

PSICODRAMA ENTRE REJAS: UNA EXPERIENCIA PERMANENTE EN EL CENTRO PENITENCIARIO DE MUJERES.

MALENA RUBISTEIN POLEEFF / Psicóloga y Psicoterapeuta.

Érase una vez hace 30 años... Mi primer contacto con el psicodrama en Buenos Aires (Argentina), por aquellos tiempos formé parte como paciente de un grupo terapéutico que me cambió la vida para siempre.

Actualmente me dedico a dirigir grupos psicoterapéuticos y formativos en distintas instituciones. Hoy les voy a contar sobre uno de ellos, el grupo de mujeres de un Centro Penitenciario de Sevilla. En el año 2012 nació el proyecto “Darse Cuenta”, un proyecto para la cárcel de mujeres que comenzó con el objetivo de favorecer la convivencia pacífica y evitar los conflictos entre las mujeres que se encontraban privadas de libertad. Y que luego poco a poco se fue transformando en un instrumento de aprendizaje y cambio permanente para la vida.

Al comienzo la idea de llevar el psicodrama y la psicodanza a la cárcel, resultaba un tanto “extraña” El solo hecho tragicómico de pasar todos los controles de seguridad en compañía de mis títeres y telas de colores, creaba una imagen absurda y llena de contrastes. A medida que el tiempo fue transcurriendo, el personal funcionario, las mujeres y yo, nos fuimos conociendo cada vez más a través del trabajo y la magia del psicodrama.

Mi primer descubrimiento fue que la metodología propia del psicodrama parecía pensada para trabajar allí y facilitaba muchísimo la tarea, puesto que afinar el ojo como directora para poder ver cuál era el emergente en cada momento, era mucho más apropiado que llevar un tema o idea prevista en cada sesión. Cualquier persona que ha tenido la oportunidad de trabajar en la cárcel sabe que es un ámbito complicado ya que el estar en “convivencia obligatoria” con una rutina permanente, en un espacio limitado y sobre todo privadas de libertad, hace que los conflictos se potencien y se genere un ambiente muy inestable delicado y cambiante por minutos. En ese contexto se crearon dos grupos abiertos y de trabajo permanente con una frecuencia de sesiones cada quince días y que continúan vigentes hasta el día de hoy. Un grupo en el módulo de madres donde las mujeres conviven con sus hijos/as desde que nacen hasta que cumplen los tres años y otro grupo en interior donde a pesar de que la mayoría también son madres, en este caso sus hijos/as se encuentran fuera de la prisión dado que son mayores de tres años o porque tienen la posibilidad de estar al cuidado de algún integrante de la familia.

La cárcel, un momento de reflexión y oportunidad de cambio:

Este es el punto de partida y mi planteamiento en cada sesión de psicodrama, como siempre les digo a las mujeres “cada una puede aprovechar el tiempo de condena como una oportunidad para investigar y darse cuenta de los elementos importantes en su historia”. Quiénes fueron, quiénes son y quiénes quieren ser. Es un tiempo de reclusión obligatorio en donde pueden apostar por el crecimiento personal, el empoderamiento y el cambio. Y con ese objetivo sumado a tantos otros, se determina la propuesta de cada sesión (por ejemplo, la autonomía emocional, la inserción laboral, la mejora de la autoestima, la prevención de nuevos delitos) siempre teniendo en cuenta cuál es la temática y qué protagonistas están siendo emergentes en ese momento. Aquí, el psicodrama nos permite llevar a la acción los temas importantes de su vida tanto pasada como presente, trabajando con las diferentes cuestiones de interés que surgen en la convivencia diaria o en la comunicación con sus familiares y parejas.

