technique is presented, exploring its application in the solution centered model, as a way to encourage the consultant's personal resources, as they themselves give the desired solution and the steps for attaining it.

## **Introducción**

La psicoterapia sistémica estratégica se plantea el desafío de alcanzar objetivos terapéuticos específicos y observables en el menor tiempo posible. Esta búsqueda es destacable en el momento actual cuando los recursos sociales son escasos para dar respuesta a las amplias necesidades de ayuda de la comunidad.

A partir de los avances de este modelo surge el enfoque centrado en las soluciones, cuyo foco no son los problemas de los consultantes sino sus soluciones y cómo se alcanzarán (O'Hanlon y Weiner-Davis, 1993).

Este modelo es parte de una tendencia de los últimos años que enfatiza los recursos y habilidades de las personas, atendiendo a los modos en que habitualmente resuelven sus problemas y planteando como objetivo de la psicoterapia el devolver la capacidad de autoayuda a las personas para enfrentar sus propios problemas. Esta tendencia se ha llamado "self healing model" (Bohart y Tallman, 2003).

Un planteamiento similar, se encuentra en Jacob Levi Moreno, creador del psicodrama, quien planteó que la inhibición de la espontaneidad –capacidad con la que todos nacemos- conduce al estancamiento en el desarrollo de las personas, pues éstas no logran utilizar soluciones creativas para enfrentar los sucesos de la vida sino que utilizan los mismos roles o la mismas conductas reiteradamente (Moreno, 1993).

Es por esto, que las técnicas psicodramáticas, incluida la escultura, buscan recontactar a la personas con *sus propios recursos* liberándolas de aquellas experiencias que las condujeron a crear un modo rígido de relacionarse -rol patológico- (Bello, 2000).

En la búsqueda de ayudar efectivamente a quienes consultan, el modelo breve estratégico está abierto a utilizar recursos técnicos aunque provengan de otros enfoques terapéuticos. Moreno y otros autores, también han planteado la importancia de buscar una mayor integración de los enfoques en psicoterapia (Kalawski, 1983; Moreno, 1995). Considerando esto, en este trabajo se muestra el uso de una técnica específica proveniente del psicodrama, la escultura, en la psicoterapia breve centrada en las soluciones.

La escultura permite desde las primeras sesiones que el terapeuta cumpla su rol de experto en procesos y promotor de cambios, para ayudar a las personas a clarificar sus

problemas, luego, a crear soluciones posibles para, finalmente, ayudarlos a alcanzar esa solución (Bohart y Tallman, 2003).

En el plano de la técnica, se plantea que la escultura llamada “real” aporta en clarificar el problema a través de limitar la descripción verbal repetitiva del problema aumentando la percepción simbólica y metafórica de la situación vincular y luego con la realización de la escultura “deseada” y los pasos entre ambas, se está posibilitando que los pacientes planteen de un modo no verbal la solución posible para el problema y los pasos para obtenerla. Luego, la tarea siguiente es traducir lo vivenciado en las esculturas a un lenguaje verbal (López y Población, 1997).

La idea del uso de la escultura de esta manera surgió durante el tratamiento de una familia en mi consulta particular, para definirse más en una psicoterapia bipersonal, donde tuvo el claro objetivo de centrar el foco en la búsqueda de soluciones posibles.

En ambos casos, presentados luego, el trabajo no queda finalizado, son varios los aspectos que quedan sin solución completa. Sin embargo, me parece que son un buen punto de partida en esta propuesta de integración técnica.

### **De los Problemas a las Soluciones**

La terapia estratégica breve concentra su atención en el principal desarreglo actual, utilizando las intervenciones que se consideran más adecuadas y efectivas para lograr el mínimo cambio necesario que permita solucionar el problema actual. (De Shazer, 1986; Fisch, Weakland & Sigal, 1984; O’Hanlon y Weiner-Davis, 1993).

Una idea fundamental en este modelo es que los problemas de las personas se deben a la rigidización de las “soluciones intentadas”, que se dirigen a modificar un comportamiento que se ha considerado inapropiado. Este intento de solución inexitoso se mantiene o se intensifica, convirtiéndose en un problema en sí mismo o en un refuerzo para la conducta inicialmente inadecuada. El objetivo principal de la terapia es romper este círculo vicioso, disminuyendo o eliminando la solución o cambiando la percepción sobre la conducta problema (De Shazer, 1986; Nardone y Watzlawick, 1992).

A fines de los años '80 surge una nueva tendencia. O'Hanlon y Weiner-Davis (1993), plantean que el énfasis ya no debe ponerse en los problemas, déficits o errores de las personas, sino en su capacidad de encontrar soluciones. El énfasis terapéutico se mueve de los problemas a las soluciones manteniendo las principales premisas del modelo sistémico-estratégico.

