



ESPECIALIZACION EN DANZA MOVIMIENTO TERAPIA  
TRABAJO FINAL DE ESPECIALIZACION

**TITULO: El espacio en las sesiones de DMT online en tiempo de pandemia**

**TEMA: El espacio en la modalidad online de DMT**

Autora: Amanda Úrsula Buneta

Directora: Diana Fischman

Junio 2021

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LAS ARTES  
Sánchez de Loria 443, C1173ACI. Buenos Aires, Argentina  
(+54.11) 4866.2168  
[movimiento.una.edu.ar](http://movimiento.una.edu.ar)

## Agradecimientos

Gracias a Alex Segovia, compañero de la vida y a nuestro hijo Valentin, por sostener la cotidianidad de la existencia, con pasión, alegría e intensidad. Gracias a mis padres, Cristina y Juan Antonio por darme la vida con amor. Y a mis abuelas y abuelos por traerlos al mundo. Gracias a la U.N.A, a Marcela Botinelli y a Marcelo Isse Moyano por darme la posibilidad de llegar hasta aquí. Gracias Diana Fischman por ser pionera de la DMT en Argentina y autora de tantos artículos indispensables para la formación de dmt's. Gracias Karin Fleischer por la aceptación y la entrega de tu mirada. Gracias a Claudia Igaz por acompañarme amorosamente en este atravesamiento y por compartir la práctica. Gracias a mis amigas Aida Bello Canto, por alentarme, gracias Lilian Velázquez por la empatía espiritual, gracias Clarissa Machado por el brillo amoroso, gracias Majó Vexenat por la danza universal, gracias Daniela Pinto por movernos auténticamente. Gracias Stella Maris Cadenas por los intercambios analíticos. Gracias a mis amigas de formación en DMT, Cristina Ribas y Alicia Fernandez. Gracias Gabriel Levin por abrir nuevas miradas. Gracias Edith Pertzovsky por la escucha profunda y por creer en mí. Gracias Ernesto Gonçalves da Rocha por la fuerza. Gracias Mariana Morales por acompañar el encuentro creador.

Especialmente un profundo agradecimiento a las y los movientes danzantes que cada lunes se entregan al misterio de la corporalidad en el encuentro. Gracias por confiar, por sus danzas, sus gestos, sus vulnerabilidades y su potencia creadora. Gracias Graciela, Julio, Alejandra, Silvia, Ángeles, Anabel, Mabel, Carla, Pablo, Celia, Ulises, Ana, Laura, Macarena, Anita, Patricia, Valeria, Anais, Guido y Florencia.

<b>Índice</b>	<b>3</b>
<b>Metodología utilizada en el trabajo</b>	<b>5</b>
<b>Introducción</b>	<b>6</b>
<b>Objetivos generales y específicos</b>	<b>8</b>
<b>Marco teórico. Conceptual</b>	<b>9</b>
<b>Origen y motivación de la expansión de la DMT online en el contexto de pandemia por Covid 19</b>	<b>9</b>
<b>Psicoterapia online</b>	<b>16</b>
<b>DMT</b>	<b>23</b>
<b>DMT en la modalidad online</b>	<b>26</b>
<b>Dónde ocurre la sesión de DMT. El espacio.</b>	<b>30</b>
<i><b>Definición de Espacio</b></i>	<b>30</b>
<i><b>El espacio desde la Física</b></i>	<b>32</b>
<i><b>Espacio vital</b></i>	<b>34</b>
<i><b>Espacio potencial</b></i>	<b>35</b>
<i><b>Espacio y espacialidad desde Rudolf von Laban</b></i>	<b>38</b>
<i><b>El espacio para Mary Wigman</b></i>	<b>46</b>
<i><b>Espacio según Heidegger</b></i>	<b>47</b>
<i><b>Ciberespacio</b></i>	<b>49</b>

<i>¿Dónde ocurre la sesión de DMT?</i>	50
<b>El espacio en la sesión de DMT en la modalidad en línea</b>	<b>51</b>
<i>La cámara web</i>	55
<i>La virtualización</i>	57
<b>Capítulo 1: La pérdida del espacio compartido.</b>	<b>59</b>
<i>Descripción de un espacio físico para el desarrollo de una sesión de DMT presencial</i>	59
<i>Cómo llega un paciente, cliente, o moviente a su sesión.</i>	61
<i>Cuando el terapeuta es local</i>	62
<i>Descripción del espacio físico de una sesión de DMT online</i>	65
<i>30 de marzo de 2020: el hito del cambio</i>	68
<b>Capítulo 2: Las transformaciones del espacio en la sesión de DMT</b>	<b>77</b>
<i>El espacio del paciente-moviente.</i>	78
<i>Sobre el pasaje del espacio compartido en la presencialidad al espacio propio del de la mov/pac.</i>	78
<i>¿Cuál es el espacio que toma la cámara web?</i>	87
<i>¿Cuándo muevo el espacio a nivel simbólico que</i>	

<i>se abre en DMT online?</i>	94
<i>El espacio del terapeuta- testigo</i>	101
<b>Conclusiones</b>	104
<b>Bibliografía</b>	107
<b>Índice de imágenes</b>	
<b>Imagen 1</b>	90
<b>Imagen 2</b>	91
<b>Imagen 3</b>	93
<b>Imagen 4</b>	94
<b>Imagen 5</b>	101
<b>Imagen 6</b>	115
<b>Anexo A: Motivación y relato personal: ¿Dónde estoy?</b>	112
<b>Anexo B: Testimonios de pacientes-movientes.</b>	117

### **Metodología utilizada en el trabajo**

Este trabajo final integrador (TFI) es un estudio exploratorio y descriptivo realizado a partir de la irrupción de la pandemia por Coronavirus en el año 2020-2021- El mismo se contextualiza en ese momento histórico, y describo un recorte de la realidad en la ciudad de Buenos Aires donde vivo. Este recorte que realice fue un dialogo entre este contexto, la situación de aislamiento social (ASPO) y mi práctica clínica de la DMT en consultorio privado, que de manera repentina

paso de una modalidad presencial de cuerpo presente, a una modalidad online, con cuerpos a distancia.

Me propongo observar detalladamente el pasaje de la modalidad presencial a la modalidad virtual en DMT, ubicando el foco en el espacio donde se realiza la sesión de DMT grupal. Para desarrollar este estudio exploratorio y descriptivo, tomare tres sesiones online de DMT de mi práctica privada, para analizar donde ocurre la sesión de DMT grupal, como son las transformaciones que sucedieron a partir del confinamiento por Coronavirus.

La metodología consta de analizar el material de las sesiones online de DMT realizadas el 30-03-2020, el 7-04-2020 y el 20-11-2020. Las mismas fueron grabadas por la plataforma zoom, y conservadas en MP4. En el Anexo A se amplía el contexto de la comunidad de DMT en Buenos Aires, talleres y congresos que se brindaron de modalidad online. En el anexo B se incluyen los testimonios de los participantes del grupo de DMT, que conformaron las sesiones citadas y analizadas.

### **Introducción**

La Danza Movimiento Terapia (DMT) como tantas otras prácticas psicoterapéuticas se vio afectada por la pandemia y el confinamiento a partir de marzo del 2020. Esta afectación obligó a los profesionales del campo a transformar el modo de implementarla tanto a nivel de práctica terapéutica como en entrenamiento y formación de profesionales.

Es objetivo de este trabajo reflexionar los modos en que esta práctica se transformó para enfrentar las condiciones del entorno que impuso límites muy restrictivos en harás de proteger y cuidar a los ciudadanos.

En particular nos interesa saber cómo fue afectado el uso del espacio en la práctica de DMT en la transición de un espacio compartido por la presencia física, a un espacio individual mediado por el uso de la tecnología para poder establecer un encuentro.

En este contexto de pandemia por Covid 19, los tratamientos de todo tipo dejaron de ser presenciales por el aislamiento social, y pasaron a una modalidad online. De la presencia en un mismo espacio compartido realizamos una larga transición a la presencia encarnada en un multiespacio mediado por la tecnología. Y aquí empezó a complejizarse, aún más, un campo de presencia mutua, o lo que sería más preciso nombrar como telepresencia (Levy, 1995). Este proceso de virtualización del cuerpo (Levy, 1995) ha atravesado la práctica de la DMT. Según Levy (1995) por medio de la telepresencia y de los sistemas de comunicación, los cuerpos visibles, audibles y sensibles se multiplican y se dispersan hacia el exterior. Esto significa que mi cuerpo tangible que está aquí, frente a la pantalla para la sesión de DMT, también se transmite y proyecta la imagen del cuerpo en la pantalla del terapeuta o de otros pacientes-movientes.

De manera abrupta fuimos testigos de la transformación de la vivencia cotidiana. Se deshabitaron los espacios sociales cotidianos, y quedamos reclusos a los domésticos e íntimos. La experiencia total de la vida ocurre en una casa o lugar de vivienda.

El presente trabajo se propone construir un relato de estos pasajes de la DMT presencial a la DMT online, en el contexto de la pandemia por coronavirus, surgida en el 2020, y aún vigente en el 2021.

Las preguntas que mueven la mirada y encausan la búsqueda de respuestas son: ¿Cómo se transforma la DMT en el formato online? ¿Cuáles son las características de la DMT presencial y cuáles van emergiendo de la DMT online? ¿Qué favorece y que obtura la modalidad online? Esta tensión entre presencial-virtual, ¿cómo dialogan? ¿Qué es lo que perdura?

Me propongo ir dialogando con estos interrogantes, presentar algunas viñetas clínicas, abrir un campo incierto en el cual estamos muy implicados los danza movimiento terapeutas y los movientes en este contexto de pandemia por coronavirus, donde la posibilidad de continuar con nuestra practica es a través de la modalidad online.

### **Objetivos generales**

Como objetivo general de este trabajo me propongo describir las transformaciones que atraviesa la Danza Movimiento Terapia en la modalidad online en relación al espacio donde ocurre la experiencia. Hacia esa respuesta puntual, las preguntas podrían enunciarse de la siguiente manera: ¿Dónde transcurre la sesión de DMT? ¿Es posible realizar DMT online? ¿Qué fundamentos de la DMT perduran? ¿Cuáles son las transformaciones a partir de uso de la tecnología?

### **Objetivos específicos**

Dado que el espacio donde ocurre la sesión de DMT esta alterado al trasladarse de un espacio compartido a un espacio dividido e intermediado por la pantalla, será importante:



1. Especificar cuáles son las características de un espacio acondicionado para el desarrollo de una sesión de DMT presencial y cómo se ubican el terapeuta y el paciente en dicho espacio.
2. Especificar cuáles son las características de un espacio para ofrecer una sesión de DMT en modalidad online. Y cuáles son las condiciones para que el paciente tome la sesión.
3. Describir y analizar cómo afectan las contingencias del uso del espacio en distintos lugares y roles: el del terapeuta y el del paciente-moviente.
4. En relación al uso de la cámara, determinar cuál es el espacio que delimita la pantalla, si tiene alguna relación con la experiencia del moviente y cómo afecta la percepción del terapeuta.
5. Cuál es la experiencia del uso del espacio en la sesión de DMT online. Cómo se ve transformada la percepción del espacio tridimensional en presencia, a la percepción del cuerpo en la pantalla en un espacio bidimensional, plano.
6. Articular posibles transformaciones en el espacio en las sesiones de DMT online con el uso de las cámaras, los videos, las fotos. Es decir, la permanencia del movimiento en la imagen y el video.

### **Marco teórico-conceptual**

#### **Origen y motivación de la Expansión de la DMT online en el contexto de Pandemia por Covid -19**

La modalidad online en Danza Movimiento Terapia (DMT) se instaló con mayor presencia en el año 2020, en el contexto pandémico por la enfermedad COVID -19, provocada por el nuevo coronavirus SARS-CoV-2.

El COVID-19 es una enfermedad infecciosa, que se transmite principalmente a través de micro gotitas generadas cuando una persona infectada tose, estornuda o espira. Estas gotas son demasiado pesadas para permanecer suspendidas en el aire y caen rápidamente sobre el suelo o las superficies. El riesgo de contagio se presenta cuando se inhala el virus si se está cerca de alguien infectado o tras tocar una superficie contaminada y luego se toca la nariz, los ojos o la boca.

El coronavirus avanza por todo el planeta, sin distinción de ningún tipo. Al 1 de mayo de 2021 (RTVE Noticias) superaba los 3,1 millones de muertos. Si bien la enfermedad en sí misma no es mortal, muchas personas, especialmente los adultos mayores o con enfermedades preexistentes, pueden sufrir complicaciones. Otro factor a considerar es que el alto número de contagios, colapsó los sistemas sanitarios de varios países. Esto generó que muchas personas con otras enfermedades no pudieran atenderse o controlarse.

Esta contingencia mundial que se desencadenó según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 31 de diciembre del 2019, en China, puso en vilo la vida tal cual la conocíamos. Aún hoy (1 de mayo de 2021) nos encontramos en esa perplejidad del cambio que propuso y propone.

Al comienzo del 2020 la OMS anunció la aparición de una epidemia por coronavirus. Poco tiempo después, el 11 de marzo, declaró la pandemia. Esta situación planteó un antes y un después en el mundo. Nada volvió a ser igual. El mundo ha cambiado (Arranz, 2020).

El Covid-19 nos produjo una ruptura con todo lo conocido. Desafíos sanitarios, científicos, sociales, políticos, económicos, culturales y psicológicos, que han puesto en cuestión los esquemas convencionales de funcionamiento,

de nuestra vida como sujetos y en nuestros espacios de residencia. El inicio de un obligado confinamiento y la rápida expansión de su contagio, han ido provocando una falta de perspectivas claras, de horizontes a corto plazo y una permanente sensación de inseguridad y amenaza, que están generando una diversidad de “duelos” motivados por un buen número de “pérdidas”, ante las que nos sentimos, en cierto modo, inermes. Pérdida de seres queridos y amigos, pérdida de libertades, de trabajo y estabilidad económica, a veces de salud y otras de una necesaria sensación de seguridad, que, en muchos casos, nos someten a un estado de constante estrés, aderezado en ocasiones con una “sobredosis” de información o desinformación (Arranz, 2020).

Una de las pérdidas más caras es el confinamiento de los cuerpos, la falta del encuentro cuerpo a cuerpo. Lo más afectado tiene que ver con el contacto físico los cuerpos (García E., 2020). Esto implicó construir espacios a distancia. Una nueva modalidad de presencia.

El distanciamiento social fue y es una medida de prevención y control de la propagación del virus. Esta disposición desde la mayoría de los Estados, es una de las circunstancias que conmovió la vida tal cual la conocíamos en las grandes ciudades. El aislamiento que implica la privación de encontrarse con seres queridos, y estar encerrado en la casa, por periodos largos, disparó la ansiedad (Weinberg, 2020).

El distanciamiento físico, requiere que no haya reuniones sociales de grupos grandes de personas, permanecer a distancia (en algunos lugares dice 1 metro, y en otros 6 pies, que es más que un metro), evitar las reuniones sociales en lugares cerrados, evitar dar abrazos, besos, dar la mano a otras personas, no compartir utensilios, y evitar visitar personas vulnerables como personas

mayores, bebés, personas inmunodeprimidas. Se instauró como medida en prácticamente todo el mundo. Aquí en la Argentina el distanciamiento social está vigente desde el 20 de marzo de 2020. Fue una medida que implicó que, de un día para el otro, nos quedáramos en casa.

Este distanciamiento social y físico, afectó profundamente nuestra modalidad de trabajo en la Danza movimiento Terapia (DMT). Ya que también de un día para el otro, el escenario de la presencia mutua, física y real, se transformó en una presencia mediada por la tecnología. Un proceso que Pierre Levy (1995) denomina *virtualización*, y que -según él- implica una desterritorialización, y una virtualización de los cuerpos. La desterritorialización se refiere a un fenómeno donde el espacio es inasignable, según Levy lo describe así: "... cuando una personas, una colectividad, un acto, (...) se virtualiza, se colocan fuera ´de ahí´, se desterritorializan. Una especie de desconexión lo separa del espacio físico y geográfico ordinario y de la temporalidad del calendario." (p. 14)

Existen precedentes del uso de la tecnología digital en particular para la enseñanza y en las supervisiones a distancia de DMT (Downey, Kierr, Beardall, 2020). Pero la expansión masiva de estas prácticas en la atención clínica individual, grupal y las escuelas de DMT, que trasladaron sus actividades a plataformas online fue durante marzo del 2020 hasta la actualidad.

En la editorial de junio de 2020 del *American Journal of Dance Therapy*, las editoras Downey, Kierr, Beardall (2020) abren preguntas sobre la práctica en línea: "¿Cómo se hace DMT en línea? ¿Cómo utilizamos nuestras habilidades durante el aislamiento social? ¿Cómo creamos una actividad rítmica grupal o establecemos una relación terapéutica?" (p. 2, 2020). Con estos interrogantes

convocan a los lectores a contar si están trabajando en espacios virtuales y los animan a compartir experiencias.

En 2018, antes de la pandemia, se desarrolló la Tercera Conferencia de la EADMT (*European Association Dance Movement Therapy*, Asociación Europea de DMT), cuyo título fue *Crossing Borders and the In-between: DMT at the Leading Edge* (Cruzando bordes en el entre: DMT a la vanguardia).

Dos años antes del contexto pandémico, esta conferencia plantea a los terapeutas del movimiento como personas cuyo trabajo se desarrolla en espacios liminales, en los bordes, y con personas de todas las edades y culturas que están en transición de la enfermedad al bienestar. La conferencia abordó los cruces fronterizos internos y externos que hacen en ellos mismos y con los demás en el curso de su trabajo terapéutico sobre una variedad de temas. Uno de esos tópicos fue el uso de la tecnología en DMT. Desde ahí surgían interrogantes como ¿dónde está el cuerpo en línea? ¿Cómo está transformando la tecnología al cuerpo y al rostro? (EADMT, 2021)

Planteaban el eje de discusión de la siguiente manera:

“Hoy en día, la tecnología en forma de video y digital hace que sea factible cruzar la frontera del trabajo en el espacio real al virtual /ciberespacio. Inmediatamente surge una pregunta sobre cómo la tecnología contradice o no uno de los pilares de la DMT, que es la encarnación (embodiment).” (EADMT, 2021)

Dos años antes de que la modalidad online se instalara en la práctica de DMT, en esta conferencia se abría la pregunta sobre si es una contradicción o

no utilizar la tecnología en la DMT. También entonces se afirmó que las habilidades, el conocimiento y la experiencia que aplicamos en nuestro trabajo, nos colocan en una posición única en relación con la “psique” y la “relación terapéutica” (Chaiklin & Schmais, 1986, citado en la página de la ADMT) ya sea en forma real o virtual. La pregunta sobre si el uso del ciberespacio nos ayuda a navegar por los “cruces fronterizos” quedó planteada también en *Crossing Borders and the In-between: DMT at the Leading Edge*.

Fue gracias a Elia Golhahn que tomé contacto con esta conferencia que es la antesala a lo que estamos viviendo. Esta autora sigue trabajando sobre el uso de la tecnología en DMT y las profundiza en su concepción de la cámara-testigo (Golhahn, 2020), un cruce entre la función de testigo de Movimiento Auténtico y la cámara-testigo. Plantea que con la crisis mundial de la pandemia por coronavirus es urgente el desarrollo de ciertas consideraciones, reflexiones y deferencias éticas y políticas de cómo funciona la comunicación digital. Estamos convocados a reflexionar activamente en nuestra práctica clínica, en el contexto que estamos viviendo (Golhahn, 2020).

Entre las pérdidas más relevantes que afectaron a los profesionales de la salud mental se encuentra, sin dudas, la modalidad presencial. Esto afectó sobre todo a pacientes, psicólogos y psiquiatras, pero existen alternativas a la terapia presencial, suficientemente validadas, como las terapias a través de las TIC (Tecnologías de Información y Comunicación). La terapia online abre la posibilidad de mantener o iniciar un proceso terapéutico en estos momentos, a la vez que evita los desplazamientos, facilita la accesibilidad y la conciliación, y asegura la privacidad y la eficacia.

Esta posibilidad surgió a finales del siglo XX (1995), cuando se realizaron las primeras intervenciones a distancia, mediante el empleo de nuevas tecnologías. A principios del siglo XXI se publicaron los primeros meta-análisis al respecto (De la Torre y Pardo, 2018, citado por Arranz, 2020).

La DMT en su práctica clínica ha sufrido también el acceso a la presencialidad. Esta limitación nos abre muchas preguntas en relación a sus fundamentos, ya que está apoyada en la teoría mente encarnada, la posibilidad expresiva de las emociones a través del lenguaje no verbal y el vínculo terapéutico, intersubjetivo. También, si la práctica es grupal, en toda la relación intersubjetiva entre los miembros del grupo.

Con el nuevo escenario que plantea la pandemia, pero también con la información disponible que desde antes de que este particular contexto se desplegara, venimos preguntándonos sobre la práctica en DMT: ¿Es posible desarrollar una profesión que está tan apoyada en el cuerpo físico y en la presencia terapéutica de manera virtual? ¿Será que la ausencia del cuerpo en un espacio físico compartido hace menos efectivo un proceso terapéutico? ¿Podrán sostenerse las sesiones? ¿Cómo se va a dar la comunicación no verbal entre participantes? Otras preguntas están vinculadas al manejo de la tecnología, plataformas virtuales, conectividad, acceso a wifi, cámaras, computadora, celulares, auriculares. ¿Seremos capaces de afrontar tantos cambios? ¿Será adaptación, sobre adaptación, acomodamiento o asimilación y creatividad?

Para ampliar este apartado con experiencias locales de la autora, referirse al Anexo A: Motivación y relato personal: ¿Dónde estoy?

## Psicoterapia online

Para comenzar a componer el escenario de la modalidad virtual en DMT, voy a desarrollar brevemente los antecedentes de la psicoterapia online o telepsicología:

“...la definición de la American Psychological Association (APA), que propone el nombre intervenciones Telepsicológicas que define como la provisión de servicios psicológicos mediante tecnologías que permiten la comunicación no presencial, entre las que se incluyen el teléfono, email, texto, videoconferencia, aplicaciones móviles y programas estructurados en una web (APA, 2013; Rees, & Haythornthwaite, 2004)”. (citado por de la Torre Martí y Cebrián 2018, p.20).

Las tecnologías de información y comunicación, en adelante TIC, han modificado radicalmente las relaciones humanas a lo largo de los últimos 30 años (Rousos y Braun, 2018).

Según Distefano et al. (2018), la integración de la tecnología a la psicoterapia se hace de dos modos diferentes:

A) La utilización de los recursos tecnológicos (RT) cotidianos: teléfonos celulares, computadores, videojuegos. Estos introducen la tecnología a través de los dispositivos que cuenta el paciente, y con el empleo que usualmente se le da a los mismos.



