

Acercamiento a la expresión corporal de un adolescente autista y ciego desde el Arteterapia*

Approaching the Corporal Expression of a Blind Autistic Adolescent using Art Therapy

Yasmín Villavicencio

Escuela de Artes Escénicas, Facultad Experimental
de Arte, Universidad del Zulia
yasovimo@hotmail.com

Recibido: 13-06-11
Aceptado: 05-08-11

Resumen

El objetivo de este artículo es dar testimonio de la experiencia única y respetuosa que permitió, desde el arteterapia, la transformación de las producciones danzadas de un adolescente autista y con discapacidad visual, proponiendo un camino hacia la expresión de seguridad y libertad de movimiento que se realizaría simultáneamente en su interior. Desde el abordaje conceptual ligado al planteamiento de Jean Pierre, ubicamos la vivencia del proceso de creación y transformación individual como punto de partida para la reflexión de la metodología propia del acompañamiento arteterapéutico, siendo el marco de rigor la libertad del recorrido simbólico, expresión del enigma que por la metaforización que opera, permite al adolescente hacerse más sujeto de sí mismo a través de sus producciones corporales. Examinamos la propuesta de Mary Whitehouse y su noción de "movimiento auténtico".

Abstract

The objective of this article is to testify to the unique, respectful experience that made it possible to transform the dance productions of a visually impaired, autistic adolescent using art therapy, proposing a route toward the expression of the security and freedom of movement occurring simultaneously within this person. Using a conceptual approach linked to the ideas of Jean Pierra, experience of the individual creation and transformation process was found to be a departure point for reflecting art therapy accompaniment methodology, where the freedom of the symbolic journey was the accustomed framework, an expression of the enigma that operates through metaphORIZATION, allowing the adolescent to make himself more a subject of himself through his corporal productions. The proposal of Mary Whitehouse and her notion of "authentic movement" are examined; these are derived, in turn, from

* Este trabajo es producto de una pasantía realizada como parte de la Formación en arteterapia de la Associació per la Expressió i la Comunicació (AEC), Barcelona, España. La autora desea agradecer al Col·legi d'Educació Especial Folch i Camarasa, donde se llevaron a cabo las sesiones prácticas, y a la familia del adolescente, por autorizar la reproducción de las imágenes. Éstas fueron tomadas del video en el que se registró la experiencia. Aunque presentan una baja resolución, se han incluido por su valor documental.

co" a la vez derivada del concepto de "imaginación activa" de C. Jung, que proporciona una estructura suficiente y flexible para contener la emoción del adolescente, dejando fluir a través del movimiento sus ideas y pensamientos desde cualquier nivel de consciencia o inconsciencia. Esta forma de acompañamiento permitió implicarlo en la escucha de su propio cuerpo y en la posibilidad de comunicarse y ser entendido por su acompañante sin la utilización necesaria del lenguaje verbal, pasando de ser objeto de su patología a ser sujeto de sus producciones dancadas que permitieron representarlo con cierta autenticidad. Al final reflexionamos sobre el rol del acompañante y la forma de acercarse a la persona con dificultad desde el contexto arteterapéutico.

Palabras clave:

Arteterapia, autismo, observación psicomotriz interactiva, transformación, movimiento.

Introducción

Cuando se abordan temas desde cuerpos marcados de manera irreversible por alguna discapacidad, la dificultad se hace más compleja pues son cuerpos condenados a mostrarla siempre.

¿Cómo intentar evadirse de los distintos acontecimientos humanos, los corporales, por ejemplo? ¿Y cuando se trata de un adolescente, un ser en constante devenir? ¿Cómo aportar a su integralidad, y ayudarlo para poder constituir su identidad, su imagen corporal, si se encuentra invadido permanentemente de una experiencia de aniquilación? ¿Cómo trabajar sino para la superación, la aceptación de la discapacidad?

El camino puede ser ocuparse en la sensibilidad de estos cuerpos, desde su particularidad, pero con la firme idea de encarar con una actitud más asertiva la discapacidad, a través de procesos creativos, para ubicarnos como espectadores fuera del terreno de "lo que falta" y resituarnos en el propio ser con su expresividad global, no reducida a la expresión deficiente.

El arteterapia se dispone aceptar al llamado discapacitado como un ser potencialmente creativo a través de un proceso que desde el gesto artístico estará dirigido a transformar a la persona, "para provocar cambios favorables en la personalidad o en la forma de vivir ante desequilibrios (déficit, patologías, traumas" (Monseguer, 2008, p. 59) favoreciendo el desarrollo de sus capacida-

C. Jung's concept of "active imagination," offering a sufficient, flexible structure for containing the emotion of the adolescent, letting his ideas and thoughts flow through movement from any and all conscious or unconscious levels. This kind of accompaniment made it possible to involve him in listening to his own body and in the possibility of communicating and being understood by his companion without needing to use verbal language, going from being an object of his pathology to being a subject of his dance productions, which allowed him to represent it with a certain authenticity. Finally, the study reflects on the role of the companion and how to approach a person with difficulties in the art therapy context.

Key words:

Art therapy, autism, interactive psychomotor observation, transformation, movement.

des psicomotrices, lo cual supone un beneficio. Entonces, la acción terapéutica de la expresión a través de la transformación del movimiento, se ubica en no dejar la expresión en una descarga o catarsis que supone un alivio momentáneo sino más bien facilitar la transformación de la producción de la persona para que logre escucharse. Klein nos habla de llevar a la persona más allá de sus producciones, lo cual sucederá al transformar la expresión primera en una más elaborada, comprendido todo ello en dispositivos que aborden las problemáticas de manera metafórica (2008, p. 27).

Entonces, como podemos leer en *Emotion, ADMT UK Quaterly* (citado por Panhofer y Rodríguez, 2005, p. 50), el trabajo desde la danza terapia compromete de forma creativa a la persona en un proceso que persigue la integración tanto emocional, como cognitiva y social.

