

Publicado por AADT Publicaciones: *La expansión de Danza/movimiento terapia en Latinoamérica...Ampliando horizontes*, II Congreso Internacional de Danza/Movimiento Terapia, 13º Encuentro Anual de la Asociación Argentina de Danzaterapia, 3 al 5 de octubre de 2013, pp.78-82, Buenos aires.

“Del cuerpo a la palabra, el trabajo DMT con chicos con autismo y discapacidad”

Este escrito presenta el taller homónimo que se realizará en el marco del II Congreso Internacional de Danza Movimiento Terapia convocado por la AADT a la cual estoy muy agradecida por haberme dado la oportunidad de participar.

Del cuerpo a la palabra es el camino que seguimos en DMT para poner palabras a aquello que sucede en nuestro ser y así poder lidiar con ello. Es el proceso que lleva desde el dolor que supone la soledad del no poder comunicar al abrazo afectivo. Es la posibilidad de relacionarse con el cuerpo y la palabra, un largo camino que en este año he podido recorrer junto a Will y sus compañeros.

Will es uno de los 6 chicos con discapacidad intelectual con los que llevo trabajando dos años en sesiones semanales de 1h15min. El grupo está formado por tres chicos y tres chicas de entre 14 y 18 años que pertenecen a la *Associació Junts en Acció*, entidad que promueve el deporte, la salud y la inclusión social de jóvenes con discapacidad.

También implica el proceso de sistematizar lo trabajado en las sesiones con un formato que permita ponerle palabras y estructura. Este grupo ha necesitado mi participación muy desde dentro de la sesión y eso me ha supuesto una dificultad a la hora de observar, más teniendo en cuenta la variedad de habilidades y dificultades que presenta cada chico. Desde un inicio tuve la necesidad de elaborar unas pautas de funcionamiento que me permitieran trazar una hoja de ruta adaptable a las necesidades que fueran surgiendo. Para ello utilicé recursos que conozco por mi biografía: conceptualización y desarrollo de DMT, planificación del entrenamiento deportivo y sistemas de evaluación educativa; con ello conformé un formato de trabajo que es el que mostraré, así como la evolución que ha seguido Will.

El taller se divide en dos partes: en primer lugar realizaremos una breve sesión vivencial basada en el plano posterior; el “atrás” del plano de la rueda. Principalmente este trabajo ayudó a que se acomodaran los impulsos y a poder iniciar y mantener un movimiento continuado; los chicos ampliaron su kinesfera y delimitaron su espacio personal, mejoraron su capacidad espacial, de desplazamiento, las trayectorias y formaciones. El trabajo del plano posterior lo integramos con el trabajo sin visión; el atrás y lo que no se ve son conceptos muy cercanos y que remiten a un mundo desconocido que pudimos investigar con sorprendentes resultados.

Tras esta vivencia veremos cuál es la metodología que he utilizado para diseñar, llevar a cabo y evaluar las sesiones. Haremos un recorrido por los puntos que presento a

continuación y comentaremos una selección de grabaciones en las que se puede apreciar el avance de Will.

Mi forma de trabajo se basa en establecer unos objetivos anuales, bastante generales, que concretizo para cada sesión y desarrollo a través de las actividades propuestas. Cuando van siendo superados, incorporo los que suponen el siguiente grado de dificultad. Estos objetivos los planteo teniendo en cuenta las características individuales de cada chico para trabajar con lo coincidente y lo hago mediante la observación general y el uso de unas tablas de valoración de movimiento y actitud.

Tras ello diseño las sesiones y las voy adaptando al momento y *tempo* del grupo; muchas veces lo preparado no tiene nada que ver con lo que acabamos haciendo pero siempre llegamos por una u otra vía a poner en movimiento las necesidades particulares y las generales. Para hacer el seguimiento de las sesiones llevo un cuaderno y he utilizado videos para visualizar y analizar de forma más objetiva. Este sistema me ha sido muy útil para observar con la distancia necesaria, así como para ver a cada chico de forma individual. Mediante este seguimiento tengo una perspectiva general y particular de la dirección que estamos llevando y puedo ir haciendo ajustes.

Para la valoración, que realizo al final de curso, me baso en el análisis de varios aspectos: la evolución general del grupo en el clima y relaciones interpersonales, la evolución particular de cada chico tanto en el movimiento como en su capacidad comunicativa verbal y relacional, en la asunción de los objetivos marcados: del grupo e individuales y en la superación de las dificultades detectadas durante las sesiones.

Por cuestiones de espacio no puedo desarrollar cada uno de estos apartados, que sí trataremos de forma desglosada en el taller. Incluyo aquí a grandes rasgos lo que veremos en cada uno de ellos.

Parte de **los objetivos** para este curso los formulé desde el área física de capacidades y habilidades y los relacioné con el “para qué”.