B) Intervenciones o recursos digitalizados específicos, conocidos como psicoterapia asistida por computadora (PAC). Estos se refieren a los sistemas electrónicos que contribuyen al desarrollo del proceso terapéutico mediante aplicaciones de realidad virtual. (Distefano et al., 2018, p.66)

El uso de la tecnología en los tratamientos psicoterapéuticos promete la accesibilidad y disponibilidad para cualquier individuo con impedimentos físicos, o residente en lugares distantes. (Castro, Larraín, Fritsch & Rojas, 2012; Crisóstomo Albuquerque & Scalabrin, 2007; Medeiro et al., 2012, citado por Distefano et al. (2018).

La psicoterapia con más de 100 años de historia ha sabido cambiar, permanecer y variar en la cantidad de escuelas y modos de intervención. La interacción con las TIC comenzó muy tempranamente en los años 60 del siglo XX, con programas pioneros que emulaban el diálogo entre un paciente y un terapeuta virtual (Weizenbaum, 1966 citado por Braun, y Rousos, 2018). Este experimento despertó un profundo interés por las implicancias del uso de este tipo de tecnologías podían llegar a tener en el futuro. Programas desarrollados en las décadas del 60 y del 70, que actuaron interdisciplinariamente con distintos tipos de desarrollos como la cibernética o la inteligencia artificial, fueron el anticipo de lo que en los 80 significó la incorporación de la computación para el tratamiento de algunas patologías (Braun y Rousos, 2018).

Desde hace más de 20 años son numerosas las plataformas tecnológicas a través de las cuales se implementan acciones y tratamientos psicoterapéuticos, ya sea para mantener un canal abierto de comunicación abierto con los pacientes o para llevar a cabo intervenciones dentro de un

tratamiento. Entre algunas de ellas: videoconferencias (públicas o privadas), correos electrónicos, sistemas de mensajería instantánea, sitios web con información, salas de chat, realidad virtual, aplicaciones de telefonía móvil y videojuegos.

Estas plataformas se utilizan para diferentes tipos de acciones:

- ✓ Comunicaciones entre paciente y terapeuta
- ✓ Psi coeducación
- ✓ Diagnóstico y evaluación (test, cuestionarios)
- ✓ Entrenamiento de los psicoterapeutas
- ✓ Supervisión a distancia
- ✓ Monitoreo remoto de situaciones de riesgo
- ✓ Recolección remota de datos
- ✓ Exposición a través de videos y juegos
- ✓ Grupos de ayuda
- ✓ Tratamientos completos computarizados.(Braun y Rousos, 2018)

Dado el contexto de pandemia por coronavirus que vivimos actualmente, hubo una irrupción masiva del uso de los recursos tecnológicos en los tratamientos psicoterapéuticos, en las consultas médicas, y en la educación.

Braun y Roussos (2018), enumeran algunas de las ventajas en la utilización de las TIC en psicoterapia:

- ✓ Los costos de un tratamiento virtual son mucho menores que los de un tratamiento clásico, esto puede lograr que sean incorporados en planes mucho más abarcativos poblacionalmente hablando.

- ✓ La psicoterapia puede llegar a lugares donde no llegan los terapeutas. (áreas rurales, o de bajos recursos)
- ✓ Una presencia más constante del terapeuta puede generar una diferencia significativa en algunas problemáticas específicas. Por ejemplo, permite acompañar a la distancia a un paciente con ansiedad social que tiene que ir a una fiesta (Braun y Rousos, 2018)

Existen numerosas investigaciones que demuestran la eficacia de este tipo de acciones clínicas, transformándolas en tratamientos clínicamente validados para el abordaje de numerosas patologías (Spek et.al, 20077, Konigbauer, 2017, citado por Braun y Roussos, 2018).

Algunos terapeutas que participaron en encuestas de uso de TIC, mencionan que mejora el vínculo comunicacional. En algunos casos producen mayor acercamiento con el paciente, sintonizan con los modos habituales, sobre todo con los niños y adolescentes. (Braun y Roussos 2018).

Marta de la Torre Martí y Rebeca Pardo Cibrián, autoras de la Guía para la intervención Tele psicológica (2019) dicen en referencia al vínculo y a la alianza terapéutica que:

“...aunque existe evidencia suficiente que señala que es posible construir una alianza terapéutica fuerte e incluso similar a la terapia presencial a través de medios online (Cook & Doyle, 2002; Knaevelsrud & Maekcker, 2007; Reynolds, Stiles, & Grohol, 2006), parece que el propio desarrollo de la alianza terapéutica sigue siendo un desafío para los psicólogos que desarrollan intervenciones psicológicas online en nuestro país (González-

Peña et al., 2017). Por consiguiente, y aunque la evidencia pueda ser clara, resulta necesaria más información para el trabajo clínico en este nuevo medio (González-Peña, et al., 2017) con atención a aspectos aplicados para poder percibir ventajas o inconvenientes en el propio contexto aplicación.” (de la Torre Martí y Pardo Cibrián, 2019, p.23)

En cuanto a los riesgos de las intervenciones online, se refieren a:

- ✓ Uso desigual: muchas personas por ejemplo las de edad avanzada no utilizan la tecnología.
- ✓ Riesgos clínicos: existen dificultades para atender a una persona en situación de crisis.
- ✓ Requiere mayor gasto de inversión inicial.
- ✓ Dificultades legales: existe desconocimiento y ausencia de regulaciones legales.
- ✓ Riesgos para la protección de la información del paciente
- ✓ Escasa formación del profesional para la adaptación del proceso terapéutico del entorno online
- ✓ Necesidad de mayor investigación: se requiere mayor evidencia empírica, con criterios homogéneos y unificados sobre el tipo de intervenciones online y soportes, así como de los problemas psicológicos menos comunes y de los formatos tecnológicos más novedosos. (de la Torre Martí y Pardo Cibrián, 2019, tabla 2, p.24)

En la *Guía para la intervención telepsicológica* de Marta de la Torre Martí y Rebeca Pardo Cebrián (libro editado a finales de 2018 por el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, en colaboración para su desarrollo con el Centro de Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Madrid) se listan las instituciones que cuentan con guías de referencia sobre el tema a nivel mundial. Esta lista de guías supone un documento de referencia en lengua española para la comprensión del abordaje terapéutico por medios on-line:

- American Psychological Association (APA).
- British Psychological Society (BPS).
- National Institute of Mental Health (NIMH).
- Australian Psychological Society (APS, 2012).
- Canadian Psychological Association (CPA, 2000).
- International Society for Mental Health Online (ISMHO, 2000).
- American Telemedicine Association (2009 y 2013).
- Health on the Net Foundation (1997).
- American Accreditation HealthCare Commission (2001).
- American Medical Association (2006). (de la Torre Martí y Pardo Cibrián, 2019)

Estas guías establecen recomendaciones para profesionales que les ayuden a desarrollar su práctica, al brindar un panorama teórico y práctico. Principalmente, se guía en la toma de decisiones de los aspectos éticos y legales. Algunas referencias también incluyen los términos tecnológicos, las competencias que han de tener los psicólogos y clientes para posibilitar las intervenciones online, aspectos relacionados con la seguridad, y acceso a la

información, indicaciones sobre las medidas adecuadas sobre uso del hardware y software para proteger la integridad y la privacidad de los datos, así como listados de recursos y plataformas online. En el Apéndice A se puede encontrar un listado y enlaces a guías internacionales relevantes sobre intervenciones psicológicas online. (de la Torre Martí y Pardo Cibrián 2018)

Me resulto muy interesante el uso de algunos términos en la Guía de la APA (2013) que considero importante relevar:

“El término *cliente / paciente* se refiere al receptor de servicios psicológicos,(...). El término *en persona*, que se usa en combinación con la prestación de servicios, se refiere a interacciones en las que el psicólogo y el cliente / paciente se encuentran en el mismo espacio físico y no incluye interacciones que pueden ocurrir mediante el uso de tecnologías. El término *remoto*, que también se utiliza en combinación con la prestación de servicios que utilizan tecnologías de telecomunicaciones, se refiere a la prestación de un servicio que se recibe en un sitio diferente al que se encuentra físicamente el psicólogo.(...) Los términos *jurisdicciones* o *jurisdiccionales* se utilizan cuando se hace referencia a los órganos de gobierno de los estados, territorios y gobiernos provinciales. (...) *Confidencialidad* significa el principio de que los datos o la información no se ponen a disposición ni se divulgan a personas o procesos no autorizados. Los términos *seguridad* o *medidas de seguridad* son términos que abarcan todas las salvaguardas administrativas, físicas y técnicas de un sistema de información. El término *sistema de información*

es un conjunto interconectado de recursos de información dentro de un sistema e incluye hardware, software, información, datos, aplicaciones, comunicaciones y personas.” (APA, 2013)

Estas últimas consideraciones de los términos que se utilizan en los tratamientos psicológicos, psicoterapéuticos, son importantes para tener en cuenta como discriminan cliente-paciente, en Argentina usualmente se utiliza paciente. En el campo de la DMT utilizamos paciente-moviente. En persona se utiliza cuando estamos en presencia del otro cuerpo. Y el término remoto, para denominar cuando es a distancia.

## **DMT**

La Danza Movimiento Terapia, definida por Levy (1988) como el uso de la danza/movimiento como herramienta psicoterapéutica, está basada en la idea de que el cuerpo y la mente son inseparables. Su premisa básica es que el movimiento del cuerpo refleja estados emocionales internos y que los cambios en la conducta del movimiento pueden llevar a modificaciones en la psique, promoviendo la salud y el crecimiento. La autora agrega que el objetivo es ayudar a las personas saludables y a aquellos menos saludables a recuperar el sentido de integridad, experimentando la unidad del cuerpo, mente, y espíritu. Esta es la meta última de la DMT, dice Levy.

Resalto los objetivos que la DMT se propone como abordaje con personas de *todas las edades y habilidades* según Schart (2013):

- Ofrecer un espacio para explorar aquello que nos impulsa.
- Desarrollar la autoconciencia

- Desarrollar la sensibilidad hacia los demás
- Encontrar un camino para sentirse más cómodos en su propia piel.

Para conceptualizar que es DMT, es importante citar a Diana Fischman (2008,2013), que comprende profundamente el conocimiento que la DMT va integrando desde sus inicios. Fischman afirma que: “La DMT enfoca la vivencia del *movimiento sentido y los sentidos del movimiento*. Se compromete empáticamente con la experiencia subjetiva *enraizada* en el cuerpo.” (Fischman, 2008, p.81)

En otro artículo llamado *Supuestos Básicos de la DMT* (2013), vuelve a esta definición de esta manera:

“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.” (Fischman, 2013, p.1)

Fischman (2013), reúne y desarrolla los supuestos básicos de la DMT propuestos por las pioneras norteamericanas, de una forma interactiva y estimulante para seguir interrogando su práctica. Voy a enumerarlos tal cual ella los escribe para considerar los fundamentos que se encarnan en la práctica de DMT.



- “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.” (Fischman, 2013, p. 2)

Según Fischman menciona en sus artículos (2008, 2013), la DMT se caracteriza por ser una disciplina abierta y en permanente evolución. Según sus palabras:

“Distintos enfoques provenientes del campo de la danza y de las psicoterapias se entretajan en la construcción de esta práctica. Investigaciones de neurociencia, desarrollo temprano, enfoques del cognitivismo postracionalista, la psicología del *self* y el psicoanálisis relacional presentan gran afinidad con el núcleo conceptual de la DMT.” (Fischman, 2008, p 81)

En este trabajo, tomaremos los supuestos básicos como referencia para reflexionar acerca de las transformaciones que atraviesa la práctica de DMT mediada por la tecnología. También en relación a la última cita, esta característica de la disciplina abierta, nos invita a seguir enriqueciéndola con los desafíos actuales que nos presenta la modalidad online.

### **DMT en la modalidad virtual**

Ahora bien, en estas definiciones y supuestos básicos está implícito que DMT implica un cuerpo en un espacio compartido con el terapeuta que acompaña este proceso. ¿Cómo es posible ayudar a las personas, co creando un campo de forma virtual? En realidad, mejor expresado sería que cada integrante de la diada o del grupo ocupa un espacio diferente. El terapeuta está en su consultorio con su computadora, y el moviente, o los movientes, cada uno en su casa o lugar donde puede disponerse a trabajar.

Levy (1988) resalta el uso del movimiento del cuerpo, en particular la danza, como un recurso terapéutico que viene desde los albores de la humanidad. En este contexto se abre una nueva pregunta en esta modalidad

online: ¿Será que la danza y el movimiento podrán sostener el mismo potencial terapéutico en la nueva modalidad online?

En muchas sociedades primitivas la danza era fundamental ya que brindaba medios a las personas para expresarse, para comunicar sus sentimientos y estar en comunión con la naturaleza. ¿Será que en nuestra realidad actual de la sociedad moderna del siglo XXI, atravesada por una pandemia mundial por coronavirus, afectados por el aislamiento social, la danza y el movimiento nos brindan la posibilidad de expresión? ¿Cuáles son las características de moverse en el espacio privado frente a una cámara? Los danza movimiento terapeutas (DMTs) en varios lugares del mundo están haciéndose esta pregunta: ¿Cómo se hace DMT online? (Dowey, Kier, Beardall, 2020).

Existen algunos artículos sobre experiencias de DMT online (Mesika et al, (2021), Goldhan (2020), Dowey et al. (2020) y Yariv et al. 2020), y sobre cómo se adaptaron a las circunstancias producidas por la pandemia por Covid 19. En uno de estos artículos (Mesika et al. 2021), los autores presentan un modelo de DMT grupal para el tratamiento de adultos diagnosticados de depresión y su adaptación a la pandemia por Covid 19. Por el distanciamiento social, los espacios de reunión se trasladaron a espacios virtuales, video llamada, terapia en línea y al aire libre. En el apartado de influencias de la Pandemia, los autores describen al Covid 19 como un remolino que nos traslada de un lugar del espacio a otro. La imagen de remolino es una metáfora de cómo esta situación mundial nos arrasó y cómo modificó los espacios públicos y los espacios íntimos.

Eila Goldhahn va más profundo en las reflexiones y en las articulaciones prácticas de la modalidad online de DMT. En su artículo "*Being seen digitally: exploring macro and micro Perspectives*" ("Ser visto digitalmente explorando lo macro y lo micro", 2020), reflexiona acerca del uso de los medios y las comunicaciones digitales para las sesiones de DMT, DMP y terapias somáticas en general. La autora plantea que hay desconocimiento de cómo funcionan las comunicaciones en la modalidad digital y que esta ignorancia puede conducir a ilusiones por lo que propone conocer la herramienta y cómo puede funcionar en nuestro campo. En su artículo, comenta que uno de los conceptos más equivocados que encontró sobre las comunicaciones digitales fue la idea de presencia.

Como vengo desarrollando en este trabajo, las comunicaciones digitales aplicadas a todos los aspectos de la vida humana están presentes desde hace muchos años a partir de un proceso paulatino que fue desenvolviéndose hasta hoy, cuando la pandemia por coronavirus terminó de acelerar esta digitalización de la comunicación y la vida.

Goldhahn (2020) plantea que en aquellas áreas en el campo de las humanidades y la psicoterapia donde el cuerpo humano real, la presencia, se consideraba una condición en la actualidad esto ya no se mantiene. La autora observa también en ese artículo que muchos (terapeutas y participantes) consideran que trabajar online no es para ellos mientras otros adoptan esta nueva manera con entusiasmo. En sus palabras dice:

"Estoy planteando preguntas sobre los supuestos subyacentes y la ética y cómo necesitamos evaluar y, cuando sea posible, transferir nuestras creencias y ética existentes a las nuevas

situaciones de las sesiones online (...) Es interesante que considera la presencia física corporal con sus propios clientes como un ideal más que una condición para su trabajo (*refiriéndose al comentario de un estudiante de movimiento autentico*). (...) Para muchos practicantes, estar juntos en el mismo espacio y el tiempo físico ahora convertido en un bien escaso y precioso.” (Goldhahn, 2020, p. 5-6)

Goldhahn afirma que existen ventajas como la expansión de la disciplina a lugares que antes no llegaba. También posibilito la continuidad de los procesos terapéuticos y de aprendizaje y supervisión. Pero se pregunta que se pierde en la nueva modalidad online, se pregunta: “¿Que nueva comprensión necesitamos adquirir para volvernos conscientes y hábiles en el uso de las comunicaciones digitales?”

Goldhahn (2020) también menciona y reflexiona acerca del desarrollo tecnológico no se detiene; existe un cambio inminente de 4 G redes a 5G que será reemplazado por la mediación holográfica alguna vez. Y justamente la diferencia entre la tecnología de 4G y 5G es la velocidad de la transmisión de datos. Esto hace que el tiempo sea más real y mejore la definición de la imagen en un proceso que podría terminar con la holografía que en un futuro nos daría la tridimensionalidad.

Pero no solo la tecnología no se detiene y evoluciona, Goldhahn también menciona que nuestros sentidos humanos y las interacciones sociales han evolucionado y se han adaptado para funcionar óptimamente en presencia de otro cuerpo equipado con los mismos sentidos. Tener un contacto visual directo, escuchar con el oído, poder unirse al ritmo de la respiración del otro, sus

expresiones faciales y gestos es parte de esto. Cuando estamos mediados por la pantalla, algo se pierde en la traducción de datos digitales, los tiempos de atención son más cortos, suelen verse signos de cansancio, el foco en la pantalla, el reflejo la luz en los ojos.

Voy a cerrar este apartado con unas preguntas de la autora que deja en evidencia los interrogantes de este trabajo y de esta temática.

“¿Cómo nos sentimos como terapeutas después de una sesión mediada o después de una sesión con nuestro cliente o estudiante presente?

¿Qué pasa y se nos niega? ¿Qué pasa con nuestro deseo de sociabilidad de cuerpo y mentes que buscan conectarse entre sí en terapia, entrenamiento y practica somática?” (Goldhahn, 2020, p.8)

### **Dónde ocurre la sesión de Danza Movimiento Terapia. El espacio.**

Una pregunta inicial que aparece en esta pérdida del espacio físico compartido para realizar la práctica de DMT, es ¿dónde ocurre la experiencia de DMT? ¿Dónde se despliega la realidad que fuimos convidados a participar? ¿Dónde ocurren las sesiones? Y esta pregunta nos introduce en la temática del espacio.

#### ***Definición de Espacio***

Para tomar un punto de partida, me apoyo en la definición de espacio de la Real Academia Española (2020):

1. m. Extensión que contiene toda la materia existente.
2. m. Parte de **espacio** ocupada por cada objeto material.

3. m. **espacio exterior.**
4. m. Capacidad de un terreno o lugar.
5. m. Distancia entre dos cuerpos.
6. m. Separación entre las líneas o entre letras o palabras de una misma línea de un texto impreso.
7. m. Transcurso de tiempo entre dos sucesos.
8. m. Programa o parte de la programación de radio o televisión.
9. m. Fís. Distancia recorrida por un móvil en cierto tiempo.
10. m. Impr. Pieza de metal que sirve para separar las palabras o poner mayor distancia entre las letras.
11. m. Mat. Conjunto de elementos entre los que se establecen ciertos postulados.
12. m. Mús. Separación que hay entre las rayas del pentagrama.
13. m. p. us. Tardanza o lentitud.
14. m. desus. Recreo o diversión.

Al leer las acepciones posibles, traspaso las que se adaptan a la mirada del DMT. En el contexto de este trabajo, el espacio es la extensión que contiene a la materia (definición 1). El espacio que contiene a los cuerpos, el del DMT en su hábitat, y el cuerpo del moviente en su casa. También se aplicaría la definición 2, parte del espacio ocupada por cada objeto material, las computadoras, teléfonos, cámaras y la definición 5: la distancias entre los dos cuerpos, aunque esta distancia es discontinua por la intermediación de la pantalla. La definición 7 se relaciona con el tiempo, que en la sesión online puede existir, un transcurso del tiempo sucesivo, con demoras.

Si me remito a la etimología, espacio es un vocablo que proviene del griego *Spatium* (Monlau y Roca, 1881) que a su vez proviene de *spadium*, que

en griego significa cualquier campo de carreras o lugar extenso apto para caminar.

También *Spatium* es un vocablo que significa en su origen en latín *tiempo de espera entre dos momentos temporales* y se aplica a la distancia vacía entre dos puntos

En su etimología, por la idea de vacío entre dos puntos, está contenida la noción de *potencial* y esta palabra abre el concepto a otros significados y desarrollos.

### ***El espacio desde la Física***

Brevemente me gustaría describir las nociones de espacio desde la física, y dar cuenta de que la noción de espacio tiempo es dinámica, y está investigándose y reformulándose.

El espacio físico es el área donde se encuentran los objetos y en el que los eventos que ocurren tienen una posición y dirección relativas. El espacio físico es habitualmente concebido con tres dimensiones lineales, aunque los físicos modernos usualmente lo consideran, con el tiempo, como de cuatro dimensiones y lo denominan espacio-tiempo.

De acuerdo con la teoría de la relatividad, el espacio-tiempo es la entidad geométrica en la cual se desarrollan todos los eventos físicos del universo.

En el espacio tridimensional se requieren tres coordenadas espaciales, es decir cada uno de sus puntos puede ser localizado especificando tres números dentro de un cierto rango. Por ejemplo, anchura, longitud y profundidad. Para la física clásica (Newton) el tiempo es una coordenada independiente de las coordenadas espaciales y es una magnitud idéntica para cualquier observador.



Este concepto se puso en duda a principios del siglo XX y Einstein propuso como solución considerar como postulado la constancia de la velocidad de la luz y prescindir de la noción del tiempo como una coordenada independiente. En la Teoría de la Relatividad, espacio y tiempo tienen carácter relativo o convencional, dependiendo del estado de movimiento del observador.

Con Einstein se rompen los viejos esquemas conceptuales y puede hablarse con razón del espacio y del tiempo antes y después de Einstein. En la Teoría de la Relatividad Restringida, la primera más sencilla, el espacio y el tiempo no son independientes, sino que forman un continuo tetradimensional, de modo que los puntos ("átomos" del espacio) y los instantes ("átomos" del tiempo) se funden en los sucesos, formados por la asociación de un punto y de un instante. Se abandonan los conceptos clásicos de pasado y futuro, por otros nuevos y un tercer concepto, sin homólogo clásico, que es el tiempo que transcurre en otro lugar del espacio. El espacio y el tiempo siguen siendo físicamente inactivos.

*La Teoría de la Relatividad Restringida* es el puente entre la ciencia clásica y la Relatividad General, matemática y conceptualmente más complicada. En esta última el espacio, el tiempo y la materia dejan de ser independientes, los dos primeros son físicamente activos. La materia configura la estructura del espacio-tiempo, el universo ya no es plano ni infinito sino curvo y finito. Surgen nuevos fenómenos físicos, no concebibles para los clásicos, entre ellos el espacio ya no es estático, sino que es dinámico, está en expansión.