Las dramatizaciones, construcción de imágenes psicodramáticas y el trabajo con diferentes objetos intra e intermediarios como por ejemplo los títeres, van ayudando a reparar traumas del pasado, permitiendo la posibilidad de “ensayar” en el presente, en el “como si” del escenario psicodramático, diferentes posibilidades y formas de pensar, actuar y entender el mundo. Posibilitando por ejemplo representar una situación traumática del pasado, para poder buscar en el presente, otras formas de defenderse o actuar como le hubiese gustado en aquel momento y no fue posible. También permite ensayar situaciones que se van a ir presentando en el futuro próximo y que les generan inquietudes, miedos, (por ejemplo, visitas familiares, salidas de permiso, puesta en libertad) en donde el psicodrama brinda la posibilidad de obtener un bagaje amplio de herramientas a la hora de enfrentarse luego a esa realidad que fue planteada en la ficción (porque es una dramatización) pero que a la vez es real (porque se está haciendo en el presente y vivenciando qué es lo que sucede) En las sesiones, aparecen múltiples temas, como por ejemplo las dificultades de convivencia y resolución de los diferentes conflictos cotidianos que se plantean tan simples y complicados al mismo tiempo como “buscar formas sin violencia para comunicarse con las compañeras” y en donde como ejemplo surgen escenas que representan situaciones de traición a la confianza por alguna compañera, o donde tienen que poner límites ante otras.

Mis co-terapeutas, los Títeres:

Gracias al aporte de Jaime Rojas Bermúdez descubrimos la posibilidad de trabajar con los títeres como Objeto

intermediario mediando la comunicación entre terapeuta y paciente y Objeto intraintermediario facilitando el acceso al mundo interior de las personas y sacando a la luz el material interno. En mi trabajo diario, tanto en la consulta privada como en los distintos grupos, siempre utilizo a mis queridos títeres. Son especialmente útiles para trabajar temas relacionados con el sexo y la violencia, dado que minimizan los riesgos de daño real, distraen la atención de la persona que lo maneja centrándose en el títere como protagonista y de esta manera, facilitando que aparezca todo el material interno que se encuentra latente. En cierto modo, esta distracción, le quita responsabilidad a la persona que maneja el títere y recae el foco sobre el objeto (títere).

En el módulo de madres, aprovechamos el trabajo con los títeres para abordar temas relacionados con las pautas educativas con sus niños/as, como por ejemplo realizando escenas cotidianas protagonizadas por los títeres, escenas que tratan sobre cómo gestionar los celos que sienten los hermanos/ as que están en libertad, hacia el niño/a que se encuentra conviviendo con su madre en el módulo y el sentimiento de culpa que a veces esta situación genera en ella, o la importancia de educar poniendo límites desde el trato amoroso y no violento y otros ejemplos que tienen que ver con la resolución de conflictos entre compañeras. Recuerdo una sesión donde una de las mujeres representaba con títeres un conflicto con una de las compañeras y buscaba a lo largo de las escenas, diferentes formas pacíficas de resolverlo. Al comienzo siempre salía como única respuesta, la violencia y luego poco a poco fue actuando desde el títere, nuevas maneras de resolver esa situación. Más tarde estas posibilidades ensayadas en la ficción, le permitieron poder resolver ese conflicto real, basándose en su experiencia trabajada en la sesión.

El Psicodrama como favorecedor de la Sororidad y la Igualdad de Género:

