



La vida es Danza

El arte y la ciencia de la Danza Movimiento Terapia

Hilda Wengrower y Sharon Chaiklin (coord.)

Barcelona: Gedisa, 2008, 382 páginas

Montserrat Guàrdia i Porcar

Este es un libro coral, riguroso y completo que recoge contribuciones de diferentes autores, todos ellos danzaterapeutas, basadas en su experiencia profesional y partiendo de su bagaje teórico personal.

El libro ofrece, en lengua castellana, la posibilidad de conocer una nueva profesión interdisciplinar donde el arte del movimiento, la danza y la psicología se entrelazan para ofrecer una herramienta terapéutica a distintos campos de la salud mental. Y muestra también la sólida formación en psicología, psicoterapia y lenguajes del movimiento de sus autores, a la par que su deseo de transmitirlos a nuevas promociones de danzaterapeutas.

Para aquellos profesionales que procedemos de otras disciplinas terapéuticas, adentrarnos en los contenidos del libro se vuelve sugerente y sin lugar a dudas enriquecedor. Creo interesante recoger al principio de esta reseña la descripción de danza que hacen las coordinadoras del libro, entendiéndola como un movimiento corporal, en su sentido más amplio, que responde a sensaciones internas del individuo o a la percepción de estímulos externos, con una duración y espacio delimitado, y entendido como un elemento comunicativo consciente o inconsciente.

El libro está dividido en tres partes. La primera de ellas recoge conceptos básicos de la DMT, su historia y su diferencia con otras terapias corporales. La segunda muestra experiencias clínicas en diferentes ámbitos asistenciales y una tercera parte que se ocupa de aspectos técnicos en relación a distintos métodos de observación del movimiento y otras cuestiones más estrictamente profesionales.

A lo largo del libro el lector va sumergiéndose en un mundo de sensaciones y vivencias en el que Chodorow, en su capítulo, nos invita a jugar, usando nuestra imaginación para recordar nuestras propias experiencias, a través de la lectura de las descripciones que va haciendo. En dicho capítulo se examina la relación que existe entre las emociones,

la imaginación y su expresión corporal, tomando como punto de partida la teoría de los afectos de Stewart (analista Jungiano) y que concluye diciendo:

[...] La DMT está entrelazada con la imaginación social, la imaginación relacional y las experiencias interactivas, el trabajo con la dinámica de la proyección de la sombra (el inconsciente) y otras proyecciones de la transferencia recíproca entre paciente y terapeuta. Se trata de la imaginación empática, del mundo global de fantasías que todos tenemos en relación con los demás.

H. Wengrower nos ofrece un interesante capítulo donde describe diferentes aspectos psicológicos del proceso creativo desde la psicología y, en especial, desde el psicoanálisis, sin adherirse a una escuela determinada. Describe la DMT como una forma terapéutica que se relaciona no sólo con el cuerpo presente y observable, sino con el simbólico y fantasmático, acompañando al paciente en la búsqueda de la emoción que ese gesto expresa o reprime. A partir de la comparación hecha por Freud entre la actividad del artista y la del niño que juega, en el sentido de que ambos crean un mundo fantaseado con el que se relacionan sin perder el contacto con la realidad, discurre por las ideas de diferentes autores, cuyas aportaciones forman parte del marco teórico referencial de la DMT.

Los ejemplos clínicos que muestra, analizados desde el proceso creativo que se despliega en la sesión, como parte del proceso terapéutico, presentan similitudes a lo que en una psicoterapia verbal, denominaríamos asociación libre, donde también aparecen los fenómenos de transferencia y contratransferencia, pero tal como ella describe en este caso con la presencia activa del cuerpo en el proceso y las fases de cambio.

Ante la realidad de ese despliegue emocional del paciente y la aparición de ansiedades a veces complejas en su manejo, me parece no sólo acertada





sino imprescindible la demanda con que la autora finaliza su capítulo: «Es necesario tolerar la incertidumbre de la incompreensión.

Los profesionales de la DMT deben tener su propia terapia, su supervisión y una formación continua en temas de psicología, bailar y conocer técnicas actualizadas de movimiento».

El capítulo cuatro escrito por D. Fischman describe cómo utiliza la DMT las funciones intrínsecas de todo proceso terapéutico: comprender, conocer e interpretar para aliviar el sufrimiento humano. La autora describe el encuentro terapéutico de una manera similar a cualquier otro encuentro terapéutico, que tenga como instrumento de comunicación la palabra. En este caso, el movimiento y la danza permiten trabajar con la conciencia de las experiencias corporales, donde éstas emergen, o donde se recrean y repiten. Reflexiona también sobre cómo se entiende el concepto de transferencia desde esta disciplina.