La intervención desde la observación psicomotriz interactiva es condición fundamental para iniciar la ayuda, ya que en esta observación se interacciona corporal y emocionalmente con el otro (Aucouturier, 2008, p. 235).

Una respuesta al análisis personal del terapeuta en el abordaje del cómo establecer la conexión con el otro, podría ser la escucha clara, activa y significativa del otro, llámese comprensión activa. "Toda comprensión es activa y comporta una respuesta y tiene que ver con la búsqueda de un ayudar a establecer conexiones, relaciones. También es un trabajo entre dos textos, el que se da y el que se crea" (Bassols, 2008, p. 184). Progresivamente el dialogo corporal sensible y empático facilitará el "vínculo" y tiene que ver con el apoyo emocional, para

que la persona que se acompaña pueda establecer conexiones con sus afectos y relaciones en su contexto.

La terapia a través movimiento, en su condición exploratoria, propone un camino y plantea la transformación, donde la persona encuentra en el hacer, cambios en los niveles de tensión muscular, alteraciones positivas en la alineación postural, y adquisición de formas adecuadas de descarga de energía, así mismo se proyecta como metáfora en movimiento, haciendo posible la recuperación de la capacidad para simbolizar. Autores como Klein (2008) afirman que lo que éste logra al moverse es proyectar las formas enigmáticas que no necesitan pasar por la concienciación del lenguaje verbal explícito. Otros, como Panhofer (2005, p. 76), comenta que terapeutas como Marian Chace afirman que el trabajo desde el movimiento favorece a pacientes internos en hospitales o residencias psiquiátricas favoreciendo su relación consigo mismo y con el contexto en el que viven. Finalmente en el proceso terapéutico desde la danza lo significativo será transformar el movimiento, que se enriquezca, que se haga más autónomo, más libre (Monsegur, 2008, p. 61); entonces, la persona obtiene mayor independencia corporal, sensación de bienestar y puede optimizar el aspecto relacional.

Un encuentro revelador

La experiencia de la que voy a tratar se refiere a los resultados que he obtenido en el acompañamiento arteterapéutico de un adolescente autista y ciego de nacimiento. La recopilación de información sobre lo que es el autismo representó un primer problema a atender, ya que la discapacidad visual no me ofrecía mayores resistencias en este caso particular. Por tanto, inicié la exploración bibliográfica sobre el tema, encontrando una interrogante a la cual no termina de dársele respuesta, donde el conjunto de síntomas cuya significación relativa causan el autismo aún está por establecerse¹.

Mi contacto con este adolescente de 14 años, seleccionado para acompañamiento en arteterapia, se

hizo por seis meses, cada lunes y miércoles de 3:15 pm a 4:00 pm, en la sala de psicomotricidad de la Escuela Folch i Camarassa, en Barcelona, España. Obtengo de la directora, la psicóloga y la tutora del adolescente la información previa que me permite saber que él posee un desarrollo significativo en su aprendizaje de conductas funcionales, se comunica dando respuestas cortas con una o dos palabras, también, para contar lo que le ha pasado en el día, o preguntar por la situación de sus compañeros de clase que se han distanciado por distintas razones. Sino está en la sala que corresponde a su edad, está en el parque de la escuela, donde pasa periodos indefinidos columpiándose sobre una rueda de balanceo. La escuela también le ofrece clases de equitación, piscina, cuidado del jardín y elaboración de manualidades.

Entiendo que su desarrollo está directamente relacionado con su entorno y las relaciones interpersonales, lenguaje, comunicación y adaptación a la organización cuidadosamente estructurada de las actividades cotidianas escolares, que mantiene desde los 2 años de edad, periodo en el cual ingresa a la escuela.

El problema también estriba en que al discapacitado se le pide menos que se exprese y más que se normalice, y esto es todavía más evidente cuando la actividad artística se sitúa precisamente en el campo de su discapacidad; finalmente el procedimiento arteterapéutico lo planteo con el propósito de armonizar con la estructura contenedora de su escuela, además para no caer en el error de asumir una actitud complaciente frente a sus limitaciones. Mi interés está en encontrar la "buena distancia"² que permite que el adolescente represente su profundidad sin tenerla que expresar de manera explícita.

La información recopilada me servía de entrada, pero aun así, sabía que debía demostrar ante la institución mi capacidad de procurar un soporte emocional al adolescente y dejar claro que este trabajo de arteterapia a través de la danza no era mera diversión o ejecución de un baile alegre para distraerlo, sino una experiencia que aun haciéndola entretenida sería abordada con la intención de procurar el vínculo afectivo e iniciar el proceso de transformación de su movimiento corporal. La intervención arte

1 Ver, por ejemplo, Mike Stanton, *Convivir con el autismo* (2002); T.W. Robbins, "Integración de las dimensiones neurobiológicas y neuropsicológicas del autismo" (2000); Ángel Reviere, *Autismo* (1997).

2 "El arteterapia se desarrolla a una cierta distancia. Se trata de una cuestión al nivel más profundo de uno mismo, pero la persona [adolescente] no habla en directo, pasa del /yo/ al /él/, por ejemplo de la persona al personaje de la obra, y el trabajo no consiste en reducir a cualquier precio la producción a sus significados subyacentes. El arteterapia es un recorrido en la buena distancia; no en la repetición introspectiva del dolor, ni en la distracción de simplificada, sino en la búsqueda de una autenticidad "disfrazada" que se devela en ciertas ocasiones aunque esto no sea indispensable" (Klein, 2008 p. 17).

terapéutica desde el movimiento comprende la importancia de implicarse y tomar conciencia a través de las experiencias no verbales y de base polisensorial, buscando alcanzar los cinco principales sentidos para lograr una mejor codificación y así poder recordar la Información aprendida desde la experiencia; en tal sentido tomo en consideración incentivar la expresión del adolescente a través del movimiento improvisado, acciones jugadas y la mediación corporal consciente a través del contacto cuerpo a cuerpo, prácticas todas que generan cambios en la percepción de su propio cuerpo.