En todos los grupos que dirijo se encuentra la perspectiva de Género como elemento transversal fundamental de base y guía. Uno de los objetivos primordiales del proyecto Darse Cuenta es justamente transformar a las mujeres en “agentes de Igualdad de Género”, reflexionando y cambiando los mitos, conceptos y aprendizajes adquiridos. Desde que comenzamos han participado en los grupos más de 200 mujeres y puedo afirmar desde mi experiencia que el 90% de las mujeres han sufrido o están sufriendo malos tratos por parte de sus parejas. Por lo tanto, en las sesiones, surgen como emergentes de forma permanente, temas relacionados con los modelos de pareja y los roles y estereotipos aprendidos sobre hombres y mujeres que tenemos incorporados por haber sido educadas y pertenecer a un sistema absolutamente patriarcal. Es frecuente que la estancia en la cárcel sea a veces la única oportunidad de tomar distancia (obligada) del agresor y del entorno habitual, por lo tanto, posibilidad para descubrir, reflexionar, poner en forma y acción a través del psicodrama “otros modelos de pareja” posible. Escenas, imágenes, danza y dramatizaciones sobre ejemplos de parejas en igualdad son propuestas y trabajadas habitualmente, surgiendo una y otra vez experiencias y creencias machistas que fueron incorporadas en los modelos de educación a lo largo de sus vidas. En este sentido, la posibilidad que brinda el Psicodrama y la Psicodanza con respecto al fomento de la igualdad de género, les permite a las mujeres “pasar a la acción” en la actualidad y cambiar conceptos y formas de relacionarse con sus seres queridos y con las demás personas (familiares, amistades, hijos/ as, parejas) ayudando de esta manera a romper con la cadena generacional de la desigualdad y violencia y fomentando relaciones basadas en la igualdad de género.

La Sororidad es otro de los objetivos principales de nuestro proyecto y materia de trabajo diario en las sesiones de psicodrama. La palabra sororidad se deriva de la hermandad entre mujeres. Según Marcela Lagarde la sororidad comprende la amistad entre quienes han sido creadas en el mundo patriarcal como enemigas, es decir las mujeres. En esta relación de amistad y hermandad, unas son el espejo de las otras, lo que permite a las mujeres reconocerse y aprender “a través de la mirada y la escucha, de la crítica y el afecto, de la creación y la experiencia de otras mujeres.” Partiendo de la realidad de la prisión, en donde a diario se ejercita la rivalidad, desconfianza y conflicto entre las mujeres, la propuesta del proyecto Darse Cuenta es generar un espacio de encuentro y sororidad en donde a través de la creación grupal se fomente como objetivo la hermandad, confianza, y apoyo entre ellas.

La creatividad como salvavidas:

Creo firmemente en la capacidad del Psicodrama como método psicoterapéutico y educativo que ante todo respeta profundamente el material interno y el proceso individual que transita cada paciente en los diferentes momentos de su recorrido terapéutico.

Una de las características distintivas de este método es favorecer el aumento de la creatividad y espontaneidad. Dos elementos claves para sobrevivir, crear ideas y sentimientos nuevos a partir de elementos e historias conocidas, cargadas de dolor y generalmente vacías hasta ora de oportunidades. En cada sesión se despliega un abanico de posibilidades creativas, en donde las mujeres pueden ahora utilizar y poner en acción nuevas maneras de jugar, inventar escenas, historias, ensayar personajes y roles más o menos jugados en la vida real y en donde muchas tienen por primera vez en sus vidas la posibilidad de construir caminos propios de una manera positiva para ellas y para el resto de la comunidad. La creatividad en definitiva multiplica exponencialmente la capacidad de sobrevivir, ver y actuar en el mundo con una perspectiva más amplia y a partir de ahí, vivir mejor.

Finalmente, quiero despedirme de ustedes, destacando la importancia que tuvo para mí la oportunidad de conocer el Psicodrama y utilizarlo como mi herramienta profesional cada día, permitiéndome disfrutar y compartir cada logro conseguido con las personas y el grupo, sintiendo la confianza absoluta de saber que se realiza desde el máximo cuidado y respeto.

Quiero dejarles aquí debajo, algunas de las frases literales que escribieron las mujeres que están privadas de libertad, al preguntarles:

¿Qué significa para ti el Psicodrama?

- Recordar cosas tanto buenas como cosas que no quiero recordar y que en su día me han afectado, pero ahora las veo de otra forma.

- Aprender de los demás, aprender por mí misma.
- Ver las cosas desde otro punto de vista.
- Entretenimiento, compasión, conocer defectos y virtudes de las demás y ver mis propios defectos.
- Poder confiar, aprender a vivir.
- Sirve para valorarme a mí misma y valorar las cosas de la vida.

Malena Rubistein
www.psicooaccion.com







