

SOBRE EL PAPEL MEDIADOR DEL CUERPO EN LA ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA.

María M. Febles Elejalde.

Resumen: El artículo presenta aporte sobre el papel mediador del cuerpo en la orientación psicológica en la línea relacionada con las relaciones de la subjetividad con el cuerpo al que considero multidimensional.

Palabras clave: papel mediador del cuerpo, orientación psicológica, subjetividad.

Resumo: O artigo apresenta aporte sobre o papel mediador do corpo na orientação psicológica na linha relacionada com as relações da subjetividade com o corpo o que considero multidimensional.

Palavras-chave: papel mediador do corpo, orientação psicológica, subjetividade.

Introducción

En mi recorrido profesional me he visto enriquecida desde diferentes ramas de la Psicología, sin embargo la línea que más satisfacción me provoca y más me compromete en la actualidad es la relacionada con las relaciones de la subjetividad con el cuerpo al que considero multidimensional. Esto es factible por el papel que juega la subjetividad en la salud física y espiritual, en momentos marcados por una historia de más de 40 años de observación, transformación y reflexión, influida por diferentes teorías, culturas y contextos, y por ende tratando en todo momento de ser fiel a los postulados del Enfoque Histórico-Cultural, encabezado por L. S. Vygotski y continuado por sus históricos colaboradores.

Desde este enfoque fue la formación inicial en el departamento de Psicología General como docente, donde conocí el estudio teórico y experimental de las leyes del surgimiento y funcionamiento psíquico. Más adelante en otros contextos conocí de las disciplinas de

la Psicología del Desarrollo, donde se afianzó este fundamento teórico único y principal de todo el trabajo subsiguiente.

Fue así que desde estos fundamentos comienzo con el Programa de Orientación Estudiantil, que se estructuraba para desarrollar en los estudiantes de Psicología las características idóneas de la profesión; orientación que luego se extiende a todos los estudiantes universitarios. En este programa además de la orientación individual realicé talleres, donde como parte del desarrollo del autoconocimiento comienzo a profundizar en el trabajo con el cuerpo y la expresión corporal, con técnicas de relajación y yoga, para lograr el dominio de la mente-cuerpo, o más bien su interrelación, ya que la experiencia me demostró que esta unión tiene un largo proceso de aprendizaje, que no se resume en unas prácticas corporales, sino en un intenso proceso de autoconocimiento y reflexión. Tanto es así que se produce un viraje en mi práctica, de la orientación educativa a la clínica, ya que al vincularse con las necesidades de los adultos de la comunidad, la ausencia de recursos que aún presentaban los pacientes adultos medios y de la tercera edad, con la profundización en métodos como el Psicodrama y otros de la terapia corporal que veníamos haciendo, apareció la necesidad de comprender al cuerpo, no solo para el desarrollo del autoconocimiento, sino también para identificar su expresión en la consulta, dramatización de escenas, gestos, ademanes, etc. Fue así que ante la poca asistencia de estudiantes a la orientación educativa y el auge de demandas de adultos medios y mayores se teoriza acerca de los avatares de esta compleja relación desde los postulados del ya mencionado enfoque y se sistematiza el estudio del cuerpo desde diferentes sistemas del conocimiento. Este trabajo investigativo ofrecería así mayor fundamento al programa de Terapia Corporal, que se desempeña hasta la actualidad. En este artículo se persigue profundizar en el papel mediador del cuerpo ante la necesidad del cambio en la Orientación Psicológica.

1.1. La concepción de cuerpo para la Psicología.

L. S. Vygotski escribe en su exergo al libro Psicología del Arte (1987) refiriendo a Espinosa:

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

“...Nadie ha determinado hasta el presente lo que puede el cuerpo... se dirá que es imposible atribuir únicamente a las leyes de la Naturaleza, considerada solo corporalmente, las causas de los edificios, de las pinturas y demás cosas de esta especie que se hacen solo por el arte del hombre, y que el Cuerpo humano, si no estuviese determinado y dirigido por el alma, no hubiera podido edificar un templo. He demostrado ya que no se sabe lo que puede el Cuerpo o lo que se puede sacar de la consideración de su naturaleza propia...”

(ESPINOZA, en VYGOTSKI, 1987^a, pág. 15)

El utiliza este párrafo para expresar y destacar la unidad de cuerpo- subjetividad en que privilegia el dominio del alma, a la vez que asegura la ignorancia que se tenía de la naturaleza del cuerpo, que hoy sabemos que es histórico cultural, y guiado desde fuera por los demás y el propio hombre. En Psicología del arte Vygotski también escribe que las emociones humanas son producto de determinados signos (LEONTIEV, 1990) y que basándose en ellos, el análisis debe dirigirse a las emociones. Lo cierto es que en ese tiempo el nivel de desarrollo de la ciencia psicológica no le permitió culminar esta idea del estudio de las emociones, aspecto que retomó en los últimos años de su vida y desgraciadamente no pudo concluir.