Desde la danza terapia recorro al principio básico que percibe a la persona como creadora de un estilo o perfil no verbal de movimiento, compuesto por una combinación única de diferentes características, accesible a la mirada del terapeuta, quien participa en las prácticas a seguir desde una observación psicomotriz interactiva, convirtiéndose en acompañante dinámico. Entonces, en esta intervención yo me desempeño como actriz, bailarina, cantante, que participa, hace indicaciones e induce con sutileza al adolescente a establecer un “diálogo danzante” en la construcción de un vínculo, pues el arte terapia implica un acompañamiento en función de la otra persona, trabajando con ella, y no sobre ella, para ayudarla (Klein, 2006). En el proceso se comparte la producción del movimiento, “vínculo poético” como base relacional, que considera el lazo emocional como soporte de toda área del desarrollo humano.

He aquí el objetivo general de este encuentro revelador, que consiste en paliar los efectos enmarcados por un diagnóstico fatalista que descalifica toda producción artística del autista y del discapacitado visual, para dar una mirada asertiva, y promover la aceptación de su expresión como ser potencialmente creativo.

La experiencia artística permite la expresión simbólica de sentimientos y emociones que se dejan ver a través del movimiento, donde lo acontecido puede ser difuso, insatisfacción, gozo, angustia, placer, incertidum-

bre, algo del mundo interior que se manifiesta, desvelamiento de la vivencia confusa que no se puede comunicar verbalmente, entonces, la expresión en proceso nos ubica en otra dimensión, con características holísticas y fenomenológicas, donde aparece lo que **aparece y eso es lo que puede cobrar sentido en cada momento.**

Los contenidos difíciles serán expresados por este joven, no obstante, comprendo que la danza como manifestación artística nos está proporcionando oportunidades para afrontar las dificultades del cuerpo fragmentado³ en el proceso a través de sucesivos encuentros: “Solo el encuentro experiencial, el diálogo, el acontecimiento, la aparición del inconsciente como pensamiento nuevo, permite que la terapia se convierta en pulsante vivacidad” (Juan Maestre, 2006, p. 205). Al establecer la tríada terapeuta, paciente y producción corporal, como señala López Fedz (2009, p. 17), nos convertimos en co-investigadores y co-creadores de una realidad que nos deja entre ver nuevos recursos a través de los cuales transformamos el movimiento y ambos en sintonía, nos implicamos en un procedimiento lúdico y revelador.

El cuerpo doliente y la experiencia artística

Por ser bailarina, coreógrafa y por muchos años interesada con dedicación en la disciplina de la Danza Contemporánea, gestiono desde una de las herramientas terapéuticas más potentes para inducir la expresión “el movimiento improvisado”⁴. También el arte terapia me concede un marco metodológico abierto y flexible para el acompañamiento desde el cuerpo que danza, entonces, comprendo la importancia de movilizar el cuerpo de este adolescente, el cual está en una evidente situación de encierro y malestar, aspectos que provocan no solo una paralización física sino también mental en el sentido del dolor oculto que define las experiencias afectivas; por lo tanto, la importancia de gestionar desde el arteterapia, sien-

3 Aludo con esto a la situación del cuerpo de una persona con dificultades, por su discapacidad, para lograr establecer una conexión mente-cuerpo-emoción, lo que genera un cuerpo que tiende a expresarse de forma no integrada y que en la danza se manifiesta en limitaciones para lograr articular estructuras kinestésicas.

4 Improvisar es el medio de llegar a movernos con autenticidad. Es importante recordar que el “movimiento auténtico” proviene de lo que Jung, “fundador de la psicología analítica, llamó active imagination (imaginación activa). Esta idea habla de la libre asociación que permite al individuo dejar fluir las ideas y pensamientos desde cualquier nivel de conciencia o inconsciencia. Whitehouse desarrolla esta misma idea pero desde el cuerpo, de forma que a través del movimiento se dejan fluir los pensamientos, ideas, emociones o sentimientos que pudieran estar reprimidos de forma inconsciente, relajando los mecanismos de defensa de la persona y dejando que ésta se mueva de forma espontánea” (Panhofer, 2005, pp. 64-65).

do este un sistema creador que desde el proceso de conocimiento multisensorial nos introduce en nuevas tramas de sentido, instalando la percepción inconsciente de conexiones entre aspectos del mundo que rodean al Adolescente, para dialogar en un espacio simbólico que me permitirá apoyarlo en sus creaciones corporales.

Este modo de conocer solo se logra a partir del clima afectivo, he aquí la importancia del acompañamiento, práctica que me permitirá percibir sus significantes, huellas corporales desde un cuerpo sensible (fig. 1).



Figura 1

Sigmund Freud, quien afirma que las pulsiones necesitan de un apoyo somático (Monsegur, 2008) me inspira en la comprensión sobre este adolescente que trae a cada sesión su cuerpo impregnado de su genealogía y de las historias que convergen en él, cuya discapacidad tiene sus raíces y huellas que se proyectan en el tiempo y el espacio que ha vivenciado desde su nacimiento, por tanto, la exploración corporal también se fundamenta en el principio en el cual el movimiento contiene y expresa simbólicamente todo lo que deleita y apetece, también lo que abrumba, los horrores y malestares, el gozo del moverse así como la frustración ante la incapacidad del disfrute del movimiento que libera, pasando a ser la manifestación primordial de la vida, a través de la cual aprendemos a conocernos, expresar y relacionarnos con los otros y con el mundo que nos rodea.

Deseaba que este adolescente disfrutara más y sufriera menos o que se sintiera acompañado, escuchado en su silencio y en su oscuridad, donde entraría con prudencia para contenerlo en las vivencias que generarían movimiento nuevo y relaciones espaciales no habituales, encontrando la sorpresa en un recorrido que iniciaríamos juntos, cuerpo a cuerpo (fig. 2).



