

Supuestos básicos de la Danza Movimiento Terapia

por Diana Fischman, PhD., BC- DMT

La Danza Movimiento Terapia surge del trabajo de bailarinas formadas en la línea expresionista que, influenciadas por el psicoanálisis, la teoría de la gestalt, la psicología profunda, la bionérgica, el contexto sociocultural y su propio sentido común, inauguran el trabajo en Danza Movimiento Terapia con poblaciones diversas, invitando a la danza en el ámbito del hospital psiquiátrico (Chace, Schoop en Chaiklin, & H. Wengrower, 2009), del hospital general (Bartenieff, 1890) o del estudio de danza que se transforma en consultorio (Whitehouse, 1999). Vemos entonces como la DMT surge en la experiencia, en la práctica de la improvisación en danza, en la creatividad, con un espíritu sanador. Son las discípulas quienes se ocupan de desarrollar un marco teórico que sustenta esta modalidad terapéutica y psicoterapéutica. Parten de afirmaciones básicas que las pioneras ofrecen en sus escritos y de las experiencias en las que convivieron como aprendices directas, en el ámbito mismo en que se iba gestando la DMT, oportunidad en la que conocieron por vivencia personal, el espíritu y la intención de sus maestras.

Una presentación posible de la Danza Movimiento Terapia

Es sencillo y muy complejo a la vez hacer una presentación de la Danza Movimiento Terapia. Podemos definirla junto a la Asociación Americana de Danza Terapia, quien ofreciera la primer definición, como *"el uso psicoterapéutico del movimiento en un proceso que persigue la integración psicofísica del individuo"* (ADTA,1967), o decir que se trata del *"movimiento sentido y los sentidos del movimiento"* (Fischman 2008) aludiendo a que focaliza la percepción sensomotriz en su intrincación con el significado de la experiencia. De este modo tenemos para comenzar, dos definiciones cerradas casi crípticas que necesitan expandirse, clarificarse. La Danza Movimiento Terapia, en tanto abierta, se enriquece por las múltiples y muy diversas conexiones que se establecen entre saberes provenientes de las disciplinas del campo del movimiento corporal y de las ciencias humanísticas como la psicología, la antropología, psicología del desarrollo, el psicoanálisis y la neurociencia. Se amplifica y enriquece por disponer de fronteras difusas, sin embargo no pierde su identidad y especificidad. Se mantiene viva y se halla en continua evolución, casi como el movimiento mismo.

Realizando un movimiento pendular iremos del análisis a la síntesis, de enlistar los elementos que la componen a visualizar el sistema que constituye; sabiendo de la imposibilidad de lo uno sin lo otro. Será la forma de presentar esta disciplina y profundizar acerca de algunas de sus premisas básicas. A la vez se trata de formular una propuesta interactiva que estimule, a quienes comparten el interés por la DMT, a tomar alguno de los elementos presentados para encarar un juego de investigación, profundización y creación como el que se irá presentado.

Acerca de los supuestos básicos que sustentan a la Danza Movimiento Terapia como práctica clínica.

Sintetizando los supuestos básicos de la Danza Movimiento Terapia, propuestos por las pioneras norteamericanas, hacia fines de la década del 40, para fundamentar sus prácticas con poblaciones diversas, nos encontramos con que consideraban **que:**

1. el movimiento es vida
2. la Danza es comunicación.
3. expresarse es una necesidad básica humana.
4. pertenecer o participar son necesarios para una vida saludable.
5. la mente y el cuerpo se afectan recíprocamente.
6. el espejamiento del movimiento de otro sujeto facilita la comprensión del mismo (empatía kinestésica).
7. ampliar el espectro de cualidades de movimiento favorece disponer de mayores recursos para la vida.
8. el movimiento, el gesto y la postura involucran simbolismos.
9. cada sujeto tiene una firma personal o un patrón de movimiento propio.
10. nos movemos y somos movidos (hay movimientos que decido y movimientos impulsados por recuerdos o deseos inconscientes).
11. partir de los recursos existentes (aspectos sanos, capacidades, habilidades de la personalidad) promueve la ampliación de los mismos.
12. el movimiento genuino facilita el bienestar.
13. el cuerpo tiene memoria a la que se puede acceder.
14. la creación artística es un canal de sanación.
15. es más importante la *experiencia* que las explicaciones o interpretaciones.

Aquí se presenta un trabajo en proceso, cuyo objetivo es realizar una revisión de estas afirmaciones sostenidas por quienes gestaron la DMT, a la luz de las teorías e investigaciones contemporáneas de los campos de la psicología del

desarrollo temprano, los avances en neurociencia y del cognitivismo post-racionalista, que refrescan y dan nuevo sustento y nuevas formas para describir y fundamentar los supuestos básicos que operan en DMT.

La propuesta implica reflexionar, tomando uno a uno los conceptos enunciados, para posteriormente ver como se van entretrejiendo en un entramado sólido de conocimientos, que es a la vez poroso y abierto, dado que se trata de una concepción viva, que se mueve y transforma en congruencia con el entorno o contexto mayor del conocer humano, ideado como una práctica en reflexión permanente. En esta oportunidad presento los ocho primeros puntos enunciados.

1- **Acerca del Movimiento**

El movimiento es pervasivo a la vida. No hay vida sin movimiento. El no movimiento implica lo inorgánico o la muerte. Somos seres auto-movientes. Nos movemos desde una fuerza interior que nos impulsa. En este sentido somos autónomos. También nos pueden mover como a cualquier otro tipo de cuerpo. Llegamos a decidir algunos de nuestros movimientos a la vez que somos movidos, como diría Groddek, por las fuerzas del "ello" (Groddek, 1968).

Como sistemas vivos nuestra condición de existencia implica la continua producción de nosotros mismos. Varela (1997) y Maturana (1976, 2002) biólogos e investigadores chilenos, designan y describen este proceso como ***autopoiesis***. Cada organismo vivo desarrolla movimientos, procedimientos u operaciones que los definen como tales, distinguiéndolos de otros sistemas. La *autopoiesis* implica los aspectos invariantes o conservados que se reproducen recursivamente dando identidad durante toda la existencia del organismo, hasta que acontece su muerte. Estos autores sostienen que los seres vivos son redes de producciones moleculares en las que las moléculas producidas generan con sus interacciones la misma red que las crea mientras que los sistemas se acoplan a su entorno.

Cuando estos sistemas, cuya estructura se conserva y auto regenera en el interaccionar con el medio, son estimulados por factores externos, su reacción o el modo en que son afectados depende de la misma. Esto implica que los organismos son sistemas cerrados, autónomos "*perseverando en su ser*", dicho en términos de Baruj Spinoza (Deleuze, 2004).

Sin embargo se nutren tomando energía externa ya que sufren desequilibrios que deben compensar (Maturana, 2004). Las partes de la estructura se mantienen también comunicadas entre sí como subsistemas interrelacionados que se autorregulan mutua y continuamente, a través de operaciones que tienden a conservar la identidad e integridad del sistema (trátase de una célula, un organismo, un ser humano o una comunidad). Con solo imaginar el funcionamiento del organismo humano y los subsistemas que lo componen, notamos que son mutuamente interdependientes y las tareas de unos posibilitan la de otros sistemas; a pesar de diferenciarse y realizar tareas complementariamente. Sintetizando, podemos decir que como organismos vivos, los humanos somos sistemas cerrados operacionalmente, pero estamos abiertos al suministro e intercambio de *materia - energía* con el medio. Somos capaces de amoldarnos o de reaccionar contra el medio. Como DMTs¹ estamos interesados en los procesos dinámicos o patrones de movimientos que relacionan conectando o separando las partes del sistema, como así también en los movimientos que realiza el organismo, para encontrar en el medio los nutrientes necesarios. En otros términos, focalizamos sobre los procesos comunicativos explícitos, pero fundamentalmente los implícitos, manifiestos en las formas no verbales de expresión, en los patrones relacionales con que nos afectamos mutuamente, sujeto - consigo mismo, sujeto - sujeto, sujeto - medio, sujeto - comunidad, comunidad - comunidad (relaciones intra - inter y transpersonales).

Focalizar los patrones de movimiento e interacción social, nos permite reflexionar acerca de nuestros modos de vivir y ser, tomar conciencia de qué conservamos y qué desechamos, qué hace a nuestra identidad humana y qué nos aleja de ella. Reconocer qué variaciones y particularidades culturales, sociales, históricas, determinan nuestros movimientos o accionar actual. Darnos cuenta que ese patrón recursivo determinará nuestros futuros movimientos, nos lleva a responsabilizarnos y producir las modificaciones necesarias y posibles dentro de la contingencia que nos toca vivir. Notar cuál es nuestro repertorio disponible de movimientos y ampliar el espectro en cuanto a variedad y a matices es la tarea que desarrolla la DMT. Al reconocer las fortalezas y debilidades la conciencia posibilita decidir sobre la parte que dominamos. Se trata de encontrar la mejor acción o la acción eficaz que posibilite satisfacer nuestras necesidades humanas vitales.

Estos movimientos recursivos equivalen a dinámicas de esfuerzo o patrones

¹ En este texto se aludirá a la Danza Movimiento Terapia como DMT y a los profesionales danza movimiento terapeutas como DMTs y DT

de movimiento que se han fijado en el repertorio de la especie. Heredados filogenéticamente, y adoptados a través de la historia natural, viven como potencialidad en cada nuevo individuo. Distintas especies animales han desarrollado patrones peculiares de movimiento, la repetición de estos ha moldeado su estructura corporal, constriñendo y posibilitando su repertorio propio de acción, a la vez que su estructura corporal determina los hábitos de movimiento de su especie. Laban sostiene (1987) que también los cuerpos humanos se han delineado por los hábitos del esfuerzo que desarrollan en su relación con el medio a través de la historia. Vemos como coinciden Laban y Maturana (1984) al afirmar que es condición última de la naturaleza humana hacerse continuamente a sí misma; a través de este proceso recursivo continuo se genera la autodescripción de lo que se hace. Subrayamos junto a Maturana que el movimiento, la acción, el hacer, son el modo en que conocemos y somos. "*No es posible conocer sino lo que se hace*" (Maturana, 1984 pp -27) (en Fischman, 2005).