En una conferencia dada por J.L.F. Barbón llamada "*El fin del espacio tiempo*" (2017), desarrolla como la física se fundamenta en dos conceptos con

un siglo de antigüedad: la mezcla entre espacio y tiempo propuesta por Einstein y la noción de partícula cuántica. En esta charla explica algunas limitaciones de esta concepción dual tal como se vislumbran a principios del siglo XXI. Estos límites se hacen palpables en el estudio de los agujeros negros y la existencia de la energía oscura del universo.

Nos imaginamos el espacio como una especie de contenedor pasivo o un escenario, pero el espacio en sí tiene una historia, tiene una estructura que puede cambiar con el tiempo y que tiene una dinámica propia. El espacio hace cosas, dice Barbón.

### ***Espacio vital***

El psicólogo social Kurt Lewin inicia sus trabajos en el campo grupal a partir de 1934. Sus aportes más emblemáticos son la consolidación de las técnicas de laboratorio social y la investigación acción. Para 1936, Lewin utilizó en su teoría topológica de la personalidad, un modelo matemático para explicar el campo psicológico de la persona y empleó el concepto de campo, extraído de la Física, para analizar y comprender la conducta humana.

Según Lewin el campo psicológico lo constituye la totalidad de hechos coexistentes e interdependientes. Los individuos existen en un campo psicológico de fuerzas que determina su conducta. Este componente psicológico circunda a cada individuo y se llama espacio vital (*life space*), que es un espacio subjetivo o diferenciado, y que está referido a la forma en como cada individuo percibe el mundo, sus metas, sus esperanzas, sus miedos y sus experiencias pasadas. Pero además de tener componentes subjetivos, el campo tiene también aspectos objetivos como las condiciones ambientales físicas y sociales,

que actúan limitando el campo psicológico. La percepción social (manera particular como el individuo interpreta las acciones, las intenciones de los otros individuos y las situaciones de la vida) encauzan el comportamiento.

El concepto de espacio vital se desarrolló con el fin de: a) expresar lo que es posible e imposible en la vida de una persona, y b) predecir lo que tiene probabilidades de suceder. Representa el patrón total de factores o influencias que afectan la conducta de un individuo en cierto momento o durante un periodo más largo. Un espacio vital no representa objetos físicos como tales, sino relaciones funcionales y simbólicas; por ende, no solo incluye los objetos percibidos actualmente, sino también recuerdos, el lenguaje, mitos, artes, predicciones y religión. Es decir que no se refiere al espacio físico, sino a todo lo que afecta al sujeto.

### ***Espacio potencial***

Otro aporte indispensable en el contexto de abrir la pregunta ¿dónde ocurre la experiencia de DMT? es el de Winnicott y la teoría de la transicionalidad (1951). Él mismo se pregunta ¿dónde ocurre la experiencia cultural? y también sobre *el lugar en que vivimos*. Desde su planteo, existe la realidad exterior y la experiencia interior, pero -se pregunta- “¿eso es todo?”. Entre esos dos extremos, él se ocupa de la zona intermedia.

Este es considerado un aporte absolutamente original dentro del campo del psicoanálisis, ya que permite trazar una diferencia geográfica de la mente, en virtud de la experiencia vivida.

Alfredo Paineira Plot (1997) dice al respecto:

“Winnicott ubica entre la *subjetividad radical*, incomunicable, y el área de la persona en contacto con *la realidad externa y compartida*, un área intermedia, el área *transicional*, en donde radica el mundo personal de cada ser humano, con sus valoraciones, con sus creencias, con el matiz personal que le concederá a cada experiencia.

Este *espacio transicional* (concebido como “un espacio mental”), una vez constituido es un lugar de descanso para el individuo en su incesante tarea de mantener interrelacionadas y a la vez diferenciadas las otras dos áreas de la experiencia.”  
(Painceira Plot, 1997, p.85)

El espacio potencial es una especie de territorio fronterizo que se crea entre el niño y la madre. El niño desarrolla la capacidad creadora como una transacciones entre dos necesidades: la de sostener su omnipotencia de pensamiento y la de colmar la brecha dejada por la desilusión y la frustración y la inclusión del principio de realidad. Este espacio potencial entre el individuo y el entorno, se configura como un teatro por la escenificación de experiencias de cada uno de nosotros y el significado que estas asumen.

Winnicott ubica a la experiencia cultural en el espacio potencial que existe entre el individuo y el ambiente (al principio el objeto). La utilización de este espacio está determinada por las primeras experiencias vitales:

“Desde el principio el bebé vive experiencias de máxima intensidad en *el espacio potencial que existe entre el objeto subjetivo y el objeto percibido en forma objetiva*, entre las extensiones del yo y

el no-yo. Ese espacio se encuentra en el juego recíproco entre el no existir otra cosa que yo y el existir de objetos y fenómenos fuera del control omnipotente.” (Winnicott, 1996, p.135)

Es importante agregar que en este espacio el bebé experimenta experiencias favorables y desfavorables, y que la dependencia es máxima. Este espacio potencial solo se da en relación con un *sentimiento de confianza* por parte del bebé vinculado a la confiabilidad de la figura materna o del ambiente, siendo la confianza la prueba de la confiabilidad que comienza a ser introyectada. (Winnicott, 1996)

En sus palabras:

“El espacio potencial que existe entre el bebé y la madre, entre el niño y la familia, entre el individuo y la sociedad o el mundo, depende de la experiencia que conduce a confiar. Se lo puede considerar sagrado para el individuo, en el sentido que allí experimenta este el vivir creador.” (Winnicott, 1996, p.138)

Alfredo Paineira Plot (1997) sintetiza la geografía de la mente trazada por Winnicott, de la siguiente manera:

*“El área de la subjetividad:* se reduce tal vez a la experiencia de estar vivo; en ella puede reinar la omnipotencia mágica en la comunicación silenciosa con el objeto subjetivo. (...) *El área de la realidad compartida:* en ella se diferencia una parte de la personalidad (...) altamente especializada en el conocimiento objetivo de la realidad compartida. (...) *El área transicional:* aquí

es donde el hombre puede sentirse creador, forjador de su propio mundo. Y en este nivel se puede dar la experiencia de máxima comunicación con otro sujeto, mostrando y superponiendo el contenido de ambas áreas transicionales: aquí radican las creencias, los valores personales, cuyo origen y validez nunca deben ser cuestionados.” (Painceira Plot , 1997, p.90)

Painceira Plot concluye esta síntesis al agregar:

“Cumplidos los requisitos previos de interés y respeto, se podrá intentar la *comunicación*, el *encuentro* con otro ser humano, que consiste en exponer aspectos de la propia área transicional a otro sujeto, que debe suspender todo juicio crítico y contentarse con conocerla, y a su vez exponer la propia, disfrutando de las coincidencias existentes. Si eso se logra, resistiendo el impulso omnipotente de destruir mediante el peso de la imposición la intimidad del otro, se habrá registrado un verdadero encuentro intersubjetivo, yo-tú al decir de Buber” (p.90-91)

### ***Espacio y espacialidad desde Rudolf von Laban***

Rudolf Laban es una figura importante en la historia de la danza moderna. Era arquitecto, artista plástico, bailarín, coreógrafo, maestro de danza y el creador del sistema de notación llamado: *Labanotation* (Alemany Lazaro, 2013), uno de los primeros sistemas de escritura del movimiento, que todavía es utilizado por coreógrafos y psicoterapeutas DM.(Panhofer, 2005).

Laban buscó un nuevo espacio que restituyera la relación del hombre con el cosmos y abordó esta experimentación, en un principio, en contacto con la naturaleza (época del Monte Verita) lejos de los espacios tradicionales y sus leyes de perspectiva escénica, creando una nueva concepción y organización del espacio basada en la relación del cuerpo con la fuerza de gravedad.

Al analizar el movimiento en el espacio, Laban defiende que es errónea la idea tradicional que afirma que el espacio es una especie de vacío o hueco donde se desarrolla el movimiento. Para él, el espacio vacío no existe, sino que *“el espacio el aspecto escondido del movimiento y el movimiento el aspecto visible del espacio.”*(Pensamiento de Laban, citado por Alemany Lazaro)

Laban estudió el arte del movimiento durante más de 40 años, desarrollando un corpus teórico en base a la investigación empírica. Voy a citar brevemente los principios fundamentales y generales del movimiento humano según los resume Gabriela González (2013):

**“Principio 1: el movimiento es un proceso de cambio constante** (...) Laban observó que en general al analizar el movimiento se le prestaba excesiva atención a las posturas finales en lugar de prestarle atención al proceso de cambio en sí, es decir al movimiento mientras ocurre. El cambio más obvio es el cambio de ubicación en el espacio, pero también ocurren cambios (...) en el uso de la energía; **principio 2: todo cambio en el movimiento es sistemático y organizado por patrones.** Laban observó que el movimiento se repite, es decir ocurre en general de manera sistemática. Identificó algunas leyes que, por repetirse gobiernan

el movimiento tales como: la alternación constante entre estabilidad y movilidad y la alternancia entre acción y recuperación. Ambas ocurren inconscientemente y a nivel orgánico en el movimiento humano; **principio 3: el movimiento es siempre intencional**. Laban observó que en general el movimiento ocurre para satisfacer una necesidad. (...); **principio 4: el movimiento humano puede ser sistemáticamente estudiado y analizando sus componentes**. (...) Laban identificó factores básicos que conforman el movimiento humano y que pueden ser estudiados sistemáticamente; **principio 5: el movimiento debe ser analizado desde diferentes perspectivas**. (...) El movimiento humano es una actividad compleja que ocurre a diferentes niveles y por lo tanto es necesario abarcar todos los aspectos al realizar un análisis profundo del mismo.”

Laban identificó los elementos que componen al movimiento humano y que se pueden organizar en grandes áreas (González, 2013)

- 1) “Área del cuerpo: analiza cómo ocurre el movimiento en relación al uso que hace el cuerpo (QUÉ MUEVO) “Organizar el cuerpo al moverse”.
- 2) Área del espacio: estudia el espacio en el cual ocurre el movimiento (DÓNDE ME MUEVO). “Intenciones en relación al entorno”.
- 3) Área del uso cualitativo de la energía. (CÓMO ME MUEVO) “Energía transformada en expresividad.”



#### 4) Área forma: Espacio y energía. (Cómo me muevo).”

El LMA es un sistema fundamental para los DMTs, ya que nos brinda un mapa a través del cual analizar qué mueve el paciente, dónde se mueve y cómo lo hace. Se trata de un sistema integrado que sirve para comprender al movimiento y su expresividad. Cada una de las áreas que este sistema toma, es también fundamental, sobre todo las relacionadas con el espacio, las de las calidades y la de la forma. Aquí desarrollo brevemente cada una para recabar sus puntos clave.

*Área del espacio:* El área del espacio en Laban es el lugar donde se mueve el cuerpo. Las zonas ocupadas en el espacio al movernos. Se organiza en dos divisiones: el espacio personal o kinesfera como la denomina Laban, y por otro el espacio total o general.

La kinesfera es el espacio que se puede alcanzar estirando las extremidades pero sin cambiar el punto de apoyo. El espacio total es el resto.

Partiendo del cuerpo humano como referencia, la kinesfera se divide en tres: pequeña, mediana y grande, dependiendo de la extensión de las extremidades y su cercanía con el tronco.

A la bidimensionalidad del movimiento concebido hasta entonces, para ser visto de frente, él lo sustituye por un espacio volumétrico que el ser humano ocupa plenamente. Es decir, considera la tridimensionalidad del cuerpo Humano, y la considera de la siguiente manera: la dimensión vertical refiere a la altura del cuerpo, la dimensión sagital da cuenta de la profundidad del cuerpo y la

dimensión horizontal da nombre a la anchura o extensión de izquierda a derecha. (González, 2013).

Dentro de la kinesfera, donde ocurren la mayoría de los movimientos, es necesario contar con algún tipo de referencia que permita identificar y nombrar de alguna manera ese espacio donde ocurre el movimiento. Para hacerlo y para pensar el espacio alrededor del cuerpo y mapear el cuerpo en su tridimensionalidad, Laban recurrió a los diferentes sólidos platónicos.

La noción de plano, consistente en dos dimensiones: plano vertical o puerta, plano sagital o rueda y plano horizontal o mesa.

La unión y cruce de estos tres planos nos deja ver otro de los sólidos que Laban utilizó para mapear la kinesfera: el icosaedro. El icosaedro permite situar el punto hacia el cual nos desplazamos y de este modo concretar el movimiento en el espacio.

La coreutica es la parte de las teorías de Laban que estudia los movimientos del cuerpo en el espacio y define sus principios, y se encarga de las posibilidades direccionales del movimiento humano en el espacio. El movimiento será abordado en tanto que trayecto entre dos posiciones, en ese tránsito de una posición a otra, no como una sucesión de posiciones. Gracias a la kinesfera, Laban circunscribe las infinitas posibilidades de las trayectorias de movimiento. El estudio de estos trayectos se hace determinando direcciones, planos y niveles en los cuales el movimiento puede darse.

La coréutica se interesa por el movimiento del ser en su globalidad (cuerpo-mente, espíritu) y se aplica a todos los ámbitos de la vida: trabajo, arte, educación y terapia.

*Área del uso cualitativo de la energía (effort):* Laban continuó investigando los aspectos cualitativos del movimiento, es decir, la manera en que la persona se mueve. A partir de esta observación, desarrolló el concepto de *effort* y luego, junto con Warrem Lamb, el sistema *Effort&Shape*. El término proviene de la traducción al inglés del alemán *antrieb*, que literalmente significa *accionamiento* o *impulso* y denota una cualidad y un matiz fundamental del movimiento.

- ✓ Laban reconoció cuatro factores, cuatro esfuerzos primarios cada uno dentro de un continuo de dos extremos opuestos: el flujo (conducido y libre),
- ✓ el espacio (directo e indirecto),
- ✓ el peso (liviano y fuerte)
- ✓ y el tiempo (sostenido y súbito).

Junto con Lamb, también desarrolló un marco teórico llamado *Laban Movement Analysis* (LMA) utilizado para describir, medir y clasificar el movimiento humano, la cualidad de los cambios del movimiento y la habilidad para adaptarse al espacio.

El LMA se puede entender como un sistema que ayuda a analizar las interacciones entre el paciente y el terapeuta y también sirve de herramienta de estudio e investigaciones. El LMA es parte de los entrenamientos de DMT.

*Área de la forma:* Aquí se consideran los cambios en la forma del cuerpo en movimiento. Es decir, se hace foco en las formas que adopta el cuerpo en movimiento, lo cual permite analizar la relación de la persona que se mueve en el espacio.

Los modos de cambio de la forma revelan la actitud interior hacia ese cambio, el mismo puede estar orientado hacia uno mismo o hacia el mundo que nos rodea.

Existen dos tipos de cambios de forma: cambios en relación al propio cuerpo (fluidez de forma) que incluye los cambios de posición de las extremidades y torso entre sí; y en relación al ambiente. En este último caso tendremos el movimiento direccional y el movimiento de amoldamiento. El movimiento direccional o movimiento envolvente ocurre cuando el movimiento se produce en clara relación con el entorno. En el movimiento de amoldamiento quien se mueve intenta adaptarse a la forma del entorno, esto generalmente implica el movimiento del torso, aunque también se usen los miembros. Se mueven de manera tridimensional.

Es fundamental comprender el juego entre cuerpo y espacio que se da en el cambio de forma, ya que sus implicancias expresivas son muy significativas. Hacer uso de las posibilidades expresivas de las diferentes formas que adopta el cuerpo de manera consiente es posible una vez que se las conoce y reconoce en el propio cuerpo. Describen a las formas fijas como: alfiler, pared, pelota, tirabuzón.

A la luz de este trabajo donde el foco del análisis está en relación a la pregunta ¿dónde ocurre la sesión de DMT en la modalidad virtual?, realizar este breve recorrido por el LMA, me lleva, en primer lugar, al principio de que el movimiento es un proceso de cambio constante. Este principio abre la pregunta de cuál es el cambio que afecta al movimiento del moviente-paciente y terapeuta en la modalidad virtual. Es decir, qué sucede una vez desdoblado el espacio de presencia (ya el espacio personal y general sería de una lectura diferente), porque a raíz de la modalidad virtual el terapeuta está en un espacio-lugar, con su kinesfera, y su espacio general, y el moviente-paciente está en otro espacio-lugar, con su kinesfera y espacio general. Entonces, ¿cómo se da la intersección, superposición de espacios personales y generales? Si la sesión es grupal siguen multiplicándose los espacios y se conforma una imagen bidimensional, la de la pantalla, fragmentada en cuadraditos. Sería muy interesante que Laban viviera esta nueva realidad para que aplicara su método empírico al investigar esta virtualización del espacio.

Otro aspecto muy relevante del LMA en relación a la modalidad virtual es el área de la forma. Aquí las preguntas pertinentes serían ¿qué forma hace el cuerpo en una sesión de DMT online, al interactuar con la pantalla? ¿Cuáles son los cambios de la forma? Si tomamos el movimiento de amoldamiento, que tiene que ver con el cambio de forma en relación al entorno, es decir cómo el cuerpo se adapta al entorno, pienso en el torso cuando se inclina sobre la pantalla para ver o escuchar mejor. González dice:

“El movimiento de amoldamiento habla de la capacidad de quien se mueve de comunicarse con el entorno; de la flexibilidad para

adaptarse a los cambios de forma del ambiente; ya sea literalmente- un camino que sorpresivamente se cierra- o metafóricamente- situaciones que cambian y hacen cambiar el rol del sujeto “. (p.9)

Cuando leía este párrafo, no dejaba de imaginarme y pensar literalmente los cambios que estamos transitando en las sesiones de DMT online, tanto terapeutas como pacientes por el uso de la tecnología y también los cambios, que algunos tuvimos más flexibilidad que otros, al perder la presencia actual de otro cuerpo en la escena terapéutica.

### ***El espacio para Mary Wigman***

Al hablar de espacio, me gustaría traer a Mary Wigman, bailarina, coreógrafa y pedagoga alemana, representante del movimiento expresionista alemán en la danza, que consideraba el espacio como una presencia activa en la danza. John Martin, el crítico americano (1939) dice sobre esto:

“Para Wigman, el espacio es una entidad definida, como una presencia tangible en una manifestación motriz. De la misma forma que el hombre y el mundo exterior se influyen mutuamente, modificando y construyendo recíprocamente su carácter y destino, el movimiento y su entorno, el espacio, juegan el uno contra el otro, el resultado es la danza. El bailarín ha dejado de ser un yo en el vacío, pero es la encarnación del individuo en su universo...La emoción no basta: hay que establecer relaciones; una parte de responsabilidad del artista es definir lo que son estas relaciones

con bastante claridad para dar un sentido a su emoción. Con el sentido del espacio de Wigman, símbolo tangible de las fuerzas exteriores, le es dado al bailarín una cosa externa a sí mismo, que puede modificar a su gusto, y en la que puede canalizar sus reacciones emocionales, hasta el punto en que se manifiesta su más subjetiva vivencia.” (p. 11)

Un interés de los DMTs es el modo en que los pacientes usan el espacio como herencia de la danza moderna. La experiencia del espacio tiene lugar a través del movimiento de desplazamiento de nuestro cuerpo. Hasta que no nos introducimos en él, y somos capaces de escuchar y de sentir lo que el espacio tiene para darnos, no lo estamos comprendiendo realmente (Sánchez, 2015). En este sentido expresamos como experimentamos el espacio. La sensopercepción a través de los sentidos nos permite ver atributos de la cualidad espacial: la luz, el sonido, la forma y la velocidad del movimiento y cómo estos estímulos nos afectan.

### ***Espacio según Heidegger***

La concepción existencial del espacio para Heidegger se opone a la concepción clásica más conocida. La tentativa del filósofo es la de abrir un camino de comprensión más allá de la lógica cartesiana y de la determinación física, así como del *a priori* kantiano respecto de la exterioridad del espacio. La analítica desplegada en su libro *El ser y el tiempo*, (1951) está regida por la pregunta acerca de la existencia del *dasein*, lo que equivale a preguntar por la espacialidad del ser humano que se desenvuelve en la cotidianidad. Deriva de esta propuesta, que luego será ampliada y profundizada en otros escritos del

filósofo, la idea de que dicha espacialidad se constituye en un "habitar junto a las cosas". En este sentido dice en *El ser y el tiempo* (1951):

“Ni el espacio es el sujeto, ni el mundo es en el espacio. El espacio es, antes bien, *en* el mundo, en tanto que el *ser en el mundo*, constitutivo del *ser ahí*, ha abierto un espacio. El espacio no se encuentra en el sujeto, ni este contempla el mundo *como si* fuese en un espacio, sino que el sujeto ontológicamente bien comprendido, el *ser ahí*, es espacial.” (Heidegger, p.127)

En agosto de 1951, en la ciudad de Darmstadt, dictó la conferencia "*Construir, Habitar, Pensar*". De esa reflexión, la teoría de la arquitectura se ha nutrido de substanciales argumentos que le han permitido repensar el espacio no ya en cuanto matriz geométrica del proyecto físico-técnico, motivo central de la estética moderna, sino como algo construido y vivido, es decir, como *lugar*.

Para Heidegger llegamos al habitar por medio del construir. Todas las construcciones son moradas. Si habitar significa únicamente tener alojamiento. Ser humano significa estar en la tierra como mortal: habitar.

Las cosas que son lugares, otorgan espacios. Lo que esta palabra RAUM espacio, nombra lo dice su viejo significado, raum, rum, quiere decir lugar franqueado para población y campamento. Un espacio es algo aviado, espaciado algo a lo que se ha franqueado espacio, o sea dentro de una frontera.

La frontera no es aquello en lo que termina algo, sino como sabían ya los griegos, aquello a partir de donde algo comienza a ser lo que es. Espacio es esencialmente lo dispuesto (aquello a lo que se ha hecho espacio= lo que se ha dejado entrar en sus fronteras). Lo espaciado es cada vez otorgado y de este



modo ensamblado, es decir, coligado por medio de un lugar. De ahí que los espacios reciban su esencia desde lugares y no desde el espacio.

### ***Ciberespacio***

Hemos definido qué es un espacio, hablado del espacio físico o material. Hemos definido el espacio en relación al individuo y la experiencia que acontece con los conceptos de espacio vital y del espacio potencial.

Hemos desarrollado el espacio que habitan y crean los bailarines. Del espacio analizado según Laban y su análisis del movimiento LMA. También incluimos desde la filosofía la concepción de espacio para Heidegger.