Los consultantes tienen recursos para resolver sus problemas y el rol del terapeuta es ayudarlos a encontrar y utilizar esos recursos, identificando y amplificando los cambios que aparecen en el proceso. La información relevante sobre el problema es muy poca, lo importante es conocer lo que los pacientes hacen o han hecho y les da buenos resultados (Ibíd.).

El terapeuta estratégico es directivo y tiene la responsabilidad de influir en el paciente. Para esto existen muchas técnicas terapéuticas, entre las que describiré aquellas que me parecen centrales en el modelo y en el contexto de este trabajo.

- Redefinición: La redefinición se considera como una herramienta para el cambio, que busca enfocar y mirar la situación problema desde otra perspectiva, reformulando la situación con el fin de actuar de un modo diferente. (Hirsch y Rosarios, 1987; Nardone y Watzlawick, 1992).
- Lenguaje: Una manera de unirse a los pacientes; de entrar en su forma de comprender las cosas y de comunicarlas es utilizando el lenguaje del cliente, sus palabras, ejemplos y metáforas. De esta manera, logramos empatizar con ellos y entrar verdaderamente en su mundo de significados para, desde allí, comenzar a variarlos (O'Hanlon y Weiner-Davis, 1993; Nardone y Watzlawick, 1992).
- Búsqueda de excepciones: Son aquellos momentos en que el problema no está presente o en que la situación es distinta de la habitual dificultad. Es posible encontrar las soluciones mirando las diferencias entre los momentos-problema y los momentos-excepción. Con esta información se puede dirigir la terapia hacia que los pacientes hagan más de aquello que sí da resultado, dirigiendo la atención hacia lo que ya funciona, para disminuir la atención sobre el problema (O'Hanlon y Weiner-Davis, 1993).
- Uso de Metáforas: El uso de metáforas en la comunicación terapéutica amplía la mirada o las explicaciones en relación a una situación dada la multiplicidad de

significados que evoca. Permite hablar de temas difíciles o negados como si no se estuviera hablando de ellos (Nicolo Corigliano, 1990)

La metáfora transmite mensajes analógicos y primarios, que no son evaluados racionalmente, que no deben ser traducidos o interpretados, sino que se dejan actuar libremente sobre la psique de la persona como factor provocador y movilizador de nuevos sentidos (Ibíd.; Kalawski, 1983).

### **Psicodrama**

El psicodrama nace en Viena, a principios del siglo pasado, creado por Jacob Levi Moreno (1889-1974), un médico psiquiatra interesado en la potencia de los grupos y la integración de la acción en la psicoterapia (Espina, 1995; Marineau, 1995; Moreno, 1993).

#### ***Conceptos Principales de la Teoría Psicodramática***

- Espontaneidad: Está a la base de la salud mental y es la capacidad de respuesta libre, personal y adecuada ante las situaciones que se nos presentan en la vida. Permite el pensamiento y funcionamiento creativos y la posibilidad de cambio, evitando la repetición o el uso de las mismas conductas y pensamientos ante situaciones distintas o que no nos han servido para solucionar las dificultades (Bustos, 1997; Nitsche, 2004).

- Roles: *“El rol es la forma de funcionamiento que asume un individuo en el momento específico en que reacciona ante una situación específica en la que están involucrados otras personas u otros objetos”* (Moreno, 1993: v).

A través de estos roles una persona actúa con otros, con características que pueden ser más o menos flexibles o rígidas, de mayor o menor espontaneidad y posibilidad de cambio y adaptación a diversas situaciones y personas.

- Acción – cuerpo: En psicodrama el uso del cuerpo es muy importante, es lo que permite que la acción se despliegue, ampliando el uso del lenguaje verbal para una comunicación total que incluye lo analógico. Las técnicas psicodramáticas, incluida la escultura son técnicas de acción en que las personas “actúan”, “hacen”, sumando así, el lenguaje corporal y gestual al verbal (López y Población, 1997).

- Catarsis de Integración: En psicodrama se busca que la persona logre una comprensión real de su situación, liberando los sentimientos que estaban bloqueados y permitiendo la generación de conductas nuevas. *“Es un proceso de destrucción y reconstrucción, en el que los elementos que conforman el sistema-escena se modifican, cambian de posición, se pierden unos y se integran otros, es decir de desestructuración y reestructuración”* (Ibíd.: 47).

