

La Formación Corporal en grupo reducido

José Ángel Rodríguez Ribas

Dr. Psiquiatría.
Psicomotricista.
Psicoanalista.
Prof. UM.; AEC-ASEFOP.

De entre algunos de los temas habituales en los debates formativos del ámbito psicomotor actual, hay dos que se llevan la palma. Uno, es la regulación académica oficial con su particular distribución de tiempos, competencias y créditos. El otro, el aumento de oferta formativa que conlleva, a menudo, una muy posible reducción de alumnos. Pues bien, confrontados a este problema desde hace tiempo decidimos analizar y presentar los aspectos más significativos que se pueden dar cuando un animador hoy día, se sitúa delante de un grupo de pocos componentes. Es verdad que no existe un número predeterminado para definir un grupo de este tipo, pero arbitrariamente lo podemos delimitar en menor a unos 8-10 participantes. *El grupo pequeño*, entonces y de entrada, solo se diferencia de un gran grupo en un solo parámetro: *el número*.

Es decir: *un grupo pequeño, no es un pequeño grupo; el de ayuda especializada*, más ajustado para el tratamiento de ciertas dificultades. Hay que dejar claro este aspecto, porque sus objetivos, contenidos y estrategias son *prácticamente similares* que si se cuenta con un elevado número de alumnos.

1. Índices significativos de expresividad en los grupos reducidos

De entrada permítaseme una reflexión. Si la irrupción del *Discurso del Capital* (J. Lacan,

S. XVII) ha provocado algún efecto sobre *los cuerpos contemporáneos –los cuerpos actuales ya no son los de antes*: es un hecho– no ha sido precisamente el de vaciarlos de comunicación, de sentido, de habilidades, de espacio o expresividad sino que, muy al contrario, han visto incrementados muchos de estos aspectos hasta presentar *un exceso corporal* que se manifiesta en una *expresividad excesiva*, a menudo a costa de algunos otros factores. Sin embargo, la consecuencia más significativa del efecto de dicho discurso es aquella que ha propiciado tomar el cuerpo como una *simple mercancía más*, expropiando al sujeto de sus recursos simbólicos fundamentales: *el cuerpo, el tiempo y la palabra*, es decir *de lo que construye su historia, su saber y sus relaciones*. Los *cuerpos actuales* se presentan afectados a la *manera Hipermóderna* por el *“rápido, intenso, eficaz y sin problemas”*. Véanse: fortalecidos, saludables, entrenados, conectados, aislados sensorialmente, modificados, venerados, medidos, adornados, programados, pero justo por eso... sumamente *frágiles y rígidos*. Es lo que en algún escrito denominamos: *cuerpos Debilitados*; precarizados tanto *física, afectiva, como relacionalmente*. Todo ello, dando por supuesto que *no existe El cuerpo*, ni idealidad corporal alguna que cumplir, *sino cuerpos, uno por uno*.

¿Qué rasgos –de manera empírica– hemos podido observar en *la expresividad psico-*

motriz a niveles de grupo pequeño? los propios detectables debido a la *escasez del número y la corporeidad contemporánea*. Muy en general: la repetición, el agotamiento rápido de posibilidades, el aburrimiento, la ausencia de modelos de imitación, la falta de animadores que dinamicen el trabajo, la dificultad con la espera e implicación subjetivas (muchos alumnos se llevan el móvil a la propia sala), los pasos al acto, la excesiva familiaridad o prejuicios entre los participantes, la defensa y la angustia frente a las emociones, el miedo a profundizar “en exceso”, tomar las propuestas en su carácter lúdico o recreativo, tratar de “hacerlo bien”, la emergencia masiva de *sujetos básicos grupales* (emparejamiento, ataque-fuga, mesianismo etc). Incluso el peligro de una excesiva cercanía, transferencia masiva, con el Formador. Resumiendo: quizás lo más definitorio sea el de *atender más al resultado, que al proceso mismo*. Bien es cierto que estos caracteres pueden acompañarse de muchos otros que hay que saber aprovechar: gran viveza intelectual, capacidad de búsqueda de información, de sorpresa, de mezclar, solidaridad, gran sentimiento identitario...

Volver a la relación, volver a subjetivar la experiencia y vivencia corporal de cada persona *–(re)humanizar la expresividad psicomotriz–* se nos torna hoy, si cabe, un deber ético y pedagógico de primer orden. Se trata pues, de *adaptar y ajustar el dispositivo* de formación personal a la situación que nos viene dada, y *no al revés*; lo que iría en contra de la coherencia formativa (maleable, flexible, ajustable...) que pretendemos transmitir. Intentamos entonces, y a modo de gran objetivo, *poner en el centro a la persona* bajo una dimensión motriz y expresiva, proyectiva, para lograr “*sacar lo más propio de cada quien*”.

2. Estrategias de formación corporal para grupos pequeños

¿Cómo tratamos de solventar esta aparente limitación cuantitativa que no tiene por qué ser tal?

Comento *algunas estrategias que hemos empleado*, sin dar por definitivas sus conclusiones, ni pensando que son las más ajustadas.

