

**Manuela Maciel**

Psicóloga clínica (terapia individual y grupal), presidenta de la sección de Psicodrama de la IAGP (*International Association for Group Psychotherapy and Group Processes*) (2003-2009), vicepresidenta, profesora y supervisora de Sociodrama y Psicodrama de la Asociación Portuguesa de Psicodrama y fundadora del Congreso Internacional de Sociodrama. Ha escrito numerosos textos y dirige talleres y cursos de formación en todo el mundo.

**El uso del psicodrama en la psicoterapia transgeneracional****Psychodrama in the transgeneracional psychotherapy****RESUMO**

La autora describe su enfoque de la psicoterapia transgeneracional y lo ilustra con un estudio de caso de su práctica clínica para ilustrar los patrones, las teorías y las aplicaciones de este modelo de psicoterapia. Describe especialmente las técnicas más utilizadas por ella, como son el genosociograma, el átomo familiar, las miniaturas, las esculturas y el psicodrama.

**PALABRAS-CLAVE**

Transgeracional. Familia. Psicodrama. Genosociograma. Psicogenealogía.

**ABSTRACT**

The author describes her approach to transgenerational psychotherapy and finishes with a case study from her clinical practice to illustrate patterns, theories and application of this model of psychotherapy. In particular, she describes the main techniques used by her which include genosociogram, family atom, miniatures, sculpting, and psychodrama.

**KEYWORDS**

Transgeracional. Family. Psychodrama. Genosociogram. Psychogenealogy.

## INTRODUCCIÓN

Hoy en día, hay muchas pruebas científicas y clínicas que demuestran que nuestros ancestros siguen vivos, no solamente como “objetos internos”, como los psicoanalistas los describen, sino también como campos de fuerza vivos de información que parecen ser tan activos como nuestro código genético. Los patrones repetitivos en la familia, que se manifiestan a través de fenómenos como el “síndrome del aniversario” y las “lealtades invisibles” son investigados y explicados mediante diferentes modelos teóricos.

## CONTEXTO TEÓRICO

Se utilizó un enfoque transdisciplinar que incluía la psicología individual y familiar, la neurociencia y la teoría del caos, entre otros, para explicar el fenómeno transgeneracional, pero en este artículo la autora se centró en el marco teórico del psicodrama.

## J.L. MORENO: CONCEPTOS DEL CO-INCONSCIENTE Y TELE

Como indica Moreno (1946/1980, p. VII): “un estado co-consciente o co-inconsciente no puede ser propiedad de una sola persona. Es siempre una propiedad común”. Anne Schützenberger (2007) señala que este concepto no es el mismo que el junguiano de inconsciente colectivo, sino que describe lo que pasa en los equipos y las familias y no se puede generalizar al conjunto de la sociedad. Es importante no confundir estas terminologías diferentes. La historia de nuestra propia familia no es la misma que la de nuestro folclore cultural, incluso aunque hay un contagio, o una cierta superposición, entre familia individual, sociedad y cultura general. Schützenberger (2007) sugiere que el concepto de Moreno del co-consciente y co-inconsciente, que conecta a las familias y a los grupos de amigos íntimos o a los miembros de equipos de trabajo, es una de las claves de la terapia en el mundo del psicodrama. Moreno desarrolló el término “tele” para describir patrones de preferencia interpersonal recíproca. El tele se puede medir a través de la sociometría. Pueden existir formas de tele neutras, indiferentes y negativas, así como conexiones moderada o intensamente positivas. Cuando el tele es intensamente positivo, incluso se han llegado a observar fenómenos telepáticos (BLATNER, 1994).

