

Experiential Treatment for PTSD. The therapeutic Spiral Model. M. Katherine Hudgins. Springer Publishing Company. 2002

Teodoro Herranz Castillo
Director Escuela Psicoterapia y Psicodrama, España

Antes de entrar en la presentación de este libro, quiero responder a una pregunta que yo me haría al ver su fecha de publicación, ¿Por qué presentar un libro del año 2002? La respuesta es múltiple, en primer lugar porque es un manual de intervención psicodramática en trauma, el único que como tal existe a día de hoy. Escrito de manera sistemática de tal forma que cualquier clínico, puede obtener una idea clara del procedimiento que se utiliza en el tratamiento de personas con PTSD (Trastorno por Estrés Postraumático).

En segundo lugar, porque enseña un método de eficacia contrastada y empíricamente validado: “Varios estudios usando el Modelo Terapéutico en Espiral (TSM) muestran cambios significativos en síntomas de ansiedad, depresión y en general en síntomas de trauma” (Hudgins, Drucker and Metcalf, 2000; Hudgins et al. 2005, Greenberg, 2013). Y la tercera, de especial importancia para los psicodramatistas, porque nos permite refutar acusaciones que nos persiguen casi desde nuestro origen sobre el riesgo de retraumatizar a nuestros pacientes cuando se utiliza la acción para enfrentarnos a sus problemas emocionales. En este caso enfrentarnos al trauma desde la representación. Si este libro nos enseña y demuestra algo es “a atravesar el dolor mientras lo contenemos”, por lo que nos permite alejarnos y alejar los prejuicios sobre el uso de las técnicas activas en psicoterapia.

¿Quién es la autora? Para el pequeño mundo de los psicoterapeutas que nos denominábamos humanistas, y que ahora nos han cambiado el nombre y nos han rebautizado como “Terapeutas Experienciales” (Elliot, Greenberg, and Lieter

2005), Katherine Hudgins es un referente internacional en Psicodrama, Sociometría y Psicoterapia de Grupo. Pero quizás valga la pena una breve presentación de la autora. Fue galardonada en 2001 por la Sociedad Americana de Psicoterapia de Grupo y Psicodrama por la creación del TSM. Donde se le reconocieron sus desarrollos en la intervención con trauma y su difusión y formación en diferentes lugares del mundo. Pero Kate, a su vez, es una persona comprometida vitalmente en la lucha contra el trauma, creó una organización sin ánimo de lucro para acercar su método de trabajo a zonas marginadas.



Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

Ahora nos adentramos en el texto. En los tres primeros capítulos que agrupa bajo el epígrafe “Trauma y Terapia experiencial” comienza por explicar el efecto que el trauma tiene sobre la persona que lo sufre, la “clínica del trauma”. La autora insiste en diferentes momentos a lo largo del texto sobre lo exigente que es la intervención con personas que sufren de estrés postraumático. Exigen del clínico, saber “psicoterapia” sea cual fuere el modelo, y además saber sobre “Trauma y su clínica” y saber adaptar las herramientas del modelo terapéutico a la persona concreta que sufre de PTSD. Labor nada fácil, porque requiere mucho más que conocimiento, como humanista antiguo y experiencialista actual, en mi opinión requiere mucha sensibilidad en la intervención y una gran confianza en el ser humano.

En el segundo capítulo “Terapia experiencial con supervivientes al trauma” justifica porqué hacer uso de los métodos de acción en la intervención en trauma, para ello se apoya en la ingente cantidad de bibliografía que existe sobre el tema, de las citas que aparecen en el texto recojo una: “La Terapia experiencial ayuda a las personas a procesar y llevar a término la experiencia del Trauma. El tratamiento va dirigido a lo somatosensorial, emocional y biológico más que las dimensiones cognitivas de la experiencia. Van der Kolk, Turner y MCFarlan 1996” (Citado en Hudgins, p. 29).

Este primer bloque finaliza con un capítulo dedicado a mostrarnos lo que ella denomina “Imágenes y estructuras”. En él nos explica qué hace que los métodos de acción sean poderosas herramientas para el cambio cuando trabajamos con trauma. Nos habla de “la Espiral” que utiliza como imagen para simbolizar y facilitar la comprensión a los pacientes de su sufrimiento y la manera de usarlo, “un modo de ayudar a las personas a identificar y aprender con la imagen a poner palabras a los traumas que permanecen sin procesar en burbujas de trauma” (Hudgins, p. 39). Es el modo que utiliza para acercar la vivencia de los pacientes a la comprensión de su sintomatología/ “agujeros negros”/ “los mundos que chocan” dentro de ellos, para que puedan empezar a tener una imagen que les abra la puerta a una nueva comprensión de la experiencia traumática. Las denominadas por la autora estructuras, son recursos de acción dirigidos esencialmente a entrenar y preparar al paciente o protagonista, en el lenguaje psicodramático, para llegar a enfrentarse y atravesar el “dolor asociado al trauma”. Entre las estructuras que utiliza y que, en algún caso, ha creado están: la concretización del yo observador, los roles dirigidos a la restauración, así como los métodos para concretizar el pasado desde la seguridad, espectrogramas, círculo sociométrico... Lo original no son las técnicas en sí mismas, lo original es el proceso que va a seguir en su utilización. Estarán preparadas, con anterioridad, como “instrumento de protección y regulador de la intensidad emocional que supondrá enfrentarse a las “burbujas del trauma”, recuerdos, sensaciones... que desencadenan el pánico de las personas aquejadas de PTSD.