El ***fluir*** ha sido asociado con libertad, bienestar, ausencia de obstáculos, vía libre para el despliegue de la potencialidad. Este concepto ha sido definido, tanto como una de las cualidades del movimiento descrito por Rudolf Laban, como por los aportes contemporáneos de Mihaly Csikszentmihalyi (1990) quien relaciona los *estados de la experiencia óptima* con el *fluir*. Se trata de momentos de concentración plena, sentimiento de gozo creativo, de sentirse absorto en lo que se está haciendo. Momentos en que se siente el despliegue de la propia potencia. Está presente la sensación de estar en control sin controlar, sin esfuerzo. El *fluir* implica momentos en los que el rendimiento es máximo, en que el ego parece desaparecer y el paso del tiempo es imperceptible. Csikszentmihalyi manifiesta que se trata de un *estado de conciencia* imbuido en un accionar sin resistencias ni obstáculos.

Laban, quien fuera el precursor de la danza moderna alemana, creador del sistema Effort & Shape, sostiene que el *flujo* energético del movimiento fluctúa entre el control y la libertad, aludiendo a las variaciones con que la energía se desplaza. La cualidad de *flujo* tiene implicancias cuantitativas en relación a la cantidad de energía en juego, y cualitativas en relación al grado de control con que la energía puede circular. En este sentido se habla de dos extremos: "*flujo libre*", sin obstáculos en la circulación, el que generalmente se caracteriza por manifestarse en movimientos que se originan en el centro del cuerpo y se dirigen hacia la periferia del mismo; y "*flujo restringido o conducido*", que se presenta con impedimentos, implica conducción y control (Laban, 1987). La modalidad en que se manifiesta el flujo responde a cómo cada uno vence la inercia y sigue andando,

libremente o cautelosamente, como forma de mantenerse vivo.

El movimiento se gesta a partir de impulsos que provienen del interior del cuerpo. En primer término, de atención al *espacio* circundante; luego el sentido del propio peso corporal y la intención que conlleva el impacto de su propio *peso-fuerza*; y en tercer lugar la conciencia del *tiempo* que presiona por decidir. Todos estos componentes internos interrelacionados con el *flujo* energético del movimiento, que fluctúa entre el control y la libertad. Tal participación interna es la combinación de los procesos de movimiento y cognición que aparecen como simultáneos en diferentes niveles de conciencia (Bertenieff, 1980).

Laban descompone al movimiento en factores o cualidades de esfuerzo que lo constituyen. Las cualidades de *espacio*, *el tiempo*, *el peso* y *el flujo* resultan de una actitud interna, conciente o inconciente. Cada movimiento se origina en una excitación nerviosa, causada por una inmediata sensación, o por una cadena compleja de impresiones sensoriales experimentadas y almacenadas en la memoria. Esta excitación emerge a través de un movimiento, resultante de un esfuerzo voluntario o involuntario, conciente o inconsciente (Laban, 1987).

Las acciones se producen a través de cambios en la posición del cuerpo en el espacio. Cada una de estas alteraciones consume cierto tiempo y requiere una cantidad de energía muscular. Las acciones corporales pueden describirse respondiendo a las siguientes preguntas: ¿qué parte del cuerpo es la que se mueve?, ¿en qué direcciones del espacio?, ¿a qué velocidad?, ¿qué grado de energía muscular se emplea? (Laban, 1987).

Las cualidades de esfuerzo se desenvuelven dentro de un espectro que se desarrolla entre dos extremos: resistencia e indulgencia, según haya oposición frente al despliegue del mismo. El tiempo, el espacio y el peso o fuerza son cualidades del movimiento descritas por Laban del siguiente modo:

Tiempo: lo “súbito” es una velocidad rápida e implica una sensación de sentir de momentaneidad. El elemento “sostenido” es una velocidad lenta y da una sensación de interminable.

Espacio: el elemento de esfuerzo “directo” es una línea recta de dirección y da una sensación de movimiento como de hilo o filiforme. El elemento “flexible” es una línea ondulante de dirección y da una sensación de movimiento manejable o flexible. (Laban, 1987).

Peso: con el fin de lograr un cambio en la posición corporal se usa la energía muscular. El despliegue de la fuerza, y sus grados, se hallan en proporción al peso que se transporta, o a la resistencia que se le ofrece. El peso puede ser de una parte del cuerpo que se mueve, o de un objeto que se desplace. La resistencia puede ser producida por los músculos antagonistas del mismo cuerpo, o por objetos externos u otras personas. A su vez puede comprender tensión muscular fuerte, normal o débil (Laban, 1987).

La DMT facilita el *fluir* del movimiento, coincidiendo con los términos de Csikszentmihalyi (1990), ya que la cualidad de movimiento que Laban nomina *flujo libre* presenta puntos en común, pero también diferencias. Lo común es que no hay resistencia ni obstáculo, lo diferente es que en el *fluir* como actitud pueden presentarse distintas cualidades del movimiento no sólo lo que estrictamente entiende Laban como *flujo libre* (ej. un movimiento con resistencia puede presentarse al interior de un proceso de *fluir*).

Los estados de *fluir* pueden equipararse a los de ***presencia plena*** descritos por Varela (1997) aludiendo al estado de conciencia que implica estar completamente en el presente, en la propia experiencia corpórea cotidiana. Varela toma este concepto de las prácticas meditativas del budismo, cuyas técnicas están diseñadas para retrotraer la mente de sus teorías y preocupaciones, desde la actitud abstracta, dirigiendo la atención hacia la situación concreta "aquí y ahora" de la propia experiencia. Varela entiende que la disociación entre mente y cuerpo, entre conciencia y experiencia, es el resultado del hábito, y los hábitos se pueden modificar. Decimos que el hábito es un patrón de movimiento, muchas veces automático, no reflexivo. La actitud para alcanzar la conciencia plena implica interrumpir el pensamiento discursivo y volver una y otra vez a focalizar la propia respiración con el objeto de aquietar la mente y dirigir la atención hacia la percepción del propio cuerpo.

Las sesiones de DMT se desarrollan a partir del intercambio verbal y la exploración de movimiento con y sin consignas. En ocasiones se trata de improvisaciones, otras de la observación de micro movimientos implícitos en el accionar cotidiano. Las propuestas de exploración de movimiento posibles son múltiples, pero siempre para comenzar los DMTs guiamos un momento que llamamos *precalentamiento*. El objetivo del mismo es "calentar" la musculatura, poner al cuerpo en movimiento, flexibilizar las articulaciones, tomar conciencia sobre el punto de partida con que se comienza la experiencia, reconocer las partes

del cuerpo en las que predomina el movimiento y las inmovilizadas, registrar dolores contracturas incomodidades. A su vez se trata de un trabajo reflexivo, en el que el sujeto es invitado a llevar su *atención* a focalizar y observar con interés y curiosidad, sin crítica ni juicio, los detalles que su interocepción, propiocepción y exterocepción detectan acerca de su propio estar en proceso. Esta actitud facilita que los pensamientos sensaciones imágenes y afectos *fluyan* y posibiliten una variación en el estado de conciencia. Esta variación tiene que ver con alcanzar una actitud relajada y atenta similar a la descrita en los bebés como un estado de inactividad alerta (Stern, 1996). El cuerpo y la mente se preparan para la experiencia de *fluir*. No siempre se logra, en ocasiones el precalentamiento puede desarrollarse a lo largo de varias sesiones en un proceso prologado de aprendizaje. En ocasiones, el *fluir* se alcanza solo por unos instantes dentro de la experiencia, otras todo lo danzado adquiere este carácter de *flujo*. Se convierte en una experiencia integradora en que la mente y el cuerpo no se diferencian, un momento de compenetración consigo mismo y el entorno, un momento creativo de descanso y armonía (aunque el movimiento sea intenso y energético). En este proceso se entrena una actitud receptiva de interés y paciencia respecto de lo que emerge como manifestación del ser. La mente aprehende a conocerse y a tolerar lo que descubre.

Propiciar el *fluir* y *la presencia plena*, son metas terapéuticas de la DMT ya que ambos implican estados de integración cuerpo mente, momentos de plenitud personal. En otros términos, se trata de reestablecer la **transicionalidad**, **la asociación libre** y **la creatividad** (Winnicott, 1982; Freud, 1982), allí donde se hallen bloqueadas. Las experiencias vitales son en ocasiones interrumpidas a causa de situaciones traumáticas, factores estresantes y conflictos cotidianos que generan defensas como el control, la auto restricción exagerada, la inhibición, el miedo. La DMT busca reestablecer el *flujo vital* a través del movimiento. Una vía de lograrlo es a través de la conciencia de la respiración propia, tan considerada por todas las prácticas corporalistas (eutonía, meditación, yoga, sistema Feldenkrais, etc). Movimiento primario básico, cuya plenitud conlleva bienestar y su restricción inconciente, funciona como mecanismo para desconectar la percepción del dolor (Lowen,1990). Pero al anestesiar, se calma el dolor y se inhibe a la vez toda percepción gratificante.

Desde los movimientos básicos como el respirar, que implica la conexión entre el interior y el exterior del organismo, el abrirse y cerrarse, acercarse, alejarse, a la complejidad de movimientos necesarios para caminar, correr, trepar, existe una

evolutiva del movimiento constituida por movimientos básicos que se combinan y ejercitan en la práctica recursiva cotidiana fortaleciendo y entrenando la musculatura desarrollando nuevas habilidades motrices. Un bebé mueve sus brazos y manos erráticamente pero con este movimiento no intencional, sino disponible en sus posibilidades acordes a su edad, repitiéndolo innumerables veces, un día llega a alcanzar algo. Coordinación viso motora mediante, llega a agarrar lo que desea, se siente eficaz, lo ha logrado y su cuerpo siente satisfacción. Del mismo modo todas las dinámicas posibles: alcanzar, empujar, pararse, caminar conllevan tonos hedónicos que van del malestar al placer pasando por la tolerancia a la frustración y la perseverancia.

