

# Decálogo de la adultez

## Hacia una psicomotricidad adulta en y para todo el ciclo vital

### Introducción

El texto que se presenta a continuación es un escrito que consideramos útil a modo de advertencia para estos tiempos que (nos) corren y a veces es necesario parar, hacer una detención para pensar. No intenta decir verdades sino llamar la atención acerca de un tema que en psicomotricidad requiere aún de un mayor desarrollo y precisión en el hacer/decir de nuestra práctica clínica. Asimismo, como toda construcción, demanda mucho cuidado y seguimiento de quienes posean mayor experiencia, o como nos gusta decir, más horas de suelo.

Es entonces a partir de entender la urgencia de trabajar estos temas en nuestra comunidad de psicomotricistas que hemos pensado plantear puntos de trabajo que, a modo de afirmaciones, constituyan lineamientos para ampliar temáticas en este campo adulto en psicomotricidad. Ésta ha sido hasta el momento una modalidad convocante al diálogo entre dos o entre varios, el hecho de plantear temáticas y líneas de pensamiento disparadoras de las conversaciones resonantes que necesita la disciplina para sostener su propia indisciplina.

### Parte I

Con toda la intención e intuición disponibles a seguir delimitando este campo de abordaje de los cuerpos adultos en la emergencia somática de esta época pospandémica, planteamos los puntos de trabajo que se detallan a continuación.

#### **28 Puntos a tener en cuenta en toda terapia psicomotriz y psicocorporal con adultos jóvenes y de mediana edad.**

- 1 La psicomotricidad adulta no tiene que saber (mucho) de psicoanálisis, ni de test de evaluación, ni de yoga, tampoco de antropología, filosofía o neurociencias. Sólo tenemos que saber retomar de otras disciplinas lo que constituye, en tanto concepto, una herramienta para nuestra investigación y abordaje psicomotor.
- 2 La psicomotricidad adulta no tiene que profundizar (demasiado) en el estudio teórico porque ya está (todo) dicho/hecho, ya está el cuerpo teórico-técnico que estructura los funcionamientos

### Alejandra Papandrea

Profesora, Docente y Terapeuta Psicomotricista UNTREF- UNSL- CES-CENTRAR

psicomotores y psicocorporales. En los cuerpos adultos se trata de un cuerpo construido y un sujeto constituido. Se trata de corporeidades en juego y de lecturas por hacer desde la posición interrogante.

- 3 ¿De qué corporeidades adultas se trata en psicomotricidad? ¿De cuerpos contemporáneos psicóticos, autísticos, neuróticos? ¿De cuerpos perversos o de los cuerpos de las psicosis ordinarias, tardías o no desencadenadas? ¿De cuerpos fóbicos, obsesivos, histéricos? ¿De cuerpos maltratados, humillados, abusados? ¿Cuerpos inestables, inhibidos, torpes, “psico-somatizados”?
- 4 No usamos cualquier palabra, tampoco usamos palabras bonitas porque seamos poetas, sin embargo, decimos que todo/a psicomotricista es escritor/a y siempre desde una “corpórica” o anudamiento epistémico, clínico y político. Usamos palabras precisas que hacen a nuestra búsqueda profesional en la especificidad. ¿Cuál es la especificidad de la disciplina psicomotriz? Se trata de una conversación resonante<sup>1</sup>.
- 5 En la psicomotricidad adulta no se trata de una disciplina en construcción o del estudio acerca de los cuerpos evolutivos o en desarrollo. Se trata de una disciplina en conversación continua, donde el otro ya posicionado en su subjetividad es alguien con quien es necesario dialogar (verbal, postural y actitudinalmente) desde una mirada psicomotriz y psicocorporal.
- 6 ¿Y qué significa una psicomotricidad adulta? Significa sentidos del tacto, el olfato, el gusto, la vista y el oído puestos en funcionamiento bajo la mirada de un Otro significativo que nos hace ser

y sentir Uno (y eso, en el mejor de los casos, constituye la imagen del cuerpo a partir de la prehistoria del sujeto.) Significa que hay Otro y los otros en Uno (si se trata de neurosis y en algunas psicosis). Los sentidos que permiten sentir.