Ahora para responder a las preguntas de este trabajo es insoslayable la pregunta sobre el ciberespacio. ¿Qué es? Para resumir, diremos que se trata de un espacio virtual determinado por la conexión de personas a través de redes. La primera vez que se mencionó esta palabra fue en 1984, en una novela de William Gibson que llevaba por título justamente *El ciberespacio*. Según la definición del concepto, se trata de un espacio virtual de encuentro en donde las personas se relacionan y construyen realidad. Un espacio que genera nuevas prácticas y potencia la interacción en forma de red. Y podemos agregar esta cita que termina de brindar una idea de qué es:

“Es un nuevo medio de comunicación que surge a partir de la interconexión mundial de ordenadores. Incluye, además de la infraestructura material, el universo de contenidos que lo atraviesan y las personas que navegan por él y lo construyen. Ofrece dispositivos de lectura y escritura que favorecen la

colaboración entre distintas personas más allá de las barreras geográficas y temporales. Es el principal espacio de encuentro de la cultura digital y de construcción y circulación de saberes. En lenguaje corriente se lo llama internet.” (Ripani, 2016a, p. 13).

### ***¿Dónde ocurre la sesión de DMT online?***

En el contexto de la pregunta acerca de dónde ocurre la experiencia de la sesión de DMT en modalidad virtual, diremos que ocurre en un espacio que puede ser denominado espacio potencial, ya que es una zona intermedia, un “entre”, o una exposición y superposición de áreas transicionales, del individuo que ejerce el rol de terapeuta, y del individuo que ocupa el lugar del paciente-moviente intermediados por una pantalla. En este vínculo terapéutico seguramente existe un sentimiento de confianza para que el encuentro sea posible.

Este espacio potencial, transicional, esta zona intermedia, es virtual también. Es aquello que no se puede tocar, pero se logra experimentar. Es el área de la creación, del intercambio de energía, de la comunicación verbal y no verbal. Es el espacio de encuentro en el presente compartido de la sesión de DMT.

Entonces ¿dónde ocurre la experiencia? ¿Cuánto se transforma la sesión de DMT con los objetos tecnológicos?

Es importante en este punto decir que cuando digo “experiencia”, lo hago en el sentido de este espacio potencial que nos permita ensanchar la realidad,

aumentarla, expandirla. Cito al poeta Fernando Pessoa quien dice sobre el tema en su libro *El desasosiego* (1984):

“La verdadera experiencia consiste en restringir el contacto con la realidad y aumentar el análisis de ese contacto. Así la sensibilidad se ensancha y profundiza, porque en nosotros esta todo; basta que lo busquemos y lo sepamos buscar.” (p. 137)

Cuando hablamos de espacio, de donde ocurre, hablamos de una experiencia que está compuesta por uno o varios individuos y un ambiente-lugar. Hablamos de un espacio y un cuerpo que lo crea a través de sus movimientos. Hablamos de un espacio que se ensancha en la expansión y se comprime en un acortamiento. Cuando nos referimos a espacio, vemos un cuerpo que ocupa y crea un espacio personal a su alrededor, y percibimos un afuera extenso, que deviene en espacio general.

El Espacio es activo, el espacio hace cosas. Conocimiento que encarnamos con la herencia de la danza moderna, y el método de Laban, sabemos que el cuerpo crea el espacio a través de la experiencia, en sus posibles trayectorias, dimensiones y planos. Sabemos que el espacio tiene su propia dinámica. En este trabajo pretendo hacer foco en las transformaciones que suceden en el espacio a partir del cambio de modalidad de la práctica de DMT.

### ***El espacio en la sesión de DMT en la modalidad online***

En la modalidad online de DMT se plantea un problema inicial que es que el espacio, el *setting* terapéutico, está dividido. En un espacio estará el terapeuta, DMT, con su computadora, cámara y conectividad, y en otro espacio estará el

paciente, en general en su casa, o en un lugar que tenga privacidad para establecer su espacio personal y privado. Esto a veces puede resultar difícil para personas que conviven con otras o que no cuenten con un espacio con la suficiente privacidad.

La pregunta que emerge en esta nueva configuración del espacio compartido para el movimiento es: ¿Se puede crear ese espacio cuando el único encuentro del terapeuta y el paciente es virtual, sobre la pantalla de la computadora? (Yariv, et ál,2021) En estos casos, se crea un espacio virtual, o ciberespacio, que permite la interacción y la comunicación sin un espacio común concreto. Lo virtual en términos de tecnología, se refiere a algo que no existe físicamente (Yariv, et al. 2021). El espacio compartido es transformado por la tecnología.

En el artículo “Reflexiones sobre Danza Movimiento Terapia individual en la webcam para adultos”, (Yariv et al. 2021) los autores afirman que la DMT se basa en relaciones terapéutica cuerpo-movimiento. Tanto los movimientos revelados como los ocultos son muy significativos, se conciben como la narrativa de movimiento corporal y emocional a través del cual se exponen y comunican procesos personales e interpersonales. Los DMT’s “escuchan” esa narrativa con sus propios ojos y comunican el texto a través de su propio movimiento. La modalidad online permite que la continuidad de la relación terapéutica continúe en tiempos de aislamiento social. Sin embargo: “*¿Cuál será el destino del texto emocional del movimiento corporal en una cámara web?*”(Yariv et al. 2021). Los autores comparan en este artículo el inicio de una sesión presencial, como los primeros contactos, la posibilidad de recibir a una persona en un consultorio,

toda la información que brinda, dónde pueden notarse movimientos espontáneos e inconscientes. Agregan que esos momentos iniciales son vitales y que proporcionan una ventana inicial al mundo interior de los pacientes y del inicio de la sesión. En cambio, en la modalidad online, el terapeuta quizás tiene que trabajar desde su casa, le envía una invitación de conexión al cliente, se sienta en su silla y espera a que aparezca en la pantalla. En el ejemplo que dan en dicho artículo, un terapeuta no ve la forma de mostrar todo su cuerpo en la cámara.

En *Relections on individual webcam dance-movement-therapy (DMT) for adults* los autores utilizan la metáfora del protomo, como esa figura que representa una parte de un cuerpo. El protomo era un adorno griego, que tomaba la forma de un humano o un animal, la parte de la cabeza y el torso. Pero a diferencia de un protomo estático, lo que se ve en las pantallas es un protomo virtual, lleno de movimiento y presente, en la pantalla, bidimensional. En su movimiento este protomo evoca un cuerpo vivo, en aquel otro espacio.

Otra de las novedades en esta modalidad, es el punto de partida, es decir, cómo iniciamos una sesión en línea, de qué forma los movientes, se ubican en el espacio privado. Acá será importante observar qué lugar elige de su casa, si es siempre el mismo, si tiene interrupciones, qué le brinda ese lugar a la calidad de la experiencia.

Se ha perdido el espacio compartido con el terapeuta, pero se ha ganado un espacio privado, íntimo. Y esto ¿influye en la experiencia de abrirse a la propia subjetividad, interioridad, expresividad, contenidos inconscientes, etcétera?

¿Cómo será percibido el DMT s través de la cámara? ¿Se modifica su experiencia de testigo? ¿Estará más activo o más contemplativo?

En el artículo de Eila Goldhahn (2020) ya citado la autora sostiene que la ausencia de presencia y la separación de terapeutas y clientes en diferentes espacios, plantea una mayor alienación que requiere preguntas más profundas.

El contacto interpersonal está mediado tecnológicamente a través de señales digitales ultrarrápidas y codificadas para sus destinatarios, pero, mientras tanto, cada participante permanece únicamente en un tiempo y espacio diferente. En las comunicaciones digitales decir “Te veo”, indica que los pixeles en una pantalla se han convertido en la imagen digital reconocible de otra persona o a ti mismo; “te escucho”, a su vez significa que las voces de los participantes son transmitidas a través de micrófonos y luego emitido por software y hardware de la computadora de los destinatarios en fragmentos de sonidos audibles. Esta autora sugiere que los participantes puede ser aún más conscientes del aquí y ahora, fomentar una relación consciente que distinga entre mediada y no mediada, presencia directa y experiencia.

El espacio compartido permite una experiencia directa de la otra persona, la potencialidad del contacto háptico, el tacto, la presencia del olfato, la presencia de atmosfera de aire y respiración compartidos, el potencial de presencia de bacterias y virus, el potencial de una mezcla e impregnación de habitats compartidos (Goldhahn, 2007). A través de la pantalla, no puedo tocar, oler o moverme con el otro. No estoy físicamente presente con el otro y esto suscita muchas preguntas profundas referidas a que pasa si un cliente se descompensa, o se cae la conexión de internet.

### **La cámara WEB**

En el artículo *Reflections on individual webcam dance-movement-therapy (DMT) for adults* (Yariv, et al, 2021) se describe a la cámara web como un ojo. Un ojo más presente en el encuentro, al que el cliente también estará atento. Los autores afirman que el ojo entra a la matriz de la relación terapéutica. A través de la lente de la cámara, nuestro reflejo y el de nuestro cliente aparecen en la pantalla de la computadora. Según ellos es como si hubiéramos colocado un espejo en nuestra clínica DMT. El ojo de la cámara web nos incita a ser conscientes de cómo nos encontramos frente al espejo, de la dificultad o placer asociado al reflejo de nuestro cuerpo, y también al discurso interno y revelado sobre qué partes de nuestro cuerpo deben verse u ocultarse.

Eila Goldhahn (2020) Despliega cómo la cámara-testigo, una forma de denominar a la cámara en la práctica del testigo de la Disciplina de Movimiento Auténtico de Adler, puede informar y mejorar la forma en que los medios digitales se utilizan para la terapia y la enseñanza. La autora ofrece algunas consideraciones teóricas para explicar por qué es importante entender la manera en que funcionan los medios digitales. Argumenta que el uso de tecnología en DMP (danza movimiento psicoterapia), requiere de una reflexión consciente, una aplicación reflexiva, un ejercicio ético en los encuentros realizados a través de estos medios.

En este pasaje del artículo citado, Goldhahn vincula la figura, la presencia, la función del testigo y la cámara:

“Sugiero que los aspectos y cualidades del testigo, tal como lo introdujo Adler en la disciplina de movimiento auténtico, (Adler,

1985/2002) y se convirtió en testigo de cámara (Goldhahn, 2007 / E. Goldhahn, 2011) se puede adaptar al trabajo de sesión en línea con DMT, DMP y a otras prácticas somáticas y terapéuticas, como las terapia de arte y asesoramiento”.( Goldhah, 2020).

La práctica de movimiento auténtico descrita por Janet Adler en el artículo citado por Goldhahn “Who is the Witness” (¿Quién es el testigo?, 1985), es una descripción formativa de la disciplina de Movimiento Auténtico. Allí, Adler cuenta la evolución del punto de partida de esta práctica que es la relación entre mirar y ser mirado. El término testigo es un aporte de Adler al corpus de Movimiento Auténtico. En sus palabras dice:

“El-la testigo al comienzo sostiene una mayor responsabilidad respecto a la conciencia. Ella no está mirando a la persona moverse, ella esta atestiguando, escuchando, brindando una cualidad específica de atención o presencia a la experiencia del movedor.” (Adler, 1995)

Goldhahn investigó la práctica de Movimiento Auténtico, explorando con cine y otras artes visuales, en relación con los movers y testigos. Se interesó en cómo esta disciplina podría proporcionar una metodología transferible. Hizo una experiencia en 2007, sobre cómo podría transferir sus habilidades de testigo directamente a su película, y descubrió que, al aplicar el testigo a su práctica cinematográfica, las experiencias empáticas y estéticas se hicieron visibles para otros en la película. También los participantes encontraron coherencia entre las propias experiencias de ellos mismos como *movers* y lo que vieron reflejado en el video. A medida que fue desarrollando diferentes proyectos llegó a usar el



término testigo de cámara, y esta es una práctica que actualmente utiliza en su trabajo terapéutico y en los proyectos artísticos. En sus palabras: “El testigo como cámara aplica los mismos principios que el testigo personal y silencioso, es decir, observar con interés, consideración positiva y la intención de no juzgar o categorizar lo visto”. (Goldhahn, 2020)

Goldhahn en cuanto a la preparación de un espacio seguro, además de la privacidad que se requiere en el tratamiento del entorno, refiere la importancia de la apertura sobre la presencia y el propósito de la cámara. Una cámara u otros dispositivos, teléfono celular o computadora, es como otra entidad que necesita ser conocida para ser aceptada. Esto puede ayudar a establecer la confianza.

En la práctica de movimiento auténtico esta autora graba las sesiones, y si los *movers* aceptan, pueden ver luego su propia filmación, o grabación. Ella ha transformado en su práctica el uso de la cámara testigo, para mejorar la sesión online de DMP

### ***La virtualización***

Pierre Levy (1999) desarrolla el movimiento de virtualización que afecta a la información, a la comunicación, a los cuerpos, al funcionamiento económico, a los marcos colectivos de la sensibilidad y al ejercicio de la inteligencia. Ya en 1995, afirmaba en su libro *¿Qué es lo virtual?* que la virtualización alcanza incluso a las maneras de estar juntos, a la formación de un “nosotros”: comunidades virtuales, empresas virtuales, etcétera. Esta obra resulta imprescindible en la actualidad, para comprender y pensar a qué nos referimos con virtualidad, y cómo son los fenómenos que se desarrollan en este proceso. En sus palabras, la virtualización no es ni buena, ni mala, ni neutra:

“Se presenta como el movimiento del «convertirse en otro» —o hete-rogénesis de lo humano—. Antes que temerla, condenarla o dedicarse a ella en cuerpo y alma, pido que se haga el esfuerzo de aprehender, de pensar, de comprender la virtualización en toda su amplitud”. (p. 8)

Inicia definiendo lo virtual, diferenciándolo de lo falso, lo ilusorio o lo imaginario. Dice que de ninguna manera lo virtual es lo opuesto a lo real, sino que es una forma fecunda y potente de ser que favorece procesos de creación. “Cava pozos llenos de sentido, bajo la superficialidad de la presencia física inmediata.” (Levy, 1995)

El autor nos invita a transitar lo virtual como un modo de ser. No se queda solo en esa definición, sino que analiza e ilustra el proceso de transformación de un modo a otro de ser. La virtualización que remonta desde lo real o lo actual hacia lo virtual y no por eso deja de ser real.

En la tradición filosófica, analiza el paso de lo posible a lo real y de lo real a lo actual. En cambio en *¿Qué es lo virtual?*, realiza un análisis de la transformación inversa, es decir en dirección a lo virtual. Precisamente este retorno hacia las fuentes es característico del movimiento de auto creación que ha hecho surgir la especie humana y de la acelerada transición cultural que vivimos hoy.

La palabra virtual proviene del latín medieval *virtualis*, que deriva de *virtus*; fuerza, potencia. En filosofía escolástica lo virtual es aquello que existe en potencia pero no en acto. Lo virtual tiende a actualizarse, aunque no se concretiza de un modo efectivo o formal. Por ejemplo, el árbol está virtualmente

presente en la semilla. Con rigor filosófico, lo virtual no se opone a lo real, sino a lo actual: virtualidad y actualidad son dos maneras de ser diferentes.

Lo virtual viene a ser un conjunto problemático, el nudo de tendencia o de fuerzas que acompaña una situación, un acontecimiento, un objeto o cualquier entidad y que reclama un proceso de resolución; la actualización.

## **Capítulo 1:**

### **La pérdida del espacio compartido**

#### ***Descripción de un espacio físico para el desarrollo de una sesión de DMT presencial***

Las sesiones de DMT generalmente transcurren en un estudio acondicionado para el movimiento y la danza. Usualmente si es un espacio de danza, se tapan los espejos ya que interfieren en el uso de la atención hacia la propia experiencia, o también puede ser problemático para personas que padezcan alguna alteración en su imagen corporal. El terapeuta es quien se hace cargo de que las instalaciones estén en condiciones óptimas para el desarrollo de la experiencia.

Esta acción del terapeuta es de suma importancia para el encuentro ya que las instalaciones son una prolongación de su posibilidad de sostener al paciente o grupo. De esta manera, se garantiza un ambiente seguro y confiable en el cual el mundo interno, las interacciones y los procesos puedan desplegarse.

Algunas condiciones que tiene que reunir este espacio desde lo material son: un piso blando, de madera ideal, en los últimos años se utilizan los pisos de

goma Eva, esto facilita, invita y propicia las exploraciones en el piso, tan importantes en la práctica.

En cuanto al tamaño del espacio necesario, está sujeto a la cantidad de participantes, pero en general se busca la amplitud, que el lugar tenga ventilación, ventanas, luz natural. Es importante tener en cuenta el uso de aire acondicionado para regular la temperatura del ambiente en verano, y contar con calefacción en invierno.

En cuanto al trabajo en sí, es importante contar con objetos que puedan funcionar como objetos transicionales, es decir como mediadores entre el adentro y el afuera. Pueden ser pelotas grandes, telas, elásticos, cintas, materiales para trabajar con plástica, crayones, temperas, arcilla, etcétera.

Como generalmente se trabaja en el piso en rondas para compartir las experiencias a nivel verbal, es recomendable atender a la comodidad de las personas, y por tanto poder ofrecer almohadones, colchonetas, sillas de piso, frazadas, etcétera.

Para la práctica del DMT es fundamental también contar con un equipo de música y parlantes y por supuesto, ofrecer un acceso fácil al baño.

El dmt se ocupa y hace cargo de que todo esté en orden y en funcionamiento. Cuando es la hora acordada del inicio de una sesión, cuando suena el timbre y abre la puerta, este espacio está preparado para recibir a los y las movientes, pacientes.

En cuanto al paciente, tiene que trasladarse al lugar donde es el encuentro, la sesión, y luego al finalizar, retirarse y regresar a su casa o destino.

### ***Cómo llega un paciente, cliente, o moviente a su sesión***

En primer lugar, el paciente organizara su tiempo y forma de transporte para llegar al horario y lugar acordado. Una vez que ingresa, pondrá en acción o en escena su personalidad, a través de sus movimientos, sus dichos. Según Yalom (2004), para entrenarnos en el “aquí y ahora” de la sesión y desarrollar orejas de conejo, como él dice metafóricamente, los hechos cotidianos de cada sesión de terapia son ricos: prestar atención a cómo lo saluda el paciente, cómo toma asiento, cómo inspecciona o deja de inspeccionar el entorno, cómo comienza y termina la sesión, cómo cuenta lo que cuenta, cómo se relaciona con el terapeuta. El autor cuenta que en el acceso a su consultorio había un gran jardín y todos los pacientes hacían comentarios distintos según el mundo interno de cada uno había una mirada diferente. Dice Yalom sobre esto: “Cada individuo tiene un mundo interno diferente y el estímulo tiene un significado distinto para cada uno.” Un espacio terapéutico, y una terapia es una pantalla de proyección viviente, los pacientes proyectan en ella percepciones, actitudes, significados de su propio inconsciente. (Yalom, 2004).

En DMT, al trabajar con el cuerpo y el movimiento del individuo, el acto de recibirlo en el espacio donde va a ser alojado es un momento importante. Ni bien ingresa, el paciente se quita los zapatos, hace algún comentario o va al vestuario a ponerse más cómodo. Si se trata de un grupo, es el momento de los primeros saludos entre los participantes. Es un momento de recibirse, de ir llegando. Vamos viendo cómo se escucha en los primeros momentos de la sesión, vamos dejando el afuera, para ingresar.

Según Yariv et al. (2020) los momentos iniciales son vitales, proporcionan una ventana inicial al mundo interior de los clientes y material terapéutico para la sesión de terapia.

En DMT, recibir a los pacientes en el espacio, es abrirles la puerta a un espacio contenedor donde podrá desplegarse la corporalidad. Y por tanto, debe cumplir con las condiciones expresadas hasta aquí, para que la persona pueda percibirlo como un lugar seguro y confiable.

### ***Cuando el terapeuta es local***

Al ser local, el terapeuta tiene a su cargo la responsabilidad, la regulación y el cuidado del espacio. Que no sea interrumpido, que no haya ruidos molestos, que este calefaccionado o refrigerado. También al estar presente de manera física, tiene a disposición su intervención más activa: si utiliza el contacto, o si en alguna situación una persona se desborda, estará ahí en presencia para “poner el cuerpo”.

El espacio tiene profundidad, ancho y largo, es tridimensional, y los cuerpos también. Ocupan tres dimensiones. Es inmediato percibirlos a través de los sentidos, verlos, olerlos, tocarlos, escucharlos, moverse con ellos.

El tema del uso del espacio, y el análisis del espacio es relevante en DMT. Es una variable que observamos desde el inicio de una sesión, y también en el inicio de un tratamiento puede tener un valor diagnóstico y hasta pronóstico en el sentido que evaluamos dónde está la persona al inicio y cuál es la posibilidad.

Podemos observar una clara diferencia entre la kinesfera y el espacio general. Cuál es el lugar que elige para ubicarse, cómo crea su espacio personal. Habitualmente el trabajo de la exploración de la kinesfera, que responde a la pregunta dónde estoy, es un punto de partida en un proceso, y también en una

sesión. Crear el espacio propio para comenzar a sentir, abrirse a los sentidos, abrirse a la atención del propio movimiento, del propio cuerpo.

Voy a citar una viñeta clínica que se refiere al trabajo presentado en el Seminario de observación y practicas con adultos (2010), para ejemplificar una consigna dada en un grupo presencial de DMT, y algunas verbalizaciones en el cierre de la sesión:

“Pienso trabajar el tema del Espacio ¿Cómo es el espacio propio? ¿Cuál es mi espacio? ¿Cómo lo percibo? Arriba y abajo, adelante y atrás. Alrededor, cercano, lejano. La kinesfera. ¿Cómo se abre el espacio con otros?”

#### VERBALIZACIONES

- ✓ N: Le dio placer encontrar un centro. Y dijo: ‘Arriba y abajo me daba un límite, sino arriba me puedo volar y sino abajo me hundo’.
- ✓ M: Contó que se sintió más conectada con el afuera lo externo, más que con lo interno. Lloraba mientras decía esto. Presenta su dibujo muy colorido y dice: ‘Yo soy esta’ (señala un lugar del centro) el espacio violeta atravesado por los espacios de otros.
- ✓ C: Cuenta que se conectó con su ritmo ‘estar en mi espacio’, ‘en el círculo final sentía que estaba en un ritual de mujeres’.”

Traigo este ejemplo porque da cuenta de la experiencia directa, en el aquí y ahora cuando el terapeuta y los movientes están en el mismo espacio. Esta breve cita muestra que el dmt se propuso el trabajo de exploración de la kinesfera

personal, hacia el espacio general. Una dinámica utilizada en las sesiones grupales.

Recuerdo que esta experiencia citada en el Seminario fue el primer encuentro de un ciclo de 4 encuentros. El pasaje de lo personal a lo grupal se dio en una ronda círculo. No hubo antes interacciones entre las participantes, pero si compartieron el círculo, que una de ellas refirió al verbalizar.

La presencia da el acceso directo de cuerpo a cuerpo, y de todos los sentidos. El terapeuta y los movientes pueden ver los cuerpos, olerlos, escuchar los comentarios, la respiración, distintos sonidos. Pueden moverse juntos y abrirse a la empatía kinestésica, sintonizando en el aquí y ahora de la sesión, en ese campo que se crea.