### ***Psicodrama y su relación con la teoría sistémica***

En la teoría de Moreno son reconocibles múltiples aspectos que corresponden también a la teoría sistémica. En Psicodrama se entiende que las personas vivimos y nos desarrollamos en y a través de la relación con otros. Esta relación se da *“...a través de vínculos, que se contactan a través de roles. Roles y vínculos son el punto de partida epistemológico de la teoría de Moreno”* (Bustos, 1997:35).

La sociometría, teoría de sustento del psicodrama, tiene como eje principal al vínculo con otros. Entendido éste como una forma de relación en que ambos participantes emiten y reciben estímulos, produciendo cambios en ambos. Esto implica que en las relaciones entre las personas, las influencias son recíprocas y que la posibilidad de “evaluar” u observar a otro sin estar comprometido el observador, no existe (Bustos, 1992).

Entre los objetivos terapéuticos, la semejanza es clara. En el modelo estratégico es principal el encontrar y utilizar nuevas conductas o nuevas soluciones a los problemas. En psicodrama el objetivo es transformar las respuestas que se han rigidizado, convirtiéndose en roles poco adaptativos, para permitir el encuentro de nuevas alternativas.

Por último es destacable que Moreno, en una época en que se privilegiaba la mirada individual, considerara relevante a los grupos familiares. En 1933, Moreno escribe: *“La estructura dinámica de la familia no se ha valorado hasta ahora sino desde el punto de vista del individuo, como es habitual en psicoanálisis. No se ha tenido en cuenta el punto de vista del grupo total”* (López y Población, 1997:25). En una publicación posterior, Moreno describe la terapia interpersonal, relativa al tratamiento de los conflictos producidos entre los miembros de grupos formados por personas con lazos

emocionales duraderos, como los matrimonios, familias, amigos, etc. Por estos motivos, López y Población presentan a Moreno “...como un pionero de la terapia familiar desde coordenadas asimilables o isomórficas con las de la sistémica.” (Ibíd.:26)

### ***Técnica psicodramática***

Las técnicas son los medios para facilitar el cambio en un sistema. En psicodrama, las técnicas son activas e inciden en la dinámica del mismo (Ibíd.). Las utilizadas comúnmente en el trabajo con esculturas son: (Bello, 2000; Bustos, 1992 y 1997; Moreno y otros, 1995)

- **Cambio de Roles:** El protagonista desempeña distintos papeles o roles, poniéndose así en el lugar de los otros. Esto permite ver la situación y a sí mismo desde la mirada del otro.
- **Doble:** Un yo auxiliar o el director, hace o dice lo que el protagonista no logra decir. De esta manera se amplía la información y la mirada que el paciente tiene de la situación y de sí mismo.
- **Espejo:** Implica que el protagonista pueda ver su escena desde afuera, observando los distintos aspectos del conflicto desde una postura de observador.
- **Soliloquio:** El protagonista dice lo que está sintiendo y pensando, sus pensamientos y sentimientos ocultos, como una “voz en off”.
- **Maximización:** Se le pide a la persona que amplifique algunos aspectos de la dramatización; un movimiento, una frase, un gesto, que permiten ampliar la comprensión y la información de la situación.

### **Escultura**

López y Población (1997:129) definen “...la escultura como expresión plástica simbólica de la estructura vincular de un sistema, obtenida mediante la instrumentalización de los cuerpos de dicho sistema”.

La persona que hace una escultura de su sistema, está mostrando las relaciones más significativas de él mismo con los demás, de los demás entre ellos y del sistema con el

entorno, esto en un momento vital determinado. A la vez, está representando sus emociones y las de los demás en interacción (Andolfi, 1987; López y Población, 1997).

Para realizar una escultura simplemente se le pide a una persona que modele su propio cuerpo y el de los demás para representar a ese sistema. El lenguaje verbal es poco utilizado, son los cuerpos los que expresan de un modo simbólico que generalmente sorprende incluso al escultor. Con la escultura se utiliza principalmente la comunicación analógica que transmite mensajes sobre la relación; versus la comunicación verbal que transmite especialmente el contenido (Ibíd.).

La escultura nos informa metafóricamente de los significados de un sistema, de los vínculos presentes en ese sistema, la estructura explícita y en particular la estructura vincular oculta del sistema. Así mismo nos muestra la relación del sistema con el sistema exterior.

Por otra parte, la escultura no sólo permite *ver* lo que ocurre en el sistema, tal como se ha descrito, sino que posibilita el inicio de un cambio. “... *ver la relación es el primer paso hacia el cambio*” (Andolfi, 1987: 88).