- 7 Significa sentidos aportados por el otro en tanto maneras de pensar por (nos) otros cuando aún no podíamos hacerlo nosotros mismos. Ese pensar por sí misma y por ese otro inmaduro o prematuro de la preocupación primaria materna, es lo propio de la Madre (o mejor dicho de la función materna/paterna).
- 8 Significa cuerpo-escritura, cuerpo que ya ha sido escriturado, atravesado por la palabra del otro, pero también por la mirada, el sostén del intercambio postural (intrauterino y cuerpo a cuerpo) en el proceso de gestación y en la temprana infancia, y también entonces atravesado por los contactos. Especialmente durante el primer año de vida, antes de ponernos de pie. Sería lo anterior a la postura propia.
- 9 Se trata del “cuerpo escriturado”<sup>2</sup>, significa entonces que no es posible ya borrar aquello que ha sido inscripto en el cuerpo. ¿Y qué se ha inscripto de todas las vivencias? ¿Qué de las palabras escuchadas ha tomado cuerpo en ese sujeto? ¿Qué de los contactos recibidos ha dejado huellas en la memoria (perdida, amnésica, olvidada) de la historia no historizada del cuerpo?
- 10 En la psicomotricidad adulta no se necesitan test para evaluar funcionamientos (aunque debemos utilizarlos cuando los médicos nos los requieran en los Hospitales, y más aún los psiquiatras en el área de la Salud Mental). Sin embargo, no podemos hacer uso abusivo de los

1. *Lecturas de cuerpos presentes. Conversaciones entre psicomotricidad y psicoanálisis.*

Autores: José Ángel Rodríguez Ribas y Alejandra Papandrea, Ed. Corpora. 2021, España/Argentina

2. “Cuerpo escriturado” retoma la idea de una Escritura pública que es el documento original, el cual el notario lo deja establecido en un libro denominado Protocolo, una vez que las partes han consumado el acto jurídico correspondiente. Es un documento expedido por el notario público con todas las formalidades de la Ley donde se hace constar en dicho documento un determinado hecho o derecho que será autorizado por él. Digo Ley como modo de apelación a una inclusiva y oficial para la disciplina.

test o las pruebas, no podemos “examinar” al cuerpo adulto o “ponerlo a prueba”, porque se trata de “corporeidades que padecen de excesos” (exceso de estímulo, de excitación, de placer o displacer, de tensión o distensión) y eso ya es imborrable en su memoria corporal y en su psiquismo inconsciente.

- 11 Sabemos entonces lo que tenemos que saber en una psicomotricidad adulta: Que no tenemos que saber, que no podemos ponernos en el lugar de esa “Madre Sabia” al decir de Bergés. Porque la Madre Sabia, devoradora, invasiva o a veces expulsiva o abandonica, esa madre ya lo ha lastimado demasiado con ese amor exagerado que es como el desamor (con su amor simbiótico, apasionado o abusivo de poder/saber) o con esa falta de amor o exceso de desencuentro. Sabemos ser “psicomotricistas notarios” aún sin LeY (y mucho más aún cuando la hubiera).
- 12 Se trata entonces de recuperar un sentido para sí, que no sea ser objeto del deseo del otro, ni del goce abusivo y desmedido que penetra sin preguntar en los cuerpos inmaduros, indefensos y dependientes (en los relatos del termómetro o la enema en el orificio anal, con el hisopo o el dedo en orificio auditivo, con la uña en el grano o la cascarita de la piel hasta que sangra, con el pelo encarnado o el orzuelo del ojo, con el diente de leche arrancado de la boca antes de que caiga sólo por su propio peso). ¡Por eso en Nombre del Cuidado, cuidado!
- 13 Se trata del Sentir de cada quién en su Registro Corporal de Sensaciones que no son sólo actuales. Son sensaciones que evocan Representaciones de otro Tiempo, son sensaciones que han sido estimuladas en exceso (en los trastornos

psicomotores), son sensaciones que aún sin recordarlas desde la conciencia (cognitiva y psíquica) se vuelven imperiosa necesidad o hasta adicción, el sujeto quiere más de aquello que lo daña. ¡El auto registro corporal es una Advertencia!

