

EXPRESIÓN CORPORAL Y ESQUIZOFRENIA

FELICITAS TIZÓN

Nacida en Buenos Aires, en 1976.

Realiza la carrera de Musicoterapia en la Universidad del Salvador, donde se recibe en 1997.

En 2002 obtiene el título de Profesora de Expresión y Lenguaje Corporal en el Instituto Superior de Enseñanza Artística, Centro de Educación Corporal A771.

Se desempeña profesionalmente en varios ámbitos educativo- terapéutico como musicoterapeuta y profesora de [Expresión Corporal](#)

INDICE

• Síntesis	3
• Fundamentos teóricos	4
• ¿Qué es la Esquizofrenia?	4
• Expresión Corporal	5
• Cuerpo, esquizofrenia y Expresión Corporal	5
• Imagen y esquema corporal	7
• Contenidos pedagógicos de la Expresión Corporal	8
• Conclusiones	12
• Bibliografía	14

SINTESIS

Esquizofrenia y cuerpo. ¿Cuerpo esquizofrénico? Ese cuerpo inmerso en un mundo donde la realidad y la fantasía no se diferencian... ¿Se diferencia el cuerpo? ¿Se siente? ¿Entero? ¿En partes? Unir las partes para formar ese todo orgánico. Cuerpo, tiempo, espacio, energía y creatividad... ¿creatividad?

¿Hay creatividad en la esquizofrenia? Todo depende, en este trabajo trato de investigar acerca del cuadro clínico, la creatividad, el hecho creativo, el arte y diferenciarlo del "puro acto motor" o de la proyección de las fantasías sin relación alguna con la realidad. Qué aportes puede hacer la Expresión Corporal y cómo se puede trabajar con este tipo de alumnos es lo que trataré de desarrollar en esta monografía.

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

¿Qué es la esquizofrenia?

Este término fue creado por E. Bleuler para distinguir un grupo de psicosis; del griego: hendir, escindir y espíritu. Se distinguen tres formas: Hebefrénica, Catatónica y Paranoide. Para Bleuler el síntoma fundamental de estas psicosis es la SPALTUNG (disociación, trastorno de las asociaciones que rigen el curso del pensamiento).

Las características de la esquizofrenia son: incoherencia del pensamiento, de la acción y de la afectividad, la separación de la realidad con replegamiento sobre sí mismo y predominio de una vida interior entregada a las producciones de la fantasía (autismo), actividad delirante más o menos acentuada, siempre mal sistematizada; por último, el carácter crónico de la enfermedad, que evoluciona con ritmos muy diversos hacia un "deterioro" intelectual y afectivo, conduciendo a menudo a estados de aspecto demencial, constituye un rasgo fundamental sin el cual no puede efectuarse el diagnóstico de esquizofrenia.

Hay momentos de reacción desordenada e intensa donde el paciente abandona su estado narcisista y trata de restablecer el contacto con el mundo objetual pero lo consigue en forma de bruscos arranques y por cortos períodos de tiempo, a esto se lo denomina síntoma de restitución. También se observan reacciones defensivas:

despersonalización: donde son reprimidos los sentimientos o las ideas afectadas de una sobrecarga (ausencia de la plenitud de sus sentimientos)

extrañamiento: sensación de que "todo ha cambiado"

En nuestra labor sería de gran importancia estar atentos y aprovechar dichos momentos para guiar al alumno en forma adecuada para enriquecer su proceso de aprendizaje.

Expresión Corporal

La Expresión Corporal: definida por Lola Brikman como una disciplina que se propone rescatar y desarrollar todas las posibilidades humanas inherentes al movimiento corporal; que requiere redescubrir el propio cuerpo por la vía de la sensibilidad, la vivencia y la concientización, es decir percibir los aspectos físicos y psíquicos del cuerpo y sus interrelaciones.

La Expresión Corporal como disciplina de movimiento busca: reencuentro con la actividad lúdica, lo espontáneo, teniendo conciencia del propio cuerpo, sus posibilidades y limitaciones.

Desarrollo del lenguaje corporal y del potencial creativo desde la posibilidad interna de cada uno.

Cuerpo, esquizofrenia y expresión corporal

En Expresión Corporal se trabaja a partir de la "unión psicósomática" (mente-cuerpo), la valorización del propio cuerpo y "su cultivo en una tarea integrada con el desarrollo y educación de la personalidad entera". Pero al trabajar con personas esquizofrénicas nos encontramos con el inconveniente de que dicha "unión" está dañada. En la esquizofrenia **el yo se derrumba**. Hay un **"regreso" al narcisismo** y de esta manera se suplanta la *relación de objeto*. Esto trae un aumento en el "tono libidinoso" corporal (en el cuerpo en su totalidad o de ciertos órganos); y este aumento se hace sentir en forma de *sensaciones hipocondríacas*. Estas sensaciones atraen permanentemente la atención del sujeto.