La escultura resulta una destacable herramienta terapéutica en la promoción de cambios en los sistemas, a través de posibilitar el ver la relación existente, como un primer paso y luego a través de promover concretamente el cambio al pedir que se ejecuten movimientos en la escultura.

Estos movimientos pueden ser de varios tipos, haciendo “pasos” entre distintas esculturas (Andolfi, 1987; López y Población, 1997).

### ***Tipos de Esculturas***

Pablo Población y Elisa López (1997) han explorado en varios tipos de esculturas, algunas de ellas:

- Escultura “real”: se utiliza para visualizar el modo actual de interacción entre los miembros de un sistema según como es visto por el escultor
- Escultura deseada: refleja la fantasía que tiene el escultor de cómo le gustaría que fuera la relación o situación. La persona se encuentra con el deseo de lo que le



gustaría que sucediera y como tal, posibilita el inicio de un proceso de modificación de la situación.

- Escultura temida: en ésta la persona expresa que es lo que más teme que suceda en su relación o con su situación.
- Escultura en pasado y futuro: se expresa el modo en que el escultor percibía su situación en el pasado (podría ser antes de tener el problema) y como cree que será su situación en el futuro.
- Esculturas múltiples desde el punto de vista: se refiere a cuando los distintos miembros de un grupo o sistema realizan una escultura, mostrando cada uno su manera de percibir la situación.

Al realizar una escultura con un paciente, un grupo o una familia es importante tener en cuenta algunas consideraciones (Andolfi, 1987; López y Población, 1997):

La escultura no se realiza desde la razón sino desde la vivencia. El “escultor” no debe pensar en cómo expresar la manera de ser de su sistema sino dejar que “los cuerpos hablen”, moldeándolos y moviéndolos en distintas posturas hasta encontrar una que le resuene.

Es **una** persona la que realiza la escultura. Esta persona moldea los cuerpos de los otros miembros del sistema tanto en lo general como en los detalles particulares. Es **su** escultura, luego los demás podrán realizar la propia.

En el caso de terapia bipersonal se le puede pedir al consultante que haga una escultura que represente la relación que existe entre él y tal persona. En estos casos se pueden utilizar cojines u otros elementos para marcar el lugar del otro.

La escultura es subjetiva, expresa la visión que el escultor tiene del sistema y surge de un modo en que la persona no logra controlar lo que está mostrando de si mismo y su sistema y de una forma mucho más simple que si intentara explicarlo verbalmente. Por lo mismo, las esculturas de un mismo sistema realizadas por distintos miembros pueden ser muy distintas o parecerse en algunos aspectos y otros no, lo que queda a la vista de todos los miembros del sistema.

## **Presentación De Casos**

Se presentan dos casos, en ambos, los nombres y datos relevantes han sido modificados, se describen brevemente los principales antecedentes poniendo mayor atención al uso de esculturas.

### ***CASO 1: La escultura de los padres de Katty.***

Este caso se refiere a una familia que fue atendida el 2004 en consulta privada.

La familia está formada por el padre, Carlos (ingeniero, 46 años); la madre, Francisca (dueña de casa, 43); y sus 5 hijos: Katty (estudiante de ingeniería, 19); Josefina (III año medio, 17); Juan (V básico, 10); Lucía (I básico, 6); “Carlitos” (2).

La madre solicita por teléfono una hora para su hija Katty. La encuentra muy nerviosa y ambas pelean mucho porque su hija es intolerante y no respeta las reglas de la casa y pretende hacer lo que quiere. La hija está de acuerdo con la consulta.

A la primera sesión asisten Katty y su madre. Obtengo información de la familia y de las principales preocupaciones de ambas. Katty dice que “peleamos mucho”. Además “yo estoy como muy nerviosa (principalmente cuando está en su casa) y me encierro y no quiero que me molesten” y “mi mamá insiste en pedirme favores cuando yo tengo que estudiar y es una jodida y nos peleamos por eso”.

Luego agrega que “me siento muy insegura con la gente”, “es con las mujeres... siempre me siento como compitiendo con ellas y me parecen más bonitas, más inteligentes que yo”. También siente dudas respecto de su vocación laboral.

La madre, se queja mucho de Katty, dice que “lo único que le interesa es el pololo”, que no está nunca en la casa, y que “cuando está en la casa, tiene mala cara, no ayuda en nada, se encierra en la pieza y peleamos por eso”.

Al preguntar por excepciones, les cuesta encontrar ejemplos. La madre dice que cuando está con el pololo, Katty está más contenta y más dispuesta a hacer lo que le pide y la hija replica que cuando está el pololo u otras personas “te haces la simpática y educada y hasta pides por favor”.