En el segundo apartado del libro la autora se dedica a mostrarnos la composición del equipo terapéutico, define de manera muy detallada “el rol de cada uno de los miembros” del equipo y la formación que se requiere para poder desempeñarlos. El método está diseñado para un trabajo en grupo y requiere de dos terapeutas y varios yoes auxiliares. Después de un modo conceptualmente preciso y con la claridad de la persona que comparte desde la experiencia clínica en el abordaje del trauma que inició en 1980 en el Hospital St’Elizabeth’s en Washington, nos explica un concepto que denomina “triángulo del trauma”. El triángulo del trauma está compuesto, por tres roles, tres personajes y una dinámica relacional internalizada a partir de las situaciones traumáticas: “La víctima, el agresor y la autoridad abandónica”. Hay escenas en las que la autora ejemplifica los roles con las palabras de sus pacientes: “Cuando J. (Suceso en la guerra de los Balcanes) siendo niño ve cómo los soldados (rol de agresor) se llevan a sus hermanas (víctimas) en un mundo donde nadie viene a salvarles, el mundo les deja abandonados”. Solo el pánico, la culpa, y el marasmo emocional permanecerán guardados en “burbujas de trauma” que aniquilan la vida de J. La psicoterapia irá dirigida a enfrentarnos a esos recuerdos, y reparar su mundo, “la organización psíquica” de J., y por añadidura su reincorporación a la vida desde roles transformadores.

En la tercera parte del texto nos conduce, a través de su método, para poder conseguir el cambio terapéutico, para restaurar el efecto de las heridas del trauma, para reconstruir los roles que habían quedado congelados o aniquilados en la vida de estas personas. Lo hace de forma muy sistemática, en la que reitera la necesidad de respetar los pasos del proceso terapéutico, cobra especial sentido su idea inicial de crear las estructuras “las herramientas” con antelación, para poder enfrentarnos al núcleo del trauma, a las escenas y a los recuerdos traumáticos. Decíamos que estas estructuras tenían un objetivo, que no es otro que el de proteger al paciente

de la situación que le aterroriza. Quizás, el lector ya haya intuido, que en ese triángulo del trauma, el lugar del equipo terapéutico y el de las estructuras utilizadas en la intervención es el mismo, es el espacio de “Autoridad protectora y restauradora para sustituir “el rol internalizado de autoridad abandónica”.

El proceso sigue estos pasos:

Primero. Restauración y Renovación, cuyo objetivo es acercarnos a los recursos y fortalezas de la persona.

El segundo es el trabajo con sueños y metáforas, como modo de entrenar en el trabajo simbólico, para aprender a utilizar la distancia emocional que tendrá que utilizar cuando se enfrente a la escena traumática.

En tercer lugar, el descubrimiento y rotulado adecuado de las conductas, elementos de la escena y los elementos confusionales insertos en el lenguaje que acompañan con frecuencia las situaciones de maltrato o abuso sexual.

El cuarto paso, consiste en explorar el núcleo del trauma como observador. Mirar sin participar le permite al paciente enfrentarse a la escena sin participar en ella y no ser sobrepasado por la emoción. Los miembros del equipo dramatizan la situación traumática.

El quinto paso, supone la reexperimentación consciente con reparación evolutiva, aunque los sentimientos no tienen historia, en la escena hay dos tiempos, el tiempo del suceso y el tiempo actual desde el que sujeto ve sus recuerdos del pasado. Desde el aquí y ahora del sujeto, en el presente y con el equipo terapéutico, se enfrentará al evento traumático.

El último paso, supone la liberación y la transformación. El mundo interno sustituye los roles de trauma por todos aquellos que se ha ido construyendo e incorporando a lo largo de la intervención, “sus fortalezas propias”, “sus fortalezas interpersonales”, y “sus fortalezas transpersonales”. Todo aquello que la persona ha sentido y experimentado como “autoridad protectora y benéfica” a lo largo del proceso terapéutico.

El último apartado del libro, Parte IV, va dirigido al cuidado necesario a los profesionales que intervienen con trauma, si en algún sitio, el sufrimiento puede sorprendernos y desbordarnos este es uno de ellos. Por eso Kate se detiene en decírnos cómo prevenir los trastornos de estrés postraumático secundarios en los terapeutas. El texto acaba con su mirada esperanzada hacia el futuro en el uso de los métodos de acción con supervivientes al trauma, esperanza que viene avalada por la investigación en neurociencia.

No quisiera acabar esta presentación sin hacer una aclaración para los psicodramatistas ¿Dónde se sitúa este modelo en relación al psicodrama clásico moreniano? Karen Carnabucci nos dice que va más allá de las ideas de Moreno, a lo que yo añadiría en el TSM las decisiones son clínicas, en psicodrama las decisiones son dramáticas.

Si la lectura de esta presentación ha despertado tu interés, el texto no te defraudará.

Referencias

- Elliot, R.M., Greenberg, L., and Lietaer, G. (2005). Research on Experiential Psychotherapy. In. M. Lambert, A. Bergin, and S. Garfield (Eds.), *Handbook of Psychotherapy and behaviour Change*. New York, NY: Wiley.
- Greenberg, L. S. (2013). Anchoring the therapeutic Spiral Model into Research on Experiential Psychotherapies, en Hudgins, K. and Toscani, F., *Healing World trauma with the therapeutic spiral model. Psichodramatic stories from the frontlines*, pp.132-148. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hudgins, M.K., Cho, W.C., Lai, N. W., and Ou, G.T. (2005). The therapeutic Spiral in Taiwan 2000-2005. Paper presented at the Pacific Rim Conference for the International Association of Group Psychotherapy. Taipei, Taiwan.
- Hudgins, M.K., Drucker, K., and Metcalf, K. (2000). “The Containing Double: A clinically effective psychodrama intervention for PTSD”. *The British Journal of Psychodrama and Sociometry* 51, 2, 63-74.