Winnicott (1979, 1982) nos legó su concepto de **movimiento espontáneo** y **movimiento reactivo**, aludiendo en el primer caso al movimiento que surge del interior del individuo que busca y descubre el medio. En cambio la reacción o movimiento reactivo se relaciona con el mundo que estimuló en el mejor de los casos, o intrusó al individuo no dejando otra posibilidad que responder, reaccionar o acatar. El movimiento espontáneo es la materia con que se constituye el verdadero self, el reactivo da lugar al falso self. Todos tenemos de lo uno y de lo otro, resultado de experiencias diversas que nos han posibilitado nuestro desarrollo, desde dar lugar a la expresión y expansión de nuestro potencial genuino, a otras en que nos han restringido o direccionado u obligado y hemos tenido que adaptarnos. Estos conceptos winnicottianos nos dan palabras claras a los DMTs que buscamos facilitar el bienestar personal, y sabemos de la satisfacción que conlleva el movimiento espontáneo, auténtico pero también del valor de sobrevivencia que tiene aceptar límites y cuidados impuestos por los que tienen mayor experiencia cuando somos vulnerables. El falso self también cuida al verdadero. Son muchas las variaciones y combinatorias de las experiencias vividas, de movimientos posibles que modulan y constituyen nuestra corporalidad, nuestra existencia, nuestro ser deviniendo.

La DMT propone direccionar nuestra atención para tomar conciencia, conocer reconocer y recrear nuestros modos de movernos, acompañados de un testigo DMTs cuya presencia implica una mirada, escucha y contacto sobre "*el movimiento sentido y de los sentidos del movimiento*" (Fischman, 2008) de cada sujeto en su relación con el mundo.

2- Danza es Comunicación

La definición clásica de comunicación la entiende como un proceso mediante el cual se puede transmitir información de una entidad a otra. A través de interacciones mediadas por signos entre al menos dos agentes que comparten un mismo repertorio y tienen unas reglas semióticas comunes intercambian sentimientos, opiniones, o cualquier otro tipo de información mediante habla, escritura u otro tipo de señales. Puede entenderse también como un proceso continuo de relación, que engloba en la mayoría de los casos, un conjunto de formas de comportamiento, a veces, independientes de nuestra voluntad. No es necesario que toda transmisión de información sea consciente, voluntaria y deliberada de hecho, cualquier comportamiento en presencia de otra persona constituye un vehículo de comunicación.

Albert.E. Scheflen (1975), investigador de la comunicación humana sostiene que lo lingüístico, lo paralingüístico, lo kinésico (movimientos corporales incluida la expresión facial), lo táctil, lo territorial o proxémico, la emisión de olores, el atuendo, las manifestaciones que provienen del sistema neurovegetativo y comprenden la coloración de la piel, la dilatación de la pupila, la actividad visceral, conforman el comportamiento comunicativo del ser humano.

Los estudios demuestran que las señales no verbales influyen cinco veces más que las orales y que, la gente se fía más del mensaje no verbal. Entre el 60 y el 80% de la comunicación entre seres humanos se realiza por canales no verbales. Birdwhistell (1979) llegó a la conclusión después de años de investigación, de que no hay gestos universales, es decir, estos se adquieren con los años influenciados por la cultura. Nuestro aspecto físico es adquirido en la convivencia con las personas que nos rodean, identificándose y reflejándose mutuamente.

El manejo del tiempo y los ritmos favorecen o dificultan la comunicación. Para Condon (1968) *“el cimiento sobre el que está edificada la comunicación humana, y que sin ella la comunicación sería quizá un imposible, es la sincronía existente en una conversación”*. Los ritmos comunicativos, la contemporaneidad produce el encuentro. Las diferencias en la percepción del tiempo producen malestar psicológico intersubjetivo y despiertan afectos negativos (Fischman, 2005)

El modo en que es vivido y usado el espacio también implica una forma comunicativa. Hall describe tres espacios básicos: 1- la *zona íntima* (de 15 a 34 cm.), en la que se permite el acercamiento a la kinesfera o espacio propio a personas que se sienten emocionalmente cerca. Cuando una persona no autorizada penetra en la zona íntima puede que se la reciba como intrusión u hostilidad. 2-

Zona personal (entre 46 y 122cm). Es la distancia que separa a las personas en el trabajo o reuniones sociales y 3- *Zona social* (entre 1.23 y 3.6 m.). Espacio que nos separa de los extraños. Los usos de las distancias se originan en las diferentes culturas y llegan a consolidarse como pautas o patrones relativamente estables. El danza movimiento terapia se trabaja con la percepción subjetiva del espacio, los modos de habitarlo, incluyendo la direccionalidad, los niveles, los planos y las variaciones que se encuentran en el repertorio propio al relacionarse o vivir el espacio. Los modos en que se usa el espacio también comunican, presentan sentido.

Otros conceptos que se consideran al hablar de comunicación son la redundancia o la ambigüedad con que se manifiesta, las contradicciones, las interferencias los ruidos que desconciertan al receptor, que no sabe o no puede interpretarlos. El contacto comunicativo no depende solo de las intenciones del emisor como la capacidad del receptor para relacionar e interpretar la información recibida a través de tan diversos canales. El contexto y las relaciones internas de todos los elementos que forman parte del proceso comunicativo es lo que decide la significación de mensaje.

Maturana (2007), al abordar el tema de la comunicación, plantea que las relaciones entre el organismo y el medio se dan en la convivencia, a partir de interacciones recursivas y cambiantes que se transmiten de generación en generación como modos de vivir en el medio. Plantea que la comunicación se da a través de la intimidad en la sensualidad del compartir. La comunicación surge de coordinaciones conductuales consensuadas, dando lugar al lenguaje. Sostiene que esta comunicación se da a través de las emociones que sustentan la convivencia, los vínculos, los apegos intersubjetivos. Dice que es el amor el que propicia la convivencia, las interacciones recurrentes en la agresión la rompen. Llama lenguaje no a la palabra sino a la coordinación de acciones intersubjetivas.

En la relación temprana, entre el neonato y sus cuidadores, comienza el proceso comunicativo, sostenido por un medio ambiente comunicante. Observar la relación temprana entre el infante y su madre-padre nos permite visualizar claramente como el mismo proceso implica todos los sentidos o canales sensoriales montados sobre una motricidad tonalizada afectivamente. Los modos, formas, frecuencias, ritmos e intensidades que intervienen en el accionar dan lugar a las formas de ser y de estar con otros y consigo mismo. Comienza la danza compartida; se instala un patrón de interacción social. Dice Winnicott (1979), que a través de los cuidados maternos tempranos la madre responde a las necesidades de su bebé. Se trata de una comunicación cuerpo a cuerpo, intuitiva, conectada,

mediatizada por la sensopercepción de las cualidades sensoriales como la temperatura corporal, las texturas, los modos del tiempo, los ritmos, lo abrupto o súbito que la mamá reconoce en la conducta del bebé y a lo que responde desde su corporalidad en acción, entablando un diálogo sin palabras con la criatura. Se establece así la base de ser entendido a un nivel profundo. También las fallas básicas, los puntos ciegos intersubjetivos, los desencuentros así como los encuentros modulan a los participantes mientras se constituyen recíprocamente.

Tanto Winnicott como Maturana coinciden en considerar a la objetividad como algo que se crea al consensuar, dado que lo que es, es gracias a que es mirado por alguien. Winnicott (1979) subraya la importancia de la experiencia subjetiva. Cuando los objetos o sujetos del mundo son percibidos subjetivamente y los padres o cuidadores lo toleran, se da la experiencia de omnipotencia necesaria para sentirse creativo. El gesto espontáneo de la criatura es recibido y el bebé descubre el mundo a través de su propia iniciativa, de su propio movimiento impulsado desde su interior. En ese caso la comunicación entre ambos es no verbal e implícita. El niño se siente reconocido y no necesita reaccionar o hacer esfuerzos para ser comprendido. La objetividad es alcanzada gradualmente en el mutuo reconocimiento de las particularidades personales compartidas. Si la experiencia de omnipotencia es interrumpida o no llega a conformarse, las necesidades subjetivas quedan relegadas y dan origen a la disociación quedando fuera de la conciencia, manifestándose solo a través de movimientos automáticos sin sentido al modo del rocking autístico. *“En la medida que el objeto es percibido objetivamente, la comunicación será o bien explícita o callada”* (Winnicott, 1979), los cuerpos se diferencian y objetivizan. Aparecen el empleo y el disfrute de los modos de comunicación y el ser no comunicante del individuo, o en términos de Winnicott, el núcleo personal permanece verdaderamente incomunicado.

Cuando la madre es estable, dice Winnicott que el niño se comunica sencillamente con el solo hecho de seguir existiendo. En cambio si es inestable la criatura reacciona y produce manifestaciones comunicantes que necesitan ser comprendidas. A su vez describe diferentes cualidades del comunicarse e incomunicarse: la falta de comunicación como un descanso diferente de la incomunicación activa reactiva, como replegamiento. En este último caso puede producirse una disociación. Cuando se dan relaciones falsas o sumisas, en las que el gesto espontáneo no es visto por los cuidadores, la criatura desarrolla, para mantener su equilibrio, una comunicación con objetos secretos puramente subjetivos que percibe como reales, su propia realidad es más verdadera, más que

la del mundo externo. Lo anteriormente descrito lleva a Winnicott a sostener el valor de la incomunicación para la instauración del sentimiento de realidad. Plantea el dilema, inherente a toda clase de artistas, que implica la coexistencia de dos tendencias: la necesidad urgente de comunicarse y la más urgente aún, de no ser encontrado. La comunicación en silencio concierne a los aspectos más subjetivos de los objetos, alude a la realidad psíquica inconciente que nunca puede convertirse en conciente. Es lo más personal del ser que le es propio y no debe ser expuesto o explicitado. Habla de las madres que no permiten a sus hijos tener secretos o vida propia fuera de su relación con ellas.

Winnicott nos abre a las muchas posibilidades y modos de comunicarse consigo mismo y con el entorno. Esos modos no son lineales y mucho menos mecánicos, como el esquema clásico de comunicación lo plantea. Son partes o aspectos de la interioridad del sujeto en su relación consigo mismo y con el exterior. Del mismo modo que las partes del cuerpo se conectan, o se disocian para realizar movimientos particulares, el mundo de cada individuo es complejo y en él coexisten partes que se comunican explícitamente, otras que lo hacen implícitamente. Algunas se encuentran fuera del alcance, incomunicadas, otras escondidas anhelando ser descubiertas y se transforman en un desastre si nadie las encuentra.