La madre destaca enojada, que su marido trabaja mucho y que “no cuento con él para nada”, “No me ayuda en nada, en realidad, él está siempre en sus cosas”, cambiando el foco de sus quejas hacia la relación con su marido.

A la segunda sesión cito a ambos padres solos. Las hipótesis a ese momento son una extrema cercanía y dependencia en la relación madre-hija, que aparte de producir constantes quiebres y discusiones, ha impedido que Katty alcance un desarrollo de identidad y autonomía adecuados a su edad. Y el distanciamiento entre la pareja de padres y que la madre estaría desplazando su frustración y su necesidad de apoyo desde el marido hacia Katty.

El padre parece poco preocupado por la situación y minimiza las dificultades, ante lo que su esposa se molesta y comienza a quejarse y él a defenderse aunque sin mostrar demasiado interés. Esta situación se mantiene e intensifica por algunos momentos.

Luego de escucharlos por unos instantes les propongo usar la técnica de escultura. Me interesó, con esto, interrumpir el diálogo recriminatorio de la pareja y cambiar el foco de los problemas históricos de la pareja a la relación existente entre todos los miembros de la familia.

### *Esculturas*

Les explico que les voy a pedir que hagamos algo que tal vez les va a parecer un poco extraño, pero que nos va a servir para entender lo que está pasando. Doy las instrucciones para la realización de las esculturas, en las que se usarán cojines para representar a los hijos.

#### 1. Escultura “real” – Esposa/Madre –

Al finalizar la escultura se observa que la madre está de pie con expresión angustiada en el rostro, los brazos levantados hacia Katty y el marido. Está rodeada por los cojines-hijos, muy cerca de sus pies. El cojín-Katty está un poco más alejado de ella en dirección del padre, que está más lejos, de espaldas a los demás y de brazos cruzados.

Soliloquio esposa: “Me siento agobiada. Me piden tanto”

Soliloquio esposo: “De aquí no veo nada de lo que pasa....ella siempre se queja...Me siento un poco solo, como fuera”.

#### 2. Escultura “real” – Marido/Padre –

Ubica a su mujer rodeada por los cuatro hijos menores, no tan cerca como la escultura anterior y los mira. Katty aparece más lejos de la madre y el padre está de pie, erguido

y los brazos al lado del cuerpo, está cerca de Katty mirándola atentamente y con una leve sonrisa.

Soliloquio esposa: “Tengo a mis hijos conmigo. Katty se está alejando de mí”

Soliloquio esposo: “Estoy orgulloso de Katty. Se parece a mí”

### 3. Escultura “deseada” – Esposa-

Se observa a la mujer de pie frente al marido, se miran a la cara, a una distancia de unos dos metros. Los cinco hijos están juntos más o menos a un metro de ella y un poco más lejos del padre. Él también está de pie, en actitud de dar un paso hacia ella y la mira.

Soliloquio esposo: “Así debiera ser”

Soliloquio esposa: “Me gusta más así”

### 4. Escultura “deseada” – Esposo-

Los esposos están uno al lado del otro, tomados por la mano, él la mira de reojo. Los cuatro cojines-hijos menores están delante de ellos y Katty un poco más lejos, al ubicar el cojín-Katty dice “ella se está yendo”. Ambos están visiblemente emocionados, la mujer le acaricia la mano al marido.

El tiempo restante de la sesión lo ocupamos para hablar de la experiencia. Algunas de las observaciones de la pareja tuvieron relación con que han estado muy alejados, el esposo admitió que ha estado muy pendiente de su trabajo y la esposa pudo expresar que se ha sentido triste y sola. Se propusieron algunas instancias concretas para aumentar los espacios de cercanía.

En relación a Katty, poco se habló en esa sesión, excepto que la madre admitió que le cuesta asumir que “está grande” y que le ha estado exigiendo mucho.

Como es posible observar hasta acá, las esculturas realizadas, entregaron información nueva sobre el funcionamiento, los vínculos y estructura del sistema familiar. Lo principal fue que esa información no solo la pudo observar el terapeuta sino que fue descubierta por los esposos-padres y ellos obtuvieron algunas conclusiones que

posteriormente implicaron que el sistema familiar se modificara positivamente y la presión en la relación madre-hija disminuyera. En sesiones siguientes, esto fue transformado en acciones más concretas en la relación entre ellos y con Katty y se pudo seguir trabajando con un enfoque centrado en las soluciones ya que los padres comenzaron a implementar cambios y luego continuaron buscando alternativas de solución en vez de analizar el problema.