- 14 ¿Cómo crear las condiciones placenteras y fluctuantes para devenir juego y creatividad, relajación y activación, trabajo corporal y experiencias (tal vez desenmascarantes) que reparen los daños ocasionados, que restituyan alegría de vivir? ¿Cómo llevar esos cuerpos rígidos o trabados por el exceso del otro en el cuerpo propio hacia las experiencias del fluir y flexibilizar miradas y palabras? ¿Cómo suavizar o diluir tanta intensidad, densidad, espesura corporal?
- 15 En la inestabilidad psicomotriz y en la inhibición psicomotriz no hay experiencias de placer, al decir de Boscaini. Son cuerpos infantiles, adolescentes o adultos que no conocen el placer, la función estructurante (en la donación por parte del cuerpo adulto de la crianza) sólo ha sido vivenciada como un exceso. El exceso de placer es tóxico (son kilos de chocolate y medialunas, son toneladas de azúcar y miel, son litros y litros de vino, gaseosa o marihuana, tranquilizantes o estimulantes. Son metros de cirugías en el cuerpo y alisados, pulidos, tatuados y planchados. Son miles de relaciones que nunca satisfacen.)
- 16 Si las “vivencias placenteras excesivas” no dan experiencias de placer ¿será entonces que se trata del dolor insoponible y de la angustia intolerable de lo displacentero inevitable en el cuerpo propio? ¿Será ese dolor y angustia que llegan a traducirse en infección, cáncer, ataque de pánico, pérdida de la visión o audición, lesión de órgano o brote

**Sabemos entonces lo que tenemos que saber en una psicomotricidad adulta: Que no tenemos que saber, que no podemos ponernos en el lugar de esa “Madre Sabia” al decir de Bergés.**

Sería entonces la Psicomotricidad la disciplina que propicia que quien consulta por su padecimiento subjetivo, pueda bucear en el propio funcionamiento psicomotriz y psicocorporal.

psicótico (a veces desbordante de ira o violencia injustificable en apariencia)?

17 En la psicomotricidad adulta de los cuerpos jóvenes y de mediana edad, no nos referimos a los cuerpos adultos mayores (que ya se saben “viejos”). Referimos a aquellos/as quienes, más allá de la edad cronológica aún quieren parecer jóvenes y proyectarse a futuro. Se trata de quienes están (estamos) siendo tallados por la cultura occidental y la época, tal vez sin reconocerse a sí mismos en ese proceso estructurante (y desestructurante) del que son (somos) parte inevitablemente cuando “nos preocupamos por vernos bien” (con apariencia o espíritu “joven” y las connotaciones que cada quien otorga a eso).

18 En este campo adulto se trata de recibir y acompañar (desde posiciones inéditas en la relación con el otro) aquello que se presenta como “una organización o estructura psicomotriz y psicocorporal”. Porque no es posible ya borrar lo que se ha inscripto y “escriturado” como trazo subjetivo y corporal. Se trata en todo caso de “re-trazos”, al decir de José Ángel R. Ribas. Volver a escribir, a graficar, a dibujar a colorear, a “imprimir nuevas experiencias” que a modo de actos de reparación habiliten experiencias de placer (no de excesos, ni de abuso de presencia, ni de abuso de ausencia)

19 Sería entonces toda terapia psicomotriz y psicocorporal, un intento de promover y acompañar nuevas Experiencias corporales y subjetivas, que den lugar a nuevas o inéditas maneras de relacionarse consigo mismo y con los otros. Maneras de pensarse a sí mismos (toda una epistemología propia), y por lo tanto de funcionar en el espacio/tiempo del movimiento en cada contexto (maneras

de funcionar o modalidades corporales, funcionamientos propios o habitualidades). Considerando, al decir de José Ángel R. Ribas, que las maneras de decir y hacer son políticas y éticas.