Los DMTs necesitan conocer estos diferentes estados o modos posibles del comunicarse. La DMT incluye la comunicación verbal pero fundamentalmente focaliza la no verbal encontrando las conexiones entre ambos modos de expresión. La CNV² se expresa en gestos, posturas, movimientos, formas de vestir, sonidos corporales y tonos de voz. El profesional de la DMT percibe las necesidades y modos del cuerpo, lo que expresa y está cerca de la conciencia del sujeto, lo que desea ocultar voluntariamente, lo que no percata porque está disociado. El danza terapeuta escucha, mira, siente, detecta lo que el sujeto está dispuesto a compartir a comunicar y sostiene en el tiempo, contiene los aspectos no dichos pero vividos en la experiencia conjunta. Por eso la DMT es mucho más que dar consignas de exploración de movimiento. Implica un acompañamiento equivalente al de una madre con su criatura, que lee las necesidades corporales del bebé (necesidad de contacto, de estímulo, cuando el estímulo es demasiado, cuando necesita buscar otra posición más cómoda, cuando desea establecer contacto visual o no, cuando desea ser tocado, acunado, esperado, acompañado, aceptado, respetado...).

² CNV alude a la Comunicación No Verbal

3- Expresarse es una necesidad básica humana

Los seres vivos no podemos evitar expresar, si pensamos en un sentido amplio. Nuestra presencia dice a los ojos del otro. Pero sabemos de la falta de expresión, entendida en un sentido estricto, cuando tenemos algo "atragantado", o cuando nuestra respiración se limita por una emoción que no puede salir de nuestro interior. La DMT ha promovido a través de su práctica la expresión espontánea de todos los aspectos de las experiencias humanas y fundamentalmente de las emociones generadas por traumas, frustraciones, conflictos que no han podido expresarse oportunamente, como también el reconocimiento de las preferencias emocionales que las facilitaciones culturales y familiares inhiben o alientan. Para facilitar la expresión, la DMT sostiene la construcción conjunta de confianza y seguridad en la relación terapéutica, posibilitando el descongelamiento de lo que ha sido escindido, reprimido o simplemente guardado en secreto.

Etimológicamente, la palabra **expresión** alude al movimiento que proviene del interior y va hacia el exterior, es decir, una presión hacia afuera, es la demostración de ideas o sentimientos. La expresión puede quedar como un acto íntimo del que se expresa o transformarse en un mensaje que un emisor transmite a un receptor, con lo que se convierte en comunicación.

La **expresión corporal** es el comportamiento exterior espontáneo o intencional, que traduce emociones o sentimientos mediante el lenguaje corporal (que también forma parte de disciplinas artísticas como el mimo, la danza y el propio teatro);

Dice Leonardo Da Vinci que las imágenes de los hombres tienen expresiones apropiadas a la acción que desarrolla, de modo que, viéndolas, podrá accederse a lo que ellos piensan y sienten. Plantea que estarán acertados los que imiten los movimientos, ya que hablan con las manos, ojos y cejas, toda su persona, expresando los contenidos de su alma. En palabras de Freud *"El que tiene ojos para ver, y oídos para oír puede convencerse que ningún mortal puede mantener un secreto. Si los labios están silenciosos, charla con la punta de sus dedos; se traiciona por cada poro. Por lo tanto la tarea de hacer conciente lo que oculta en el escondrijo más recóndito de la mente es un logro posible."* (Freud, 1905).

Las pioneras de la DMT han sido bailarinas influenciadas por el **Expresionismo**, movimiento cultural surgido en Alemania a principios del siglo XX, en los campos: artes plásticas, literatura, música, cine, teatro, danza, fotografía, etc. Se manifiesta primero en la pintura, coincidiendo con el *fovismo francés* movimiento heterogéneo, que aglutinó a diversos artistas y tendencias. Fue una

reacción al impresionismo, al naturalismo y al carácter positivista de finales del siglo XIX. Defendían un arte más personal e intuitivo, donde predominase la visión interior del artista –la “expresión”– frente a la plasmación de la realidad –la “impresión”–. Reivindican el expresar de forma más subjetiva la naturaleza y el ser humano, fundamentalmente la priorizan la *expresión de los sentimientos*. Sus temáticas no incluyen solo lo clásicamente aceptado por la academia, lo considerado bello. Abordan la soledad, la miseria humana, el sufrimiento, la amargura emergente de las guerras mundiales. Necesitan expresar lo vivido traumáticamente por la humanidad. Manifiestan un deseo vehemente de cambiar la vida a través del encuentro de nuevas dimensiones, a partir de la **imaginación** con el deseo de renovar los lenguajes artísticos. Defienden la libertad individual, el irracionalismo, el apasionamiento. Tocan temas prohibidos o morbosos, demoníaco, sexual, fantástico o de significación metafísica, abriendo los sentidos al mundo interior. Se trata de un intento de la genuina expresión del alma alemana. Tiene un carácter existencialista, un anhelo metafísico y una visión trágica. Sostienen una preocupación por la vida y la muerte, reflejo de las circunstancias históricas en que se desarrolló. Reveló el lado pesimista de la vida, la angustia existencial del individuo, que en la sociedad moderna, industrializada, se ve al ser humano alienado, aislado. Con su búsqueda pretenden impactar al espectador, llegar a su lado más emotivo e interior.

La teoría de la relatividad de Einstein, el psicoanálisis de Freud y la subjetividad del tiempo de Bergson provocaron que el artista se alejase cada vez más de la realidad objetiva y se acercara a la expresión de su vivencia subjetiva. Buscan integrar el arte con la vida, con la sociedad, hacer de su obra una expresión del inconsciente colectivo de la sociedad que representa.

En Danza se da la ruptura con el ballet clásico y la búsqueda de nuevas formas de expresión. Se persigue la liberar al gesto corporal, de las ataduras de la métrica, del ritmo y el academismo. Buscan dar mayor relevancia a la propia expresión corporal. Trabajan la relación con el espacio con una reivindicación naturista. Las nuevas teorías psicológicas como el psicoanálisis favorecen la introspección en la mente del artista para luego realizar el intento de expresar el interior a través de la danza. Persiguen liberar al ser humano de sus represiones. Captan la esencia de la realidad para trascenderla.

La danza expresionista se manifiesta a través de un dinamismo más abrupto y áspero aceptando los aspectos más negativos del ser humano, lo que subyace en su inconsciente parte indisoluble del mismo. Intentan mostrar el lado más oscuro

del individuo, su fragilidad, su sufrimiento y desamparo. Esto se traduce en una corporalidad más contraída, expresividad que incluye todo el cuerpo. Se da una preferencia por bailar descalzos, lo que supone un mayor contacto con la realidad, con la naturaleza. Es una "danza abstracta", de liberación del movimiento, en la que se expresa el espíritu.

Rudolf Von Laban, considerado el máximo teórico de la danza, desarrolla un sistema de análisis del movimiento. Pretendía integrar cuerpo y alma, poniendo énfasis en la energía que emanan los cuerpos. Analizando el movimiento y su relación con el espacio. Además de liberar al movimiento del ritmo, le da relevancia al silencio poniéndolo al mismo nivel que la música. Laban (1987) pretendía escapar de la gravedad buscando de forma deliberada la pérdida de equilibrio. Intentó alejarse del aspecto rígido del ballet clásico promoviendo el movimiento natural y dinámico del bailarín.

Mary Wigman (1886-1973) quien es considerada la más alto exponente de la danza expresionista alemana nació en Hannover y comenzó a estudiar danza a los 20 años. Sus ideas y sus prácticas provienen de los estudios que realizó con Jaques Dalcroze, Rudolf Von Laban y las investigaciones realizadas sobre el gesto y el movimiento de Françoise Delsarte, un gran estudioso y pedagogo francés del siglo XIX. Musa de la danza expresionista, estudió con Laban, se relacionó con el grupo dadaísta de Zurich. Hace hincapié en la expresividad frente a la forma. Le da importancia a la gestualidad, ligada a menudo a la improvisación. Usa máscaras para acentuar la expresividad del rostro. Busca movimientos libres, espontáneos, probando nuevas formas de moverse por el escenario, arrastrándose o deslizándose, o moviendo partes del cuerpo en actitud estática, como en la danza oriental. Se basaba en un principio de tensión-relajación. Persiguiendo el anhelo romántico de fundirse con el universo.

Coreógrafos y bailarines expresionistas viajan por todo el mundo difundiendo sus logros e ideales y ayudando al crecimiento y consolidación de la danza moderna. La crisis económica y el advenimiento del nazismo llevaron al declive de la danza expresionista. Los principios del expresionismo siguieron vigentes en la obra de coreógrafos como Kurt Jooss y bailarinas como Pina Bausch.

Marian Chace, Mary Whitehouse, Trudy Schoop, Ingmar Bartenieff, *pioneras de la DMT* se vieron influenciadas por esta concepción expresionista del movimiento, que ligada al psicoanálisis y al contexto cultural, las llevaron a acercar una invitación a la expresividad, a quienes menos posibilidad tenían de alcanzarla.

Favorecieron que pacientes psicóticos y neuróticos encontrarán un ámbito para la expresión corporal emocional, para que se encontraran con lo sentido y lo significado en el movimiento de su propio cuerpo.

Sabemos hoy que el narrar, expresar, comunicar a través de cualquier manifestación artística no transforma la realidad ni el pasado, pero a la vez sí transforma. La sola posibilidad de ser visto y escuchado hace que la propia experiencia adquiera otro sentido. Transmutan las energías y se produce una liberación emocional. Pannebaker (1994) en su libro "*La capacidad de confiar en los demás*" plantea que hasta un asesino antes de cumplir con su pena de muerte se siente liberado si comunica su verdad. Establecer contacto, comunicarnos, disponer de un testigo que acoge con interés, respeto y sin crítica nuestras vivencias, resulta sanador. Mercedes Sosa dice en el estribillo de una de sus canciones:

*"Vamos, decide, contame
todo lo que a vos te está pasando ahora,
porque sino cuando está el alma a solas llora
hay que sacarlo todo afuera, como la primavera
nadie quiere que adentro algo se muera
hablar mirándose a los ojos
sacar lo que se puede afuera
para que adentro nazcan cosas nuevas."*

Ya sea que entendamos a la **danza** como una forma estética que implica el movimiento del cuerpo con formas inusuales, es a su vez un modo de expresión e interacción social. Su finalidad puede ser el entretenimiento artístico, una manifestación religiosa. Decimos que es comunicación, ya que el bailarín transmite estados emocionales, narraciones, intenciones a través del lenguaje no verbal y creativo emergente del juego con las posibilidades del movimiento funcional. La danza conlleva una coreografía que puede ser prediseñada o improvisada espontáneamente a través de patrones de los movimiento que la conforman. El movimiento que implica la danza mueve y conmueve al observador.

