D O S S I E R

# proyecto para una Psicoterapia Psicomotriz

JOSÉ ÁNGEL RODRÍGUEZ

Médico, psicoanalista (ELP.AMP), psicomotricista (APP), formador PPA (AEC. ASEFoP). Universidad de Gales.

IOLANDA VIVES

Psicóloga clínica, psicomotricista (APP), terapeuta psicocorporal, formadora PPA (AEC, ASEFoP).

En este texto se muestra, a partir de una pequeña viñeta de una sesión de un curso que impartimos, ciertos principios epistémicos, teóricos y técnicos que fundamentan una Psicoterapia Psicomotriz o una práctica psicomotriz psicoterapéutica en un marco grupal. La constatación de los efectos "curativos" y de cambio que provoca la formación personal "en" y "del" grupo en la práctica psicomotriz, y después de un tiempo de investigación y puesta en juego, nos ha llevado a profundizar y formalizar los ejes principales que nos permiten abordar otro tipo de ámbitos de intervención, de edades e incluso de patologías, de las que habitualmente propone la psicomotricidad.

## Para una Psicoterapia Psicomotriz

### Viñetas de una escena grupal

(Estamos temporalmente a la mitad del curso que empezó un lunes y terminará el viernes siguiente).

Ha llegado el grupo formado por 9 personas, 7 mujeres (falta una) y 2 hombres, puntualmente y preparados para iniciar el trabajo "más corporal". Preparamos el cuerpo a partir de estiramientos en el suelo: el cuerpo se abre y se cierra a partir de la extensión y flexión sobre el eje y les facilitamos una cuerda para seguir experimentando esta experiencia. Con la cuerda como objeto, enlazamos con un trabajo de persecución e inmovilización de otras personas; cuando lo logramos, cambiamos de compañía varias veces hasta quedarnos con una para el resto del trabajo. Con esta pareja vamos a aumentar esta finalidad de inmovilizar, mantener quieto a la otra persona, llegando a un momento de reposo compartido.

A partir de este momento de recuperación fisiológica y psicológica, proponemos un trabajo con la cuerda como objeto de relación en acuerdo. El objetivo es movilizar a la otra persona: hacer y dejarse hacer... sintiéndola a partir de la cuerda, a veces en simultaneidad, a veces en complementariedad, en alternancia, etc. En este tipo de trabajo es importante pasar por el cambio de rol aunque no es imprescindible.

Unos momentos de decirse las sensaciones, las vivencias, dan paso a vendarse los ojos y rehacer el trabajo propuesto.

Antes del descanso proponemos un trabajo individual en papel y con la elección de 2 colores, uno para cada mano, trazo continuo sin levantar el color de la hoja de papel, con una mano luego la otra y después las dos. Miramos las formas que han salido en cada papel, intentamos reseguir el de la pareja. Una pregunta para cada persona. Media hora de pausa.

Van entrando y se sientan (aunque no está pactado, cada cual tiende a un lugar como si fuera el asignado).

Grupo.- Los ruidos externos: locura, miedos... los perros...
Terapeuta.- ¿Qué pasa con los perros?
G.- Hablan de sus perros y gatos...
T.- Es curiosa la relación que tenemos con los animalitos...
G.- Me pone en contradicción,... humanizamos,... mis hijos hacen más caso al perro que a mí,... me recuerda aquel trabajo que hicimos en que yo era gatita; ¿y la ratita?
T.- ¿No habló con el grupo?
G.- ... la he visto esta mañana
T.- ¡¿Mis hijos hacen más caso al perro que a mí?!
G.- La madre entrega mucho.
T.- Porque tú ¿cómo lo llevas? Es decir, hay animalitos que no atienden ni con las cuerdas...
G.- Se viene conmigo a todas partes... no puede hacer nada sin mi ni....
T.- Estamos hablando todo el tiempo de las "cadenas"; ¿os habéis fijado... no? Es como otra dimensión, otro encuentro...
... más humano... más subjetivo...
... algo de uno se juega en todo esto...
... tipos de personas... tan distintos pero...
... es la mejor manera para volverse a tropezar...
... hemos estado hablando... no hablando...
G.- Es similar... todo es lo mismo pero no lo es...
... diferentes lenguas en un mismo lenguaje...
... me llamó la atención por el nombre del seminario... conocerme mejor... buscándome... una cosa vinculada con la otra: cuerpo-mente... transformación...
T.- ¿Qué busca cada cual cuando busca lo que busca...?
T.- ¡Vamos a dejarlo aquí!

## Lo básico

¿Cómo elaborar un abordaje que parta de los efectos "psicoterapéuticos" de la formación personal de la Práctica Psicomotriz PPA?