Estas ideas junto a sus postulados acerca de que: "la psique es una función, una propiedad del hombre como ser corporal, material, que goza de una determinada organización física, de un cerebro", (LEONTIEV, LURIA y TIEPLOV, 1960, pág. 3) estimulan nuestras hipótesis acerca de que el cuerpo es un sistema de funciones que puede examinarse desde diferentes dimensiones (psicológica, fisiológica, física, etc.) y en donde la psique puede jugar un papel aglutinador y dominante, a través del desarrollo de sus funciones naturales y superiores. Es decir, que el hombre como ser corporal, no solo tiene una organización física y material, sino también funciones psicológicas que pueden ejercer el dominio sobre la conducta propia e influir en el resto de sus funciones corporales. En esta concepción de lo psicológico, se asume de la concepción de Vygotski la estructura sistémica, jerárquica y de sentido de la conciencia, que se caracteriza por la variabilidad de sus conexiones y uniones interfuncionales y por la formación de sistemas dinámicos complejos, esto explicaría la subjetividad humana como sistema complejo y dinámico

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

que se construye a partir de un entramado de relaciones, dados por la comunicación y actividad, que se van creando al interior del sujeto. Sistemas de conexiones y vínculos entre funciones psicológicas que resultan o no en formaciones psicológicas complejas que regulan el comportamiento del sujeto. Como parte de su concepción dialéctica del cambio, resalta que lo que cambia no son las funciones sino las relaciones entre ellas, es decir: *“lo que cambia es la posición en que se coloca esa función en relación con las otras”*. Esta idea pudiera asumirse al igual en relación con otras funciones corporales.

Partiendo de las ideas esbozadas por Vygotski sobre la unidad del cuerpo- subjetividad en que privilegia el dominio del alma, a la vez que asegura lo poco que se sabe del cuerpo, de su naturaleza, se defiende la hipótesis acerca del cuerpo como sistema que puede examinarse desde diferentes dimensiones (psicológico, fisiológica, física, etc.) donde la psique, en lugar del alma, puede jugar un papel aglutinador y dominante, a través del desarrollo de sus funciones naturales y superiores. Es decir, que el hombre como ser corporal, puede ejercer a través de las funciones psíquicas superiores el dominio sobre la conducta propia e influir en el resto de sus funciones corporales.

De manera que, en busca de una concepción unitaria, monista que pudiera ser continuadora de concepciones anteriores provenientes de teorías orientales y psicoanalistas, se intenta enriquecer la concepción del cuerpo con una posición integradora, holística e histórico cultural, destacando la dimensión psicológica del cuerpo, y en ella, las emociones y su control.

En este marco se define al cuerpo como: *“Sistema viviente, que se interrelaciona con el medio exterior, crece en el espacio y el tiempo, que cumple diferentes funciones, y en el caso del cuerpo humano se transforma por la historia y la cultura construida por los hombres, generación tras generación”*.

Es decir, el cuerpo humano está en continuo cambio estimulado por las complejas interrelaciones con el medio externo, en las condiciones de vida, comunicación y actividad en que se ha desarrollado el hombre. De ahí que el cuerpo como un todo (al igual que la psique) tiene un carácter histórico y social, no como dimensión, sino que en su esencia es un producto sociohistórico. En él se receptionan, elaboran, transforman de

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

manera personal y creadora, las influencias externas dejando su huella imperceptible por momentos, pero observable, con el transcurrir del tiempo. Esto a su vez se expresa a través de la percepción del cuerpo. El cuerpo es el todo en que se entrecruzan los diferentes subsistemas de las realidades (física, fisiológicas, psicológicas, energéticas y otras) que a la larga tiene su expresión en la conducta. En diferentes momentos del proceso de desarrollo y en muchas otras ocasiones se hace alusión a la mediatización del adulto, de la madre, del maestro etc., sin embargo, son sus cuerpos multidimensionales los que protagonizan, los que median la relación en su papel de signos, tanto es así que sus cuerpos se invisibilizan en función de ciertas características psicológicas que sobresalen, dejando en un segundo plano, por no decir en el plano inconsciente, rasgos perceptuales que actúan en el comportamiento del otro. Tanto es así que pensamos que el cuerpo, puede ser visto como una de aquellas unidades de análisis a las que se refirió Vygotski, y es lo que se intenta revelar en la línea de investigación que tratamos de impulsar.