La posibilidad de trabajar el tema del espacio en una sesión, es una forma de hacer foco directo en la experiencia somática, de prestar atención al lugar que ocupa el cuerpo. Cuando se realizan trabajos de exploración de la kinesfera se brinda la posibilidad a los pacientes de enraizar, y de proyectar las trayectorias, direcciones, crear el espacio a partir del movimiento del cuerpo. Es una experiencia que ofrece bienestar en general, y empoderamiento, centración, traerse al presente. También al terapeuta le da la posibilidad de observar, comprender como se organiza la persona en su vida.

Cuando se realiza la indicación de ir hacia el espacio general, el desplazamiento del espacio personal o kinesfera, el desplazamiento de varias kinesferas en un mismo espacio, también se crea una experiencia que brinda conciencia de los límites. Aparecen preguntas como hasta dónde llego, si tengo conciencia de ese límite, si está muy expandido, o está muy achicado, si se lo llevan por delante, si está en el medio, o está demasiado en la periferia.



En 2020, cuando inicié el grupo de adultos de DMT que coordiné, hice la convocatoria con entusiasmo. Respondieron siete mujeres, de diferentes procedencias. Tuvimos tres encuentros presenciales antes de que se instalara el aislamiento social por la pandemia. Recuerdo la alegría de haber convocado esa cantidad de personas que deseaban trabajar con DMT y también su propio entusiasmo. Así expresaban qué buscaban con los encuentros: “Profundizar en el cuerpo”, “asumir el duelo de que no voy a ser mamá”, “probar una terapia grupal, afrontar una nueva etapa de mi vida”, “quiero ser mamá”, “vengo a probar como me siento en un grupo”.

En aquel primer encuentro, cada una ingresó al espacio, se reencontró con ese lugar, con otras presencias, además de la del terapeuta. En la sesión se trabajó el espacio propio, la presentación, y la conciencia corporal. Ninguna de las presentes incluyéndome, nos imaginábamos que este comienzo de grupo presencial en el espacio del terapeuta, se convertiría en un grupo presencial virtual, por plataforma Zoom, al que cada una asistiría y estaría presente desde su casa.

### ***Descripción del espacio físico de una sesión de DMT online***

En cambio en la modalidad online el terapeuta está en su sitio. En el caso de pandemia por coronavirus, puede ser que su sitio este en su domicilio, o siga atendiendo en su consultorio. Muchos terapeutas dada la crisis económica tuvieron que dejar espacios de trabajo que alquilaban y trasladaron el consultorio a su casa, buscando un espacio allí para dar las sesiones.

Aun siendo online, este espacio debe reunir algunas condiciones muy importantes como garantizar la privacidad de la sesión. Esto significa que el terapeuta esté solo en el lugar donde va a atender al paciente. Además, debe

tener amplitud para moverse: que el cuerpo del terapeuta tenga espacio para extender su kinesfera o espacio personal en sus dimensiones (vertical, horizontal y sagital). Es recomendable que tenga un espacio general y que acomode su cámara para que este espacio sea captado y transmitido. También es importante que realice pruebas antes de tener el encuentro de cómo se ve en cámara, sentado y también de pie. Aunque una sesión es dinámica y esto puede ir reacomodándose, es necesario habituarse al aparato tecnológico y el vínculo con él. También es imprescindible conocer la plataforma que se va a utilizar en el encuentro. Las más usadas actualmente son Zoom y Meet (también Skype, aunque no tanto, y Whatassap). Zoom y Meet permiten compartir el sonido, así que de esta manera se puede compartir la música. Para que todo esto funcione en el momento en que lo necesitamos, es útil tener en cuenta el tipo de micrófono, cómo se transmite la voz y hacer pruebas para saber que está funcionando bien. Se puede también experimentar con el volumen, cuidar de no subir tanto la música, porque tapa la voz. Las condiciones de transmisión, el intermediario, y soporte técnico deben ser conocidas por el terapeuta. También tendrá que tener en cuenta la señal de wifi, que sea buena para garantizar que la conectividad sea de calidad.

En cuanto al paciente-moviente, el terapeuta tendrá que acordar el horario del encuentro. Tendrá que procurarse también un lugar privado, donde no sea interrumpido y no estaría mal que el terapeuta se lo señale. También es importante recordarle que necesitará lugar para moverse, con las mismas consideraciones de la relación del cuerpo y el espacio circundante que mencionamos con el terapeuta, y que no tenga muebles peligrosos cerca. Al igual que con una sesión presencial, será importante que se comprometa a

conectarse en esa hora acordada y que pruebe su dispositivo con cámara (celular o computadora) para que pueda ver cómo son captados. Fundamental que tenga batería y buena conexión a internet.

Ocurre algo curioso en la modalidad online que no sucedía tanto en la presencial: el paciente suele comunicarse para reconfirmar el encuentro a través de Whatsapp. Es importante responder a esta necesidad de confirmación por ejemplo con el número de reunión (ID) para que lo puedan tener a mano y facilitar la entrada.

En estas descripciones del espacio creado para la sesión online, tanto terapeuta como paciente moviente deben procurar y garantizar la intimidad y privacidad de ambos. Por otro lado cuando hablo de acordar un horario, la necesidad de reconfirmar el encuentro, el marco en que se da el encuentro de DMT, estoy hablando de encuadre terapéutico. El encuadre es el marco propicio para el desarrollo seguro de la sesión. Es un concepto que viene de la psicología. Según Bleger (1960), en *"Psicoanálisis del encuadre psicoanalítico"*. El desataca la situación en la que están incluidos analista y paciente. Denomina encuadre a las constantes donde se desarrollara el proceso terapéutico. "EL encuadre se refiere a las constantes de un fenómeno, un método o una técnica y el proceso al conjunto de las variables." (Bleger, 1960) El encuadre incluye: el rol del analista, el conjunto de factores espacio (ambiente) temporales y parte de la técnica (establecimiento de honorarios, horarios, vacaciones, etc. Una de las funciones del encuadre es el sostén de los aspectos psicóticos, los miedos. Según Mariam Alizalde, el encuadre se formalizo por demás en los aspectos externos. Alizalde (1996-2002) propone el término encuadre interno, para describir lo que está implícito en las reglas de la asociación libre, de la atención

flotante, es decir el rol de analista. El trabajo con el encuadre, tanto interno como externo requiere de ajustes periódicos que reorganicen sus interacciones.

En la modalidad online, es necesario explicitar el encuadre externo, espacio ambiente, como fue descrito, horario, la importancia de la privacidad, la conexión de internet, etc. En cuanto al rol de terapeuta, es igual, aunque yo creo que implica más atención en la modalidad online.

### ***30 de marzo de 2020: el hito del cambio***

Ese día fue la primera sesión por Zoom. Hoy, más de un año después, tengo disponible la grabación para volver a verla. Lo primero que pienso ante esta posibilidad es en la variable del tiempo, ¿estamos ante un tiempo eterno?

Inmediatamente asocio esto con lo que plantea Pierre Levy (1999) en su definición de lo virtual. Al volver a ver un video en la pantalla afirma: “Lo virtual viene a ser un conjunto problemático, el nudo de tendencia o de fuerzas que acompaña una situación, un acontecimiento, un objeto o cualquier entidad que reclama un proceso de resolución; la actualización. “

Luego, en relación a la virtualización como dinámica, agrega:

“consiste en el paso de lo actual a lo virtual, en una elevación a la potencia de la entidad considerada. La virtualización no es una desrealización (la transformación de una realidad en un conjunto de posible) sino la mutación de identidad, un desplazamiento del centro de gravedad ontológico del objeto considerado; en lugar de definirse principalmente por su actualidad (una “solución”), la entidad encuentra así su consistencia esencial en un campo problemático. Virtualizar una entidad cualquiera consiste en

descubrir la cuestión general a la que se refiere, en emular la entidad en dirección a este interrogante y en redefinir la actualidad de partida como respuesta a una cuestión en particular.”

Me pregunto cómo fue ese primer movimiento ocurrido el 30 de marzo de 2020, cuando la continuidad del proceso de DMT de este grupo particular, pasó a la modalidad online. ¿Sería atinado pensar este pasaje como una virtualización? ¿Podría pensarse esto con las coordenadas que Levy nos ofrece?

Como he mencionado en otras partes de este trabajo, y para interpelar la pregunta central que lo estructura que es dónde ocurre la sesión de DMT online, lo primero que observo es la distribución de lugar. Antes del 30 de marzo, la sesión de DMT grupal se desarrollaba en mi estudio. Después de esta fecha se empezó a desarrollar de manera online, remota. Ya no estábamos compartiendo el espacio físico general, sino que cada participante estaba en su espacio, en casa, como pedían desde las normativas del Estado con el slogan “Quédate en casa”.

A la distancia me pregunto ¿cómo fue pasar a lo virtual? ¿Qué implicaba ese pasaje, esa transición? En un primer momento, recuerdo que la sensación fue de estar perdida. En un segundo momento fue abrirse a lo incierto, a lo nuevo, a algo extraño, poco familiar, no conocido. A una novedad.

En las notas de aquel primer día registré el primer impacto al encender la computadora, entrar a la plataforma de Zoom y verme en la pantalla. Recuerdo haber acondicionado la imagen de mí misma. Recuerdo verme. Lleva un tiempo comprender que es una la que se ve ahí, en una imagen en movimiento.

¿Cómo se crea el espacio? ¿el espacio personal y el espacio general? Para mí no hubo traslación de lugar, sigo en el mismo estudio, desde donde

recibo, ya no de manera presencial, sino a través de la pantalla a mis pacientes. El encuentro se transmite por la conexión de internet, por el ciberespacio. Y esto habilita no ya una pantalla que refleja solo mi rostro o mi cuerpo y mi espacio sino algo más. ¿Cuántas proyecciones de espacios generales se harán presentes? Se trata de un espacio múltiple. Un espacio personal y general en cada casa y un espacio compartido en la pantalla, en el ciberespacio. Al mismo tiempo, un pasaje del círculo del salón al encontrarnos, al rectángulo de la pantalla. Y también un encuentro entre lo que se ve, lo que está afuera, y los espacios y paisajes internos. Y este espacio intermedio, potencial, este “entre” característico del encuentro terapéutico.

En mis notas también me pregunto por las participantes, acerca de la imagen interna del grupo, o grupo internalizado, y los múltiples vínculos con el coordinador y con las compañeras movientes. ¿Cómo es para ellas verse? ¿Cómo están luego del impacto de estar diez días encerradas en casa cumpliendo el aislamiento social por la pandemia.

En este grupo hay tres personas que vienen trabajando desde el año pasado. En principio se incluyeron cuatro en forma presencial, pero de manera virtual solamente una de esas cuatro decide continuar. Hay personas que resisten la manera online para seguir con los encuentros grupales, algunas no lo eligen y otras no reúnen las condiciones necesarias como tener una buena conectividad de wifi y un lugar privado.

Cuando vuelvo a ver el video de aquel primer encuentro online aparece nuevamente el impacto, aun más de un año después. Al verlo, observo que estoy muy atenta a la pantalla, y noto que estoy más activa en comparación de cuando

trabajo de forma presencial compartiendo el mismo espacio, espejando movimientos por momentos, haciendo alguna pausa en otros.

En esta primera sesión tuve un problema técnico: una de las participantes no pudo conectar el Zoom. Se presentó un problema que rápidamente resolví proponiéndole hacer una video llamada de WhatsApp. Terminaría siendo una experiencia intermediada por dos instrumentos: la computadora y el celular.

Abrí entonces la sesión de Zoom y me dispuse al encuentro. Empezaron a llegar. ¿Y cómo fue ese abrir la puerta virtual? Con un mensaje, la plataforma me iba avisando que una u otra participante estaba en “la sala de espera”, algo que había activado antes en la configuración. El mensaje aparecía en la parte superior de la pantalla. Al ir dando *click* a cada uno asistía a cómo se iban conectando. Aparecían puntos suspensivos moviéndose, luego el nombre de cada una, “ X se está conectado”, después “ X está conectando el audio”. Todo era nuevo e iba asistiendo a los estímulos que luego se harían conocidos como si se tratara de algo inexistente que iba cobrando forma al hacerlo.

No es que nunca hubiera trabajado virtualmente. En mi experiencia había trabajado de manera online en procesos verbales de psicoterapia desde el 2011, pero nunca en procesos de DMT.

A mi clic, le siguen los puntos suspensivos que indican que cada conexión está en proceso, y empiezan a aparecer. La imagen de A en su terraza, la imagen de B en su living, la imagen de C en un lavadero con ropa colgando, la imagen de D en la entrada de su casa como si fuera el primer ambiente después de la puerta de entrada. Así se compone la pantalla frente a mí. Como comentaba, una de las participantes, la que llamé C, tuvo un inconveniente para conectarse

a Zoom, y la llamé por WhatsApp. Esta configuración se complejizó ya que éramos cinco personas en diferentes lugares-espacios, reunidas por el ciberespacio, cuatro de ellas en la misma plataforma virtual y una en otra. Además, a C solo podía verla yo, pero podían escucharla todas. ¿Cómo es posible un encuentro grupal para desarrollar una sesión de DMT en esta modalidad?

La estructura es la misma, aunque en este primer encuentro virtual tuve mayores inconvenientes técnicos, sabía desde mi rol que iba a ofrecer una experiencia de DMT, como dice Schart (2013): ofrecer un espacio para explorar aquello que nos impulsa. Y ¿cómo era ofrecer un espacio para explorar aquello que nos impulsa en esta modalidad, cada uno en casa, en presencia, y en ausencia del cuerpo físico en el mismo espacio. ¿Era posible? Sí, fue posible.

Graciela Vella (2021) dice al respecto de la modalidad virtual en *El movimiento en cuarentena* de reciente publicación:

“Con la modalidad virtual *ingresamos* a la casa del moviente y la familiaridad del ambiente permite establecer un vínculo de confianza. (...)

Nos adecuamos a las posibilidades físicas presentadas, respondiendo así a la premisa básica de la DMT: *Empezar desde cómo y dónde está el otro*. La construcción del propio espacio, dentro de un contexto donde todos están en casa, resulta ser en sí mismo parte del proceso compartido. Las personas van cambiando y organizando un espacio para sus sesiones, van moviéndose por la casa hasta encontrar su lugar en ella, resultando ser esto todo



un proceso en sí mismo: *Encontrar el propio lugar en mi propia casa.*”

Con este punto de partida, nos desplegamos. Iniciamos la sesión con un caldeamiento, activando las partes del cuerpo. Fue un momento de gran adaptación, a la pantalla, y de preguntarme como coordinadora: cómo hago la conexión, cómo voy a proponer algo, cómo voy a percibir cuál es el tema que emerge.

Como describí antes, era una diversidad de espacios, de cuerpos en diferentes espacios, compartiendo el mismo tiempo (un tiempo que se inmortalizaría en la grabación). La voz, mi voz, me dio la posibilidad de hilvanar los movimientos que cada una iba haciendo con las palabras, al verbalizarlos les daba la posibilidad de ser vistos y que sintieran mi presencia. Yo aquí en mi cuerpo y ellas allí en su corporalidad. ¿Cómo lo vivirían ellas? ¿Cómo experimentaban esta división del espacio? Por momentos me sorprendió ver la sincronización de los movimientos en las pantallas. Según Levy (1995) la sincronización reemplaza la unidad de lugar, y la interconexión sustituye a la unidad de tiempo. Lo virtual no es imaginario, produce efectos. Aunque no se sepa dónde. Dos personas haciendo lo mismo sin verse, como ciertos fenómenos de campo que se dan cuando se comparte el espacio presencial.

La propuesta que realicé aquel día, surgió desde una necesidad de ampliar el espacio, o quizás de hacer foco en un centro del cuerpo y desplegarlo en alguna dirección. Qué movimiento puede surgir del pecho, a la altura del esternón hacia arriba. Del pecho hacia arriba. Puedo verlas mientras yo también acompaño el movimiento, moviéndome. Observaba que en algunas el arriba era corto, en una kinesfera media, y en otras era extenso.

En esa exploración del arriba, del pecho hacia arriba, se hicieron presentes las manos, los dedos de las manos que subían. Entonces verbalizo algo de esto que veo y siento: “O quizás las manos tienen otra dirección. O quizás las manos tienen otras direcciones.Cuál es la tendencia de las manos, la de ir hacia el cuerpo o hacia el espacio. Abrirse a esa conexión de adentro hacia afuera.”

Me veo espejando el movimiento de cada una. Recuerdo que en aquel momento me parecía que era la única forma en la que podía estar conectada con ellas, es decir utilizando el sentido del movimiento para ingresar e integrar la información de todos los sentidos.

Cuando vuelvo a ver el video, me detengo en una imagen, de D. Ella se colocó de perfil a la cámara y estaba en un nivel medio, arrodillada. En un momento veo las yemas de sus dedos, que se hacen manos, muñecas, antebrazo, y cuando pongo el foco ahí, empieza a subir. Me pregunto, cómo vemos. ¿Vemos con los ojos? O vemos con la presencia encarnada de yo estoy acá y vos estas allá. Yo estoy acá disponible para este encuentro. En ese momento de la sesión agrego algo más desde la consigna “Sigán abriéndose a eso que viene de adentro. Eso que se quiere expandir. Sientan la expansión del movimiento. El abrir. Crear y abrir espacios.” Y D sigue subiendo y extendiéndose. Su movimiento me conecta con la pregunta ¿Dónde estoy?

Se abren muchísimos interrogantes: ¿Cómo se produce la conexión humana? ¿Cómo se establece la comunicación? ¿Cómo se brinda y se encarna la presencia terapéutica?

Con esta apertura empiezo a sentir que es necesario enraizar, trabajar la conexión a la tierra. Entonces propongo: “Voy a buscar un ritmo, un ritmo propio.” Elijo una música de folklore, una Chacarera. Avanzo. Retroceso. Apertura de brazos. Se da una dinámica inspirada en la chacarera, de avanzar y retroceder, girar con los brazos abiertos, zarandear, o zapatear. Según como cada una lo siente.

Le pido a cada una que diga una palabra:

A: “Hijo. Mucha información, estoy procesando”

D: “Cansada necesito aire, la expansión me hizo bien, Yo sentía dolor de espalda. Cuando dijiste de soltar me ayudó. Localicé dónde estaba el dolor de espalda. Estaba retenida en modo celular.”

B: Tenía cerrado el pecho- Aquí en casa estoy durita se nota la falta de movimiento. Son muchos días sin salir.

Yo hago algunas reflexiones: “El encierro nos afecta de diferentes maneras a cada una. La amenaza está afuera, y en el contacto directo con los otros. Las formas de reaccionar que vamos a ir poniendo en juego están en relación a la forma de defendernos de la amenaza”.

Luego les cuento que me surgió trabajar con esta conexión del pecho hacia arriba y después una necesidad de enraizar con una chacarera luminosa, alegre justamente para habitar un espacio con lo que estamos viviendo, abriéndonos contactar. Y cerrar con la posibilidad de invitarlas a desplazarse en círculos, avanzando y retrocediendo, con los brazos extendidos en el plano horizontal.

Ellas siguieron verbalizando:

A: “Sentir la invasión (se refiere al estar en su casa, la intromisión de su hijo o su pareja). Esto de estar acá adentro se confunde. Ayer pude entender que era un peligro. Ayer lo vi afuera de casa. Ahí me vino la preocupación, me angustié”.

Es un momento inédito, nunca vivimos una pandemia en el siglo XXI. Todo el mundo, todo el planeta Tierra está en esta situación. Nos igualamos en algo”.

Esa fue la primera noción que trae A en su reflexión luego de moverse, y habitarse en la terraza de su casa, el adentro y el afuera. Las formas de contactar, y o evitar que nos interpelaban a todos.

El primer momento de pandemia, fue shockeante. Las calles vacías, los barbijos, el olor al alcohol y a lavandina. El cumplimiento del APSO, como medida de cuidado, prevención y la propagación del virus. Como decía A, todos en el planeta Tierra estábamos en la misma situación.

Otra participante expresa después de la experiencia de movimiento:

D: “Para mí fue un placer estar acá. Fundamental. En un momento, al inicio, cuando estaba ahí parada, golpeteando con el balanceo de mis brazos en la cintura, me venía esto de no poder tocar. Y yo me golpeteaba más.”

En esta verbalización aparece el afuera con la prohibición de tocar nada ni a nadie porque hay riesgo de contagio, y la posibilidad que daba el espacio y el cuerpo, las manos, de una rebeldía ante eso: me voy a tocar más. La posibilidad de conectar con el placer. Y cuando dice, “para mí fue un placer estar acá” sin dudas me trae respuestas para la pregunta ¿dónde ocurre la experiencia del DMT online”. Estar acá.

Otra participante plantea la emoción de miedo, de sentirse muy asustada por la amenaza de muerte. Cuenta que llevó a su madre a su casa para cuidarla mejor y que tiene un hijo que no vive con ella que tiene problemas de salud:

B: “Mi hijo tiene problemas respiratorios. Estoy muy asustada”.

Lamentablemente su hijo fallece al mes.

Al narrar este primer momento de pasaje o la transición del espacio compartido de una sesión de DMT grupal presencial, a un espacio en red, a través de la conexión virtual, o modalidad online de DMT, lo primero que me surge nombrar es la pérdida del espacio compartido. La pérdida de la presencia de los cuerpos, el recibir al otro con un abrazo, un beso, el abrir los brazos al otro, ese gesto tan simple y tan necesario. Te veo, te recibo.

Un pequeño y gran abismo se abre al no tener eso, al perderlo. Un abismo que se completa con la conexión virtual a través de las plataformas como Zoom la sala virtual, lo nuevo, lo desconocido. Y luego, al abrimos a ese abismo, aparece algo que empieza a desplegarse. Un espacio, en el que nos apoyamos para sostener lo nuevo. Un “entre”, un espacio potencial.

Y me pregunto: ¿Cómo vivimos este movimiento en el que la vida en el afuera se vuelve hacia adentro? ¿Cómo va a ser volver a vernos?

## **Capítulo 2:**

### **Las transformaciones del espacio en la sesión de DMT**

A partir de dos sesiones de DMT grupal en la modalidad online, grabadas en MP4, voy a analizar en este capítulo los actores que intervienen en estas preguntas que insisten: ¿Dónde ocurre la sesión de DMT online?, ¿Qué variables

permiten que se sostenga? ¿Cuáles son las transformaciones del espacio terapéutico?

### ***El espacio del paciente-moviente***

Voy a llamar paciente-moviente a la persona que consulta o participa de sesiones de DMT.

### ***Sobre el pasaje del espacio compartido en la presencialidad al espacio propio del de la paciente-moviente.***

Quienes se encontraban realizando procesos individuales y/o grupales de DMT, deciden optar por la forma online ya que esta es la única posibilidad disponible para mantener la conexión. En este pasaje la tensión más relevante se dio en la pérdida del contacto directo con el cuerpo del otro, los cuerpos en un mismo tiempo-espacio. Lo habitual antes de la pandemia era que el paciente fuera al espacio/ estudio del terapeuta a realizar su sesión. Luego, con el ASPO ya instalado, cuando ya no pudo ir a ese lugar, se produjo el confinamiento, se vió obligado a permanecer en su casa. Buscó un lugar, un espacio, para colocar una computadora o un celular para realizar la conexión por internet y llegar a conectarse para la sesión.