Alguien tenía que escribir sobre este tipo de trabajo, al menos en un primer momento. Y ya hace tiempo comenzamos a pensar y experimentar. Antecedentes previos no faltaban (¡y no todos loables!). La formación personal, dinámica grupal, la posible teorización, la práctica en edades posteriores a los 7/8 años y con adolescentes y adultos (en formación, en clínica, neurosis, psicosis crónicas, etc.). Compartir este proyecto de manera común y poder elaborar, en un segundo momento. El tercer paso fue llevarlo a la práctica en forma de talleres o seminarios. Con mucha prudencia, honestidad, claridad y tiempo de investigación teórica.

Ésta ha sido nuestra "Carta de Presentación" y que, de alguna manera, resume muy escuetamente los fundamentos del trabajo que presentamos:

"Introducción a una dinámica corporal de ayuda en un abordaje de crecimiento personal que considera la globalidad de la persona. Nace de la articulación entre la Práctica Psicomotriz Aucouturier y los Grupos Operativos de Pichón Rivière (entre otros).

Partimos de esta concepción global del sujeto y del pensamiento donde en el cuerpo, real, simbólico e imaginario, se aúnan fantasías, deseos, goces, ilusiones, pulsiones y síntomas.

Si el cuerpo es la novela donde nuestra historia deja sus inscripciones, se tratará de leer los relatos que nuestra expresividad revela, para colocarnos en otra posición frente a las elecciones, deseos y repeticiones que marcan nuestra vida. Y así, ir a la búsqueda de un nuevo lazo afectivo y un deseo más decidido, sin pagar el precio exagerado del sufrimiento.

La Práctica Psicomotriz Psicoterapéutica (psicoterapia psicomotriz o psicomotricidad psicoterapéutica) es una aproximación a un proceso de integración entre el hacer y el decir. Trata de poner en juego nuestro cuerpo desde

# D O S S I E R

situaciones de orden sensoriomotor, simbólico y representativo, usando una diversidad de lenguajes expresivos para, en un segundo tiempo, permitir la elaboración de los contenidos latentes que en el primer tiempo se manifiesten.

La metodología es eminentemente práctica, grupal, lúdica y participativa.

Los aportes teóricos darán el soporte epistemológico y conceptual mínimos para enmarcar esta metodología, así como desarrollar su especificidad ante diversos ámbitos de aplicación: educación formal y no formal, enseñanza, sanidad, clínica, etc."

La participación de dos terapeutas (no es imprescindible que fueran dos), nos ha servido para separar con claridad sus funciones: uno participa activamente en el trabajo corporal grupal mientras el otro asiste "sin voz ni mirada" al mismo, haciendo anotaciones que puedan ser útiles para el momento de trabajo psicoterapéutico, donde el terapeuta de "lo corporal" tomará la misma actitud de asistencia pasiva. Incluso podría ser posible la participación de cada uno en un solo espacio.

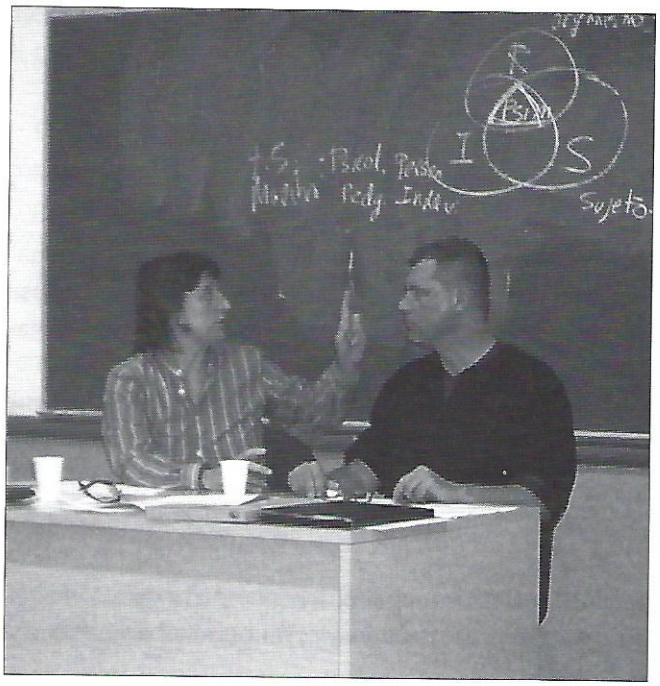
Las sesiones se realizan en una sala y con un material acondicionados para trabajo corporal y psicoterapéutico en pequeño grupo. Se inician por medio de un trabajo donde el cuerpo habla. Se orienta a partir de un material para que facilite el desarrollo hacia sensaciones intero, propio o exteroceptivas, un contraste de acciones o de roles, un tema, un concepto o idea, etc.