## ANNE SCHÜTZENBERGER Y OTRAS TEORÍAS TRANSGENERACIONALES

Muchos autores han estudiado el trabajo colectivo y los vínculos invisibles. Freud fue el primero que habló sobre la alma colectiva. Bert Hellinger (1998) aprendió y adaptó su método de las constelaciones familiares de los chamanes cuando estuvo trabajando en una misión católica en África. Schützenberger (2007) remite a la “psicogenealogía”, y Böszörményi-Nagy (1984) a las “lealtades familiares ocultas”. Ambos aluden a las lealtades psicológicas hacia personas importantes de generaciones anteriores como resultado de eventos traumáticos ocultos. De esta manera, las

generaciones siguientes tienden a repetir inconscientemente los mismos patrones o “guión de vida” de esta persona o relación original, sin ser jamás conscientes del trauma original que es muy a menudo un “secreto de familia”. El “síndrome del aniversario” de Hildgard (1989) y el “hijo de reemplazo” de Schützenberger (1993) también apuntan a modelos repetitivos que derivan de “asuntos inacabados”, como son el trauma o la muerte, de la “simetría del amor” (HELLINGER, 1998), y las lealtades invisibles que siguen la ley de las “tareas inacabadas”, que buscan un cierre que sólo puede realizarse si se aclara el significado real de estos modelos.

### **¿EN QUÉ SE DEBE CENTRAR EL PSICODRAMA TRANSGENERACIONAL?**

En el psicodrama transgeneracional, es importante no solo capacitar a las personas para que se vuelvan conscientes, de manera que puedan desprenderse de sus patrones disfuncionales que vienen repitiendo desde las generaciones anteriores, sino también ayudarles a hacerse conscientes de los legados positivos que han recibido de sus familias. Estos también deben ser destacados y reforzados. Aunque la psicoterapia a menudo se centra en lo disfuncional y lo negativo, Moreno es conocido como “el hombre que trajo la risa a la psiquiatría”<sup>8</sup>. Él siempre procuró el empoderamiento de la fuerza, encontrando la “divinidad” en cada persona individualmente y en los grupos.

Las pruebas empíricas nos llevan a la conclusión de que los modelos disfuncionales que se repiten generación tras generación derivan de acontecimientos de la vida que han sido traumáticos para las generaciones anteriores y que las generaciones siguientes intentan resolver mediante la repetición compulsiva de estos modelos. Esto es parecido al TEPT (Trastorno por Estrés Postraumático) que se transmite tanto de forma filogenética como ontogenética, tendiendo a fortalecer los hábitos aprendidos del sistema familiar.

La experiencia y la investigación clínica de la autora indican que los traumas más comunes que parecen afectar a la trayectoria de la familia son eventos como la muerte prematura (incluidos abortos y niños nacidos muertos), los acontecimientos trágicos (incluidas las guerras y las catástrofes naturales), los homicidios y los suicidios, la exclusión familiar, las personas desaparecidas, las injusticias (tales como traiciones o repartos injustos de bienes o afectos), los divorcios conflictivos, las enfermedades graves, las discapacidades o los cambios de país, nacionalidad, sistema político o religioso. Aunque estos acontecimientos de la vida familiar no tienen que transmitir necesariamente un trauma, solo al tomar conciencia de su importancia para una historia familiar particular, junto con las “lealtades invisibles” asociadas a ellos, se puede lograr la liberación de la repetición compulsiva de unos modelos, que se pueden ver como “suerte”, “destino” o un “legado transgeneracional”.

### **MÉTODOS PRINCIPALES DEL PSICODRAMA TRANSGENERACIONAL**

Se utilizan diversos métodos para el trabajo transgeneracional, tanto en el contexto de psicoterapia individual como en la terapia de grupo.

---

<sup>8</sup> Inscripción en la tumba de Jacob Levi Moreno.