4- Pertenecer o participar son necesarios para una vida saludable.

Entre las pioneras de la DMT, es fundamentalmente Marian Chace quien hace hincapié en la danza como participación. Podemos pensar que hace alusión al valor de ritual comunitario que la danza asumió desde tiempos inmemoriales, en las que se hacía

necesaria como parte de la rutina cotidiana. Se baila antes de salir a cazar, para que llueva, como rito de iniciación, de fecundidad etc. De este modo nuestros antepasados participaban en los ciclos de la vida y la naturaleza. La danza era necesaria para que acontecieran los ciclos naturales. Lo comunitario se asocia al sentirse parte del todo. Esa vida comunitaria tiene sentido de sobrevivencia, quien es expulsado perece. Hoy sabemos que todo está conectado, ya que somos parte de un sistema activo de relaciones en interacción. A su vez se producen desconexiones o conexiones que no advertimos ya que algunas se manifiestan ante nuestra percepción conciente y otras permanecen desconocidas funcionando a través de procesos constreñidos o aún no reconocidos concientemente. Esto es natural ya que las conexiones posibles son infinitas y nuestra atención es selectiva.

Lo mismo ocurre con el lenguaje. Una palabra tiene sentido dentro de una cadena asociativa, es decir dentro de un conjunto de palabras, más precisamente dentro de un lenguaje. Fuera de él, es solo un sonido. El *sentido de las cosas* es en tanto es parte de algo mayor. Un sujeto aislado, excluido, solitario, pierde su potencialidad. En cambio si participa de la vida grupal, se siente valorado, reconocido, visto. Y si además no es exigido ni criticado, sino aceptado en su derecho de ser y estar, puede intercambiar con el mundo. Esta es una forma de nutrición básica que ya describía Spitz (1969) al hablarnos de los infantes que se dejaban morir, aunque estaban bien alimentados, por falta de contacto humano. Sus necesidades como persona no estaban atendidas. Del mismo modo los psicóticos fueron aislados, temidos, evitados, encerrados, maltratados a lo largo de la historia.

.La DMT dentro del marco del hospital psiquiátrico, ofreció a los pacientes con perturbaciones profundas una posibilidad de ser entendidos, partiendo de su expresión emocionalmente congelada y su anhelo inconciente y profundo de contacto. Un pequeño movimiento bastaba para comenzar y la mirada y el movimiento de la danza terapeuta daban lugar a dosis homeopáticas de esperanza. De este modo *la vida volvía a los cuerpos*. Ese es el poder del movimiento y la participación. Quien ha disfrutado de la danza o de un baile social ha tenido la experiencia del cambio de su humor y revitalización que produce bailar con otros. Como si el entusiasmo fuera en aumento a medida que la danza avanza.

La necesidad que todo humano tiene de contacto humano ha sido investigada y descrita desde la psicología del desarrollo hasta la neurociencia. Somos con otros. Estamos preconstituídos como seres sociales (Sacci, Sinay, 1989). El cerebro del neonato se desarrolla a través de la estimulación que implica la presencia y el interaccionar con los cuidadores. Las redes neuronales se activan en relación a este

interaccionar por ese motivo se habla del cerebro como un órgano social (Schoore, 2003). Del mismo modo que funcionan las neuronas conformando redes que se activan o desactivan, funcionan las redes sociales a través de conexiones, de coreografías intersubjetivas, de producción conjunta y coordinada.

Los humanos conformamos coreografías naturales grupales, algunas conscientes y la mayoría inconscientes. Nos movemos con otros, tanto en función de los otros como de nuestras propias necesidades e intereses. Lo humano implica el reconocimiento de la vulnerabilidad propia y ajena. La mayor prueba es la empatía frente al cachorro humano que necesita ser cuidado para sobrevivir. Esta capacidad es compartida con otros miembros de la escala zoológica pero adquiere su mayor intensidad en el hombre dado que nace prematuramente, necesitando de por lo menos 2 años para auto valerse, caminar por su propia cuenta y requiere de muchos aprendizajes más para sobrevivir dentro del sistema cultural.

¿Cómo hacer para que nadie quede fuera? Es una pregunta que la humanidad no ha resuelto. Pero habitamos la misma casa o planeta a pesar de la diversidad de estados, culturas, territorios. Incluir o excluir son movimiento de nuestro repertorio, que no son buenos ni malos en sí mismos. La compasión es una de las características que más nos humaniza. Siempre que la entendamos como compartir nuestra pasión por la vida con otros. Por eso dentro de los valores y principios de la DMT se encuentra la inclusión, participación de todos y cada uno de los miembros de un grupo, respetando sus particularidades y diferencias, a la vez que se trabaja sobre los modos de convivir y conmovirse con la experiencia ajena. Dado que se trata de una modalidad terapéutica, acepta las dificultades, impedimentos, bloqueos y conflictos que interfieren en la convivencia y trabaja con ellos a través del movimiento y la palabra con el fin de encontrar puntos de contacto o coincidencias a partir de las cuales se puedan negociar las diferencias, alcanzando la mayor confortabilidad posible de cada participante, con el objetivo de que el grupo sobreviva a los obstáculos. Casi como un laboratorio de la vida, pero con coordinadores especializados que disponen de recursos para crear un ambiente facilitador, propicio y adecuado a las necesidades grupales particulares. Un grupo terapéutico que comprenderá más empáticamente, desde un rol profesional, lo que tal vez aún no se puede dar en la vida cotidiana dada las demandas y recursos familiares y comunitarios limitados. Esa tarea puede llevar todas las sesiones de un proceso grupal en DMT, ya que muchas veces se requiere desandar lo andado para crear nuevos recursos de estar, ser y hacer con otros.

5- La mente y el cuerpo se afectan recíprocamente.

Con estas palabras "*la mente y el cuerpo se afectan recíprocamente*" las pioneras de la DMT tratan de explicar la potencialidad del movimiento corporal sobre los estados emocionales o psíquicos. En la actualidad, lo que las damas de la DMT postulan intuitivamente es integrado en diversas áreas y desarrollos del conocimiento contemporáneo.

El espíritu holístico se había perdido con la modernidad, que, en su afán de pura objetividad y búsqueda de certezas, disecciona y analiza, separando la mente del cuerpo, lo natural de lo cultural, lo individual de lo social, lo racional y lo emocional, lo subjetivo de lo objetivo. Esta separación se hace tan extrema que genera una oposición en la que sólo un aspecto de la polaridad tenía sentido, mientras que el otro es segregado, desconocido, postergado. Es así como la mente se hace puramente racional, y se desprende del cuerpo, al punto de olvidarse de su origen encarnado. La razón pura, el intelecto, es coronado; mientras que la emoción toma el lugar de obstáculo para el conocimiento. La ciencia ambiciona dominar la naturaleza. Se instaura el dominio de la razón pura (Berman, 1990, 1992, en Fischman 2006). En un camino que pretende juntar lo separado, reintegrar la polaridad escindida, las danzaterapeutas intentan llenar de sentido los movimientos mecánicos del cuerpo concebido como máquina. Buscan reencontrarse con el cuerpo sensible, que conoce y recuerda. El cuerpo en movimiento. El cuerpo que danza su vida.

En la actualidad la teoría de la mente encarnada (*embodiedmind theory*) sostiene que el significado emerge de la experiencia del organismo en sus transacciones con el medio. Nuestros movimientos nos llevan a descubrir el entorno en base a nuestra estructura psicocorporal. Los significados emergen en la experiencia sensomotriz en un nivel preverbal y en relación con otros seres humanos (Varela, Thompson, & Rosch, 1991). Somos con otros, convalidándonos mutuamente (Sacci, Sinay, Fischman, 1989). Esta co-determinación se relaciona con el reconocimiento de los afectos y emociones como una forma básica de cognición y modo de afectación. Johnson (2007) sugiere que en las cualidades sentidas, imágenes, sentimientos y emociones se enraizan las estructuras abstractas de conformación de sentido. Plantea que nuestra carne y sangre, la estructura de nuestros huesos, el ritmo ancestral de nuestros órganos internos, el pulsar de nuestras emociones son quienes nos moldean dando significado a nuestro pensamiento (Johnson, 2007). Postula que no hay separación mente cuerpo, que el significado es un proceso corporal, que la racionalidad también lo es, que la imaginación está ligada a nuestros procesos corporales siendo una experiencia

creativa transformadora. Sostiene que no hay libertad absoluta, que la razón y la emoción están intrincadamente entrelazadas, que la espiritualidad humana es encarnada (Johnson, 2007, en Koch, S. & Fischman 2010).

Desde distintos campos surgen modelos que acuerdan con esta visión encarnada del sentido y la experiencia humana (el cognitivismo (Maturana & Varela, 1984, 1991), la psicología cognitiva (Barsalou, 1999; Niedenthal, 2007), la lingüística (Lakoff & Johnson, 1980, 1999; Gibbs, 2005), fenomenología (Gallagher, 2005; Noë, 2004; Sheets-Johnstone, 1999, 2009, Thompson, 2007), la neurociencia (Damasio, 1999; Gallese, 2003; Iacoboni 1999), psicología del desarrollo (Lyons-Ruth, 1999; Stern, 1996, 2002; **Thelen & Smith 1994**) (en Koch, Fischman, 2010).

Varela, investigador en neurobiología junto a Maturana y Flores, proponen la **enacción** una perspectiva que permite pensar la emergencia sincrónica del sujeto y el mundo. Varela (2002) enfatiza la *“creciente convicción de que la cognición no es la representación de un mundo pre-dado por una mente pre-dada, sino más bien la puesta en obra de un mundo y una mente a partir de una historia de la variedad de acciones que un ser realiza en el mundo”* (Varela, Thompson y Rosch, 1997 p. 33). El conocimiento es entendido como acción en el mundo y, por tanto, movimiento. Consecuentemente es considerado en su naturaleza concreta, participante, encarnada, viva; referente de una *situacionalidad*. Lo concreto no es un paso hacia otra cosa; es cómo llegamos y dónde permanecemos. *“El mundo no es algo que nos haya sido entregado: es algo que emerge a partir de cómo nos movemos, tocamos, respiramos y comemos. Esto es lo que implica la cognición entendida como enacción, ya que la acción connota el producir por medio de una manipulación concreta”* (Varela, Thompson y Rosch, 1997, p. 177).