El alumno se **aparta de la realidad** y se **pierde interés por el mundo externo** (debido a que su libido se ha retirado de los objetos). Recordemos que el descubrimiento del Yo (y del mundo de los objetos) por parte del bebé se realiza en conexión con el descubrimiento del propio cuerpo a través de dos tipos de sensaciones: las sensaciones táctiles externas y las sensaciones internas de sensibilidad profunda. Freud afirmó que el yo es primariamente una cosa corporal. La **imagen del cuerpo** es el núcleo del yo. Las sensaciones hipocondríacas del comienzo de la esquizofrenia demuestran que este núcleo aparece una vez más y es alterado.

Algunas áreas, órganos o el cuerpo en su totalidad son percibidos como si no pertenecieran a la persona. Tanto el aumento como la disminución de las sensaciones corporales alteran necesariamente la imagen corporal, provocándole una sensación de extrañeza. Las alteraciones de la imagen corporal tienen por causa los conflictos mentales subyacentes.

Imagen y esquema corporal:

Imagen del cuerpo: representación que nos formamos mentalmente de nuestro propio cuerpo. Esta imagen se integra a partir de las sensaciones táctiles, térmicas, de dolor. Recibimos sensaciones que provienen de los músculos y sus aponeurosis y sensaciones de las vísceras. La imagen corporal

es una apariencia propia del cuerpo, no una mera percepción aunque provenga de los sentidos. Fuera de ello está la experiencia inmediata de que existe una unidad corporal que se la llama **Esquema corporal**.

El esquema corporal es la imagen tridimensional que todo el mundo tiene de sí mismo. Es una continua construcción.

"Le Boulch lo define como la intuición de conjunto el conocimiento inmediato que tenemos de nuestro cuerpo, en estado estático o en movimiento, en la relación de sus diferentes partes entre ellas y en sus relaciones con el espacio circundante de los objetos y de las personas. Esta noción es el eje de mayor o menor disponibilidad que tenemos de nuestro cuerpo, y eje de la relación vivida universo-sujeto, experimentada afectivamente y, en ocasiones, de manera simbólica"

Gracias a la existencia de estos esquemas podemos proyectar nuestro reconocimiento de la postura, movimiento y localización más allá de los límites de nuestro propio cuerpo. No hay percepciones sin acciones; y en estas acciones estamos cambiando continuamente de posición, es decir que cada nuevo movimiento se registra en este esquema, que se transforma constantemente.

El trabajo de los sentidos nos permitirá conocernos a nosotros mismos y a su vez tener un conocimiento acabado de aquello que es externo a nuestro cuerpo.

El eje central del trabajo con alumnos esquizofrénicos es la construcción del esquema corporal para que éste pueda moverse en el espacio y en el tiempo. Dicho lo anterior nuestra labor deberá "apuntalar" a la persona esquizofrénica desde varios aspectos, utilizando los cinco contenidos básicos de la Expresión Corporal: **cuerpo, espacio, tiempo, energía y más tarde la creatividad**.

Contenidos pedagógicos de la Expresión Corporal:

Cuerpo: Trabajarlo como unidad psicobiológica a partir de la vivencia del movimiento o de la educación del mismo, trabajando el cuerpo desde lo parcial (las distintas partes) a lo total, de manera que cada una de las partes sea resignificada e integrada.

Cuerpo que, según el caso, sufrirá o no alteraciones en su esquema o su imagen. Se abarca el concepto de cuerpo como:

- *Unión psicobiológica:* es decir que el cuerpo se proyecta hacia fuera y hacia adentro (la dimensión) a través de la acción. Interviene la sensación propioceptiva.
- *Materia*
- *Ente creativo.* "Se procura que a través del movimiento una intención, un pensamiento, un deseo realice su pasaje a la acción".

Este punto resulta de vital importancia ya que estos alumnos pueden mostrarse estereotipados en sus movimientos, en el "puro acto motor" debido al replegamiento sobre sí mismo y por la pérdida de interés del mundo externo. Por eso debemos ofrecer las herramientas necesarias, como el trabajo en espejo, la noción de peso, volumen, etc. para que pueda tomar conciencia de sí mismo, enriquecer su vocabulario corporal, así como brindarle el espacio de contención necesario para que pueda volcar sus pensamientos, deseos y afectos sin ser juzgado.