20 Sería entonces la Psicomotricidad la disciplina que propicia que quien consulta por su padecimiento subjetivo, pueda bucear en el propio funcionamiento psicomotriz y psicocorporal. Decimos con José Ángel R. Ribas, ¿cómo sucedió el pasaje de la pulsión al fantasma, de la activación motora a la actividad motriz espontánea?<sup>23</sup> del cuerpo organismo al cuerpo en tanto Corporeidad, especialmente en el primer año de vida, cuando la motricidad no era aún un trazo (es decir, cuando la necesidad no era aún demanda, cuando el cuerpo era pura pulsión en busca de alojarse, o defenderse, en el fantasma).

21 Por lo antedicho es que trabajamos en el abordaje psicomotor de los cuerpos adultos con el Mapa Fantasmático Corporal (MFC)<sup>4</sup>. Y más aún en la terapia psicocorporal desde la perspectiva clínica. Aunque siempre lo empleamos quienes nos formamos con el uso del mapa (y las máscaras) desde la orientación psicoanalítica, muchas veces “sin saber” porque se vuelve tan útil.

¿Debemos considerar seriamente esta herramienta creada por Elina Matoso, ya que no sólo implica un modo de uso de una técnica dada, sino su valor de proyección (y su correlato de lectura e intervención oportuna en el encuadre terapéutico) de la Imagen del cuerpo?

22 Es evidente, que la terapia psicomotriz y psicocorporal con adultos requiere de herramientas técnicas, pero nunca del uso de técnicas de modo exhaustivo, porque puede resultar “abusivo” (es

3. Rodríguez Ribas, J.A. (2020) *Re-trazos en el aire. Estudios sobre clínica psicomotriz de orientación lacaniana*. Bs As, Ed Corpora.

4. Matoso, E. (2001) *El cuerpo, territorio de la imagen*. Bs As, Ed. Letra Viva

decir resonar en la historia subjetiva y corporal del pedido del otro, o de la modalidad de dar o donar sin preguntar o respetar). Por eso no podemos “exigir” que el adulto que está dibujando o mapeando su cuerpo lo haga bien, o no se pueda equivocar (es decir no autorizar la experiencia del error). Al decir de R. Murcia<sup>5</sup>, se trata de “olvidar lo aprendido” para dar lugar a lo espontáneo a partir de una propuesta, sugerencia o consigna. Nunca es una imposición ni un orden. Se trata ni más ni menos que de una re-presentación del cuerpo en tanto territorio de la imagen (si estuviera unificada).

- 23 El mapa fantasmático corporal (MFC) desde la mirada psicomotriz es representación figurativa de la relación primaria con el otro. No intenta lograr una producción prolija ni estética, no busca hacerlo lo mejor posible ni de una determinada manera sino simplemente hacerlo, dejarse llevar por donde el trazo emerge espontáneamente como un re-trazo que ya no está en el aire. Es decir que ya no es pura pulsión ni pura motricidad (o activación motriz). Es una sensación representada, es imagen proyectada, es creación y producción de sentido. Es puente entre cuerpo y postura, entre impulso motriz e inscripción de la huella del otro en el cuerpo propio, es trazo o re-trazo que emerge de lo espontáneo, de la memoria corporal o inconsciente del cuerpo, y que permite ligar cuerpo y palabra.
- 24 Es mapa de un cuerpo-territorio, es zona privilegiada en la reconstrucción entre el sentir y el pensar, entre lo dicho y lo no dicho (o también de lo indecible de lo real). Un posible “nexo, puente o lazo” en ese anudamiento real, simbólico, imaginario

pero que da sustento a la imagen del cuerpo y la confirma (o conforma). Es registro y testimonio (no test), es mapeo (¡y no teste!) de aquello que ha sido impreso como escritura indeleble (o imborrable) en la corporeidad que somos. Es sucesión en el tiempo, continuidad y detención, pausa para mirar y demora para seguir.