Se entiende aquí que la DMT es una modalidad o un abordaje *enactivo* que tiene como trasfondo una teoría del conocimiento que implica que el cuerpo conoce a través de su acción y crea los mundos en que vive, a la vez que es afectado y transformado por su contexto (Fischman, 2006).

La visión de la DMT implica una perspectiva holística, un abordaje integral de la experiencia del movimiento humano. Contempla lo funcional, lo creativo, los significados subjetivos y los consensuados. Su especificidad, podría decirse, se relaciona con la emergencia del sentido en la experiencia sensorio-perceptiva desde las unidades más elementales hasta la mayor complejidad. Es allí donde lo concreto del

cuerpo y lo aparentemente abstracto de los significados no se separan. El sentido de las cosas puede ser metafórico pero concretamente encarnado. La concepción de mente encarnada (*embodiment, embodiedmind*) sostenida desde distintas disciplinas es la que más se aproxima al nominar esta integridad del sentido en que la mente y el cuerpo son lo mismo.

6- El espejamiento del movimiento de otro facilita la comprensión. Acerca de la empatía kinestésica.

Los danzaterapeutas “*espejan*” o reflejan a través de su propio movimiento y palabra lo que perciben en el movimiento y en el cuerpo del paciente. Es un modo de interpretar aquello que el paciente está vivenciando o trata de comunicar. Chace llamó a este mecanismo “*empatía kinestésica*” o “*reflejo empático*”, y se ha convertido en un concepto central de la DMT (Levy, 1992; Sandel, Chaiklin y Lohn, 1993). Sin embargo, no fue Chace quien lo publicó en primer término, sino Miriam Berger quien lo utiliza por primera vez en 1956 en su artículo “*The use of dance as a therapy for personality disturbances*” (Bard College, 1956). Mary Whitehouse, danzaterapeuta de orientación Jungiana describe la *resonancia* como una forma de contratransferencia somática, que posibilita vibrar en una sintonía semejante a la del paciente, cuando se encuentra en la función de testigo de la experiencia de movimiento de un paciente. Stern (1997) describe el entonamiento afectivo, como una serie de conductas, que, a partir del apareamiento transmodal, da lugar al encuentro intersubjetivo que implica compartir estados afectivos. Quienes participan de la interacción toman elementos de la conducta manifiesta del otro, imitando, espejando, introduciendo “*imitaciones modificadoras*” que maximizan o minimizan ciertos aspectos de la conducta original, dando continuidad al proceso comunicativo-expresivo-emocional. El apareamiento se da por correspondencia entre la intensidad, la pauta temporal, la pauta espacial.

De manera intuitiva, las danzaterapeutas han descrito el fenómeno de empatizar a través de sus propios movimientos. Han hablado de espejar como forma de acercarse al otro. Esto se hace muy evidente en el tratamiento de pacientes autistas que presentan un altísimo grado de desconexión respecto de las relaciones humanas y la comunicación verbal. El abordaje de estos pacientes con DMT ha posibilitado penetrar en su mundo generando momentos de encuentro, puntos de contacto (Freeman, 1981, 1998). A partir de la imitación de mínimos detalles, comienza un diálogo en el que los cambios más imperceptibles en las

cualidades del movimientos adquieren un carácter de comunicación, micro-comunicaciones, o comunicaciones elementales, en donde en un sistema rígidamente cerrado comienza a permeabilizarse, tolerando mínimas dosis de intercambio de información, la cual, por su cualidad, se percibe como manifestaciones de algo que se siente; aunque sólo sea el cansancio corporal por la repetición idéntica de un movimiento sostenido por largo tiempo.

En la investigación *"La mejora de la capacidad empática en profesionales de la salud y la educación a través de talleres de Danza Movimiento Terapia"* (Fischman, 2005) planteo que la comprensión empática implica momentos de encuentro, instantes de identidad con el otro, como encontrarse con un espejo, como también, se trata de percibir la diferencia. El encuentro o elementos en común encontrados al escanear y aparear la experiencia propia y del otro, implican momento de comunión, en los que se produce cierta indiferenciación de las subjetividades, en donde el yo y el otro son uno, luego se produce un momento de reconocimiento de las diferencias en el que los individuos se separan reconociendo la alteridad. Este mecanismo básico se complejiza infinitamente, dando lugar a las *"danzas interrelacionales"*. Hablamos de encuentros y desencuentros intersubjetivos en los que la sintonía y desentonamiento se manifiestan en distintos grados. La empatía kinestésica implica un alto grado de identificación y otro de diferenciación. En términos de teoría de conjuntos, una porción de intersección y una de autonomía. Esos puntos de encuentro o superposiciones son los que conectan, unen, reflejan o resuenan. Las partes del conjunto autónomas representan las diferencias, la alteridad, la distancia, la separación, la propia subjetividad (Fischman, 2005).

"El mapeo y el apareamiento de elementos comunes o similares en las experiencias de los sujetos participantes del proceso empático, conforman la base de lo que permite desentrañar la incógnita de la ecuación conformada, posibilitando la comprensión del elemento faltante a partir de los factores disponibles o conocidos y apareados.

De un modo similar opera la metáfora, concebida como emergente de la experiencia corporal. Seitz (2001) sostiene que la metáfora tiene fuertes bases biológicas y hasta posibles factores innatos. Sabiendo que la enacción, la transmodalidad y factores fisiognomónicos contribuyen al desarrollo de la metáfora, señala que los factores biológicos y corporales no han sido suficientemente subrayados. Postula que los procesos metaforizantes están en la base de la experiencia corporal y son precursores de operaciones cognitivas más complejas,

como la metáfora poética, dispositivos retóricos musicales, variedades de analogías.” (Fischman, 2005).

El concepto de “mente imitativa” (Meltzoff, 2002), los hallazgos acerca del funcionamiento de las *mirror neurons* o neuronas espejo, dan cuenta de las bases neurológicas de la intersubjetividad, así como de las raíces orgánicas de la empatía. Nuestra capacidad para comprender a otros, lejos de depender exclusivamente de factores cognitivos, habilidades intelectuales y lingüísticas, está enraizado en la naturaleza relacional de nuestras interacciones con el mundo. Una forma prerreflexiva para comprender a los otros individuos se basa en la fuerte identidad que nos liga como humanos. Compartimos con nuestros congéneres una multiplicidad de estados que incluyen acciones, sensaciones y emociones.

Gallese (2001) sostiene que es a través de esta diversidad compartida que se hacen posibles la comunicación, la comprensión intencional, nuestro reconocimiento de los otros como nuestros semejantes. Iacobini (2005), plantea que las personas que imitan inconscientemente acciones y movimientos de otros en lugar de observarlos, tienden a desarrollar mayor nivel de empatía. Iacobini y su equipo (1999, 2005) buscan evidencia neurológica para este vínculo. Señalan que las regiones del cerebro importantes para la imitación no están en áreas emocionales. La investigación aparece en la reciente edición de “*Proceedings of the National Academy of Sciences*” (Iacobini y cols, 1999; Iacobini, 2005). En sus términos: “*La implicación que podemos destacar es la siguiente: la forma en que entendemos las emociones de otras personas es estimulando en nuestro cerebro la misma actividad que desarrollamos cuando experimentamos estas emociones*”, asevera Iacobini (2005). Cuando las personas imitaron en lugar de observar, también hubo mayor actividad en el área cerebral de la ínsula. Esta región parece ser clave para transmitir la información entre las partes del cerebro que regulan la función motora y las que regulan las emociones. Son muchos los equipos que actualmente investigan sobre las neuronas espejo, trabajando interconectadamente, más precisamente 9 según cuenta Iacobini (2005). Evaluar cómo las personas actúan y mueven sus cuerpos y sus rostros, imitar los movimientos de los cuerpos y rostros de las personas posibilita sentir internamente lo que otras personas sienten. Éste es un punto de partida para evaluar y comprender la conducta humana, algo que las danza movimiento terapeutas sabían e implementaban.

7- Ampliar el espectro de cualidades de movimiento favorece disponer de mayores recursos para la vida.

La observación atenta y los instrumentos de evaluación por ellas creados, ha llevado a las DMTs a afirmar que en la patología los movimientos se manifiestan restringidos, limitados, rigidizados o hiperflexibles y sumamente inestables. La salud se asocia con movimiento grácil, orgánico, integrado, fluido, rico en posibilidades y variaciones a la vez que estable y equilibrado. En otros términos podemos decir que la extrema fijeza y la extrema variabilidad en los movimientos se encuentran del lado de la patología, mientras que la flexibilidad, la plasticidad, el equilibrio y la riqueza de movimientos se encuentra en el lado de la salud. Quien se ve favorecido por contar con un repertorio amplio de movimientos, cuyas diferentes combinatorias constituyen un lenguaje rico y coherente de movimientos, dispone de recursos para moverse en la vida. Del mismo modo que hablamos de mecanismos de defensa saludables, también entendemos cuando se presentan limitados y estereotipados generando cuadros que ya han sido descriptos.

La misión de las DMTs es en primer término poner en movimiento, movilizar para sentir, vivenciar y conocer las posibilidades disponibles de movimiento con que cuenta el paciente. Tanto para la evaluación en intervención profesional como para que el sujeto sienta, perciba, accione con el objeto de que en algún momento tome conciencia de sus modos de moverse en el mundo. Insisto sobre esta secuencia "mover, percibir, sentir, conocer, tomar conciencia" dado que distintos individuos pueden ser alcanzados en los diferentes estados de su mente y conciencia corporal. En ocasiones basta con movilizar: mover las partes del cuerpo, en ese caso la acción misma produce una movilización de la energía y connota una sensación placentera o displacentera que también se manifiesta en reacciones corporales. Estos movimientos tienen eficacia simbólica, tienen valor de experiencia en sí mismos y no requieren de la palabra. Las cualidades del movimiento sentido son significativas en sí como experiencia. La intervención terapéutica se da en el movimiento mismo en el que el profesional de la DMT comparte la danza con el paciente. En otras ocasiones partiendo también del movimiento, se apela a invitar al paciente a que ponga su atención sobre las sensaciones y movimientos del cuerpo, ya sean micro-movimientos como el de la respiración o movimientos corporales más amplios. A partir de aquí se desarrollan experiencias de improvisación de movimiento que luego pueden graficarse o narrar en palabras, continuando con el diálogo ya entablado a través de lo no verbal, ligándolo ahora a la palabra.