En este caso, el uso de la técnica de escultura pudo ser mejor aprovechado. Se pudo profundizar en los soliloquios y hacer cambios de roles buscando que los padres se pusieran en el lugar de los hijos, en especial de Katty, y pudieran empatizar con lo que esta situación significaba para ellos. Tampoco se hicieron “pasos entre esculturas”.

### ***CASO 2: La escultura de Josefina***

Este caso se refiere a una mujer de 28 años, soltera, atendida en consulta privada. Josefina es contador-auditor, trabaja y vive sola.

Josefina aparece muy confusa, sin claridad de que quiere. Dice que no sabe si quiere una terapia o solo conversar o consejo profesional. Se resiste a entregar mucha información, sólo me cuenta, a regañadientes, que sus padres se habían separado hace 10 años, que su padre “se fue con otra mujer” y que ella se siente responsable de su hermana menor, y su madre. Además, “siento que por todo esto, yo no logro avanzar, tener un mejor trabajo, estar segura con mi pololo...”

En la segunda sesión también muestra un discurso vago, dice “es como todo y nada lo que quiero ver”; “Hay muchas cosas que me angustian y tiran para atrás, no me dejan tranquila. Quiero dar un enfoque distinto a esas cosas y fortalecer otras para que me vaya mejor en la vida”.

Yo decido proponerle hacer esculturas, con el objetivo de buscar en sus recursos y de enfocarnos en lo que desea lograr y las posibles soluciones para alcanzarlo.

#### ***Esculturas***

Le explico lo que haremos y le digo que puede hacer las esculturas solo de ella o si quiere involucrar a otras personas que utilice los cojines.

### 1. Escultura “real”

Josefina se ubica con el torso doblado por “el peso” de dos cojines sobre su espalda. Un pie está delante del otro, como dando un paso, las rodillas dobladas. El brazo derecho estirado hacia el frente como indicando algo. El brazo izquierdo afirma los cojines en su espalda. Su rostro mira hacia atrás reflejando angustia.

Soliloquio: “Allá adelante está el éxito, el futuro... pero yo solo puedo mirar para atrás”. “Siento el peso en mi espalda, es un gran peso que arrastro, es mi historia, mis padres, todo. Es la angustia, la rabia”. “Siento miedo...a la soledad”.

### 2. Escultura “deseada”

Se ubica de pie, erguida, ambas manos estiradas hacia el frente, con expresión tranquila, sonrío levemente.

Soliloquio : “Voy hacia delante”. “Allá está el éxito...el amor, la felicidad”.

### 3. Paso entre esculturas

a. Se ubica como en la escultura real y con rapidez se saca los cojines los deja a un lado y se ubica en la escultura deseada.

Le pido que repita todo el proceso, pero esta vez mucho más lentamente y dándose cuenta de lo que va sintiendo o pensando en cada momento. Le digo también, que haga solo lo que siente que puede hacer y no lo que cree que debe o quiere.

b. Vuelve a la escultura real y más lentamente toma los cojines y esta vez no los deja inmediatamente sino que los mira, observa, pasa una mano sobre ellos; dice “no puedo tirarlos no más, tengo que comprender que pasa con estas cosas...”. Los deja a un lado de ella y se mueve hacia la escultura deseada y dice “las cosas siguen cerca pero no me impiden avanzar hacia donde yo quiero ir”.

Los movimientos entre una y otra escultura le permitieron darse cuenta de que no le serviría y que no es posible botar su pasado ni su familia, sino por el contrario, que debe incorporarlos manteniendo la mirada hacia delante, hacia su futuro.

Josefina observó también que ella ha estado haciéndose cargo de su madre y de sus hermanas y de otros, porque así los tiene cerca y creía que así no la van a dejar sola y que tal vez ahora debiera encontrar “otra manera de sentirlos cerca sin cargarlos

encima". También pudo darse cuenta de que le gustaría que otras personas, en particular su madre, su pololo y una de sus hermanas se preocuparan de ella y la acompañaran y cuidaran a veces, pero que ella no las deja porque no les cuenta mucho y porque primero ella les pregunta sobre sus problemas o las trata de ayudar.

Ya en la sesión siguiente a las esculturas, que Josefina estaba intentando algunos cambios, como preocuparse de arreglar su departamento antes de solucionar un problema específico a su hermana mayor y también dijo que le parecía que su madre no era tan incapaz en muchas cosas y que aunque le gustaría que encontrara pareja ella no podía solucionar eso. Luego hemos profundizado en sus emociones y en positivar la ayuda que ella da como una muestra de cariño que también debe darse y recibir para ella misma.

Siguiendo el modelo centrado en las soluciones será importante traducir estas observaciones y el movimiento del paso entre esculturas, en soluciones más específicas y que sean observables para poder evaluar y seguir los cambios producidos. Estas son tareas para las próximas sesiones.