- 25 ¿Cuáles son entonces las herramientas teórico-técnicas para una psicomotricidad adulta? Las mismas que utilizamos en la infancia, pero no se trata ya de un cuerpo en construcción sino de un “cuerpo escriturado” donde lo más dinámico no son las habilidades motrices sino la imagen del cuerpo. Son las mismas lógicas de lo psicomotor y lo psicocorporal las que nutren este abordaje, se trata entonces de la observación y la escucha, la relajación y el trabajo corporal, las resonancias tónico-emocionales y el jugar espontáneo, la implicación y el deseo, la disponibilidad corporal y el diálogo tónico postural, la transferencia y la distancia operativa, los recursos técnicos y la relación con el otro.
- 26 Debemos distinguir entonces Encuadre y Dispositivo<sup>6</sup>, no es el mismo modo de iniciar una sesión, ni de tratar con pacientes o consultantes de la etapa infantil o adolescencia, joven, etc., se trata de un adulto frente a otro adulto y los fenómenos transferenciales y contratransferenciales, las defensas y las resistencias puestas en juego para cada quien en la superposición de dos zonas de juego (en el mejor de los casos), un “entre dos” que supone cierto grado de autonomía y responsabilidad por el hacer/decir en ese marco de espacio/tiempo del encuentro.
- 27 ¿Y qué hay del padre o la función paterna (la metáfora del Nombre del Padre) la terceridad en ese “entre dos” en la psico-

**El mapa fantasmático corporal (MFC) desde la mirada psicomotriz es representación figurativa de la relación primaria con el otro.**

5. Murcia, Raymond. Visita a UNTREF organizada por Susana Ferrares en el año 2010.

6. Dispositivo: según entendemos con M.Foucault es todo aquello que tiene, de una manera u otra, la capacidad de capturar, orientar o determinar una praxis. En este sentido pensamos que el Mapa Corporal creado por E. Matoroso no puede constituirse en un mero test, ni es sólo una técnica que se aprende o un recurso que se atraviesa por el propio cuerpo, sino que constituye un Dispositivo de abordaje psicomotor y psicocorporal, particularmente en la Clínica con adultos en psicomotricidad.

**Será útil ubicar los conceptos centrales que atraviesan el uso del mapeo corporal y lo vuelven tan útil a la práctica en la clínica psicomotriz.**

motricidad de cada quién? ¿Quién es entonces el Padre de la psicomotricidad? ¿Quién ordena nuestro deber hacer en la ética de nosotros/comunidad? ¿Wallon, Freud, Bergés, Lacan, Aucouturier, Lapierre, Foucault, Nistche, Spinoza, Deleuze, Derrida, Dupré, Costallat? La psicomotricidad no tiene un padre reconocido en la función estructurante sino varios (más de uno) que unen y retoman los pedazos sueltos y nos ayudan a hilvanarlos (nos).

28 Sin embargo, podemos decir algo cierto para cualquier psicomotricista, que **“la Madre de la Psicomotricidad es la Experiencia”**<sup>7</sup> es decir aquella vivencia (de placer, exceso de placer o displacer, y su correlato en la tensión-distensión y sus polarizaciones en el tono muscular y visceral) que origina y funda cuerpo dando sentido humano y humanizante a todo ser vivo de esta especie a la que todxs pertenecemos en una época y cultura dadas.

## Parte II

Dicho esto, que antecede a modo de Decálogo quisiéramos dejar sentado que nada sirve en psicomotricidad que no haya sido antes “probado”, no a modo de prueba como examen, testeo o verificación comprobable sino atravesado por el propio cuerpo, es decir “probado” como saboreado o experimentado por los propios sentidos. Dicho de otro modo, si el psicoanalista se vuelve tal por su ser psicoanalizante y psicoanalizado, es la propia posición que da la experiencia en nuestros propios cuerpos adultos aquella que nos autoriza a la función de terapeutas. Se trata de un cuerpo historizado, re-trazado, escuchado y re-pensado en la re-lectura de sí mismo, un cuer-

po que está modelado y transformado por su paso por la formación personal-corporal como psicomotricista. Por ello no es posible implementar en otros cuerpos ninguna técnica ni recurso que no haya sido antes transitado por cada quien que se ofrece desde el rol profesional.