En todos los casos subyace a la práctica de la DMT el experimentar y conocer lo que está disponible para luego ir ampliando las posibilidades de movimiento. Esto implica preguntarse, comparar, diferencias, discriminar, percibir sutilezas, conocer las preferencias personales de movimiento con que el paciente se siente cómodo, cuáles no están en su repertorio, y así muy gradualmente el paciente se anima a incursionar en nuevas combinatorias de cualidades de movimiento, tomando riesgos, saliendo de su área de confort, aventurándose, descubriendo y creando con su cuerpo nuevos patrones, nuevos modos de moverse. Por lo tanto la ampliación de los patrones de movimiento son un indicio del proceso y de los cambios en la relación consigo mismo, con los otros y en particular en la relación terapéutica, que es un laboratorio, cuyas condiciones de seguridad favorecen la libre exploración del mundo, del mismo modo que una criatura pequeña se aventura gateando, o separándose del piso y comenzando a caminar con el solo nuevo apoyo de sus propios pies.

Volviendo al planteo de Maturana y Varela acerca de que la condición de existencia humana implica la continua producción de nosotros mismos, en un proceso de quehaceres recursivos, por medio de los cuales nos reeditamos, conservando aspectos que permanecen invariantes, mientras que otros lo hacen como novedosas variaciones y algunos otros son desechados. Notamos la similitud con el perspectiva psicoanalítica acerca de la conformación de la identidad que plantea que, a partir de una huella primaria o prototípica -relativa a la experiencia de satisfacción temprana- se vuelve a intentar transitar por la huella impresa en el psiquismo, como por un molde o modelo que se busca recuperar; al que se desea retornar. Podemos reflexionar junto a Freud y a Nietzsche quienes plantean esta temática nominándolas "*compulsión a la repetición*" y "*eterno retorno*" respectivamente. En "*Recuerdo repetición y elaboración*" Freud plantea que el recuerdo da cuerpo a lo pasado, como es el caso de una narración o huella de lo acontecido allá y entonces; mientras que la repetición trata de lo presente, de lo que transcurre aquí y ahora pero un presente que es la máscara de un pasado que esconde las evidencias de sus raíces en lo que, de hecho, el sujeto hoy reitera. La repetición implica la memoria en acto, incluyendo tanto lo pasado que se representa como a su vez revela del presente que convoca a ese pasado. La elaboración, tercer término que presentamos siguiendo a Freud, ocurre en el presente trabajando lo pasado apuntando a lo futuro. La misma implica aquello que se está procesando; se trata de un trabajo psíquico que busca escapar a los automatismos de la compulsión a la repetición e implica un proceso cuyo desenlace es incierto; es construcción, motiva y produce cambio. El psicoanálisis propone

repetir en la transferencia para llegar a recordar y elaborar. Es decir que el proceso psicoterapéutico implica que el paciente re-vive, repite, presenta su movimiento recursivo, para que sea visto, leído por un otro nuevo; el terapeuta, que con su sola presencia como testigo de lo que se manifiesta, facilita el darse cuenta recordando y poniendo en marcha la elaboración.

Repetición desde el comienzo de las cosas, desde el mismo origen del hombre. ¿Porqué repetir? Repetir conlleva la búsqueda de un placer, el encuentro con la experiencia mítica de satisfacción plena, el gozo. Pero repetimos aunque el gozo implique dolor. Esta necesidad o posibilidad humana tiene que ver con la identidad que necesitamos conservar imperiosamente. Maturana se pregunta ¿de qué querríamos desprendernos? ¿Qué queremos conservar? Las psicoterapias han invitado a los sujetos a desidentificarse para encontrar la pura subjetividad. Pero si eso fuera posible, ¿qué quedaría?

Malpartida (2003) opone al concepto de repetición freudiano, que implica un modo regresivo, propone la repetición como un modo creativo placentero que se manifiesta en el juego, el arte y la cultura encontrando una salida al concepto de repetición neurótica. Cuando alguien se instala en la repetición sugiere observar si ésta es una repetición creativa, productiva o destructiva. Sostiene que los artistas repiten símbolos, colores, escenas, afectos, temas. La búsqueda implica un sin número de repeticiones hasta dar forma. Estas repeticiones involucran similitud y novedad, *"no podemos bañarnos dos veces en un mismo río"* decía Heráclito. En cambio la repetición compulsiva contiene otra cualidad: una vuelta atrás, un movimiento catabólico. Conlleva futilidad. Tenemos entonces dos modos de la repetición uno progresivo y otro regresivo.

El encuadre psicoterapéutico implica una repetición en sí mismo. Reencontrarse sesión tras sesión en un tiempo, espacio, y sujeto predefinido, (semejante, aunque no idéntico). Equiparable a los aspectos estables o invariantes en el marco de una investigación. Algo artificialmente delimitamos, definimos lo que intentaremos "controlar" para poder despejar el campo y ver en detalle las variaciones de lo que nos interesa conocer. No discutiré aquí el nivel de fijeza o estabilidad que puede considerarse. Solo daré por sentado que hay elementos más estables y que deseamos estabilizar para dar lugar a otros que puedan moverse libremente. Dentro de ese marco o encuadre los pacientes también hacen sus exploraciones que implican repeticiones y variaciones que no son buscadas sino

encontradas. En este habitar de las sesiones de DMT aparecen movimientos nuevos o cualidades nuevas que enriquecen el repertorio y posibilitan el darse cuenta.

Inevitablemente repetimos en el placer y el goce tanático, pero también hay evolución, se produce el cambio, aunque mínimo, se presenta. El DT confía en que el contacto con el deseo profundo del paciente, o el reconocimiento de quién es el paciente sea cual fuera en la forma que se manifiesta, posibilita la novedad, lo inédito, que emerge en la libertad del proceso como un nuevo retoño transformado de lo que ya era. Estas ideas son presentadas para dar cuenta de la posibilidad y las limitaciones para el cambio. Nuestra firma, patrón personal de movimiento, es una marca indeleble: nadie puede ser otro. La DMT busca recobrar junto al paciente el valor de ser quien se es, de reconocerse a sí mismo y aceptarse, *recordando, repitiendo y elaborando*, y volviendo a *fluir* en esta vida que solo es progresiva aunque vaya en dirección a la muerte.

8- El movimiento, el gesto y la postura involucran simbolismos.

Se ha atribuido al movimiento, la postura y el gesto el carácter de comunicación no verbal presimbólica. Podríamos decir presimbólica pero plena de sentido, tanto en proceso como en sí mismo. Para intentar comprender este punto, partiremos del lenguaje verbal e iremos en forma regresiva a comprender el no verbal que está en la base de toda comunicación, Entendemos junto a Bartenieff (1980) que la expresión verbal implica metáforas de organización espacial, temporal, de peso y flujo, provenientes de la experiencia de movimiento y las cualidades de esfuerzo, como por ejemplo: "lo están presionando", "lo derribaron", "lo elevan". Con ellas funcionamos en la vida cotidiana. Decimos entonces que el lenguaje verbal, un modo particular y muy refinado de movimiento, emerge de la experiencia sensomotora, casi como una clase de elaboración comunicativa que permite relatar experiencias pasadas o hablar de lo que no está presente. Esta afirmación se corresponde con la conceptualización de metáfora que presentan Lakoff y Johnson (1998) en su libro "*Metáforas de la vida cotidiana*". La metáfora no es entendida como un asunto de lenguaje sino como un concepto más general y abarcativo de sucesos, actividades, ideas y emociones. El mundo fenoménico es comprendido, de acuerdo a esta perspectiva, a través de "*gestalts experienciales*" que organizan la experiencia en términos o conceptos metafóricamente derivados. Esta perspectiva involucra una visión kinestésica en la que la metáfora implica la habilidad de reconocer semejanzas a través de dominios sensoriales diferentes.

Esta capacidad parece haber evolucionado naturalmente en los primates humanos a través de la maduración de zonas transmodales en la corteza parietal (Geschwind, 1964). La metáfora supone la transferencia de propiedades a través de sistemas simbólicos. Un símbolo se refiere a una cosa usada para denotar o representar otra. Los símbolos incluyen, pero no están limitados al lenguaje, la música, los gestos, la pintura, la fotografía, la arquitectura, la danza. Más que eso, un sistema simbólico consiste en un esquema simbólico que reúne los requisitos de referencia correlativa o denotación. Este enfoque tiene gran afinidad con la perspectiva que reconoce a la metáfora como un modo generalizado de cognición (Lakoff y Johnson, 1980; Miall, 1979).

La DMT y el resto de las arte terapias operan haciendo transferencias transmodales de un dominio sensorial de experiencia a otro como forma de comprender la subjetividad en juego (Lakoff y Johnson, 1980). Las DMTs encuentran que cada sujeto manifiesta predilecciones respecto a las combinatorias de cualidades de movimiento con que se sienten más cómodos. Éstas, a su vez, encierran significados provenientes de experiencias previas que dejaron su impronta y modelaron el funcionamiento personal, dando lugar al carácter.

Atención, intención, decisión y expresión son fases de la preparación interior de una acción corporal que se expresa en el exterior. Esto llega a concretarse cuando a través del flujo del movimiento, el esfuerzo encuentra una forma definida de expresión en el cuerpo. Laban (1987) y Bartenieff (1980) hablan de afinidades simbólicas implícitas en los esfuerzos. La relación con el espacio implica poner atención, focalizar para poder ejercer algún control sobre éste. Quien domina el peso tiene intención, quien ajusta su relación con el tiempo ejerce su poder de decisión. La atención, intención y la decisión se actualizan cuando el cuarto factor, el flujo, posibilita su manifestación a través de una forma de expresión (Laban, 1987).

Espacio	Tiempo	Peso	Flujo
Atención	Decisión	Intención	Expresión

Las distintas Arte Terapias posibilitan la expresión a través de distintos lenguajes, que en su esencia son transmodalmente isomórficos, lo que nos permite bailar al oír una música, o ponerle cierta letra a una partitura. Las experiencias emocionales son la materia común y subyacente a todos los lenguajes, y las que posibilitan pasar de uno a otro decodificando lo que a veces parece inabordable.