Estos tres aspectos del cuerpo se asocian imprescindiblemente con la energía y el movimiento.

El trabajo del cuerpo apuntará a reestructurar o armar el esquema corporal, según sea el caso. También es preciso tener en cuenta que algunos de estos alumnos pueden estar bajo la influencia de psicofármacos, lo cual hace que en la mayoría de los casos aumente la rigidez muscular.

El espacio: percibirlo, explorarlo, vivenciarlo y conocerlo. En este caso se apunta a trabajar el espacio interior y el exterior. Lo que separa estos dos ámbitos es nuestra piel, que a su vez hace de continente. El trabajo hacia "el adentro y el afuera" de nuestro cuerpo genera una vía de conocimiento, reconocimiento y enriquecimiento personal y de nuestro entorno, nos permite conectarnos en forma consciente con la realidad.

Es necesario tener en cuenta las sensaciones hipocondríacas que podrían perturbar la percepción. Inicialmente se plantea trabajar con el espacio interior, a través de la sensopercepción y el exterior por medio de la kinestesia (contrastes) para más tarde abordar las nociones de espacio parcial y total. Este último como continente y encuadre de trabajo.

Espacio parcial: es el espacio individual, particular.

Espacio total: es el ámbito, el recinto en el cual nos movemos. Es inamovible.

Tiempo: es un constante devenir. En la expresión corporal tenemos en cuenta: el tiempo individual, el tiempo grupal, el tiempo geográfico y el tiempo histórico. Es importante que cada alumno descubra su propio tiempo, pero en el caso de alumnos esquizofrénicos primero se trabajará con el tiempo grupal de manera que se logre el trabajo en grupo y generar un marco de contención.

Al trabajar con fuentes sonoras que están fuera del individuo estamos trabajando el *tiempo externo*: su adecuación, reconocimiento, ajuste, atención, discriminación, etc. A su vez, el propio cuerpo puede usarse como fuente sonora y de esta manera investigar y explorar el *tiempo interior*. Del interjuego del tiempo interior y el exterior surge el *tiempo propio* que le permitirá al alumno ganar autonomía así como también seguridad y conocimiento de sí mismo.

Para trabajar esta noción es necesario abordar el tema de la atención y la escucha consciente, sensibilidad auditiva, por parte del alumno (conexión con

el aquí y el ahora). Nuestra labor como docente es colaborar para que el alumno pueda incorporar ese mundo sonoro al movimiento corporal. Tenemos a nuestro alcance infinidad de fuentes sonoras para trabajar en una clase de expresión corporal y en los sonidos investigar sobre el ritmo, velocidad, altura, duración, aspectos que hacen al orden y son beneficiosos al momento de abordarlos con el grupo de alumnos.

Considero que este es un aspecto muy rico para vivenciarlo ya que permite el contacto con el afuera y en ciertas ocasiones, si utilizamos nuestro cuerpo como generador de sonido, trabajamos:

- ¿Desde donde? : con nuestra interioridad
- ¿Con que? : exteriorizamos sonidos a través de nuestro cuerpo
- ¿Cómo? : nos conectamos, proyectamos creativamente, accionamos corporalmente
- ¿Para qué? : nos hacemos ver y oír... nos comunicamos

Energía: "Capacidad que tiene el cuerpo de producir movimiento a través de su sistema muscular en funcionamiento óptimo, lo cual le permite alcanzar un máximo de rendimiento con un mínimo de desgaste y llamamos energía profunda a la fuerza generadora del movimiento. (...) El desarrollo de la energía profunda hace posible desarrollar y mantener los reflejos, desarrollar los centros de fuerza en el movimiento y lograr una mayor resistencia y rendimiento". Al estar bajo la influencia de medicación, el sistema muscular de estos alumnos no se encuentra en "funcionamiento óptimo" y se observan rigideces y fallas de coordinación motriz, razón por la cual el trabajo de la energía deberá ser uno de los primeros ítems a abordar para lograr movimientos más fluidos y orgánicos. Se pueden realizar actividades de coordinación, de relajación y regulación del tono muscular, siempre dirigidas con consignas claras en forma seria y consciente por el docente.