Algunas personas no lograron hacerse, crearse, ese lugar, espacio propio en su habitat natural. En algunos casos por no tener suficiente amplitud, y en otras ocasiones por cuestiones de convivencia con otras personas, no disponer suficiente grado de privacidad.

Los encuentros virtuales no solo de DMT sino en general, pusieron de manifiesto que no solo hacía falta un dispositivo y un espacio físico para poder tener una clase o una sesión, sino que también se requería una garantía de

intimidad y de no interrupción. Pero, justamente por la pandemia muchas personas llevaron a sus padres a vivir con ellos, o bien tenían a sus hijos y parejas en la casa.

Ambas situaciones, la falta de espacio y la falta de garantía de intimidad y concentración, no les permitieron a muchas personas sentir la seguridad necesaria para abrir su espacio interior.

Entonces entre el pasaje de la presencialidad y la virtualidad, los pacientes-movientes tuvieron que atravesar una gran diversidad de situaciones, decisiones, y elecciones para seleccionar el espacio-lugar en casa, encontrar las adecuaciones con otros miembros de la familia y decidir hacerlo.

Muchas personas pudieron anticiparse a estos eventos que aparecerían pero otras, lo pudieron observar luego de nuestro primer encuentro relatado en el capítulo uno. No podemos dejar de mencionar los aspectos técnicos que interfieren en la conexión y que dejan caer el espacio por falta de internet o buena conexión a la red. Tácitamente o explícitamente se acordaba aguardar hasta que las condiciones de conexión mejoraran y tanto moviente como dmt salieran de estados “congelados”, en los que se hacía imposible verse o escucharse.

En el caso del trabajo grupal, los espacios se multiplican. Al volver a ver el video del encuentro que presento como viñeta, también mi mirada fue distinta al reconocer en la pantalla por lo menos cinco espacios diferentes. El mío y el de cuatro pacientes-movientes. Pronto, una paciente-moviente se “bajo”. Habían pasado 10 minutos desde el inicio de la sesión cuando le sonó el celular. Entonces, miró la pantalla, y se fue. Desapareció de la pantalla. Luego leería un

mensaje por whatsapp en el que me contaba que había tenido que retirarse. Lo que habla de una conexión lábil.

Esta situación en la presencialidad casi no se da. Pero en la modalidad online fue posible. Del mismo modo que a veces el moviente desaparece de la pantalla, cuando no desea ser visto. Era la primera vez que esta persona asistía a la sesión grupal. Algo de afuera la jaló y salió del espacio virtual compartido, sin consecuencias aparentes ni para ella, ni para el resto. Solo otra paciente-moviente lo notó.

Aparecer y desaparecer. Una dialéctica virtual que puede resultar angustiante, cuando se “cae”, la conexión. O alguien se va. Esta observación abre la pregunta sobre el compromiso de la presencia en una configuración grupal en la modalidad online en DMT. Una creencia puede ser que al ser virtual es menos comprometido. Pero esto puede ser una gran simplificación. Aunque la estética de la imagen, que aparece y desaparece, en ese objeto tecnológico, es una variable fuera del control humano, como estamos acostumbrados a controlar las situaciones cuando estamos en presencia. A veces creemos que podemos controlar las situaciones, las variables. La modalidad online es un desafío en este sentido porque nos confronta con esa creencia y la desarma. “No puedes controlar”, que la conexión se caiga, que alguna persona le suene el teléfono o le golpeen la puerta y atienda y de ese modo salga de la configuración. En esta situación en particular, esta participante no conocía al resto, y cuando se retiró hacia solo diez minutos que habíamos iniciado.



Retorno la composición de la pantalla, quedamos entonces cuatro rectángulos, el mío y el de tres pacientes-movientes. Cada uno desde un espacio diferente:

Participante A: un living con una biblioteca detrás.

Participante B: un estudio. De la primera a la segunda sesión había acondicionado un lugar de su casa para realizar clases, sesiones. Sus palabras mostraban la intención al hacerlo: “Recrear un espacio de escritorio en la casa. Potenciar este espacio, esta habitación, la despeje”

Participante C: el patio con la ropa colgada.

Terapeuta: la misma sala donde se hacían los encuentros presenciales.

William Freeman (2021) con quien tuve la oportunidad de tomar un Webinar, transmitió que en su forma de trabajar es muy importante considerar al individuo y su ambiente. Observar a la persona y a su entorno. También traer lo que acontece allí, en el entorno. En esta mirada, Freeman incluye también los objetos que estén disponibles en ese ambiente. Él traía estas ideas en relación al trabajo con personas que nos resultan desafiantes para trabajar. En este capítulo lo traigo como una variable fundamental para trabajar con el ambiente-espacio en el que se encuentra el paciente.

Freeman mostraba en sus clases, de modalidad online, cómo trabajar con la ventana, con el marco de la puerta, con la pared, o cómo proponer un trabajo con un papel. En una situación desafiante como puede ser trabajar con el cuerpo y el movimiento de otro a través de una pantalla, puede resultar una noción importantísima este punto de partida. El individuo y su entorno - ambiente. Entonces son claves las preguntas: ¿Dónde está el paciente? ¿Qué lugar eligió

para la sesión? ¿Es siempre el mismo o varía? ¿Es un lugar disponible, amigable? ¿Lo interrumpen? ¿Tiene espacio para moverse?

En este contexto de la modalidad online, observar a la persona y su entorno enriquece la práctica de DMT. El paciente-moviente está en su espacio-lugar y nos muestra ese ambiente cotidiano, íntimo, ese recorte de su casa. La mayoría de las personas que permanecen en la continuidad de un proceso grupal, utilizan el mismo lugar en todos los encuentros lo cual denota la importancia de la constancia del sostenimiento del *setting* terapéutico, que es ese lugar disponible, seguro, para conectarse con lo propio y relacionarse.

Una situación común, que no había tenido en cuenta y que sucedió en los encuentros fue la presencia de mascotas. La pregunta sería ¿qué sucede cuando ingresa una mascota al espacio del paciente? Otros interrogantes son relativos a pacientes comiendo, tomando mate, atendiendo el portero eléctrico, interrumpiendo la sesión para recibir un delivery. En el caso de la presencia de animales hay algo que queda asociado al tacto, la caricia, el afecto.

Puntualmente, en esta segunda sesión que estoy describiendo apareció el gato de la participante B. El animal se acercó a la cámara. Se agazapó. Curioso, y B lo presento. Luego, en un momento de la expresión del movimiento, la participante C agarró a su perro para abrazarlo y danzar con él. Estas variables pueden dar mucha información de la forma de vincularse de la persona. Una ventana a su mundo más íntimo. Nos muestran directamente una manera privada de vincularse con una mascota, que es un ser investido con ternura. O algunos proyectan aspectos más vulnerables de sí mismos. Todo eso lo juegan en la dinámica de la sesión de DMT grupal de modalidad virtual. Podría pensarse

que se trata de un modo de compensar la falta de contacto físico y afecto presencial. Podemos pensar en el espacio entonces, como permeable. También en las sesiones presenciales aparecen sonidos o presencias inesperadas (un paciente que llega antes de su hora por ejemplo, un corte de luz imprevisto, etc.).

Mientras por un lado esa virtualidad nos permite acceder a esa manera privada de vincularse, también hay alteraciones en cuanto a cómo siente el paciente-moviente su propio cuerpo en el espacio de su propia casa. La pregunta sobre cómo siente el propio cuerpo en movimiento en el espacio propio abre también a nuevas reflexiones.

En general el espacio de los movientes es más chico que el del estudio del dmt, por lo que se restringen los desplazamientos y la posibilidad del uso del espacio, así como el acercarse o alejarse de la pantalla, las partes del cuerpo que se ven y las que quedan ocultas según focalice la cámara.

En el inicio de esta sesión hice la propuesta de señalar con el dedo índice en distintas direcciones del espacio, ir hacia el espacio de mi propio lugar, mirando por encima del dedo índice. Fue una propuesta para entrenar la habilidad de enfocarse, una manera de empezar trayéndose al espacio de la sesión por la atención de un gesto, como puede ser señalar con el dedo hacia donde voy.

Una participante dijo: “Estamos donde estamos”; otra dijo “Dura como una roca” una tercera señaló: “Qué bueno esto del zoom”: Luego de unos minutos de verlas en sus espacios señalando focos y dirigiéndose, se dio la situación que comentaba al principio: se escuchó un celular sonando y una de las participantes se fue de la sesión.

En ese momento decidí continuar el caldeamiento trayendo las partes del cuerpo al movimiento, momento de hacerse presente. ¿Cómo hacerse presente a través de la pantalla? ¿Cómo es posible? Dando indicaciones claras, nombrando las partes de los cuerpos, y por momentos acompañando los movimientos. Las acompañaba con verbalizaciones que ellas decían: “Dura”, “cerrada”, mencionaban y yo reponía: “Si estoy dura, me ablando, si estoy cerrada me abro”.

Es de suma importancia saber dónde pone foco el dmt, si en el entorno técnico o se adentra en los emergentes de la sesión que se producen en ese espacio virtual en el “entre” que se visualiza a través de la ventana que es la cámara.

También verbalicé la importancia de respirar, y acompañaba los diferentes momentos del movimiento de la respiración (inspirar, exhalar).

Una de las pacientes movientes dice que se siente como un bloque, otra dice que esta rígida. Sigo focalizando en el cuerpo, en llevar la atención al cuerpo para darle lo que necesite. Las invito a probar movimientos.

Luego de un rato, les pregunto si algo resuena en ellas. Una dice: “Acá estoy cuando me muevo no estoy dura”.

El cuerpo, y el movimiento del cuerpo abre, crea, y habita el espacio propio. Esta experiencia se da en el lugar de cada uno. Algunas personas que disfrutan y aprovechan esta posibilidad donde sea. A otras les cuesta más ser agentes, autores de su propia experiencia en la soledad de su casa.

En esta sesión la propuesta que surgió como tema fue “me conecto-me desconecto”.

Luego de abrir un espacio de exploración para moverse según la conexión y la desconexión, volvió a aparecer el perro de la participante C y ella lo abraza. Observo a las demás, veo a B haciendo un movimiento de llevar el torso hacia adelante, flexionando la columna hacia adelante, y a A desplazándose, liviana, con impulso, hacia diferentes direcciones. Siguen explorando ese movimiento que se repite, y luego les pido que lo nombren:

Participante A: SOLTAR. Descripción: movimiento con desplazamiento en diferentes direcciones llevado por el impulso de sostener y soltar,

Participante B: AMPLIAR. Descripción: movimiento que incluye el torso y los brazos, abriendo los brazos en el plano horizontal y llevando el torso hacia adelante soltando la cabeza, y luego recupera la posición vertical del torso.

Participante C: ABRAZAR. Descripción: sostener con los brazos con forma de acunar, en el centro del torso. Por momentos lo realiza con el perro en sus brazos y en otros solo el gesto.

Cuando emerge este movimiento sentido y nombrado, decido seguir explorándolo: ¿se podrá espejar el movimiento en la modalidad online? ¿Qué sucede con el doble espejamiento? Veo mi propio movimiento en mi cámara, y veo el movimiento de los demás en el resto de la pantalla. ¿Cómo proceso sensorialmente esta información? Estamos otra vez en el espacio de la sesión de DMT.

Según Eila Goldhahn (2020) cuando analiza el uso de la tecnología digital en la psicoterapia somática, reflexiona acerca de los sentidos humanos que han evolucionado y se adaptaron para funcionar en presencia de otro cuerpo equipado con los mismos sentidos.

“La función evolutiva de las neuronas espejo innatas se basa en los individuos, estar en presencia de otro, tener contacto visual, estar con el oído, el poder unirse al ritmo de la respiración del otro, las expresiones faciales, los gestos. No existe facilidad evolutiva para adaptarse y lidiar con un lapso de tiempo entre los comunicadores humanos (excepto las señales de humo). Por lo tanto, los sentimientos de comprensión y empatía-se podría decir que se pierden en la traslación de los datos digitales de una pantalla a otra.” (2020)

La mediación de la tecnología complejiza la configuración de la diada clásica de DMT, el terapeuta y el paciente- moviente. ¿Es posible? Que emociones despierta el propio reflejo? ¿Aceptación o rechazo?

En esta sesión que estoy describiendo pruebo por primera vez en la modalidad online una propuesta de espejamiento. Hacer el movimiento de B, ampliar; el movimiento de A, soltar; y el de C, abrazar. Este tiempo compartido ejecutando el movimiento de cada una, sentirlo en el propio cuerpo, ver en la pantalla el movimiento y realizarlo y repetirlo. ¿Cuál es la información disponible que aparece? ¿Estamos logrando una comunicación eficaz? Hicimos cada uno, y luego les propuse que los combinaran en una secuencia de movimiento, repitiendo o deteniéndose en el movimiento que más les resonara. Que se abrieran a la posibilidad de trabajar el gesto propio y sentir, recibir, el gesto del otro en mí. En este momento se logró una continuidad en el desarrollo de la creación, las veía que desplegaban los movimientos. Yo las acompañe haciéndolo también.

Luego de esta dinámica que duro varios minutos, dejé bastante tiempo para cerrar el encuentro con verbalizaciones. Este día compartieron la actualidad de cómo vivían la situación de aislamiento. Se preguntaron y compartieron las diferencias de atravesar esta cuarentena solos o acompañados, y cuánto tiempo duraría.

### ***¿Cuál es el espacio que toma la cámara web?***

Además de considerar cual es el espacio físico de la casa que elige el paciente-moviente para realizar la sesión, hay que considerar el foco de la cámara, es decir, qué capta la cámara.

En los manuales de intervención de teleterapia, como el citado en este trabajo del Colegio de Psicólogos de Madrid (2019) están contempladas las recomendaciones tecnológicas para la video conferencia. Según se indica, es necesario orientar al cliente la forma que debe orientar la webcam para una intervención psicológica. Se ha de buscar una imagen lo más amplia posible, para poder acceder a información sobre el espacio en el que está, su postura, la presencia o no de otras personas, etcétera. Estos manuales hacen hincapié en que el lugar debe respetar y garantizar la privacidad y la seguridad.

También estas guías cuentan con un apéndice, que funciona como un modelo de verificación de información básica para comenzar una intervención telepsicológica. Dice respecto del espacio:

“Busca un espacio en el que no puedas ser escuchado y libre de ruidos externos que te distraigan. Recuerda que es importante que puedas expresarte con la mayor libertad y comodidad posible.

Mantén una iluminación adecuada para se aprecie con claridad y sin sombras tu rostro. Es recomendable que la luz sea frontal y de ser posible natural (...)

Utiliza una mesa para apoyar el dispositivo y que la imagen quede lo más estable posible.”

En cuanto a la imagen, recomienda:

“Coloca el ordenador para que la cámara quede a la altura de los ojos. Antes o al inicio de la sesión comprueba que la imagen este encuadrada y sea, en lo posible tan amplia como para que permita visualizar la cara, el torso, los brazos y las manos.”

Estas recomendaciones resultan muy prácticas para implementar la sesión de DMT online ya que los objetos tecnológicos están transformando el espacio y es necesario familiarizarse, conocerlos, saber usarlos. La variable generacional aquí se nota. Las personas menores de 40 años tienen otra familiaridad con las TIC. Y los menores de 20 más. Si bien el manejo de las nuevas tecnologías puede dar para un trabajo aparte, es muy práctico tener una guía para hacer la transición de una modalidad a otra ya sea basada en manuales de intervención o confeccionada por uno mismo. Descubrí que además de darme más confianza a mí en la sesión para el manejo de la cámara, el espacio y los dispositivos en general, era importante pasar estos tres o cuatro puntos clave sobre el espacio y la imagen a los paciente-movientes y abrirme a recibir preguntas y dudas o tomarnos unos minutos del encuentro para “acomodar” la cámara.



Otra sesión que elegí para este análisis se realizó siete meses después de la anterior. El grupo en esos meses fue cambiando en su conformación, pero se mantuvo la frecuencia semanal. Las personas que intervienen en este encuentro son otras: una participante que llamare D, y que había estado en los primeros encuentros presenciales, pero después no comenzó online inmediatamente porque pensaba que no iba a tener la privacidad necesaria porque convive con sus padres, se incluyó en junio del 2020. Ella venía trabajando de manera individual. También se incluyó otro participante que llamaré E, que vive en otra localidad, y que había participado en experiencias presenciales años antes. En este grupo se sumó en mayo del 2020.

Tomaré esta sesión de noviembre 2020 para reparar en dos maneras muy diferentes de usar la cámara, de elegir cómo enfocarse. Me llamó la atención que el participante E elegía para todas las sesiones una especie de lugar de paso. Se alcanzaba a ver una heladera atrás (este año cambio el lugar, hacia una ventana, un lugar más alojador podría suponerse), y la cámara lo enfocaba parcialmente, le cortaba la cabeza y un poco debajo de la rodilla (Imagen 1). Como era así en todas las sesiones, alguna vez se lo señalé pero seguía eligiendo ese foco. ¿Qué veía él en su pantalla?

En las notas de la sesión de ese día anoté: “E: pantalla que refleja un cuerpo sin cabeza y sin pies”



Imagen 1. Participante E. Como elige ser enfocado por la cámara web.

En cambio D, juega con las transparencias. El juego de la luz y la sombra. Tiene la cámara enfocando a una ventana. Lo que produce que se vea el contorno del cuerpo.

En una oportunidad luego de una sesión compartió esta imagen, inspirada en los encuentros de DMT, ¿o expresando algo de cómo se veía ella?



Imagen 2. Participante D. Imagen creada por ella luego de una sesión de DMT

En todas las sesiones ella elegía ese lugar, el living de su casa, y les pedía a sus padres privacidad por una hora y media.

Cuando le pregunté si se miraba, me dijo que ella no lo hacía mientras hacía la sesión, pero que una vez se vio y le gustó la silueta estéticamente. Fue después de esa sesión que hizo el collage.

En la sesión que estoy citando se veía anoté lo siguiente, “D: cuerpo a trasluz, transparencias, totalidad”.

En la sesión que estoy citando, D se veía de la siguiente manera:



Imagen 3: Participante D. Como elige ser enfocada por la cámara web.

Como se ve en la imagen 3, D se ve de cuerpo entero, con la característica que al estar a trasluz, se ve la silueta.

Nuevamente voy a citar a Eila Goldhahn (2020) en una reflexión que realiza en cuanto a la imagen reflejada de sí mismo, ella utiliza el término selfie, tan conocida en lo cotidiano. Propone que podría ser muy útil, con el propósito de ser visto digitalmente, que tanto los pacientes-movientes, como los terapeutas, piensen como si estuvieran comprometidos con la imaginación y creando selfies conmovedoras de sí mismo. Ni bien nos posicionamos frente a la pantalla, estamos comprometidos a crear una imagen de nosotros mismos, que es transmitida, y que también puede ser grabada, y vista por otro en otro momento.

Goldhahn (2020) dice:

“Al reconocer y admitir que de hecho, estamos creando selfies el uno para el otro, podríamos aportar una mayor autorreflexión y honestidad en nuestros encuentros. Hablar y reconocer que nos

filmamos a nosotros mismos para otro también puede afirmar un sentido de autogestión. Esta sensación de estar en control ayuda a la producción y proyección de una autoimagen. Una auto agencia creada conscientemente ayuda a puentear el vacío inescapable en los encuentro digitales y también puede ser un objetivo expresado terapéuticamente”.

Es muy interesante este aporte, ya que en el trascurso de este tiempo, al utilizar esta modalidad online, el uso de la cámara web, y la posibilidad de verse en movimientos, gestos y danzas ha sido muy significativo. Una participante de este grupo, que vive en otro país, lo expresa de la siguiente manera:

“Otro punto a favor es la posibilidad de verme...Es impresionante como me hace darme cuenta el mirarme.. Digamos que no me gusta mucho verme. Pero en esos lapsos de curiosidad que me vienen, me observo como manifiesto la sensación de dolor, enojo, tristeza así como la dicha, la suavidad.. Eso me ayuda también a entenderme, verme en mi autoexigencia, en lo que exagero en la expresión y quizás por dentro no se siente tan así...También me ayuda a ver mis procesos en los demás.. Reconozco que vivo muy encerrada, mirando una pantalla así que no es nada nuevo... Todos necesitamos lo mismo, en formas distintas y creo que esta virtualidad nos brinda mucho...Agradezco la posibilidad del virtual. Me da otro abordaje de todo... exterior, interior, mis caras, mis comparaciones, mi exponerme, mi forma de pedir lo que necesito para que me llegue bien la información en materia de escucha, de visual, la tensión con la tecnología...” (Participante F, en el anexo B está el testimonio completo).

Este testimonio da cuenta, la hipótesis de la autora citada, que la posibilidad de comprometerse, o ser consciente de la propia imagen, da una

sensación de seguridad, cuando en el proceso terapéutico puede desplegarse la expresión no verbal, sentirse mirado.

***¿Cuándo muevo el espacio a nivel simbólico que se abre en DMT online?***



Imagen 4: Participante D realizando el movimiento de E

Vuelvo a la sesión de noviembre con D y E. En ese encuentro, hice una propuesta de empezar desde el piso porque me parecía interesante seguir profundizando en enraizar, en sostenerse en un lugar. D tiene una molestia en el cuello y ese movimiento podría ayudar y E tiene un peso liviano, y dificultad para quedarse en un lugar sin desplazarse. En este inicio de sesión, no los veo. Voy guiándolos. Transcribo algunas de las palabras que fui soltando mientras ellos movían el cuerpo.

“Ahí donde estás permítile a ese piso que te reciba. Que reciba el peso del cuerpo. Prestá atención a la parte del cuerpo que toca el piso. Dejá de hacer”.

Para este momento, desde la coordinación me conecto fijando el video en un participante a la vez. Uno se ve y el otro no. Sigo conectada y guiándolos con la voz. “Estirarte, empujá alguna parte del piso, rodá.” Observo los objetos de las casas, las ventanas, los sonidos lejanos y sigo. “Respirá, estirate, movete, dejate caer hacia un lado y hacia el otro. Entregale el peso, vaciate de pensamiento, de expectativas. Solo tu cuerpo.”

D empuja, hace una prueba, otra, otra, se siente segura. Sube el coxis hacia el cielo, varias veces repite este movimiento. Le indico: “Percibite, sentite ahí. Fíjate si hay espacio en las articulaciones. Sentí el cuerpo”.