Su enfoque coincide con aquellos modelos teóricos que además del nivel pulsional y representacional, incluyen aspectos intersubjetivos presimbólicos. La DMT, nos dice, propone un dispositivo teórico-clínico para operar allí donde las palabras no son suficientemente comunicativas, favoreciendo la instauración de un tipo de transferencia que opera en un nivel psicocorporal, y rescatando las vivencias que quedaron congeladas en el cuerpo a través de contracturas crónicas que inhibieron movimientos.

Sustenta la técnica de *espejar*, utilizada en la DMT y que consiste en reflejar las percepciones de los movimientos del otro con los propios, en los hallazgos de las neurociencias sobre el funcionamiento de las neuronas en espejo, y su relación con la intersubjetividad y la empatía.

Es interesante la relación que destaca con el concepto de *entonamiento afectivo transmodal* de Stern, que ella entiende como una serie de conductas espontáneas que dan lugar a un encuentro, donde se comparten estados afectivos y que se basan en la creación de cadencias y secuencias de conductas recíprocas, generadas en la relación madre-niño, que se constituyen como modalidad de funcionamiento del *self* a lo largo de la vida.

A mí me ha recordado la aportación hecha por Júlia Corominas (1991) en sus estudios sobre etapas muy precoces del desarrollo mental. Ella explica que para poder mentalizar las diferentes sensaciones corporales, que en un primer momento han impactado en el cuerpo, y poder dar el paso de

la sensorialidad al desarrollo del pensamiento, esas sensaciones deben ser vividas y compartidas en la relación con otra persona, principalmente la madre con su bebé, de lo contrario pueden quedar como percepciones físicas vividas sólo en el cuerpo, y provocar modificaciones conductuales inconscientes, que suelen despertar una fuerte ansiedad.

D. Fischman describe el proceso terapéutico, como una experiencia afectiva-cognitiva-creativa que implica una aventura compartida, descripción con la que creo coincidiríamos muchos, y que a mi parecer es independiente de las técnicas concretas que se utilicen en la terapia. A partir de aquí va definiendo su aplicación concreta en la DMT.

En la segunda parte del libro se exponen aplicaciones de la DMT a diferentes poblaciones. Cada uno de los capítulos describe modos y técnicas adecuados a diferentes tipos de usuarios.

En el capítulo cinco, P. Capello describe un modelo intra/interactivo de trabajo en DMT. [BASICCS] aplicado a pacientes psiquiátricos adultos.

En un cuadro muy claro y preciso (página 102) refleja distintos aspectos que ella considera necesarios alcanzar para conseguir el desarrollo óptimo del *self*. Dichas categorías se interrelacionan, no son independientes, ni pueden existir como entes separados.

Describe, más adelante, cada uno de los conceptos y las técnicas utilizadas para estimular su desarrollo aclarando que, aunque la DMT es una forma no verbal de psicoterapia, no es una experiencia muda, y a menudo es necesario utilizar la palabra para desarrollar procesos cognitivos y de pensamiento.

Creo que eso nos plantea también numerosas preguntas que me gustaría hubieran desarrollado, por ejemplo sobre en qué momento de un proceso terapéutico es más útil la técnica de la DMT y en qué momento podría dar paso a una técnica más verbal, de manera similar a lo que ocurre en los tratamientos con niños, en los que el juego incluye cada vez más el razonamiento verbal.

Sin entrar en más detalles señalar que la autora parte de un proceso de diferenciación y reconocimiento corporal, estancado o desarrollado defectuosamente, cuyo inicio sitúa en el niño pequeño por su escasa definición inicial de sus fronteras corporales. Estudios recientes sitúan ya los inicios del proceso de diferenciación, precisamente a nivel corporal, en etapas mucho más precoces, incluso fetales, de las que el individuo va tomando conciencia poco a poco.





En el capítulo 6 la autora desarrolla una serie de consideraciones teóricas que pueden incidir en la práctica de la DMT, tomando como punto de referencia la descripción que D. Shapiro hace sobre el concepto de *estilo* en su libro *Neurotic Styles*.

Conecta dicha noción, con la utilización que ella hace, en sus tratamientos, de la metáfora, ejemplificándola con sus pensamientos, a lo largo de la descripción de algunos momentos de las sesiones de terapia, francamente interesantes, pues muestra el manejo que de las ansiedades del paciente hace el terapeuta, de una manera clara y atrayente, lo que siempre es de agradecer.

V. Dascal prosigue con un análisis más amplio de la noción de estilo de Shapiro, tomándola de nuevo como base, para fundamentar una praxis. Según sus propias palabras «[...] la praxis de una forma de psicoterapia corporal cuyo núcleo consiste en percibir la acción humana como esencialmente interactiva e integrada [...]»