Figura 2

Saber cómo empezar

¿Cómo escuchar al adolescente? ¿Cómo ayudarlo a establecer conexión con su emoción? ¿Cómo implicarlo en el proceso de acompañamiento desde el cuerpo? Requerí organizar instrucciones precisas y simples para apoyarme en la técnica proyectiva del movimiento improvisado, las acciones jugadas y el contacto corporal. Herramientas que colaboran en el desarrollo sensoriomotor y en la recuperación de la imagen corporal de la persona que no posee la destreza para mirarse a sí misma.

Algunas técnicas fortalecían el vínculo: dos técnicas propuestas por el sicoterapeuta Daniel Stern (1985), "Nombramiento del movimiento" y "Coincidencias de modalidades" y dos técnicas que son propuestas por Marian Chace, pionera en Danza Movimiento Terapia: "La empatía quinestésica (Kinesthetic empathy)" y "Mirroring (hacer de espejo)".

A continuación se describen las técnicas anteriormente mencionadas:

1. "Nombramiento del movimiento". Se refiere a ir nombrando el movimiento que se va observando en la persona, para generar lo que él llama la función del "ego observador", que simultáneamente experimenta y piensa en su movimiento, mientras el terapeuta describe las cualidades del movimiento que sucede. Es necesario incluir, nombrar las partes del cuerpo con las que se hace contactos, posición, cualidad, direcciones y niveles en el espacio. La intención es que la terapeuta pueda

afinar, sintonizar para reaccionar y responder con su propio cuerpo y voz a la expresión y emoción de la persona acompañada.

2. “Coincidencias de modalidades”. Permite el vínculo afectivo o acoplamiento, que es el compartir el sentimiento subjetivo, la intersubjetividad. La terapeuta puede responder a un sonido creado por la persona con un movimiento, columpiándolo o acariciándolo de modo que reproduzca el mismo sonido, pero desde otro registro; encajando con esta acción que Stern denomina “sintonizando con modalidades cruzadas”, así el niño recibe un sentido profundo de seguridad que le estimula a valorar y continuar la relación.

3. “La empatía quinestésica (Kinaesthetic empathy)”. Es la técnica que nos permite aprender a percibir y leer quinestésicamente el estado emocional de la persona. La terapeuta intenta adaptarse a la postura, respiración, tensión muscular y a las cualidades del movimiento de la persona acompañada. Se puede decir que se pone en su piel, para recibir información a través de la percepción física y su vivencia emocional. Esta técnica también servirá para expresar empatía y aceptación profunda, donde la terapeuta transmite el mensaje desde su cuerpo, que está con la persona y entiende cómo se siente.

4. “Mirroring” (hacer de espejo). La madre responde sensorialmente al bebé, la madre responde con un sonido, con la propia voz encajando con el ritmo, duración o forma espacial del movimiento, con el gesto (ecolalias, ecopraxias, económicas) con el que se está comunicando con el bebé. Además, esta técnica, según Winnicott (1971), es la responsable de que emerja el sentimiento de “self” del bebé.

La exploración admite que es fundamental que este proceso de recuperar la imagen corporal sea posible porque hay otro que acompaña y sostiene el vínculo afectivo, fundamento que consigo en Lacan (1988[1966]), cuan-

do habla del “estadio del espejo” y afirma que el “yo” se constituye a partir del otro. Una persona autista y ciega responderá al espejo a través del sentir del tacto y el sonido. Doltó Françoise (1992) sostiene que el espejo no sólo es un objeto de la reflexión de lo visible sino también de lo audible y lo sensible, de manera que “hacer el espejo” no consiste únicamente en reflejar una imagen sino en la función relacional realizada por otro espejo de naturaleza muy distinta, el reflejo del ser de la persona en el otro, en tanto que la persona accede a la simbolización con base en otros parámetros de naturaleza sensible, en relación al espacio, a los objetos con los que se juega, en la duración de cada intervención, en su relación con el acompañante y en su percepción sobre sí mismo (fig. 3).



Figura 3

A partir de la relevancia que tiene el establecimiento del “vínculo afectivo” y en mi rol como arte terapeuta, me siento dispuesta y curiosa como enunciadora del significante que orientará al joven, de manera que éste pueda encontrar los trazos primarios de su imagen corporal y a partir de allí pueda sentirse y reconocerse en esa particularidad de mi mirar; entramado que permite que el joven reconozca o desconozca su obrar al intentar corporizarlo de un modo propio; es en esta operación de la psiquis que marco mi posición de sujeto creador en el discurso para producir su imagen y orientar su mirar, de la misma manera, surge en él algo de mi imagen corporal, redefiniendo algo de su propia imagen (fig. 4).



Figura 4

La duda fue una de las variables presentes al trabajar con un cuerpo autista y con discapacidad visual, por tanto para mí siempre fue una vivencia inquietante, pues a ciencia cierta nunca llegamos a saber qué pasa al interior de estas personas. En cada sesión y en constante escucha pude permanecer conectada al adolescente, ambos desconectados del resto del mundo, sensación de estar en un espacio donde somos dos personas transfiriéndonos información subjetiva proveniente de la profundidad de un mundo por conocer y exteriorizada a través de movimiento libre, tensiones musculares, gestos de agrado o desagrado, posturas, olores, sudoración, risas, suspiros, jadeos, respiraciones, bostezos, gruñidos, degluciones de saliva, un sin fin de expresiones y las siempre presentes estereotipias.

Asegurando la emoción desde la experiencia artística

Son muchas los especialistas que en distintas partes del mundo han descubierto el valor terapéutico de la danza y la exploración del sí mismo a través del movimiento, admitiendo el cuerpo en toda su complejidad.