A E no lo veo. Van 17 minutos de este trabajo. Voy indicando una transición de temas: “En el próximo tema vas a ir construyendo el viaje hacia la verticalidad”. Veo mi gesto en la cámara, balancearme de derecha a izquierda. Me adelanto y retrocedo. Qué veo, qué siento, qué miro en ese momento. Hay una multiplicación de dimensiones, el momento presente, el pasado y el futuro, y los futuribles. (Esto pienso al verme en la grabación). Sigo con las indicaciones.

“Experimentar, soltar, seguir soltando. Escuchá tu propio ritmo. Sentí el peso del cuerpo. Sentí los pies en el piso. El cuerpo es la ventana. Se repite, se abre.

Respira el momento. Clávate ahí en ese lugar, flexiona y estirá las piernas, empujá el piso. Incluí las caderas, rodilla y tobillos. Respirá, dale aire a esas articulaciones. Llevá esa energía del centro bajo, llevala a todo el cuerpo. Llevala con una pequeña vibración, hacia todo el cuerpo.”

Observo a D y tomo notas. Leo ahora lo que anoté entonces: “sensualidad, continuidad, un autorreconocimiento de que esta soy yo”. Sigo guiando: “Respirá, estirarte. Sentí tu energía (Vida). Distribuís por todo el cuerpo, todo eso, sentirte, recibite. Seguí ese movimiento que estás haciendo, ahora” En ese momento anoto: “D: Balanceo derecha, izquierda”, “E: camina en círculo”. Sigo con la guía: “Explorá tu movimiento, repetilo, metete Pongo una música rítmica. Empezá a abrirlo al espacio general. Balanceo, apertura, brazos.”

Termina el tema y sigue en silencio. Hablo: “Seguí ese movimiento, vibrando. Volvé la conciencia de tu cuerpo, de tu movimiento. ¿Qué estás haciendo ahora?”

E: camina lento

D: balanceo

Repregunto: “¿Quién sos ahora? ¿Cómo te sentís? ¿Qué necesitás ahora?” y sigo guiando: Cuando quieras acercate a la cámara y vas a hacer algún movimiento, algún gesto. Estén atentos. Cuando alguien precise un movimiento como ahora lo hace E vamos a seguirlo”.

E hace un movimiento simétrico, brazos, manos, torso. Los dos brazos hacia adelante, flexionando la columna también hacia adelante, como un redondeo. Todo simultaneo. Peso en la espalda. Hasta que sostiene las dos manos adelante, ahuecadas. Flujo controlado.

D hace el movimiento rebote derecha izquierda, aumenta velocidad, suelta los brazos como una pataleta parada. Tiempo súbito.



Les indico repetir el movimiento de cada uno durante 5 minutos. Me abro a que me conecta, que me trae ese movimiento.

E va hacia el centro.

D juego, infancia, niña, diversión, cansancio.

E nido, cuidado, delicado

Les pregunto: ¿con que música les gustaría seguir profundizando este movimiento? E pide música de pájaros. Hace movimiento desde cero, de inicio de afuera hacia adentro. Chasquido de dedos de las manos. Algo se amplía vuela, algo que iba para adentro, y después algo empezó a ir hacia afuera.

Asociaciones de E: Cuidado, cuidar, dejar volar. Soltar, volar.

Asociaciones del terapeuta: Algo embrionario. Nacimiento. Adentro.

Luego le pido a D que resuene desde el cuerpo y el movimiento, y lo refleja en una danza. D hace la danza con la resonancia de la danza de E: lo hace más amplio, lleva los brazos a volar más. Una pierna más adelante que la otra, como para dar un paso. Hace juego de peso entre adelante y atrás. Derecha e izquierda. Mas rápido, más lento. Sin balanceo, se clava, y luego junta las dos piernas dando el paso hacia adelante, junta las manos ahuecadas como en un nido. Asociaciones de D: quiere volar, pero siente miedo. Cuerpo tan abierto y la cabeza hacia abajo. Como querés hacer algo con los ojos cerrados.

Ahora es el turno de D. Ella elije la música infantil de canticuenticos. Bate con la cucharita. Ráfaga, movimiento hacia un lado y hacia el otro. Girar. Girar. Imagen del cuerpo a través de la luz, que hace sombra.

Asociaciones de D: diversión, soltura, no control, no estructura, libertad, cansancio, niños, dificultad de sostener eso en el cuerpo. Extraño y cercano a la vez.

Asociaciones del terapeuta: Algo que recordás de vos misma

E danza la danza de D: hace algo chiquito.

Asociaciones de E: Es difícil batir con una cucharita cuando hace falta un cucharón. Chiquito y grande.

Pensamiento del terapeuta;. Achica los movimientos, en una kinesfera íntima.

Hago una última propuesta: integrar en el cuerpo lo que fueron experimentando. Para cerrar, les pido que verbalicen cómo se encuentran: D: “Feliz, juego, me voy a los juegos de la plaza. Desde el principio cuando nos teníamos que parar, incorporar, pensé: “uh, qué aburrido quiero seguir jugando en el piso. Se me cruzó algo como de muy niña, y eso se tradujo en el movimiento de capricho, y de diversión, y algo muy libre de movimiento, no estar pensando cómo me muevo, salto y el cuerpo va solo, y en la última canción pude trasladar a la adultez eso que les decía que me pasaba que si bien es divertido, mi cuerpo no lo sostiene. Hay mucho cansancio como algo de estar en otro cuerpo. Y ahora en el último tema pude trasladar algo de esa soltura, la libertad a esos movimientos, al cuerpo ahora, de hoy. Me sentí divertida, y suelta. Estoy sonriendo hace 1 hora”.

E: Conecté con un mundo de pájaros y este doble movimiento de tener dos alas grandes. Un movimiento de hacer esto de cobijar huevitos, algo muy frágil, a hacer un movimiento de resguardo, y otro movimiento de soltar. Me vino una imagen de la naturaleza que vi, una pata y su grupo de patitos. Había uno

chiquito que ella lo tiraba al medio del estanque, el patito volvía nadando y ella lo volvía a tirar y hacia este gesto (hace el gesto de la danza, que él llamo soltar) Vas a aprender a nadar, nadando. Me vino esa cosa cuando me devolvió D algo más de pajarraco, más divertido de pájaro más descontrolado, con las plumas desordenadas y esta idea de salir a volar con los ojos cerrados. Me pegó, me llevó a un recuerdo del parque de diversiones en la vuelta al mundo a la que me subía, pero como era miedoso hacia la experiencia con los ojos cerrados. Y a veces mentía cuando bajaba y me preguntaban yo decía que el paisaje era espectacular y en realidad no había visto nada. Y lo de D fue divertido, alegría. Batir con una cucharita, y era una pileta grande, agarra el cucharón, necesitaba otra herramienta.

Para resumir: Integración, madurez, expresión niño, niña. Adulto, comprometerse, integrar, ir hacia el deseo... percibir los miedos. Necesidad de crecer. Integrando lo que fui. Fragilidad del huequito, no me queda más que cuidar". El terapeuta verbaliza para cerrar: "Despegar hacia lugares que uno cree que no puede llegar".

Esta viñeta da cuenta de cómo el espacio lugar de la casa puede transformarse en un espacio terapéutico. Donde tanto E como D trabajaron a nivel simbólico las expresiones creadas en el espacio personal. También pudieron comunicarse verbal y no verbalmente, a través de gestos, danzas, resonancias de los movimientos sentidos.

1. En septiembre, unos meses antes de este encuentro, les hice 3 pedidos:El primero: que asociaran 3 palabras con cuerpo.
2. El segundo qué es virtual.

### 3. El tercero: cómo experimentan la DMT online

Comparto aquí las respuestas:

#### Participante D

1. CUERPO: Expresión, libertad, acción.
2. Virtual, pantalla, distancia, robot, endurecimiento de los cuerpos, otro tipo de conexión, distinta... Falta de contacto y calor humano.
3. Lo que rescato es poder habitar nuestras casas, llenarlas de nuestra danza, transformar nuestro espacio cotidiano e intervenirlo artísticamente.

#### Participante E

1. CUERPO: Unidad, atención, respirar.
2. Con lo virtual se me viene lo aparente, algo así como un holograma...
3. Lo que resalto es que, de otra manera que en lo presencial, pero se genera conexión (parecida a wifi, jeje). A falta de cuerpo físico, se dan otras sutilezas.

En el Anexo B, en el punto E, incluyo el testimonio completo de este participante en relación a su percepción del espacio en DMT.

Es interesante que en estas respuestas ambos coinciden en que en la modalidad virtual se da otro tipo de conexión. Y también es interesante la reflexión sobre el espacio íntimo como es transformado por el movimiento por la participante D,

### ***El espacio del terapeuta- testigo***

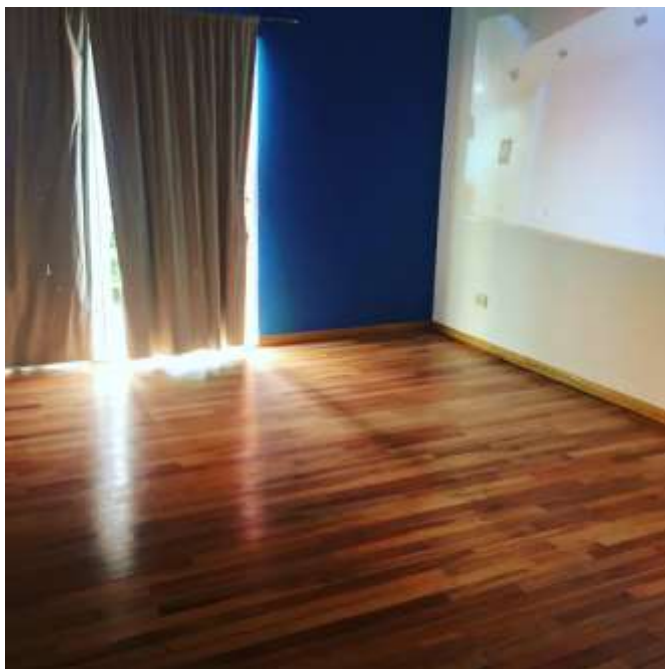


Imagen 5: Estudio Vacío. Espacio Vacío

El espacio del terapeuta quedo vacío de presencia física. Esta es la primera asociación que hago. Y esta imagen, una foto de mi estudio, de la última sesión virtual del año 2020, a fines de noviembre, lo refleja. Ese día había puesto un proyector para proyectar las imágenes de movimiento en la pared, para hacer Zoom a los cuerpos.

La primera sesión online de grupo había sido el 30 de marzo de 2020, como desarrolle anteriormente. Cuando me veo en esa grabación, de hace más de un año, con pelo corto, mirando fijo a la cámara, descifrando como usar la herramienta, haciendo largas pausas, para buscar la música y siempre atenta a los y las pacientes movientes, veo el proceso que se desplegó desde allí hasta aquí. No solo lo veo sino que aún siento en el cuerpo también y en el recuerdo todo el proceso personal y con los pacientes, pero también el colectivo que

venimos haciendo. Ese proceso sería material de otro trabajo. En este vuelvo a la pregunta inicial y puntual que me guía: ¿Dónde ocurre la sesión de DMT?

En este caso en mi estudio. La variable que se vio transformada es que el ingreso de los pacientes movientes no fue por la puerta de mi casa, sino por la sala virtual. Esto dicho así parece fácil pero se trató de una gran transformación.

Aunque en un primer momento la computadora estaba allí, y la modalidad online ya existía, en DMT la presenciabilidad de los cuerpos en un mismo espacio parecía una condición sin eua non.

Pero como he desarrollado en este trabajo, en este tiempo de pandemia por Covid 19, hemos transformado nuestros espacios de trabajo con las computadoras, los teléfonos celulares, los proyectores, los auriculares, los micrófonos. Hemos aprendido a usar Zoom, y hemos sostenido el espacio terapéutico.

Hablar del espacio del terapeuta o dmt's, es algo en la que sigo trabajando a diario, en cada sesión me sigo preguntando donde ocurre el encuentro, como es que se sigue sosteniendo, como es posible desplegar un tiempo compartido en diferentes espacios, sobre todo me refiero a las sesiones grupales de DMT. Una de las nociones relevantes es la conciencia de estar presentes en el aquí y ahora. EL hecho de estar a distancia y a la vez en cercanía por el tipo de comunicación que se va desplegando en el compromiso de la presencia. De conectarse por el ciberespacio y conectarse también con lo que es, con el que soy, en la que soy, en los que somos. Y esta existencia, habitar en el cuerpo. Trabajar en la conciencia sensorial y corporal ha sido fundamental para crear el espacio.

Y aquí digo crear el espacio.

Algo que se despliega en los encuentros virtuales, es que en algún momento la presencia de cada uno y cada una en el lugar en el que este, compartiendo este momento global de pandemia por Coronavirus, genera un compromiso, una entrega entre los participantes y el terapeuta.

El espacio del terapeuta, tendrá como sostén su propio cuerpo. Darle lugar al otro, alojar al otro desde la mirada del testigo curioso, atento, interesado en lo que se va desplegando. En un principio del trabajo online, yo creía que era muy importante moverse junto a ellos, a través de la pantalla. Verme en la imagen, para que me vean.

En un primer momento de la pandemia, en las primeras aproximaciones a la cámara, yo pensaba que era importante en cada sesión, luego de la sesión, entregarme a la improvisación, de algunos movimientos que recordara en la experiencia sentida de mi cuerpo.

La posibilidad de ver sesiones grabadas en otro momento, es una experiencia que da mucha información de los pacientes movientes y de las intervenciones terapéuticas. Permite ampliar, disolver prejuicios y críticas. Permite escucharse una para emitir mejor el acompañamiento verbal que vamos afinando en el encuentro y en el vínculo con el paciente moviente.

La posibilidad del dmt de resonar, de recibir las transferencias somáticas, de encontrarse con la propia necesidad de moverse o la conciencia de su propia inmovilidad siguen siendo el instrumento para el trabajo en DMT sea el espacio virtual o presencial, en espacio abierto o cerrado. La conexión consigo mismo y los otros supera las barreras de lo tecnológico.



Imagen 6: Espacio del terapeuta con TIC

### **Conclusiones finales**

El presente estudio exploratorio, y descriptivo realizado en este periodo de tiempo entre principios de marzo del 2020, y analizado hasta junio del 2021, está absolutamente implicado en la crisis actual que vivimos por la pandemia por coronavirus que ha impactado en nuestra forma de vida, apuntando directamente a nuestra vulnerabilidad como seres humanos. Con esto quiero decir, que la afectación de esta situación global ha transformado nuestras vidas tal cual la conocíamos y experimentábamos. Nuestro entorno, nuestra casa, nuestro planeta.



Este estudio surge de la pregunta ¿Dónde estoy? Donde estoy cuando estoy confinada en mi casa. Donde estoy cuando pierdo los espacios públicos, la libertad de salir, de circular. ¿Dónde estoy? Esta pregunta que se inicia como una pregunta personal, se trasladó al trabajo clínico como psicóloga y danza movimiento Terapeuta. En el espacio de mi estudio. ¿Dónde ocurre la sesión de DMT online? Que sucede cuando perdemos el espacio compartido en presencialidad física, cuerpo a cuerpo, como se transforma el espacio. Esta pregunta me llevo a buscar diferentes concepciones y teorías del espacio. Lo que fui integrando son conocimientos que desde la escucha del cuerpo venimos encarnado los dmt's. Sabemos que el espacio lo creamos con el cuerpo, y que el cuerpo crea el espacio, y que de alguna manera el espacio-entorno-ambiente, afecta al cuerpo. Y nos constituye como individuos.

En este trabajo presento cómo los diferentes espacios de los actores que intervienen en una sesión de DMT (dmt y pacientes-movientes) grupal se ven transformados por la tecnología, (TIC), el uso de computadoras, teléfonos celulares para establecer el encuentro terapéutico.

¿Dónde estamos cuando nos encontramos en una sesión virtual? Estamos en nuestros cuerpos, en nuestros espacios privados y a través del encuentro terapéutico mediado por la tecnología, se puede lograr una experiencia de DMT grupal a través de la modalidad online.

¿Dónde ocurre? en cada cuerpo y en cada espacio personal y general. Transmitido en una pantalla, captado por una cámara web.

¿Cómo se despliega? A través del espacio potencial, esa zona intermedia conceptualizada por Winnicott, entre el adentro y el afuera. Donde es posible la

creación, la cultura, el encuentro entre un yo y un tú. Tan importante en el encuentro terapéutico, donde la presencia, la escucha activa, posibilitan la comunicación y el intercambio energético. Todo esto soportado en el vínculo terapéutico, establecido a partir de la transferencia somática y la contratransferencia somática.

Creo que se abren muchas preguntas acerca de la virtualidad, y el atravesamiento de la digitalización de nuestra vida empírica. Debemos tomarnos muy seriamente esta transformación que desencadenó la pandemia.

En cuanto a las limitaciones de este trabajo, es limitado, ya que refiere a una muestra y a una pregunta muy particular. Pero a su vez creo que el espacio en que vivimos y trabajamos se vio muy afectado en general.

Una limitación creo que es la comparación de lo presencial y lo virtual. Porque de alguna manera en la presencialidad está incluido lo virtual. Lo virtual como esta posibilidad de transferir contenidos psíquicos, de imaginar, de crear mundos. En cambio la conexión online, que se denomina virtual, es un nuevo lugar que se abre. Es amplio, extenso, inabarcable, incontrolable. Y nos afecta. Y nos posibilita la continuidad de ciertas actividades. También nos crea ilusiones omnipotentes, como estar en varios lugares al mismo tiempo.

Claramente nos posibilitó abrir la ventana al mundo como muchos concluyen. Yo creo que aún es apresurado concluir. Recién estamos abriendo las preguntas. De donde transcurre nuestra experiencia.

## Bibliografía

AADT (2020) Programa del 1er. Congreso Virtual de Danza Movimiento Terapia de la AADT. XX Jornada Anual de la AADT. IX Congreso Internacional de DMT. 28 de noviembre del 2020. Web [www.aadt.com.ar](http://www.aadt.com.ar)

Barbon, J. F. L.; El fin del espacio tiempo. Ciclo de conferencias de física fundamental del Instituto de física Teoría UAM-CSIC y residencia de estudiantes. 7 noviembre de 2017 Instituto de Física Teórica IFT. España <https://youtu.be/kq0g4xvynVI>

Bleger, J.; (1960) Psicoanálisis del encuadre psicoanalítico. Revista Flepal. Septiembre de 2002. Cambios y permanencias. P. 103-113 <http://www.fepal.org/images/2002REVISTA/espanol/bleger.pdf>

Buneta, A., (2011) Presentación de un proceso grupal. Trabajo del seminario de "Observación y práctica de DMT con Adultos", de la carrera de especialización en DMT. UNA. Dpto. de Artes del Movimiento. Docente: Fischman D.

Conde Arranz, C. (2020). Psicoterapia on-line, una opción eficaz y validada. Hipnológica, Revista de Hipnosis Clínica y Experimental. <https://www.hipnologica.org/psicoterapia-on-line-una-opcion-eficaz-y-validada/>

De la Torre Martí M., Pardo Cibrián R. (2019): Guía para la intervención telepsicologica. Edita Colegio de Psicólogos de Madrid. Disponible <https://www.psichat.es/guia-para-la-intervencion-telepsicologica-2019.pdf>

Dowey, L., Kierr, S. Beardall, N. (2020) Editor's Note. American Journal of Dance Therapy. 42:1-4. <https://doi.org/10.1007/s10465-020-09331-w>

Distefano M.J., Cataldo G., Mongelo M.C., Mesurado B., Lamas M. C. (2018);  
 Conocimiento y uso de tecnologías digitales en psicoterapia entre los  
 psicólogos de Buenos Aires

<https://www.researchgate.net/publication/322765333> Conocimiento y uso de  
 tecnologías digitales en psicoterapia entre los psicólogos de Buenos Aires

Edelman, L., López R., Alizade M. (2009) CUESTIONARIO: Encuadre y  
 dispositivo psicoanalítico. Topia. Un sitio de psicoanálisis, sociedad y cultura.

[https://www.topia.com.ar/articulos/cuestionario-encuadre-y-dispositivo-  
 psicoanal%C3%ADtico](https://www.topia.com.ar/articulos/cuestionario-encuadre-y-dispositivo-psicoanal%C3%ADtico)

Fischman, D. (2001). Danzaterapia: Orígenes y fundamentos.

<https://www.brecha.com.ar//danzaterapia-origenes-y-fundamentos/>

Fischman, D. (2008). 4. Relación terapéutica y empatía kinestésica. En  
 Wengrower, H. & Chaiklin, La vida es danza. EL arte y la ciencia de la Danza  
 Movimiento Terapia. Editorial Gedisa. Barcelona.

Fischman, D. (2013) Supuestos básicos de la Danza Movimiento Terapia.  
 Terapia como práctica clínica. <https://www.brecha.com.ar//supuestos-basicos/>

Fischman, D. (2020) DMT en los Tiempos de Pandemia. Taller virtual  
 desarrollado el 2 de abril. [https://www.brecha.com.ar/p/dmt-en-los-tiempos-de-  
 pandemia/](https://www.brecha.com.ar/p/dmt-en-los-tiempos-de-pandemia/)

Freeman, W (2021) Desafíos en la Clínica en DMT, webinar de 6 encuentros  
 online, entre abril y mayo. En Brecha. [https://www.brecha.com.ar/salon-  
 online/?collection=webinar](https://www.brecha.com.ar/salon-online/?collection=webinar)

Goldhahn, E. (2021). Being seen digitally: exploring macro  
 and micro perspectives, Body, Movement and Dance in Psychotherapy, DOI:

10.1080/17432979.2020.1803962

<https://doi.org/10.1080/17432979.2020.1803962>

García E., Gervasoni M.: Entrevista a Eleonora García, Volver a una práctica que combine presencia y modalidad virtual, sería un nuevo ordenamiento de nuestras experiencias en la realidad. Trayectoria. Práctica Docente en Educación Artística – N.º 8 – Diciembre 2020 – ISSN: 2408-4468 – Pp.: 167-177

<http://ojs.artes.unicen.edu.ar/index.php/trayectoria/>

González G (2013): Introducción al Análisis del Movimiento Laban, Apuntes del Seminario dictado por ella. En Buenos Aires, año 2013

Heidegger, M. (2009) El ser y el tiempo. Fondo de cultura económica. Buenos Aires

Heidegger, M. (2013). Construir, Habitar, Pensar. Publicado en el web. [www.fadu.edu.uy](http://www.fadu.edu.uy) › files › 2013

Hernández Muñoz, S. (2020) DMT & Covid 19. Análisis de un proceso de DMT autogestionado en tiempos de pandemia y confinamiento. Tesis de la UAB. Cedida por la autora. [sceluna@gmail.com](mailto:sceluna@gmail.com)

Levy, F. (1988) Dance/Movement Therapy. A Healing Art. The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance 1900 Association Drive Reston, Virginia 22091.

Lévy, P. (1999) ¿Qué es lo virtual? Editorial Paidós. España.