Conclusiones

Son muchas las puertas de entrada por la cuáles aproximarse a la DMT. Presentamos solo algunas ideas acerca de conceptos que sustentan las prácticas terapéuticas, psicoterapéuticas, expresivos – creativas en DMT. No han sido abordados temas como la firma personal o *identidad de movimiento personal*, la concepción que describe el *moverse y ser movido* proveniente de la línea jungiana en DMT liderada por Mary Whitehouse, la idea de *partir de los aspectos disponibles* equivalente a trabajar desde la parte sana de la personalidad o las áreas libres de conflicto, para atender a las dificultades a medida que van emergiendo. La manifestación del *movimiento espontáneo* como facilitador de bienestar psicológico, la afirmación de que la *creación artística es un canal de sanación*, la valoración de la *experiencia por sobre la interpretación*, la *memoria corporal* a la que es posible acceder, son temas a tratar como parte de un marco teórico que justifique la práctica de la DMT.

A su vez queda ahondar estas perspectivas generales en su articulación con la práctica de DMT con grupos diversos, que imprimen características específicas dadas las necesidades particulares y características de poblacionales diversas. Algunas ya son abordadas como las personas con perturbaciones profundas (esquizofrenia, depresión, etc), trastornos alimentarios y de la imagen corporal, pacientes hospitalizados (cáncer, poliomelitis, etc), discapacidades físicas y mentales, neurosis, trabajo en la empresa, etc.

He presentado una visión de la DMT que considera al cuerpo como agente de conocimiento, como mente encarnada, en dónde la racionalidad emerge del cuerpo en movimiento y que a través de su acción conoce y crea o hace emerger los mundos subjetivos y los consensuadamente objetivos. Es desde este accionar, de la experiencia, de la vivencia del *movimiento sentido que se alcanzan los sentidos del movimiento*.

La DMT incluye como parte de sus recursos técnicos la exploración y la conciencia del movimiento, el uso de patrones de tensión-relajación, patrones posturales-gestuales, espectro de cualidades del movimiento, modalidades de uso del espacio, uso de ritmos como ordenadores, condiciones facilitadoras del desarrollo del movimiento espontáneo, danza creativa, improvisaciones de movimiento temáticas, movimiento corporal simbólico, coreografías grupales naturales, sensopercepción, técnicas respiratorias, utiliza distintas músicas, sonidos y el silencio que entonan emocionalmente con los estados afectivos y las cualidades del movimiento.

DMT considera que son nuevas vivencias psicocorporales relacionales las que amplían y modifican la experiencia. Guía a los individuos hacia lo transpersonal, encontrando al sujeto en su estado de ser, sin intencionalidad de modificación salvo la de posibilitar el despliegue o desenvolvimiento de lo que acontece, adoptando el danzaterapeuta, el rol de un observador participante que funciona como contexto para el desarrollo de nuevas vivencias emocionales, en un marco de respeto, no crítica y confianza en el proceso. La DMT actúa también como forma de aprendizaje de la regulación y modulación de las emociones. La emocionalidad inmersa en el movimiento es captada a través de la lectura o análisis del mismo, que se manifiesta a través de pautas de intensidad, flujo energético, ritmo, tiempo, espacio, peso o fuerza, sus rangos y sus combinatorias. Estas cualidades a su vez se aparean y enriquecen con otras auditivas equivalentes, mediante la implementación de estímulos sonoros como la música y la expresión verbal intersubjetiva.

La DMT implica un campo amplio propicio para la clínica, la investigación y la creatividad existencial.

Bibliografía

- Bartenieff, Irmgard (1980): "Body Movement, Coping with the Environment". Gordon and Breach Science Publishers. New York.
- Bateson , Birdwhistel; Goffman; may, Jackson; Scheflen; Sigman y Watzlawich (1994):La Nueva Comunicación . Ed. Kairós, Barcelona.
- Berger, Miriam (1972): "Bodily Experience and Expression of Emotion", American Journal of Dance Therapy, USA.
- Berman,M.(1990): El reencantamiento del mundo. Ed. Cuatro Vientos, Chile.
- Berman, M.(1992): Cuerpo y Espíritu. Ed. Cuatro Vientos, Chile.
- Berrol, Cynthia F (1992).: "The Neurophysiologic Basis of the Mind-Body Connection in Dance/Movement Therapy" en American Journal of Dance Therapy, volumen 14, USA.
- Birdwhistell, R (1979): El lenguaje de la Expresión Corporal. Barcelona, Ed. Gustavo Gilli.
- Condon, W. (1968) "Linguistic- Kinesic Research and Dance Therapy". Journal of

- Amer. Dance Therapy Assoc. Vol.1, nº1.
- Chodorow, J.: (1997): Encountering Jung. Active Imagination. Princeton Pub. Usa.
- Deleuze, G. (2004): En medio de Spinoza, Buenos Aires, Ed. Cactus.
- Fischman, D. (2006): La mejora de la capacidad empática en profesionales de la Salud y la Educación a través de talleres de Danza Movimiento Terapia, Disertación doctoral, Universidad de Palermo, Buenos Aires.
- Fischman, D. (2008). *Relación terapéutica y empatía kinestésica*. En S. Chaiklin, & H. Wengrower, La vida es danza. El arte y la ciencia de la Danza Movimiento Terapia. Barcelona: Edición Gedisa.
- Fischman, D. (2009). *Therapeutic relationship and kinaesthetic empathy*. In S. Chaiklin, & H. Wengrower (Eds.), The art and science of dance/movement therapy. Life is dance (pp. 33-53). New York: Routledge.
- Fischman, D. (2011): "Empatía Encarnada" Editorial Académica Española, Lambert Publishing Alemania.
- Fischman, Koch S. (2011) *An Embodied Enactive Approach to Dance/Movement Therapy*, American Journal of Dance Movement Therapy june 2011, Volume 33, Issue 1, pp 57-72
- Freeman, W. C. (1998). You're okay right where you are: Expressive movement in education. Unpublished doctoral dissertation, The Union Institute, Cincinnati, OH.
- Freeman, W.C. (1981). *Dance/Movement: Sculptures in Movement, Slow Motion Fighting*. In Arts Activities for the Handicapped. Springfield, IL: Illinois State Board of Education.
- Freeman, W.C. (1981). *Training Activities in Dance/Movement*. In Arts Resource and Training Guide, pp. 176-181. Washington, DC: National Committee, Arts for the Handicapped.
- Freud S. (1968): *Más Allá Del Principio del Placer*, Obras completas. Alianza Editorial. Madrid 2000.
- Freud S. (1968): *Recuerdo, Repetición y Elaboración*, Obras completas. Alianza Editorial. Madrid 2000.
- Gallese, V. (2002): "The Roots of Empathy: the shared Manifold Hypothesis and Neural Basis of Intersubjectivity". Psychopathology 2003, 36: 171-180. Karger AG Basel.

Gallese, Vittorio: "*The 'shared manifold' hypothesis: from mirror neurons to social cognition*" publicación del Dipartimento di Neuroscienze Università di Parma, Italia

Groddeck G.(1968): El libro del ello. Ed. Sudamericana. Buenos Aires.

Iacoboni, M. (2008): Mirroring People Farrar, Straus and Giroux, New York

Johnson, M. (1991): El cuerpo en la mente. Ed.Rogar, Madrid.

Johnson, M. y Lakoff, G. (1998): Metáforas de la vida Cotidiana. Ediciones Cátedra S.A, Madrid

Laban, Rudolf (1987): El Dominio del Movimiento. Ed. Fundamentos, Madrid.

Lakoff, G. & M. Johnson (1999); Philosophy in the Flesh: The embodied mind and its challenge to western thought. Basic Books, New York.

Levy, F. (1992): Dance Movement Therapy a healing Art. New York. Ed. National Dance Association, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.

Lowen, A. (1990): La Depresión y en cuerpo. Ed. Alianza, Madrid.

Lowen, A.(1991): Bioenergética. Ed. Diana, Méjico.

Malpartida, D. (2003): *El placer de la repetición*. Rev. Actualidad Psicológica, Julio del 2003 Nº 15 Santiago de Chile

Maturana,H, (1984): El árbol del conocimiento. Ed. Universitaria. Santiago de Chile.

Maturana, H. (2004):Transformación en la convivencia, Comunicaciones Noreste Ltda. Santiago de Chile.

Meltzoff, A. (2002): The Imitative Mind. Development, Evolution and Brain Bases. Cambridge University Press. London.

Sacchi,D, C. Sinay y D. Fischman (1989) : *Concepción Psicoanalítica Ampliada*. Conf.Asociación Esc. Argentina de Psicoterapia para Graduados.18,10,1989.

Paciuk, S. (2007): Recordar, repetir, elaborar: fondo de la memoria Revista Uruguaya de Psicoanálisis; 105 : 192 – 212

Pennebaker (Ed.) Emotional, disclosure and health. Washington: APA.

Seitz, J. (2001): *The Biological and Bodily Basis of Metaphor*. City University of New York, USA www.york.cuny.edu/seitz/biologicalbasis.htm

Stern, D. (1996): El mundo interpersonal del infante. Buenos Aires, Ed. Paidós.

Stern, D. (2010): Forms of Vitality. Oxford University Press, New York.

Varela,F (2002) : Conocer. Ed. Gedisa. Barcelona.

Varela, F., Thompson, E. Y Eleonor Rosch.(1997): De cuerpo presente, las ciencias cognitivas y la experiencia humana. Barcelona, Ed. Gedisa.

Varela, Francisco J.; & Maturana, Humberto R. (1973). De Máquinas y Seres Vivos: Una teoría sobre la organización biológica. Santiago de Chile: Editorial Universitaria.

Varela, Francisco J.; Maturana, Humberto R.; & Uribe, R. (1974). Autopoiesis: the organization of living systems, its characterization and a model. Biosystems

Winnicott, D. (1979) Escritos de Pediatría y Psicoanálisis. Barcelona, Editorial Laia.

Winnicott, D. (1982) : Realidad y Juego. Barcelona, Ed. Gedisa.

Whitehouse, M. J. Adler and J.Chodorow (1999): Authentic Movement. J.K.P_London.

Whitehouse, M.J (1999): *Creative Expression in Phisical Movement is Lenguaje without words*. In Authentic Movement. J.K.P_London