- Mejorar el tono muscular y fuerza: para posicionarse con más presencia y marcar límites, afianzarse en la sensación de existencia y tomar corporeidad. A través del control postural se ejerce control sobre la propia estructura (empoderamiento y *self*). Implica ser capaz de transitar de un tipo de esfuerzo a otro gestionando los cambios y lo que requieren.
- Aumentar la flexibilidad: para...
- Enlazar al máximo acciones y movimientos...
- Aumentar la capacidad y velocidad de reacción ante cualquier estímulo externo y la realización de tareas, movimientos y gestos...
- Trabajar los tres planos: la puerta, la rueda, la mesa...
- Reconocer y ser capaz de gestionar el espacio y tiempo, desplazarse en diferentes direcciones y de diferentes formas, dirigirse hacia, mantener e intercambiar posiciones y trayectorias en el espacio...

- Desarrollar la capacidad de reproducir, seguir y adaptar ritmos y movimientos...
- Equilibrar, girar, saltar y desplazarse de diferentes formas...
- Promover la autonomía personal
- Aumentar la capacidad empática y de escucha: al propio cuerpo, al del otro
- Fomentar la sociabilidad y la cooperación entre iguales
- Aumentar el léxico y capacidad autoexpresiva y referencial
- Aumentar el tiempo y calidad de concentración en la tarea
- Aumentar el tiempo de conexión con el entorno y los otros
- Promocionar la autoestima e imagen personal
- Desarrollar el afán de superación y esfuerzo
- Minimizar los miedos personales y sociales

Las dificultades que han ido surgiendo han sido también un eje para dirigir el trabajo en las sesiones. Destaco dos tipos: las personales, referidas a mis carencias y las grupales, relacionadas con los aspectos del grupo que más ha costado desarrollar. En el taller veremos cómo se han ido gestionando ambas.

Personales: la combinación entre la directividad y la no directividad, frenar el estrés que me causa el descontrol, cómo captar la atención.

Grupales: la principal es la dispersión y mantener la atención, integrar la relación causa-efecto, moverse espontáneamente sin imitar, realizar movimientos desestabilizadores del equilibrio, la falta de control en el tránsito de esfuerzo entre el impulso y el mantenimiento continuado de la tensión, mirar y conectar con otro compañero, soltar segmentos corporales concretos: cuello, pelvis, tobillos y manos; crear, mantener y seguir un ritmo pautado y aflojar las resistencias individuales.

La metodología está basada en los pilares del enfoque DMT y aportaciones del ámbito deportivo, de la eutonía y la relajación.

- Mezcla de lo deportivo y lúdico con técnicas de DMT
- Las actividades: de lo más pautado a lo más libre; el uso de consignas
- Uso de aparatos y ejercicios técnicos de la gimnasia rítmica
- Las pelotas y los objetos transicionales
- Ejercicios de sensibilización y propiocepción, estímulo y respuesta, acción-reacción, imitación y sincronización
- Uso del tacto y el contacto
- Los vínculos afectivos y vínculos transferenciales
- Ejercicios y actividades relacionados con desplazamientos y esquemas motrices iniciales
- La expresión verbal del estado emocional.

La **valoración** de la evolución (individual y grupal) está constatada mediante el análisis de videos y fichas y se concretiza en unas mejoras significativas.

- Aumento del tiempo de concentración, dificultad de las actividades y grado de abstracción: 4-5-6 ejercicios enlazados en pautas de ejecución dirigida y 3 ítems

informativos o consignas simultáneos (el año pasado estaban entre 3 ejercicios en serie y 1-2 ítems o consignas)

- Aumento en la coordinación psicomotriz
- Descenso o desaparición de las resistencias individuales
- Aumento de la capacidad creativa y patrones motrices
- Secuencias enlazadas: enlazan su nombre y otras acciones con movimientos complejos con o sin objetos
- Avances en la autoexpresión emocional y el reconocimiento de los sentimientos propios y ajenos
- Asunción y seguimiento de ritmos personales y grupales
- Avances en la anticipación motriz, velocidad, tensión y tono muscular
- Alta asunción de los objetivos individuales propuestos para cada chico

Conclusiones

Esta forma de trabajo me ha permitido: saber en qué punto estaba en cada momento, organizar y redirigir las propuestas de las sesiones; fijar unas fichas genéricas que me enfocan para ser más objetiva en la observación, hacer un seguimiento del grupo mediante el uso del video, que permite tomar distancia y hacer patentes los progresos de forma documentada. Así el poder reflexionar sobre el proceso ayuda a tener una visión más clara y a valorar y mejorar la tarea como conductora del grupo.

Lorena Casal Valdés
Vilanova i la Geltrú, España
Septiembre del 2013