La Danza terapia emerge en los albores del 1930, periodo en que se presencia la unión de la Danza Moderna con el movimiento de Psiquiatría que también revolucionó la manera de ver a la persona. Cabe destacar la labor de Marian Chace, conocida como la "Grande Dame de la Danza Movimiento Terapia", de Mary Whitehouse y de Trudi Schoop (Panhofer y Rodríguez, 2005, p. 56); Chace nos dice que el movimiento acompaña el proceso de integración física y psíquica del individuo. Es de admirar el genio de esta bailarina con quien las perso-

nas con trastornos y discapacidades se transformaban por turno en los líderes de las sesiones. Mary Whitehouse, danza terapeuta, nos habla del "movimiento auténtico". Ella explica cómo cada sujeto tiene la habilidad de conectar de forma subjetiva con la manera que siente que desea moverse, "yo me muevo" pero también "estoy siendo movido", así pues el objetivo de esta pionera fue ayudar al paciente a que encontrara un punto dentro de este continuo donde la idea de "yo me muevo" pueda coexistir con la idea de "estoy siendo movido", es decir, mientras el inconsciente es libre de expresar, la parte consciente sigue presente con un rol silencioso que "observa" lo que surge del "cuerpo simbólico en movimiento" sin cuestionarlo, ni corregirlo. La afirmación de otra valorada pionera en el área de la Danza Movimiento Terapia, Trudi Schoop, señala, "Si la danza causa cambios en el comportamiento corporal, también ocurrirán los cambios mentales correspondientes" (citado por Panhofer y Rodríguez, 2005, p. 57).

Marian Chace en su propuesta elabora un "setting", dentro de un espacio simbólico; a continuación tomo el nombre de las fases del setting y decido reelaborarlo, adaptándolo a la particularidad del caso, entonces, lo nombro por pasos e identifico convenciones y reglas flexibles las cuales llamo "maniobras" para los encuentros con el adolescente.

Los pasos del setting utilizado son los siguientes:

Primer paso. "Check in". Observar cómo está el sujeto emocional y corporalmente, estableciendo la **empatía quinestésica**. Señalar algunas convenciones y preguntar: ¿Quieres bailar hoy conmigo? ¿Nos movemos juntos?

El acercamiento se inicia desde la exploración corporal a través de aspectos relacionados con la pedagogía de la danza, en el abordaje sensorial del esquema corporal en el espacio, para fortalecer su imagen corporal. Moviendo articulaciones y fortaleciendo músculos del cuerpo, se accede a la regulación del equilibrio y las sinergias (las acciones voluntarias coordinadas) necesarias para llevar a cabo cualquier desplazamiento del cuerpo; nociones de espacio interoceptivo y exteroceptivo. Tomando en cuenta otros aspectos para el contacto, se explora la manipulación corporal y colocación óseo-muscular en colaboración con la colocación de la postura, movilización del CVP (cabeza, vértebras y pelvis), colocación y enraizamiento de pies-piernas-pelvis, flujo y dirección de energía, marcadas por las manos del terapeuta, del centro del cuerpo hacia afuera, de abajo hacia arriba y viceversa.

Segundo paso. "Calentamiento". Integración de ejercicios básicos, referidos al espacio personal: explorar acciones jugadas haciendo contactos con zonas del cuerpo, mencionando el nombre de las zonas y describiendo la cualidad del contacto: balanceos, golpeteos suaves, sacudidas de las extremidades inferiores y superiores, empujes y presiones con distintas partes del cuerpo, traslados del cuerpo, arremeter el espacio con los cuerpos, deslizarse con distintas partes del cuerpo, crear contención y distensión sobre distintas partes de ambos cuerpos, conectándolo con la sensación de fluir desde el movimiento. Se induce a la creación de la "forma" del movimiento propio desde la improvisación, a través de consignas básicas, compartidas.

Tercer paso. "El Proceso". Momentos para utilizar técnicas proyectivas: se integran los aspectos no verbales, se establece la empatía kinestésica (tónico-emocional) y las coincidencias de modalidades también llamadas modalidades cruzadas, el "hacer el espejo" desde lo sensible y afectivo, se da nombramiento y se describe todo lo que se hace, se siente y se comparte.

Se exploran los límites biomecánicos y sensoriales, para asegurar la integridad física y emocional de la persona por tanto se dan instrucciones, pautas y direcciones claras de lo que se está haciendo, pero siempre abiertos a lo imprevisto. Podría suceder que los movimientos de la fase del calentamiento se conviertan en expresión motriz, que se desarrollan en distintas dinámicas y cualidades en el tiempo-espacio. También, la terapeuta induce a iniciar acciones jugadas, improvisaciones libres, donde prevalece la escucha, el silencio, la espera.

El grueso del proceso lleva a la transformación de la repetición de las estereotipias (mecerse, agitar manos, saltar en puntas de pie, morderse alguna parte del cuerpo, golpear manos sobre las superficies de ambos cuerpos, sobre el suelo, sobre los objetos, además de otras conductas y repeticiones reconocibles en el adolescente) permitiendo el fluir de estos movimientos distorsionadores, destructivos; el objetivo es respetarlos, considerándolos como un buen recurso a través del cual la persona se reconocerá en la creación y así poder propiciar espacios para el cambio y la transformación de la producción; algunos ejemplos podrían referirse a pasar de un movimiento tenso al movimiento con un tono muscular armónico, de un movimiento cerrado a un movimiento abierto, de un movimiento duro y fuerte a un movimiento fluido y suave, de un movimiento mudo a un movimiento con sonido, de un movimiento desarmónico, a un movimiento más organizado acompañado de ritmo y voz.

Cuarto paso. "Cierre". Se regresa a posturas de descanso, quietud y calma, similar a las de apertura de la sesión, para finalizar con tacto-contacto señalando líneas del esquema corporal, para llevar a la persona a estados de respiración profunda y relajación. Se hace preguntas: ¿Cómo te sientes? ¿Sabes dónde estamos? ¿Estás cómodo? etc. Se señala verbalmente que se ha finalizado el acompañamiento.