Esta primera parte de trabajo corporal grupal dura la mitad del tiempo (entre 1 ½ y 2 ½ de las 3 a 5 horas).

Hay una pausa que, además de coincidir con un descanso, nos sirve de estrategia, de metaespacio para modificar la sala y los materiales en ausencia de los participantes (1/2 hora).

A continuación las personas se sientan en sillas puestas en círculo y se relacionan con la palabra jugando en grupo a partir de asociaciones libres, preguntas/respuestas, silencios que relanzan, etc., por espacio de entre 1 y 2 horas según el tiempo total.

Este tiempo de descanso, de corte, tiene todo un sentido muy reflexionado entre nosotros: de distancia, de distensión, de relación y también de elaboración de cadenas asociativas inconscientes (recuerdos, fantasías, deseos, etc.), que luego tomarán "cuerpo" en la verbalización grupal. Si en la formación personal clásica, la verbalización tomaba un "índice significativo" de expresividad o un "emergente simbólico" grupal y se desplegaba como una "metarepresentación" fomentada por el formador, acá consideramos que es cada uno de los participantes el que hace la "ligazón" entre los significantes (procesos primarios) corporales y las significaciones ("los sentidos", procesos secundarios) en virtud de la estructura histórica que porta cada uno. Y no deja de sorprendernos las posibilidades de la polisemia corporal



y expresiva (piénsese, por ejemplo, en el acto y dichos de "arrastrarse", "tirar", etc.), en tanto movilización fantasmática, pulsional y simbólica, que se pueden dar en este marco de ayuda.

## Los Principios

Como toda práctica que comienza, la prudencia, el rigor y la supervisión orientan nuestro quehacer. Sabemos que las prácticas corporales son un campo terapéutico privilegiado pero, por lo mismo, pueden causar mucho daño ("iatrogenia psicomotriz"). Y bajo esta "provisionalidad" deberemos estar en continua transformación, revisión y "con-versación" con otros saberes.

Aunque no es éste el espacio para profundizar, exponemos los Principios Básicos (Esquema Conceptual Referencial) éticos y teórico-prácticos, sobre los que construimos esta tecnicidad:

- La Práctica Psicomotriz Psicoterapéutica (o Psicoterapia Psicomotriz), es también psicomotricidad. Y se plantea como una continuación, un complemento y evolución de la Práctica Psicomotriz Aucouturier, en un proceso que pasa por la práctica educativa, la ayuda, la terapia y la psicoterapia. Aunque nada excluiría la posibilidad de su reconocimiento como una psicoterapia de pleno derecho.
- Insiste en los fundamentos de la PPA, pero pone un mayor acento en: los fenómenos grupales (emergentes, supuestos básicos e índices), los efectos psicoterapéuticos de la formación personal, los malestares y la clínica de los adolescentes y adultos y los fenómenos transferenciales y contratranferenciales con el animador-terapeuta del grupo.
- Profundiza en la movilización fantasmática y pulsional por la vía del cuerpo, el movimiento y la expresividad como "medios transicionales". Y la elaboración simbólica de los contenidos inconscientes desencadenados en la acción.
- Mantiene el Dispositivo de formación personal Aucouturier, profundizándolo y con variaciones que le son originales y específicas.
- Sigue la tradición y orientación de otras psicoterapias y prácticas corporales de probada solvencia teórico-clínica. Como el Psicodrama Psicoanalítico, la Relajación psicoanalítica, el Análisis Corporal, el Análisis Bioenergético, los Grupos Operativos, la Terapia Gestáltica, componentes de la Terapia Sistémica, etc.
- Estaría Indicado (en principio y a falta de investigar) para malestares y sintomatologías hasta ahora no exploradas, pero de los que sí existen evidencias de la idoneidad de su aplicación: adicciones, deficiencias neurológicas, sensoriales y mentales en adolescentes y adultos, trastornos de la personalidad, de la relación, de la alimentación, etc.
- Requeriría para su formación. Ante todo, una formación en la Ayuda Psicomotriz Terapéutica. Se le debiera sumar una formación en la formación personal de la PPA., una profundización en el propio análisis personal (imprescindible para contener las angustias y ansiedades propias y de los asistentes) y una profundización en la dinámica de los fenómenos grupales bajo una perspectiva psicodinámica. Será necesaria una formación y habilitación clínica, para las patologías que así lo requieran. No todos los malestares requieren dicha habilitación.
- No se aconseja, por el momento, un abordaje individual en PPP. Aunque nada descarta que pudiera llegar a darse, a falta de una mayor experiencia contrastada.

Este es un comienzo. El futuro de la psicomotricidad dependerá, fundamentalmente, de sus propios practicantes. Invitamos a quien lo desee, a compartir entre todos sus experiencias profesionales y laborales en este campo que se nos abre.