## **Genosociograma**

El genosociograma es un método con papel y lápiz desarrollado por Schützenberger. Se trata de un genograma que pone el énfasis en los fenómenos sociométricos y en las lealtades invisibles dentro de la familia, que pueden alcanzar hasta siete generaciones. Es una investigación rápida y muy útil, profunda e integral de la historia familiar, que revela problemas familiares sin aclarar y duelos no resueltos. Permite al paciente y al terapeuta trazar – como un hilo conductor que atraviesa las generaciones – las similitudes y los vínculos entre los traumas, las enfermedades y los accidentes para descubrir incidencias previamente no reconocidas del “síndrome del aniversario”.

Este trabajo incluye también la elaboración de un relato familiar – una especie de leyenda o novela – que abarca de tres a ocho generaciones, trazando y analizando los trayectos a través de un mapa de eventos. Recordar su historia familiar específica permite a los pacientes ver cómo su propio pasado individual ha sido influenciado por las trayectorias de otras personas significativas en su historia familiar. El genosociograma muestra hasta qué punto un individuo es el producto de su propia historia familiar y cómo podría tratar de ser autónomo.

### **El átomo familiar y el empleo de objetos**

El “átomo familiar” (MORENO, 1946/1980) o la “constelación familiar” (HELLINGER, 1998) puede ser representado en la sesión mediante personas reales o con objetos en miniatura que el paciente elige para concretar y representar, desde su percepción, los principales roles complementarios y los elementos más significativos de su familia. Se pueden encontrar nuevas e ideales “formas” o “realidades suplementares” para el “átomo familiar” que tratan de encontrar soluciones sistémicas y armoniosas para los antepasados y para el paciente. Estos nuevos átomos crean nuevas rutas de información, nuevos campos morfogenéticos que pueden evocar una realidad distinta, un nuevo equilibrio. Puede ser muy útil para los pacientes representar el “átomo familiar” con objetos tal y como ellos los perciben o incluso los idealizan, tanto en contextos de terapia individual como grupal.

### **Técnicas psicodramáticas**

Tras haber logrado la comprensión o el diagnóstico de los patrones repetitivos, se utiliza el psicodrama en grupos o en sesiones individuales para esclarecer y liberar catárticamente los patrones congelados en el cuerpo-emoción-mente, empleando las técnicas de juego de roles, inversión de roles, espejo, doble, soliloquio y otras. Muy a menudo, la reparación para el individuo viene de un diálogo y un ritual simbólico que “devuelve” el peso donde realmente corresponde, permitiendo el cierre de “situaciones inacabadas”, como decir adiós o el duelo por la pérdida de un antepasado y el entrenamiento de roles sociales nuevos y más saludables.

### **Auxiliares incógnitos**

A diferencia del psicodrama clásico, cuando trabajamos con auxiliares incógnitos únicamente el director y el protagonista conocen la identidad de los Yoes Auxiliares. De esta manera, todos los auxiliares juegan roles complementarios de los miembros familiares, sin saber a quién o qué están representando. Esta dinámica permite que la

verdadera dinámica oculta de la familia se revele por sí sola en su forma más pura, sin interferencias o interpretaciones de las personas que están haciendo de auxiliares, lo cual puede resultar muy sorprendente. Este fenómeno podría ser un enfoque interesante para investigaciones futuras.

## **CASO CLÍNICO: EJEMPLO DE UNA BREVE TERAPIA TRANSGENERACIONAL**

### **1ª sesión**

C. era una mujer joven y delgada, de 19 años, que había acabado de terminar el instituto. Ella relataba que sufría una depresión leve, una dificultad y un bloqueo para tomar decisiones desde hacía mucho tiempo (por ejemplo, para decidir qué estudios universitarios elegir), rasgos obsesivo-compulsivos moderados (perfeccionismo y rituales compulsivos), tenía dificultades para establecer relaciones amorosas con hombres, vivía una relación fusional con su madre, quien era ansiosa y depresiva, sentía una profunda tristeza y decepción por no estar en contacto con su padre. Había pasado más de un año desde su último contacto con él, quien no le daba ningún apoyo económico.