"El movimiento", en términos generales, es el desplazamiento objetivo, voluntario o no, de una parte o de todo el cuerpo, entonces, entramos en el campo de lo no previsto que da paso a la escucha del cuerpo. La vivencia se ciñe al método de manera no directiva, basándose en la regla de: "no corregir los resultados" de los movimientos ejecutados, "no prescribir" emociones, "ni interpretar" lo que se observa, "no diagnosticar" el estado de la persona, "no etiquetar" los movimientos que aparecen.

La metodología empleada desde el punto de vista del arteterapia es la base para accionar desde una observación interactiva, para intervenir en los momentos adecuados y proporcionar la ayuda adecuada, lo que me condujo a crear lo que yo defino como "**maniobras**", maneras de hacer desde el sentir, que permitirán ampliar la escucha y dar continuidad al recorrido simbólico de la producción corporal del adolescente para la transformación de su movimiento.

Estas son las maniobras utilizadas en las veintidós sesiones de acompañamiento arte terapéutico:

1. Moverse o no moverse

En este apartado es importante tomar en cuenta las siguientes estrategias: parar o detener el movimiento en algún momento de las improvisaciones o juegos; noción de apoyo entre ambos cuerpos, sosteniendo lo imprevisible; respuestas urgentes a soluciones de accidentes de los cuerpos en el espacio; el "no movernos" que enfrenta al sentido opuesto dinámico, disposición para la escucha. Es tiempo de pausa para dar instrucciones, para respirar al unísono, para cambiar de nivel o dirección en el espacio.

2. Respiración

Acción de dejar entrar y dejar salir el aire, conciencia de las zonas involucradas en el acto de la respiración, movimientos que necesitan hacerse al inhalar y los que se necesitan hacer al exhalar. Respiración al unísono para la ejecución de movimientos con contacto.

3. Hacer el espejo

No hay respuestas visuales de la madre, porque él no la mira, generándose un circuito cerrado de no mirar y no ser mirado que acentúa más su aislamiento. En-

tonces en este caso la mirada se suplanta por el toque, la modulación de la voz como indicadores insustituibles en la comunicación con este adolescente.

Es fundamental imitarlo, copiarlo, reproducir fundamentalmente con el movimiento y luego con otros medios, la palabra, el contacto, la emoción, ser el reflejo de su corporeidad para sintonizar y encontrar la confianza:

- Adoptar su postura. Su enraizamiento. Su equilibrio. Sus tensiones sensomotoras.
- Acompañar su respiración, que va con sus movimientos y estados emocionales.
- Reflejar la cualidad de su movimiento.
- Explorar su ritmo, reproducirlo y seguirlo. Sobre todo los producidos desde las estereotipias.

4. Cuerpos en contacto

Moviéndose juntos, se puede estar cerca como se puede estar lejos. Sentir esos dos momentos dentro de la danza improvisada. Metáfora en movimiento de las separaciones y pérdidas afectivas, preparación para el desapego y la posterior despedida.

5. Movimiento libre y espontáneo

Consiste en expresar con el cuerpo. Mostrar el sentir y la emoción de los movimientos que viven en el cuerpo. Responder al deseo de moverse, compartir y trasladar peso en el espacio. Sumergirse en un fluir del movimiento, a veces la terapeuta le seguirá, dejando que el movimiento fluya desde la guía del cuerpo acompañada y viceversa.

6. Sincronizando voz y movimiento

La terapeuta sincroniza su voz con los movimientos del adolescente. Hace de espejo usando el contacto, la palabra, el canto y los sonidos y colocándose a las expresiones corporales de ambos, sobre todo a las estereotipias que se repiten. La terapeuta describe los movimientos y su relación con el espacio, con el objeto, con la duración, con la terapeuta y con el adolescente. La terapeuta hace uso de la palabra que no pretende sugerir, indicar, solo informar el material de danza disponible para movilizar al adolescente.

7. El silencio, la escucha

Desde el silencio, se realiza el contacto corporal, por ejemplo: colocar la mano sobre la espalda del otro mientras éste se mueve libremente. Con la intención de percibir al otro, a partir de este simple contacto sin restricciones puede prolongarse el contacto con otras partes del cuerpo. Colocar el cuerpo en sintonía con la corporeidad del otro.

Danzando desde el corazón

Danzar proporciona placer y gozo, pero cuando la danza es entre dos que entran en “escucha”, las angustias, las corazas musculares y la actitud defensiva se van flexibilizando y transformando en una danza desde un corazón feliz.

Las acciones jugadas resultaron un magnífico pretexto para potenciar el vínculo, proporcionando nuevas dinámicas al cuerpo de este adolescente que me sorprendía con su potencia física, agilidad y arremetidas en el espacio (fig. 5). En muchas ocasiones al hacer de espejo o al adoptar su respiración y tensiones musculares, resultó la guía ideal para reflejar la atención flotante del discapacitado visual, esa escucha desde otros sentidos. Ubicada en la misma condición del adolescente puede moverme desde su sentir y su emoción; fueron momentos significativos en los cuales lo que menos importaba era “cuál” movimiento se hacía, sino el “cómo se siente al moverse”(fig. 6).



Figura 5

Utilizamos telas suaves, elásticas e instrumentos musicales para sorprendernos danzando con o sin objetos, experimentamos con movimientos de abrir y cerrar el cuerpo tan ligados a lo afectivo, nos convertimos en dos cuerpos apoyándose, sosteniéndose, trasladándose y conteniéndose en las caídas, desaciertos y repeticiones que podían marcar la paralización o continuidad del movimiento de ambos (fig. 7).



Figura 6



Figura 8



Figura 7

Un acontecimiento importante que le permitió al adolescente conquistar estados de seguridad y placer fue cuando entramos en la exploración de la "Danza del Árbol", donde ambos asumimos los roles: ser árbol o ser el humano que hace contacto con ese árbol. Esta danza nos permitió integrar movimientos de múltiples características polisensoriales, a través de las cuales se activaron los sentidos, al morder, oler, lamer, acariciar, golpetear, frotar y conversar desde distintos registros y tonos de voz. En él surgió la capacidad de representar ambos roles, resolviendo los obstáculos que en muchos casos dificultaban el proceso de recuperación y autonomía (fig. 8). Este papel de ponerse en el lugar del otro le permitió vivir la relación desde la acción (Monsegur, 2008, p. 64) vivencia y resolución desde ambos roles, paso significativo en la resolución de la dificultad de autonomía y seguridad en el espacio compartido.