Los capítulos siguientes inciden en el abanico de posibles intervenciones psicoterapéuticas a partir de la DMT. En ellos, D. Dulicai nos habla de la observación del movimiento en los tratamientos de familias, a partir de un modelo sistémico, S. Tortora de la utilización de la DMT en el tratamiento de niños pequeños, H. Hill de personas afectadas por demencia y C. Berrol de la rehabilitación para personas con lesiones cerebrales. Todos ellos francamente interesantes deben ser leídos atentamente por la gran cantidad de material clínico que aportan de su experiencia profesional.

En la tercera parte se nos ofrecen tres métodos concretos y otros recursos técnicos para los profesionales de esta disciplina.

E. Queyquep White describe las teorías del movimiento de R. Laban, bailarín, artista, arquitecto, matemático y docente.

El siguiente capítulo presenta el *Perfil del Movimiento de Kestenberg* [KMP] que permite a la DMT un sistema para la anotación e interpretación de los patrones de movimiento, ayudando al clínico a comprender mejor el comportamiento preverbal y el no verbal. Su uso, bastante complejo y requerido de una buena experiencia, permite comprender la secuencia de las fases del movimiento típicas en el desarrollo y capacitar al terapeuta para ofrecer un ambiente donde se ayude al proceso evolutivo.

En el desarrollo del individuo ha identificado diez patrones rítmicos que se corresponden con cada una de las cinco etapas principales del desarrollo [oral, anal, uretral, genital interna y genital externa]

Dichos ritmos son: succionar; morder; contorsionar; apretar/soltar; correr/deslizar; iniciar/detener; oscilar; emerger/alumbrar; saltar; arrancar/embestir. La comparación de esos patrones, que pueden darse combinados, aunque en cada etapa se observa una preponderancia de un tipo de ellos, permite poner de relevancia áreas de complementariedad o de conflicto, dentro de la relación.

Dicho sistema ofrece, pues, un marco conceptual evolutivo parejo a un modelo psicodinámico, muy interesante, al proporcionar información sobre posibles manifestaciones concretas en los patrones de movimiento de cada individuo, del manejo de sus afectos, defensas, relaciones objetales, etc. Finaliza ofreciendo algunos modelos concretos de intervención en algunas patologías como el autismo.

Y Shalar-Levy nos introduce en un modelo para el análisis e interpretación del comportamiento motor emocional [EMOTORICS], fruto de sus investigaciones. Tal como ella misma nos define, claramente diferente a los de Laban y Kestenberg descritos en los capítulos anteriores. Se basa para su desarrollo en los estudios llevados a cabo sobre el cuerpo en movimiento (Feldenkrais, Hunt y Gessell), paradigmas psicoanalíticos emocionales y evolutivos (Freud, Mahler, Winnicott, Khan y Kohut) y finalmente conocimientos procedentes de las neurociencias e investigadores del cerebro contemporáneos. Incide en sus potencialidades diagnósticas y terapéuticas ofreciéndonos un valioso material clínico que lo ejemplifica.

Los siguientes capítulos ofrecen reflexiones acerca de los distintos contextos culturales donde se practica la DMT y la influencia que pueden tener sobre su práctica.

En el capítulo quince, distintos profesionales valoran la experiencia de introducir esta disciplina en sus centros. Todos ellos lo hacen positivamente, insistiendo en la necesidad de estar abiertos a nuevas técnicas, rigurosas y validadas, que amplíen las posibilidades terapéuticas y les permitan abordar mayores áreas de población.

Nos encontramos con un libro interesante, imprescindible para los profesionales de la DMT, pero que despierta interrogantes a profesionales de otras disciplinas que nos ayudan a pensar. En cualquier terapia que utilice la palabra o el juego, está el cuerpo, un cuerpo que también habla, lenguajes corporales, que a veces damos en denominar lenguajes paralelos, que es necesario *escuchar* para entender al individuo en su totalidad. A menudo, dichos lenguajes abren un camino para comprender situaciones vividas, cuando no existía





el lenguaje verbal o al cual no han podido acceder por la intensidad de la ansiedad que las acompañaba, y que han permanecido en el cuerpo como una sensación no mentalizada.

No se suele comentar la bibliografía que recoge un libro, pero cuando en él aparecen numerosos conceptos teóricos procedentes de otras disciplinas, que evidentemente no pueden ser desarrollados, encontrarnos con una bibliografía actual y completa que nos permita acceder y profundizar en aquello que más nos haya interesado, es también un inesperado regalo.



Montserrat Guàrdia i Porcar

Llenguadoc 82, 1º 2ª

08030 Barcelona

Tel. 93 346 71 83

mguardia@copc.es