Como técnica se utilizó en esta sesión una entrevista con la elaboración del genosociograma. Mediante este proceso, la terapeuta y la paciente lograron ser más conscientes de una larga historia familiar que se repetía en cada generación. A los nueve años, C. se convirtió en la hija de padres divorciados, y su madre se sintió rechazada y abandonada por su padre y estableció una relación cada vez más fusional con C. El mismo patrón fusional había existido entre su madre y su abuela y también había una relación muy conflictiva entre los abuelos de C. De manera parecida a C., su madre percibía a su padre como un hombre distante persecutorio. La abuela de C. perdió a su madre cuando era muy joven, y poco después también perdió a su padre, pero C. inicialmente no sabía cuándo se produjo la muerte o las causas de la misma, aunque mostraba alguna tensión no-verbal cuando hablaba sobre estas muertes tempranas.

Las familias de su madre y de su padre tienen valores y vocaciones claramente distintas, y ella se identifica con ambos lados. Parece haber lealtades invisibles tanto hacia su padre (por ejemplo, los mismos rituales compulsivos) como hacia su abuela (por ejemplo, rasgos psicológicos y físicos similares).

### **2ª sesión**

C. vino con su madre, y la terapeuta la invitó a entrar en la sesión y le preguntó sobre su historia familiar y su percepción de C. La madre se quejó del distanciamiento de su ex-marido y de su comportamiento negligente hacia C. Mostró mucha implicación emocional y aún se sentía rechazada por él después de diez años de separación. Entonces ella dijo que pronto la iban a operar del corazón y mostró claros indicios de depresión.

La madre reveló un secreto familiar que nunca antes había contado a C. Su bisabuela, la madre de su abuela, se había suicidado a los 37 años, cuando estaba embarazada de su tercer hijo y descubrió que su marido tenía otra mujer. Se le “partió el

corazón”. A la misma edad de 38 años, la madre de C. se divorció y quedó deprimida o “con el corazón roto”. También reveló que su propia madre tuvo que luchar con su padre cuando estaba embarazada de ella, ya que él quería que interrumpiese el embarazo del tercer hijo, justamente como pasó con su abuela.

En esta sesión, el genosociograma se completó y tanto la madre como la hija utilizaron la técnica del átomo familiar, empleando objetos en miniatura. Ambas llegaron a ser mucho más conscientes de los patrones familiares repetitivos de rechazo y desconfianza de las mujeres hacia los hombres y de las heridas de amor asociadas y relacionadas con la depresión. También se reveló otro patrón, repetido en las tres generaciones estudiadas, consistente en que las madres se fusionaban con las hijas en una especie de alianza contra los padres. Quedó claro que tanto C. como su madre tenían lealtades invisibles con su madre y su padre y que los conflictos y las discrepancias percibidas habían creado un conflicto interno que con el tiempo había conducido a dificultades en la toma de decisiones.

### **3ª sesión**

C. vino con su padre, quien reveló que también se sentía muy triste por no estar en contacto con C. y que le gustaría estar más cerca de ella. Él argumentó detalladamente que se había sentido excluido por su ex-mujer y por su hija.

En esta sesión, utilizamos el diálogo y el átomo familiar con el padre. Como resultado de este encuentro, ambos decidieron verse más a menudo y el padre también decidió ayudarle económicamente.

### **4ª sesión**

C. se sentía aliviada de todos los síntomas descritos en la primera sesión. Incluso había tomado una decisión acerca de sus estudios universitarios y parecía muy feliz por estar más cerca de su padre y de su nueva hermanastra. Su madre también se sentía mucho mejor, lo que animaba a C. para sentirse menos preocupada y menos fusional con su madre.

En esta sesión, utilizamos psicodrama bipersonal entre C. y su abuela y entre C. y su padre para poner en evidencia las lealtades invisibles disfuncionales. C. se hizo más consciente de estas lealtades invisibles y se liberó de patrones no deseados, como los rituales compulsivos de su padre y la desconfianza de su abuela hacia los hombres.