El corazón de este adolescente hacia presencia en el espacio, él danzaba, reía, cantaba, seguía mis sonidos mientras el diálogo corporal nos llevaba a momentos imprevistos, emocionantes y divertidos (fig. 9).



Figura 9

En algún momento los juegos y danzas tomaron un giro distinto, entonces me preguntaba: ¿Qué está pasando? ¿El adolescente me dirige? Observo que toma decisiones, toma mi mano y la pone en su cabeza, toma mi mano y la coloca cerca de las suyas que golpean el suelo, me empuja con fuerza y su emoción de poder manipularme lo entusiasman y me sorprende, así que me dejo llevar por él sin resistencia, el adolescente ahora se convertía en líder. Una fuerza irrefrenable aparecía y él mostraba su deseo. En este momento prevaleció en la danza lo imprevisto, y era yo la que en atención al cuerpo del adolescente esperaba cualquier arremetida, fuerza expresiva de querer lanzar por los aires algo que vivía

dentro de él, lanzaba los brazos, el torso y luego reía a carcajadas. Se estaba representando a sí mismo, estaba llevando a cabo algo de su emoción, encarnada en un cuerpo más suelto, distendido, sin tensión, con pies firmes sobre el suelo y una postura en movimiento sólida y atenta a los cambios propuestos en la misma acción.

La danza puede conectar con el dolor pero también con el placer y dar forma a algo que no vemos. Este adolescente empezó a mostrar una mejor integración de movimientos y las estereotipias, aunque siempre aparecían, empezaron a disminuir en el tiempo compartido, sin embargo, cuando afloraban se trabajaba con ellas, transformándolas en una nueva forma de expresión corporal, rítmica y espacial. Es aquí que ambos, tomados de las manos o de los hombros, nos acercábamos a un movimiento más armónico, en un espacio que se ampliaba desdibujándose los límites.

En la danza de intercambio de peso corporal aparecieron nuevas dinámicas, cuando su cuerpo empujaba al mío, lanzándome con mucha fuerza al espacio periférico, eran arremetidas que me mostraban distintos esfuerzos para moverse, empezaba a pasar de un movimiento pesado y torpe a moverse con más agilidad y precisión. Mostraba menos miedo al espacio, así que estábamos transformando el patrón de movimientos con el que habíamos comenzado.

Todos estos pequeños pero significativos cambios logrados al danzar en pareja, me mostraban a un adolescente implicado en lo que estaba experimentando. De mi parte, no esperaba que cambiara su repertorio de movimientos, mas sí que explorara en otros códigos y dilataciones corporales y esto estaba sucediendo.

La confianza

Es importante hacer referencia de lo acontecido en la antepenúltima sesión, realizando un trabajo de danza y contacto (dos cuerpos que se apoyan y se trasladan, cada uno respondiendo al otro sin tensiones musculares). Al finalizar la improvisación le pregunté al adolescente, "¿Cómo era su espacio?", a lo que él respondió, "Nada", entonces le comenté: "Tu espacio es tan grande tan grande que es solo espacio", hice una segunda pregunta: "¿A qué huele tu espacio?", "A nada", respondió, entonces, acercándome olí su cuello y manos, mientras le preguntaba, "¿A qué hueles?", "A nada", volvió a responder, mientras lo mordisqueé, haciendo contacto boca-piel con sus manos, el adolescente se suelta a reír a carcajadas. "¿Qué sonidos hay en tu espacio?" Él sonríe, porque sabe que yo sé de sus sonidos y estereotipias. Una úl-

tima pregunta cierra la sesión de la tarde. "¿Quién está contigo en tu espacio?" Él responde: "Tú" (fig. 10).



Figura 10

Terapeuta en movimiento

La especificidad de esta vivencia en arteterapia va mucho más allá de la mera suma de la psicología y el arte, porque se trata de un tejido en rizados donde ambas disciplinas se imbrican y una colabora con la otra. Como arte terapeuta asumo que hay muchos modos de mirar la expresión humana y modos diferentes de conocer y es desde esta perspectiva que asimilo la construcción social del conocimiento y las diferentes narrativas. El arteterapia como un campo de trabajo mucho más acorde con la naturaleza acepta que algo de la carga subjetividad se plasma en lo creado, que permite ser desde el hacer, me otorga la libertad de elaborar y crear el proceso artístico de acompañamiento, desde donde participo activamente y logro implicarme con toda mi experiencia sensorial y afectiva.

Como observadora activa, en constante auto observación y observación del otro, para la consolidación del vínculo afectivo a través del movimiento, pude profundizar en la escucha y en la capacidad de ponerme en la piel del otro. Acudo a la seducción y la provocación para que el acto de danzar se convirtiera en una acción agradable, deseable, libre y espontánea, respetando las limitaciones corporales y la emocionalidad que viene con la expresión.

Propicié el silencio en la espera de la expresión, flexibilizando mis resistencias y mi valoración sobre lo que es danzar, sobre todo cuando la danza investida de reglas, patrones y esquemas podían ir en contra de la flui-

dez y el buen desarrollo del acompañamiento interactivo y de la expresividad del adolescente.

Guiada por la intuición, para poder seguir con la evolución de la producción de movimiento, adapté con flexibilidad el setting a lo que el adolescente requería. Así las maniobras construidas se adecuaban al contexto presente en el que él se encontraba física y emocionalmente. Se consolida así la tríada: "Arteterapeuta - producción corporal - Creador (el adolescente autista y ciego)", encuentro con el continuo que reflejaba incesantes interacciones muy difíciles de separar.