### **Conclusiones**

Este trabajo ha sido un intento por mostrar la integración de una técnica proveniente de un modelo terapéutico en una terapia que proviene de un modelo distinto.

De este modo podemos observar como la técnica de la escultura que ha sido ampliamente utilizada en el psicodrama y en la terapia familiar como un modo de estudiar los roles, los vínculos y los significados atribuidos por las personas a sus relaciones, también puede ser una herramienta útil en el contexto de una terapia centrada en las soluciones, como un modo de focalizarse en las soluciones posibles a la dificultad presente.

Los ejemplos presentados permiten aproximarse al uso de la escultura. Tal como fue dicho antes, en ambos casos la aplicación de la técnica pudo profundizarse y ser más exhaustiva. Sin embargo, de la forma simple en que fue usada ya demostró ser útil en varios aspectos:

a. La escultura fue útil para ayudar en la descripción del problema. En casos en que por haber muchas quejas que no conducen a nada (lo que sucedía en el primer caso entre los padres de la paciente) o en que la descripción de la dificultad es muy vaga (como en el segundo caso), la realización de la escultura ayuda a detener el discurso repetitivo y a centrar la queja en algún aspecto de la situación que la persona sin saber “escoge” entre todo lo que le molesta y además lo concretiza corporalmente de modo que la descripción del problema se acerca más rápidamente a las emociones implicadas.

b. Pasar de la descripción del problema a las posibles soluciones rápidamente. En la terapia centrada en las soluciones se busca prácticamente no dar ningún espacio al problema sino sólo a la solución. En los casos presentados, se observa como la escultura sirvió para cambiar el foco de atención hacia lo que las personas desean en su vida o en sus relaciones. Una vez desplegada la escultura deseada es posible poner el foco en esto que las personas están mostrando y que además los mueve hacia emociones distintas a las presentes en la queja, posibilitando un ambiente emocional más sensible y dispuesto al cambio.

c. Los pasos entre la escultura real y la escultura deseada posibilitan visualizar los movimientos que necesitan hacer para acercarse a aquello que desean. Estos movimientos, al menos lo que se puede observar en los casos presentados, son bastante abstractos, por lo que sería necesario trabajar más detenidamente el paso entre esculturas, deteniendo el movimiento, pidiendo soliloquios y preguntando a las personas por posibles cambios concretos que se están expresando en su movimiento. Al ir deteniendo este paso entre esculturas se podrían crear nuevas esculturas intermedias que pudieran representar o traducirse en acciones más concretas hacia el cambio.

d. Poder visualizar y “sentir” la relación problemática es un primer paso hacia la posibilidad de cambio. Con las esculturas las personas se dan cuenta de un modo analógico de lo que está sucediendo, pueden sentir sus emociones presentes en la situación y también pueden vivenciar su propia responsabilidad en el problema. Algo que no se hizo en los casos presentados y que podría ser positivo sería utilizar la técnica de cambio de roles, permitiendo a las personas ponerse en el lugar de los otros, lo que facilita el mirarse desde otra perspectiva a la vez que aumentar el grado de comprensión y empatía con los otros implicados.



e. La escultura puede ser utilizada o comprendida como una redefinición de la situación que nos traen los consultantes. La escultura toma el momento actual relacional para amplificar las vivencias, emociones y significados presentes. En este sentido, permite que aparezcan nuevos significados, posibilitando una redefinición de la situación, a través de la ampliación de la información y por la inclusión de las emociones y de la metáfora de la relación que se hace visible (Andolfi, 1987; López y Población, 1997). Esto, que ya ha sido planteado por distintos autores es posible observar en ambos casos, en particular en la familia de Katty, donde los padres, en especial la madre pudo cambiar la definición inicial del problema desde “tengo una hija que no me ayuda y con la que solo peleamos” hacia una nueva definición en que se observa la distancia existente ente la pareja de padres y las demandas constantes que ella hace hacia su hija.

f. La escultura es una metáfora de la situación, del problema y sus soluciones. Al pedirles a los pacientes que creen esculturas sucede que estos comienzan a expresar muchas cosas sobre las que no quieren o no pueden hablar o ni siquiera ver. De esta manera, la comunicación se amplía hacia lo no dicho, incluyendo aquella parte de la información que al abrirse se convierte en significativa y movilizadora de nuevos significados.

El trabajo terapéutico no se acaba con la realización de esculturas, al igual que con otras técnicas, la efectividad de la terapia está dada en un amplio porcentaje por otros factores entre los cuales está la relación terapéutica, la que se forma antes, durante y después del uso de una u otra técnica.