Lewin, K. (1988) La teoría del campo en la ciencia. Editorial Paidós Ibérica.

Lotan Mesika S., Wengrower H. & Maoz H. (2020) Waking up the bear: dance-movement therapy group model with depresser adult patientss during Covid-19

2020. Body, Movement and Dance in Psychotherapy 16: 1, 32-46, DOI : [10.1080 / 17432979.2021.1879269](https://doi.org/10.1080/17432979.2021.1879269)

Martinez Sánchez, María José (2015). *Cartografías dinámicas: cuerpo y movimiento en el espacio arquitectónico*. Tesis (Doctoral), E.T.S. Arquitectura (UPM)

Ministerio de Educación Presidencia de la Nación. Navegación responsable y Solidaria en el ciberespacio.

[/www.argentina.gob.ar/sites/default/files/navegacion\\_responsable\\_y\\_solidaria\\_en\\_el\\_ciberespacio\\_vf1.pdf](http://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/navegacion_responsable_y_solidaria_en_el_ciberespacio_vf1.pdf)

Morin, E. & Viveret P. (2011) Como vivir en tiempos de crisis. Editorial Nueva Visión. Argentina

Oliva, M. (2015) APORTACIONES TEÓRICAS DE KURT LEWIN AL APRENDIZAJE Y LA INVESTIGACIÓN SOCIO-EDUCATIVA. ARJÉ. Revista de Postgrado FaCE-UC. Vol. 9 N° 17 . Julio– Diciembre 2015/ pp.48-64. ISSN Versión electrónica 2443-4442 , ISSN Versión impresa 1856-9153.

Painceira Plot, A. J.(1997) Clínica psicoanalítica a partir de la obra de Winnicott. Editorial Lumen, Argentina.

Panhofer, H (compiladora) (2005): El cuerpo en Psicoterapia. Teoría y práctica de la Danza Movimiento Terapia. España, Barcelona, Gedisa.

Pessoa, F. (1984) El desasosiego. Editorial EMECE. Buenos Aires.

Quirantes A., (2015): Espacio-Tiempo cuántico. En busca de una teoría del todo. Editorial EDITEC. España.

RAE (Real Academia Española) [espacio | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE](#) etimología [ESPACIO \(dechile.net\)](#)

Roussos A. & Braun M: Psicoterapia y tecnologías de información y comunicación. Psicoterapia 2.0. En Enciclopedia de Salud Mental Argentina, Fundación Aigle.

<http://www.encyclopediasaludmental.org.ar/trabajo.php?id=49&idtt=7> TIC

RTVE Noticias, (recuperado 1-05-2021)

<https://www.rtve.es/noticias/20210501/mapa-mundial-del-coronavirus/1998143.shtml>

Scarth, S. (2013). What is dance movement therapy? Disponible en [www.eadmt.com](http://www.eadmt.com) <https://eadmt.com/?action=article&id=71>

Vella, G. (2021) El movimiento en cuarentena. La danza Movimiento Terapia durante el aislamiento social de 2020.PDF-Ebook.

Weinberg, H. (2020). Psicoterapia grupal en línea: desafíos y posibilidades durante COVID-19: una revisión de la práctica. *Dinámica de grupo: teoría, investigación y práctica*, 24 (3), 201-211. <http://dx.doi.org/10.1037/gdn0000140>

Wengrower, H. y Chaiklin, S., (2008): La vida es danza. El arte y la ciencia de la Danza Movimiento Terapia. Barcelona, España. Gedisa.

Wigman, M. (2002) El lenguaje de la danza. Ediciones del aguazul. España

Winnicott D.W. (1996) Realidad y juego. Editorial Gedisa. España.

Yalom, I. D (2004): El don de la terapia. Carta abierta a una nueva generación de terapeutas y a sus pacientes. Editorial Emece. Argentina.

Yariv A., Shalem-Zafari S., Wengrower H., Shahaf N., & Zylbertal D. (2021) Reflections on individual webcam dance/movement

therapy (DMT) for adults , Body, Movement and Dance in Psychotherapy16: 1, 56-63, DOI : [10.1080 / 17432979.2020.1860131](https://doi.org/10.1080/17432979.2020.1860131)

### **Anexo A: Motivación y relato personal: ¿Dónde estoy?**

Y si comienzo a preguntarme donde, y cuando la pandemia por coronavirus empezó a transformar la realidad, me remito a aquel primer momento de perplejidad que vivimos en Argentina en marzo del 2020. La misma nos posibilitó abrirnos a la red, representada por la red humana a través de los vínculos, y de la red tecnológica representada por INTERNET. Este pasaje incierto, y en algunos casos abismal, por la falta de recursos económicos en gran parte de la población, se apuntalo en los vínculos preexistentes, y también en las redes sociales (wassap, Facebook, Instagram).

Y continuó mi pregunta en relación a donde estaba yo en aquel momento. Estaba en mi casa, perpleja. Aquí en buenos Aires, Argentina.

En el ámbito de la DMT en Argentina fueron importante los talleres gratuitos que ofreció Diana Fischman, “Danza Movimiento Terapia en los Tiempos de Pandemia”, este evento posibilitó un encuentro virtual donde aproximadamente 200 participantes de distintos lugares del mundo, tuvimos la posibilidad, en el ciberespacio, de vernos a través de una pantalla, escucharnos, reflexionar acerca del presente que estábamos viviendo, movernos, encarnar, crear una experiencia, cada una desde su casa. Diana resalto la voz de las pioneras; una de ellas la de Marian Chace quien parte del supuesto fundante que: “la danza es comunicación y esto satisface una necesidad humana básica” (S. Chaiklin & Schmais, 1979).. Que adaptado a nuestro tiempo y parafraseando



este supuesto, la danza es comunicación y nos permite salir del aislamiento. Nos permite participar en una experiencia compartida.

Este encuentro abrió preguntas y posibilidades de conexión con la comunidad en un momento de aislamiento social, o más precisamente de aislamiento físico. Se planteó la complejidad que atravesábamos en ese presente compartido (abril del 2020) y abrirnos al encuentro desde el lugar de cada uno. Separados por la pantalla, y a la vez viéndonos, escuchándonos, recordándonos o evocándonos a los que teníamos vínculos previos, moviéndonos juntos.

Fischman (2021) en este encuentro ofreció la posibilidad de conectar globalmente y abrir un montón de interrogantes como:

- Que es la DMT
- Cuál es el sentido de hacer dmt online
- Que apoyos brindan las pioneras para realizar este intento
- Que es la virtualidad en psicoterapia
- Como pasamos de las disyuntivas a lidiar con la complejidad
- Como enfrentamos al coronavirus.

Trajo la voz de las pioneras:

La respiración es nuestro movimiento vital esencial (Bartenief)

La danza es comunicación, salir del aislamiento (Chace)

Dar fuerza al cuerpo para expresar sus emociones (Espinack)

El movimiento sentido y los sentidos del movimiento (Fischman)

La DMT brinda experiencias netamente comunicacionales, no hay forma de no expresarse. Fischman hizo referencia al concepto de virtualidad en psicoterapia, que tiene relación con los fenómenos transferenciales que están vinculados al vínculo terapéutico, a sostener la paradoja entre lo real, el deseo y

la fantasía y con el concepto de espacio potencial de Winnicott, que se puede extender a toda la teoría de la transicionalidad.

Al referirse a la DMT en particular, menciono la realidad del cuerpo físico. Y como esta nueva modalidad online nos implica un límite tajante. Hablo de duelo, de privación en cierto grado, de la presencia del cuerpo del otro. Incluyendo al teoría de la castración simbólica, como lidiamos con la falta. También menciono algunas polaridades vinculadas al contexto actual de Pandemia por coronavirus. Tales como:

• Aislamiento	Conexión
• Movimiento	Quietud
• Entusiasmo	Depresión
• Creatividad	Repetición
• Expansiones	Concentración
• Temor	Coraje
• Realismo	ilusión
• Limites	Posibilidades
• Negación	Aceptación
• Vida	Muerte

Hizo una propuesta vivencial que quedó plasmada en un dibujo, donde nos invitó a dibujar al virus en una cajita. Como lo imaginábamos. El siguiente es mi dibujo.



Imagen 7. Dibujo realizado en el taller DMT en los tiempos de Pandemia por Buneta A.

Al .final del encuentro, se hizo una puesta en común.

A lo largo del 2020, me reuní con colegas, que nos fuimos encontrando virtualmente para compartir las experiencias clínicas en las que trabajaba cada una. Antes de la pandemia, ya nos habíamos propuesto juntarnos para profundizar en el concepto y experiencias clínicas de la contratransferencia somática. Nos vimos dos veces en presencia física y luego nos mudamos a la virtualidad. Esta posibilidad además de la supervisión, nos contuvo frente a la angustia en la que todos estábamos implicados. Incertidumbre que se fue instalando hasta nuestros días. En cada encuentro compartíamos las preguntas que nos surgían en la práctica de DMT virtual. ¿Qué pasa con la empatía kinestésica? ¿Cómo se da? ¿Qué pasa cuando no vemos el cuerpo del moviente? ¿Qué pasa si alguien se desborda? ¿Qué diferencias encontramos

entre la función y rol del terapeuta en esta modalidad con respecto a la presencial? Muchas preguntas nos hacíamos y nos acompañábamos cada una desde su espacio. Algunas acá en Buenos Aires y otra colega en Venezuela.

En el mes de noviembre 2020, la AADT, organizo su congreso de forma Virtual. EL primer congreso Virtual en DMT. Que coincidía con el vigésimo aniversario de esta organización.

La primera actividad del congreso fue un taller, una invitación a movernos cada uno en casa. “Cuerpo, danza y sostén”, coordinado por Florencia Alle y Verónica Rende. EL copete de la invitación decía.

“Experiencia vivencial. Conectar con una nueva relación con el espacio-cuerpo-atención-flujo de la energía en virtualidad. Volver a los apoyos, al juego, al movimiento y a los otros se vuelve necesario.(Alle, 2020). Estos tiempos en los que el adentro y el afuera nos interpelan, consideramos que esencial volver al cuerpo y sus mensajes y de allí al encuentro con nuestra propia danza, para descubrirnos y descubrir, sostenernos y sostener. “ (Rende, 2020)

Esta experiencia tuvo una gran conmoción en el cambio de estar en un espacio privado. Me recuerdo buscando colegas conocidas, fijar la imagen del Zoom, “anclar imagen” para danzar con otro. Sacar una foto. Mandársela en el momento. Estoy acá.

Las ponencias versaban en este tema también. El primer panel se nombró:

*Subjetividades en virtualidad*, se propuso:

“Reflexionar acerca del pasaje de la perplejidad del primer momento en el que la pandemia nos encontró, a la posibilidad de ir encontrando un hacer que permita ofrecer presencia, acompañamiento y sostén desde los diferentes ámbitos de incumbencia”

Cada una de las oradoras narro como fue este pasaje, de lo presencial a lo virtual o a otros modos de intervención. Cual fue el impacto en ellas y en su trabajo. Luego siguió un PANEL LATINOAMERICANO y finalmente PANEL Y CELEBRACIÓN POR LOS 20 AÑOS DE LA AADT.

Otra experiencia muy importante en lo personal, es el un trabajo que realizo en él un hospital de día, ad honorem, junto a una colega. Nosotras íbamos al hospital una vez al mes a dar el taller de DMT, desde el año 2017. EN el 2020, en un principio se suspendieron los talleres, pero en Mayo de 2020 comenzamos a dar encuentros semanales por videollamada en principio y luego pasamos a plataforma Zoom. Esta experiencia da para otro trabajo, pero lo más relevante desde lo personal fue el impacto emocional que me produjo en principio, la perdida de ir al hospital. Recuerdo que el primer día que pactamos la sesión virtual, me prepare como para salir de casa. Y luego pensé como voy a ir al hospital, y luego me di cuenta que me quedaría en mi casa para el encuentro.

### **Anexo B: : Testimonios de pacientes-movientes.**

Textos de los participantes del grupo de DMT 2020-21

Participante A: Sigo valorando el espacio presencial pero llamativamente siento que hubo mucho movimiento interno en esta etapa, no sé si es que ya venía caldeando el asunto o la modalidad virtual disparó eso. Diferencias entre el espacio presencial y el virtual: Desde el suelo que piso, los sonidos que se

perciben y hasta los aromas que transito son diferentes. En mi caso necesito salir de mi entorno hogareño para concentrarme plenamente en el trabajo que propone el encuentro (siento que estoy con un ojo en la nuca esperando la interrupción). En varios encuentros presenciales me ha pasado de sentir que estaba en mi viaje pero acompañada, la presencia no invasiva de otra persona que también estaba en su viaje, situación que la virtualidad no me trajo tan palpada. Sí sentía que estaba siendo observada por vos Amanda y que estabas atenta a todos pero me costaba pensarnos como unidad grupal y sólo al final al momento de compartir lo que nos produjo la experiencia entendía que a pesar de no sentirlo la magia sucedía y de alguna forma la grupalidad surgía. Sigue resultándome rara la pantalla, lo asocio a algo frío y a lo que sobre meditamos, no orgánica. En casa me cuesta más sumergirme o pierdo el hilo con facilidad ya que estoy como alerta, siento que me disperso fácil cuando en los espacios presenciales pude llegar a “perderme “ y que la danza me lleve... entregarme al proceso. Atribuyo el estado de alerta a que me cuesta organizarme entre el trabajo, el niño, la pareja y el hogar. La pandemia trajo desigualdad y más desafíos a la hora de encontrar un momento para mí y cuando lo encuentro estoy tan agotada que no me inspira bailar o conectar con un otre a través de la pantalla, lo vivencio como un esfuerzo más o una exigencia.

Participante B: Lo virtual permitió continuar con la actividad de movimiento, danza, en grupo, ante la dificultad de hacerlo en forma presencial. De un modo totalmente diferente, por medio de una pantalla y el sonido. Los sentidos para contactar con los otros se limitaron, en principio, a la vista y al oído. El tacto quedó reducido al con-tacto con uno mismo o con quien compartiera nuestro

espacio (eventualmente). Las cuestiones técnicas, cómo conexiones de Internet deficientes, deletes, que no se escuchara eventualmente la música o la voz de quién dirigiese la actividad, o de quién quisiera expresarse en un momento determinado, son parte de los desafíos a sortear, para poder meterse de lleno en la actividad y que la misma pueda surtir su efecto. Considero que si bien tales contratiempos pueden causar cierto fastidio impotencia, frustración, o lo que fuere, en los participantes, no son impedimento para que se produzca una profunda y verdadera conexión. Con uno mismo, con los otros. Lo he vivenciando, en varias oportunidades. Cuando me permití soltar la cabeza, las expectativas, y simplemente me dejé llevar, sucedió la magia. Claro que nada de lo virtual reemplaza a lo presencial. Al contacto con-tacto. A compartir el mismo espacio con otros. A la interacción que se da. Sin embargo en algún encuentro/ clase virtual, llegué a sentir casi lo mismo (en cuanto a conexión, intensidad, magia, renovación,etc) que sentí en encuentros presenciales que podría llamar memorables. En definitiva, creo que el límite, o la limitación mejor dicho, es de cada uno. No está determinada por lo virtual o lo presencial. Por otro lado, uno de los grandes beneficios de la virtualidad es que permite reunir personas de distintas latitudes, culturas, idiomas, en un mismo espacio (virtual)/ tiempo. Y eso enriqueció enormemente la actividad, el encuentro.

Participante C: En la generalidad prefiero el espacio presencial al virtual, por mayor cercanía. Me parece que da más potencia al encuentro. En mi caso particular como nos conocimos en la virtualidad y trabajamos mucho con la palabra y el cuerpo, yo me encontré muy cómoda con el espacio terapéutico. Incluso la vez que fui presencial me sonó como un espacio ajeno, ya que fui una

sola vez, hasta te vi distinta a vos, ni mejor ni peor, que en la virtualidad, como si recién nos conociéramos. Eso fue lo que me paso. Igual no lo rechace, la presencialidad, no fue que no me gusto. Si me sentí más inhibida, me imagine que se iba a trabajar con el tiempo. Pero bueno, por motivos de horarios seguir en la virtualidad, así que no pude seguir desarrollando. Así que elijo la virtualidad porque así nos conocimos y me encuentro muy cómoda, pero, si llegáramos a trabajar más cuestiones del cuerpo, movimiento o grupales, ahí me parece que priorizo la presencialidad. De hecho cuando nos movemos, me cuesta a mi, por el sonido, me siento con mayor distancia que cuando conversamos, por la modalidad, no por la actividad, ya que me encanta pero siento una traba en la pantalla. Entonces eso, todo lo que tenga que ver con lo corporal se trabaja mejor en la presencialidad.

Participante D: Yo el espacio virtual lo sentí muy bien. Tene en cuenta que tengo 78 años, que además nunca me gusto la actividad física, si me gusta bailar, hacer lo que haces vos, o sea ese tipo de actividad, y en general siempre me costó salir de casa. Soy sedentaria al extremo. Lo virtual me permitió hacer movimientos y cosas en total libertad, es como que no me sentía tan controlada, tan mirada por otros. Viste uno tiene ese pudor de lo que puede, el cuerpo que tiene que se yo. Realmente me sentí bien, pero si se siente que falta esa cercanía que daban las clases presenciales. Hay una corriente de afecto cuando uno hace las clases presenciales.

Participante E: La experiencia de la dmt, en sus distintas modalidades (desde la presencialidad, a la virtualidad ) me llevado a revalorizar en la percepción del espacio (que contiene y posibilita el movimiento), el espacio de la percepción.



Así como entregarme al movimiento me implica despojarme cada vez más del juicio, implícitamente comparador (que elige o rechaza); las aparentes limitaciones, despojadas de sus connotaciones restrictivas, pueden convertirse simplemente en cualidades comunicativas, y estimular la creatividad del momento. Si estoy en relación con lo que se mueve (en mí, en lo que percibo de los otros), la belleza del movimiento aparece cuando *me adentro cada vez más el acto comunicativo en sí mismo, independientemente del soporte (material o virtual)*. Transitando desde el "como" hacia el "que", las cualidades expresivas, que devienen y dependen de los medios que utilizan, adquieren un sentido profundo en la expresión de la cualidad "per sé": gestos y sensaciones, indisolublemente ligadas, que no remiten a otra cosa que estar en contacto, en el presente. Cuando aprendo a percibir el movimiento, alejándome de las imaginaciones, descubro su belleza siempre fresca. Danzar se va convirtiendo en encontrarse para "a-preciar" el movimiento, aprendiendo a quitarle el precio y las etiquetas, y ahí *el espacio es la aceptación de lo que acontece*. Hay una incipiente libertad en moverse "á vide", sin necesidad inmediata, ni punto de llegada. Si no hay expectativas, no hay frustraciones técnicas. Solo canales que brotan, espacios que se abren, dispositivos y exploraciones, *de algo que se va encontrando su propio lugar, naturalmente*.

Participante F: Después de experimentar varios encuentros virtuales puedo decir que me gusta. No siento que dé lugar a comparaciones con el presencial. Son dos dinámicas diferentes. Siento que el proceso impacta. Entiendo que todos necesitamos cosas diferentes y también tenemos tiempos distintos. A mí me da más tiempo de escucharme, de sentirme. El nivel de compromiso que tenga cada

uno, es fundamental para activar movimientos internos. Ni hablar que ese compromiso va acompañado de un Todo que nos hermana en este momento de nuestras vidas...Tenía duda en relación a que pasaba con la necesidad de tener una base presencial.. Y si, le da otra profundidad.. Para mi la virtualidad, es como ir al oftalmólogo, donde te va poniendo cristales de distintas graduaciones hasta llegar a lo que uno necesita...todos somos esos cristales...Un fondo, un frente, un lazo de conexión, sería uno de los beneficios de la virtualidad...

Creo que la tranquilidad que uno tiene frente a la pantalla permite una escucha más activa.. En mi caso, al estar muy atenta al exterior, la energía del grupo me dispersa más ....., me penetra y por momentos me lleva para acá, para allá...Otro punto a favor es la posibilidad de verme...Es impresionante como me hace darme cuenta el mirarme.. Digamos que no me gusta mucho verme. Pero en esos lapsos de curiosidad que me vienen, me observo como manifiesto la sensación de dolor, enojo, tristeza. Así como. La dicha, la suavidad.. Eso me ayuda también a entenderme, verme en mi auto exigencia, en lo que exagero en la expresión y quizás por dentro no se siente tan así...También me ayuda a ver mis procesos en los demás.. Reconozco que vivo muy encerrada, mirando una pantalla así que no es nada nuevo.. Todos necesitamos lo mismo, en formas distintas y creo que esta virtualidad nos brinda mucho...Agradezco la posibilidad del virtual Me da otro abordaje de todo.. exterior, interior, mis caras,mis comparaciones, mi exponerme, mi forma de pedir lo que necesito para que me llegue bien la información en materia de escucha, de visual, la tensión con la tecnología... Experimentar la danza en un espacio donde se que no me voy a pechar con otro compañero me gusta.. Pero la adrenalina de correr entre todos no la tengo sola...En el espacio virtual de movimiento consciente me pasa lo

mismo que en el presencial.. Primero no quiero hacer nada, me siento dura, pesada, con pocas ganas de estar parada y después nos vas llevando a la locura de un vals en viena, la danza tribal en medio de la selva, el descontrol de una fiesta electrónica o de mi época joven, al medio de un concierto, a un retiro espiritual o el encuentro con la pacha mamá...**Que decir...yo misma soy un espacio virtual jeje...**Todo, todo, todo lo necesito, lo recibo en la medida que puedo y lo agradezco con todo mi corazón..

Participante G: Desde el primer momento registre que el movimiento era un camino regio de mi propio proceso terapéutico, porque me permitía salirme de la cabeza y conectarme con el cuerpo. Estoy pasando en este proceso de ser una cabeza llevada de aquí para allá por un par de pies, que debes en cuando, por dolores aparecían un cuello, un pecho y una espalda... a ser un cuerpo con una cabeza. También DMT me permitió este último año en que estoy pasando el duelo de la muerte de mi único hijo conectar con la tristeza, el llanto, el dolor en el grupo... aunque me siga costando mostrar mis emociones. La virtualidad me permitió la conexión pese a la lejanía... no reemplaza igual del todo a la presencia.

Participante H: D Si bien he tenido experiencias mágicas con propuesta de movimiento en la virtualidad, creo que en mi se presenta como un obstáculo. Moverse con otre en un grupo en modalidad online, descubrí que es una manera de escuchar, interpretar al otro, como tb otra forma de mostrar, expresarme, comunicarme. Descubro mayor sensibilidad, descubro diálogo corporal. Movernos en presencia de otre nos presenta el desafío de desnudarnos, de soltar defensas, de abandonar la palabra como mediadora, de parar el

pensamiento lógico. Entrar en el movimiento de otre como un gesto de entrega y sosten al mismo tiempo.