Creatividad:

La creatividad depende de la capacidad de movilizar el mundo interno de los deseos y fantasías y apunta a que cada persona se desarrolle, encuentre su estilo y de esta manera se enriquezca. La finalidad de la Expresión Corporal es hacer posible la puesta en marcha de ese mundo imaginario así como también la elaboración de la tríada mundo imaginario - movimiento corporal – acción. Quien guiará este proceso es el docente quién deberá orientar al alumno para que éste integre los elementos. El cómo lo haga dependerá de su creatividad. Maslow dice que en la medida en que la creatividad es constructiva, sintetizante, unificante e integrativa, en esta misma medida depende de la integración interior de la persona. En el estudio que realiza sobre la creatividad rescata algunos factores que influyen en la misma como por ejemplo la falta de temor respecto a su propio interior, respecto a sus propios impulsos emociones y pensamientos (autoaceptación); y que este tipo de creatividad tiene su mejor representación práctica en la improvisación.

*"La fuente (de la inspiración creadora) está en lo inconsciente
y comienza a manar, no por obra de la voluntad,
sino de la naturaleza, es decir, por haberse alcanzado
cierto grado de disposición, de atención o de madurez" Herbert Read*

Fidel Moccio define la creatividad como "el resultado de una combinación de procesos o atributos que son nuevos para el creador; o sea que, para lograr algo nuevo o diferente, toda persona debe descubrir una combinación o aplicación hasta entonces desconocida para ella"

En el caso de la esquizofrenia se utiliza la creatividad para ampliar, desarrollar y completar al alumno a través de la experiencia artística. No olvidemos que la creatividad puede ser entrenada. Paul Torrance afirma que "crear es redefinir, reestructurar, combinar de modos originales los objetos, proyectos, ideas, experiencias"

Este trabajo será posterior al que se realice con la "resignificación" de cada parte del cuerpo, es decir "de las partes al todo", integrando los contenidos de manera creativa.

La actividad como posición activa, modificadora de lo dado, de lo ya establecido, está al alcance de quien se quiera jugar, salirse de los moldes, ser protagonista, o sea estar "fuera de sí" para lograr individualidad. (Winnicott)

El trabajo de la creatividad puede abordarse en forma más o menos "libre" a partir de improvisaciones, pero en el caso de alumnos esquizofrénicos la actividad se realizará a partir de consignas claras, disparadores concretos y bien pautados, donde el alumno este contenido y conectado con la realidad en tiempo y espacio. Brindarle el espacio para que se exprese ayudará a que poco a poco el alumno tome conciencia de sí, adquiera seguridad en sí mismo y pueda explorar cualidades de movimiento y de esta manera enriquezca su vocabulario corporal.

Conclusiones

Es necesario tener en cuenta que el trabajo de Expresión Corporal con estos alumnos está inmerso en un marco de trabajo interdisciplinario. Es una actividad no verbal recreativa utilizada en última instancia como apoyo terapéutico.

La Expresión Corporal en general y especialmente con este tipo de alumnos brinda un espacio de recreación, de encuentro con uno mismo tratando de disminuir la dicotomía mente - cuerpo, donde hay una posición activa por parte del alumno. A su vez se trabaja la socialización, el compartir el espacio, los

objetos, la actividad, y de esta manera adquirir seguridad de sí mismo por medio de la afirmación corporal.

No es un trabajo fácil, por eso, como docentes debemos crear las condiciones y dar las herramientas necesarias para propiciar un accionar creativo. Estas últimas tienen que ver con: dar consignas claras y concisas, bien pautadas, crear un encuadre armónico y ordenado de acuerdo a las características del grupo. Tener en cuenta los emergentes así como tener presentes las características del cuadro patológico que he desarrollado en el presente trabajo monográfico.

Es un proceso que lleva su tiempo y que va desde lo parcial a lo global con respecto al cuerpo; mientras que al trabajar en grupo la estrategia debe orientarse desde lo grupal a lo individual (tiempo, espacio, energía).

La conexión con la parte emocional permitirá una ligazón de lo disociado a nivel corporal, o sea, una resignificación consciente. Así mismo permitirá una mejor predisposición o compromiso con la tarea.

La creatividad en la esquizofrenia es un tema para seguir investigando y desarrollando. De acuerdo a lo investigado "el crear" ayuda a integrar, sintetizar, construir; y estos aspectos surgen desde el contacto con uno mismo, con el aquí y el ahora.

Lo primero a abordar son los contenidos básicos: cuerpo, espacio, tiempo, energía, para que en una segunda etapa, de acuerdo con el encuadre y las características del grupo, se pueda trabajar el tema de la creatividad. Debemos tener en cuenta que hablamos de pacientes compensados (que no están en pleno brote, delirio o alucinación) que transitan un proceso de aprendizaje.

Realizar el presente trabajo resultó sumamente enriquecedor y espero que este granito de arena colabore a que nuestra disciplina se consolide cada vez más y que podamos acceder a nuevos horizontes.

Las puertas y los caminos están abiertos... solo debemos transitarlos

Feli