En el modelo centrado en las soluciones, como en toda la terapia estratégica, resulta fundamental el obtener modificaciones del sistema o de las pautas conductuales, que sean concretas, observables y evaluables en el tiempo. En este sentido, el uso de la escultura es un primer paso, pues luego será trabajo del terapeuta y sus pacientes el lograr una traducción de lo vivenciado con la técnica, en soluciones posibles de realizar y observar y que representen alternativas realmente distintas a las soluciones intentadas hasta el momento por las personas.

En los casos presentados se observa que las personas solas pudieron plantear, luego de las esculturas, posibilidades de cambio y acción e incluso pudieron implementar algunos. De ocurrir esto, la tarea terapéutica a continuación es la mantención y amplificación de esos pequeños cambios que han comenzado a producirse espontáneamente.

Una vez finalizado el apoyo terapéutico, o entre una sesión y otra, la experiencia de encontrar salidas a los problemas buscando soluciones posibles y cambios que sean realmente diferentes a la conductas habituales, se transforma en un aprendizaje para las personas, quienes pueden continuar utilizándolo en su vida en forma autónoma.

### **REFERENCIAS**

- Andolfi, Mauricio. (1987) **Terapia Familiar**. Editorial Paidós, Buenos Aires.
- Bello, María Carmen (2000) **Introducción al Psicodrama**. Editorial Colibrí
- Bohart, A. y Tallman, K. (2003) **How Clients Make Therapy Work. The Process of Active Healing**. American Psychological Association, Washington D.C.
- Bustos, D. (1992) **El Psicodrama: Aplicaciones de la Técnica Psicodramática**. Editorial Plus Ultra, Buenos Aires.
- Bustos, D. (1997) **Actualizaciones en Psicodrama**. Editorial Momento, Buenos Aires.
- Casabianca, R. y Hirsch, H. (1992) **Cómo Equivocarse Menos en Terapia**. Univ. Nacional del Litoral. Buenos Aires.
- De Shazer, S. (1986) **Claves para la Solución en Terapia Breve**. Editorial Paidós. Buenos Aires.
- Duncan, B. y otros. (1992) **Changing the Rules. A client-directed approach to therapy**. The Guilford Press, New York.
- Espina Barrio, José Antonio (1995) **Psicodrama: Nacimiento y Desarrollo**. Amarú Ediciones, Salamanca.
- Fish, R., Weakland, J.H. y Segal, L. (1984) **La Táctica del Cambio**. Editorial Herder, Barcelona.

- Hirsch, H. & Rosarios, H. (1987). **Estrategias terapéuticas institucionales**. Nadir Editores: Buenos Aires, Argentina
- Herranz, Teodoro. (2004) **Psicodrama Clínico: teoría y técnica**. Ediciones de las ciencias sociales, Madrid.
- Kalawski, Alex. (1983) **Lenguaje Analógico y Psicoterapia: Reflexiones, Analogías y Metáforas**. Revista Chilena de Psicología. Vol. VI, Núm. 1. Santiago.
- López Barbera, E. Y Población, P. (1997) **La Escultura y otras Técnicas Psicodramáticas Aplicadas en Psicoterapia**. Editorial Paidós, Barcelona.
- Marineau, René F. (1995) **Jacob Levy Moreno. Su biografía**. Editorial Lumen-Hormé, Buenos Aires.
- Moreno, Jacob Levi (1993) **Psicodrama**. Ediciones Hormé, Argentina.
- Moreno, Jacob Levi (1995) **Las Bases de la Psicoterapia**. Ediciones Hormé, Buenos Aires.
- Moreno, Jacob Levi y Moreno Zerka (1995) **El Psicodrama. Terapias de Acción y Principios de su Práctica**. Editorial Lumen-Hormé, Buenos Aires.
- Nardone, G. y Watzlawick, P. (1992) **El Arte del Cambio**. Editorial Herder, Barcelona.
- Nicolás Corigliano, A.M. (1990) **El Empleo de la Metáfora en Terapia Familiar**. En Ackermans, A y Andolfi, M. La Creación del Sistema Terapéutico. Editorial Paidós, Buenos Aires.
- Nitsche, Rosanna (2004) **Exploración del Rol de Terapeutas: Psicodrama y Máscaras**. Revista De Familias y Terapias, Instituto Chileno de Terapia Familiar, 12 (19),79-86. Santiago, Chile.
- O'Hanlon, W. y Weiner-Davis, M. (1993) **En busca de Soluciones. Un nuevo enfoque en psicoterapia**. Editorial Paidós, Barcelona.