- **Informar con antelación.** Es un aspecto fundamental. Informar sobre el *sentido de la formación personal*, qué se espera, qué pueden hacer y decir, y qué no se puede hacer. Se habla del *setting* y sus *parámetros* en este grupo concreto. Se pide su *implicación*, hasta descubrir sus *propios límites* que deberán ir clarificando. Se les pide que *dejen la vergüenza*, el miedo, incluso la angustia del no saber, de lado. Todo ello, poniendo en evidencia la *garantía de contención grupal* por medio de la *confidencialidad* y la *abstinencia*, para que las producciones reviertan sobre el grupo mismo.
- **Observar. Estar bien despierto.** Considero que en un grupo reducido hay que mantener un *elevado nivel de observación y escucha*. Las propuestas a menudo se agotan rápidamente con lo que hay que ser sumamente inventivos, proponer variaciones, ser ágiles en la intervención. A menudo aparece el aburrimiento y el tedio, teniendo que animarlos a buscar nuevas soluciones, nuevas posibilidades, nuevos elementos etc. Todo ello sin caer en la tentación del hacer por hacer. Es decir, se trata de suplir con *situaciones diversas* la falta de propuestas que, de otro modo, surgirían espontáneamente en gran grupo.
- **Anticipar. Contener. Combinar.** Respecto a los alumnos entre sí, el menor número

Los cuerpos actuales se presentan afectados a la manera Hipermóderna por el “rápido, intenso, eficaz y sin problemas”.

Informar con antelación. Es un aspecto fundamental. Informar sobre el *sentido de la formación personal*, qué se espera, qué pueden hacer y decir, y qué no se puede hacer.

En un grupo reducido hay que mantener un elevado nivel de observación y escucha.

En ocasiones se habrá de intervenir de manera expeditiva: parando la sesión, escandiendo, recordando el dispositivo y los objetivos de la formación.

de posibilidades combinatorias de sus dinámicas, lógicamente hace que se muestre una mayor emergencia expresiva y afectiva. Recordemos que formativamente no nos interesa profundizar tanto en el *porqué* (propio de la ayuda), sino el *cómo*. A este respecto, el peligro de los pasos al acto, impulsivos, está siempre presente. Es interesante *poder contener y elaborar todo ello en un contexto expresivo, de juego. Observar y anticiparse*, variar, desplazar o sustituir las narraciones motrices, pueden ser buenas estrategias.

- **Mantener la distancia. Rodear.** La mayor implicación del animador grupal a niveles de observación e intervención puede provocar que su presencia se viva un tanto *excesivamente cercana*, como *intrusiva* o fiscalizadora. Acá se pone en juego todo un arte del *estar fuera y dentro*, cercano y lejano, disimétrico, implicado pero distanciado y cordial. Incluso, a veces es necesario borrarse. En este sentido la *escucha de las resonancias* o el *análisis transferencial* (y contratransferencial) deben estar muy presentes. Afortunadamente el marco formativo mismo permite un buen margen de maniobra empleando *estrategias de rodeo*. Pero bien puede pasar que ciertas escenas con gran componente fantasmático y pulsional para el animador –las *escenas temidas*–deban llevarle a un *análisis personal* fuera del marco formativo.
- **Replantear. Recordar.** En ocasiones se habrá de *intervenir de manera expeditiva*: parando la sesión, escandiendo, recordando el dispositivo y los objetivos de la formación. *Sentarse y hablar de lo sucedido* para despejar emergentes grupales que impiden la tarea, sin entrar en interpretación alguna, puede ser un buen recurso.

- **Tutorizar.** Cuando ciertas acciones partan de un sujeto en concreto, una entrevista privada puede ser muy oportuna para escuchar sus motivos o incluso, señalarle *lo que el dispositivo “no es”*, y remitirle a otros espacios, quizás clínicos, como posible alternativa.

En resumen: tanto *mayor implicación, cuanto mayor distanciamiento*.

3. Conclusiones

No podemos precisar definitivamente adónde nos conducirá esta modalidad formativa. Lo cierto es que las actuales condiciones de evolución económica y social empujan a una mayor enseñanza *virtual e individualizada*. A ello se suma el hecho que, con el monopolio universitario en las formaciones reconocidas (créditos ECTS), *dentro de un tiempo apenas quedará otra opción si no se quiere caer en una práctica por fuera del sistema de enseñanza*. No estamos hablando entonces ni de adoptar una posición acomodaticida, ni una posición nostálgica o derrotista, *victimismo sin invención, que supondrá la extinción de nuestra metodología*. Por el contrario, se trata de aceptar las limitaciones y *tratar de ser psicomotricistas*, nosotros mismos *con el sistema vigente*, buscando las mejores condiciones para poder sostener nuestro proyecto formativo. Todavía queda mucho por ajustar e inventar para maximizar las posibilidades ofertadas por la realidad académica actual a nuestra manera de hacer. Consideramos que con esta modalidad formativa se permite *salvaguardar la filosofía de la PP* y mantener lo más propio de nuestra especificidad: *la formación personal, corporal, y la práctica*.



Referencias bibliográficas

- Arnaiz, P.; Rabadán, M. y Vives, I. (2001): *La Psicomotricidad en la Escuela*. Aljibe, Málaga.
- Calmels, D. (2013). *Fugas. El fin del cuerpo en los comienzos del milenio*. Ed. Biblos. Buenos Aires.
- Mila, J.; Camps, C.; García, L. (2011). *El psicomotricista en su cuerpo: de lo sensorio-motor a la transformación psíquica*. Miño y Davila Ed.
- Rodríguez Ribas, J.Á. (2013). *La Práctica Psicomotriz en el tratamiento psíquico*. Ed. Octaedro. Barcelona.
- Rota Iglesias, Josep (2015). *La intervención psicomotriz*. Ed. Octaedro. Barcelona.