### **Sesión de seguimiento**

Dos meses más tarde, C. se mostró más positiva sobre un nuevo novio. Habló sobre sus estudios de Diseño Gráfico y comentó que veía muy a menudo a su padre y que sus padres tenían una relación más armoniosa. La madre ya no estaba deprimida y tenía un novio. También reveló que su madre reconoció finalmente que su propio padre le había dado muestras de afecto que ella no quiso aceptar y que ella había apartado a su marido de la misma manera en lo que había hecho su hermana. Ésta se había divorciado dos veces y ambos divorcios estaban influidos por los mismos patrones y por la historia traumática de su abuela.

## CONCLUSIÓN

Este estudio de caso ilustra cómo las personas se hacen conscientes de los patrones que se han repetido en la familia generación tras generación y comprenden que no los tienen que repetir por más tiempo para honrar y ser leales a sus amados y traumatizados antepasados.

No tiene por qué haber un molde del destino sobre nosotros que nos haga sentirnos atormentados y controlados por “los fantasmas” de las generaciones anteriores. Cuando una “lealtad invisible” nos está quitando nuestra libertad y nos está encadenando, es importante hacerla visible para detener las repeticiones no deseadas, desdichadas, enfermizas, mortales incluso, del trauma, de la muerte o de la enfermedad, así como para reforzar los legados positivos, por el futuro de la humanidad.

Descubrir la historia familiar conversando con los parientes e investigando para encontrar la historia abierta y oculta, puede ayudar a la persona a madurar, a ser libre, a ser, a pensar, a valorar o volver a valorar, a elegir y convertirse en sí mismo: recordando el pasado, pero con libertad para elegir su propio futuro (SCHÜTZENBERGER, 2007).

A través del psicodrama, junto con las técnicas del átomo social y del genosociograma, podemos disponer de unas herramientas poderosas para descifrar y transformar la, una vez, invisible red de fenómenos ocultos, para deshacer algunas situaciones difíciles y dar mayor vigor a los puntos fuertes de nuestros pacientes.

## REFERENCES

BLATNER, A. Tele: The Dynamics of Interpersonal Preference. In P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (eds.) In: **Psychodrama since Moreno: Innovations in theory and practice**. London: Routledge, 1994.

\_\_\_\_\_. “Meta-Theoretical perspectives on psychodrama”. In: C. Baim, J. Burmeister & M. Maciel (eds.). **Psychodrama: advances in theory and practice**. London: Routledge, 2007. p. 5-21. BÖSZÖRMÉNYI-NAGY, I., SPARK, G. **Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy**. New York: Harper & Row. (2 ed., New York: Brunner/Mazel), 1973;1984

CASSON, J. “Psychodrama in miniature”. In: C. Baim, J. Burmeister & M. Maciel (eds.). **Psychodrama: advances in theory and practice**. London: Routledge, 2007. p. 201-215.

HELLINGER, B. **A simetria oculta do amor**. São Paulo: Cultrix, 1998.

MORENO, J. L. **Psychodrama – Volume 1**. Beacon, NY: Beacon House, 1946/1980.

SCHUTZENBERGER, A. A. *Aïe mes Aïeux [Ouch - My Ancestors]*. Paris: Desclée De Brouwer, 1993

\_\_\_\_\_. “Transgenerational analysis and psychodrama: applying and extending Moreno’s concepts of the co-unconscious and the social atom to transgenerational

links". In: C. Baim, J. Burmeister & M. Maciel (eds.). **Psychodrama: advances in theory and practice**. London: Routledge, 2007. p. 155-175.

**Manuela Maciel**  
Rua do Guadiana, 76  
Parede, Portugal  
2785-319  
maciel.manuela@gmail.com  
www.manuelamaciel.com

Recebido em 25/05/2014  
Aceito em 13/07/2014