Conclusiones

Esta travesía artística ha realizado su tarea desde dos ejes: el trabajo en la subjetividad y el abordaje de lo relacional. Se ha hecho a través de la expresión corporal que inmiscuye a la persona con su sentir y su presente.

La terapia por el arte ha ofrecido el tiempo y el espacio para trabajar desde el cuerpo como metáfora encarnada en movimiento, para mostrar imágenes de una emoción terrible que paradójicamente ha resultado divertida y ha facilitado la comprensión entre la terapeuta y el adolescente.

La escucha, la no interpretación de las producciones, la implicación como co-investigadores y co-creadores del proceso, la biografía de las subjetividades implicadas, el vínculo afectivo, la dedicación en duración de tiempo y la actitud de servicio, se convierten en los principales criterios de valoración que conviven con lo que se ha revelado a lo largo de seis meses de acompañamiento desde el arteterapia.

Se suman las preguntas que se elaboran en el trascurso de la experiencia artística, la importancia de los eventos y situaciones que se revelan desde la vivencia, así como la aceptación de las producciones como un trazado o tejido artesanal, un recorrido simbólico hacia un "ser más", que comprende forzosamente un "estar mejor".

La vivencia permitió decantar lo que según este caso se convierte en principios básicos de comunicación humana, que permitieron implicar al adolescente en la escucha de su propio cuerpo y en la posibilidad de comunicarse y ser entendido por el otro sin la utilización necesaria del lenguaje verbal.

La noción de lenguaje se integra desde su reubicación en este caso con las consignas prácticas en el acompañamiento y a su vez en la practicidad de los juegos y tareas corporales propuestos, los cuales permitieron un marco de intersubjetividad que da valor a la co-

municación del cuerpo como lugar simbólico donde sucedieron acontecimientos de nuevas codificaciones, ubicando al adolescente en la situación de diferenciar y diferenciarse en el espacio de intercambio.

El uso y desarrollo de la capacidad sensor-perceptual que se experimentó a partir de las prácticas propuestas permitieron trabajar desde lo que él ofrecía y las sensaciones presentes para no controlar sino indicar e inducir hacia vivencias que conectaban mente-cuerpo-entorno.

Estar a la escucha desde una comprensión psicomotriz activa e intentar captar el sentido del testimonio, la historia profunda e inconsciente del otro a partir de diversos registros simbólicos manifestados a nivel no verbal, es tarea del arteterapeuta, lo que permite que la persona acompañada trabaje para sí misma, progrese en la transformación de su discapacidad, valorando lo que puede lograr a partir de reconocer y reconocerse en su obra, en su danza.

Comprendemos que este proceso iniciado no cambiará definitivamente con la discapacidad que marca el caso en particular del adolescente acompañado desde el arteterapia, pero puede decirse que la vivencia corporal dejó sus huellas y el encuentro ha puesto en marcha el reconocimiento de la riqueza de la danza y la expresión a través del movimiento compartido a través de un lazo de afecto y respeto.

El empeño en el proceso, no menos importante que el producto al que se ha llegado, confirman que ambos como protagonistas en este viaje de la realidad a lo simbólico, teniendo siempre presente el camino de vuelta, hemos obtenido un aprendizaje de vida de incalculable valor.

Referencias

- Aucouturier, Bernard. (2008). *Los Fantasmas de Acción y la Práctica Psicomotriz*. Barcelona: Ed. Grao.
- Bassols, Mireia. (2008). *¿Qué define una metodología propia en Arteterapia?* En Klein, Jean Pierre. Bassols, Mireia. Bonet, Eva. (coord.), *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona: Ed. Octaedro.
- Doltó, Françoise. (1992). *El niño del espejo. El trabajo psicoterapéutico*. Barcelona: Ed. Gedisa.
- Juan Maestre, Pablo J. (2006). *Arte, Terapia y Vida*. En Coll Espinosa, Francisco (coord.), *Arteterapia. Dinámicas entre creación y procesos terapéuticos*. Universidad de Murcia, Valle de Ricote.

- Klein, Jean Pierre. (2006). *Arte terapia. Una introducción*. Barcelona: Octaedro.
- Klein, Jean Pierre. (2008). *Desde el psicoanálisis y la psiquiatría del niño*. En Klein, Jean Pierre. Bassols, Mireia. Bonet, Eva. (coord.), *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona: Ed. Octaedro.
- Lacan, Jacques. (1988[1966]). *El estadio del espejo como formador de la Función del yo [je] tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica*. En Jacques Lacan. México: Siglo veintiuno,
- López, Fdez. Cao Marián. (2008). *Intervenciones a través del Arte. Apuntes para un desarrollo sostenible*. En Martínez, Noemí, López, Fdez Cao Marian (eds.), *Reinventar la vida. El arte como terapia*. Madrid: Ed. Puntos de vista.
- Monsegur, Teresa. (2008). *La Danza como Terapia*. En Klein, Jean Pierre. Bassols, Mireia, Bonet, Eva. (coord.), *Arteterapia. La creación como proceso de transformación*. Barcelona: Ed. Octaedro.
- Panhofer, Heidrun y Rodríguez, Sarah. (2005). *La Danza Movimiento Terapia: una nueva profesión se introduce en España*. En Heidrun Panhofer (comp), *El cuerpo en Psicoterapia. Teoría y Práctica de la Danza Movimiento Terapia*. Barcelona: Gedisa.
- Reviere, Ángel. (1997). *Autismo*. Madrid: Trola.
- Robbins, T.W. (2000). *Integración de las dimensiones neurobiológicas y neuropsicológicas del autismo*. En James Russell, *Autismo como trastorno de la función ejecutiva*. Barcelona: Ed. Panamericana.
- Stanton, Mike. (2002). *Convivir con el autismo*. Barcelona: Ed. Paidós Ibérica.
- Stern, Daniel. (1985). *The Interpersonal World of the Infant. A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*. New York: Basic Books.
- Winnicott, D. (1971). *Realidad y Juego*. Barcelona: Ed. Gedisa.