**Acerca del uso del mapa del cuerpo<sup>9</sup> en psicomotricidad con adultos (y en todo el ciclo vital).**

Será útil ubicar los conceptos centrales que atraviesan el uso de este recurso y lo vuelven tan útil a la práctica en la clínica psicomotriz. Así como tener en cuenta el cómo, cuándo y quién hace uso del mapeo corporal en la práctica clínica (o también educativa o comunitaria) en Psicomotricidad. El “mapeo corporal”, como nos gusta nombrarlo cotidianamente en la práctica profesional, sirve para establecer un testimonio y seguimiento de los procesos en juego en los tratamientos psicomotores y psicocorporales, en todo el ciclo vital y especialmente en adolescentes y adultos.

### Consignas:

Se ofrece a la persona el dibujo de una silueta en tanto un contorno corporal humano que marca un adentro y un afuera del espacio gráfico (a modo de fotocopia en hoja de fondo blanco tamaño A4)

Se ofrece estuche de lápices, lápiz, sacapuntas, lápices de colores, crayones y fibras.

Si la persona pide goma de borrar o tipex liquido, se puede brindar de acuerdo al caso por caso.

Opciones según lo que se considere oportuno:

- 1 Complétalo como puedas/ quieras
- 2 Mapeo de sensaciones corporales (se pue-

7. Experiencia: en el texto Sobre la Experiencia de Jorge Larrosa, publicado por la Universidad de Barcelona en 2003.

8. Decálogo: Conjunto de reglas que se consideran básicas para una actividad. Parafraseando a Daniel Calmels en el *Decálogo de la Niñez, Infancias del Cuerpo* Ed. Puerto Creativo, Bs As 2009.

9. *Mapas del cuerpo*, 2013, E. Matoso y M. Buchbinder, Ed. Letra Viva

de hacer antes y después de una propuesta de juego, relajación o trabajo corporal)

3 Dibuja una foto de sí mismo/a/e.

Luego se suele pedir que la persona comente:

- Cómo se sintió al hacerlo.
- Qué quiso representar.
- Qué imagen descubre al mirar su producción.

No se realizan lecturas apresuradas ni inferencias ligadas a sentidos socialmente establecidos acerca de colores o formas.

Se acompaña la descripción verbal con preguntas o comentarios generales.

Se pide que escriba un relato detrás de la producción grafoplástica a partir de algunas preguntas orientadoras, por ejemplo:

- ¿Quién es?
- ¿Qué edad tiene?
- ¿Que identidad de género?
- ¿Qué le pasa?
- ¿Dónde está?
- ¿Con quién está?
- ¿Cómo se siente?
- ¿Qué quiere hacer?
- ¿Es una foto o representación actual, pasada o futura?
- ¿Qué palabras pondrías?
- ¿Cómo lo llamaría si fuera un personaje?
- ¿Cómo sería la escena siguiente o anterior?
- ¿Qué agregaría o cambiaría?
- ¿Quiere dejarlo o llevarlo a su casa?

Se puede armar una carpeta con los mapas realizados en el tratamiento psicomotor a modo de testimonio de lo trabajado o aspectos a trabajar.

El Mapa Fantasmático Corporal o Mapa del Cuerpo constituye no sólo un recurso



o mediador del abordaje psicomotor y psicocorporal en el campo adulto sino todo un dispositivo de abordaje en los ámbitos de la Salud Mental, en área Comunitaria y Educativa, para todo el ciclo vital en Psicomotricidad.

### Bibliografía

- Calmels, D. (2009) *Decálogo de la Niñez, Infancias del Cuerpo*. Bs As. Ed. Puerto Creativo.
- Matoso, E. (2001) *El cuerpo, territorio de la imagen*. Bs As, Ed. Letra Viva
- Matoso, E.; Buchbinder, M. (2013) *Mapas del cuerpo*. Ed. Letra Viva
- Rodríguez Ribas J.A.; Papandrea, A. (2021) *Conversaciones entre psicomotricidad y psicoanálisis*. Bs As . Ed. Corpora.
- Rodríguez Ribas, J.A. (2020) *Re-trazos en el aire. Estudios sobre clínica psicomotriz de orientación lacaniana*. Bs As. Ed Corpora.

No se realizan lecturas apresuradas ni inferencias ligadas a sentidos socialmente establecidos acerca de colores o formas. Se acompaña la descripción verbal con preguntas o comentarios generales.