1.2. El cuerpo mediador entre qué y qué.

La ley de la mediación que promueve el Enfoque Histórico-Cultural se refiere a la transición de las formas naturales a las formas cultas de conducta y actividad. Puede definirse como la actividad mediatizada que crea y utiliza instrumentos o signos que tienen una significación para el sujeto. Los signos son medios utilizados o artificialmente creados por el hombre que se expresan como portadores de significados: son signos los objetos, gestos, movimientos, palabras, acciones, relaciones o personas... que al mediar sufren transformaciones, pues en este proceso se vivencian, personalizan, se individualizan, o se reestructuran por el sujeto adquiriendo sentidos personales. Una vez interiorizados, pueden exteriorizarse y concientizarse en nuevas uniones o vínculos entre funciones. Los signos pueden jugar diferentes funciones como indicativas, intelectuales, mágicas, mnemotécnicas, nominativas, planificadoras, de comunicación, de socialización, volitivas, de dominio de sí, de autoestimulación y otras. ¿Es posible que el cuerpo humano ejerza estas funciones?

Sí, pensamos que sí se hace posible desde la concepción histórica-cultural porque el cuerpo entre otras funciones puede servir como signo, portador de significados que se

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

transforman al interiorizarse y ser parte del proceso de la psicogénesis. El cuerpo es mediador para el propio sujeto portador o para otras subjetividades al ser transmisor de contenidos que influyen sobre las funciones psíquicas superiores, como instrumento o signo que es percibido desde el exterior, es capaz de ser interiorizado y vinculado o no al sistema de funciones, vivencias o sentidos existente ya en la personalidad en desarrollo. Estas funciones que conforman la subjetividad individual se ven afectadas, transformadas, o no por los nuevos signos que ahora se integran.

¿Cuándo el cuerpo es mediador?

El cuerpo media cuando:

A través de sus diferentes lenguajes como un todo, se convierte en un portador de significados que se interpretan por el sujeto en la recepción, interiorización, procesamiento, elaboración y expresión de lo vivenciado. De esta manera, tenemos todo un sistema de signos corporales, que mediatizan:

1. Motricidad del cuerpo o de alguna de sus partes.
2. Sistema paralingüístico y extralingüístico.
3. Organización espacial y temporal.
4. Comunicación visual.
5. Señales físicas y químicas.
6. Conducta táctil.
7. Elementos artificiales.
8. Otros de carácter inconsciente, fisiológico.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

Cada uno de estos aspectos o todos juntos pertenecientes al cuerpo humano pueden convertirse en signos que interiorizados por otros hombres o el propio portador (sujeto de la actividad) se apropian provocando vivencias, sentidos o o nuevas formaciones.

El cuerpo media cuando bajo el estrés el sujeto busca adaptarse y reajustarse ante situaciones amenazantes, de manera que al no encuentra los mecanismos necesarios o recursos psicológicos para procesar la información y actuar de manera rápida y adecuada, ocurre un desequilibrio como resultado de la intensidad y frecuencia de vivencias negativas, que el cuerpo lo refleja de diferentes formas. Los principios de la unidad dialéctica de lo físico y lo psíquico; de la interrelación de lo biológico, lo social y lo psicológico; de unidad cuerpo-mente y de lo psicológico y lo fisiológico, se aplican a esta situación.

El cuerpo media cuando el paciente no verbaliza, ni concientiza ni resuelve su problemática (quiere decir no descubre el sentido personal de sus acciones), pudiendo encontrar en su cuerpo físico la expresión de su malestar, el cuerpo infantil o adulto enferma bajo la intensidad y frecuencia de vivencias emocionales negativas provocadas por la incomprensión, estrés u otras enfermedades. Para los partidarios de la psiconeuroendocrinología (MARTÍNEZ, 2015), la enfermedad es sinónimo de incoherencia emocional, ésta sería un disparador de síntomas que pueden tener un carácter genético o adquirido, pero siempre considerando el proceso histórico cultural de lo psicológico, es decir que la inestabilidad fisiológica también puede estar mediada por lo histórico cultural, que en las emociones se porta. Para ellos existe una relación anatomofuncional entre el sistema nervioso, endocrino e inmunológico, planteando que estos tres sistemas poseen genes de origen común, por tanto poseen receptores que transmiten mensajes y estimulan la producción de moléculas encargadas de la neurotransmisión, hormonas y citosinas que se hallan en la superficie de estos sistemas. (MARTÍNEZ, 2015).

Esta explicación converge con los principios del enfoque teórico anteriormente asumidos, por lo que confirma la compleja dinámica de entrecruzamientos que tiene lugar en el

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

cuerpo. Es así que el cuerpo media cuando ocurren en él cambios fisiológicos y/o bioquímicos: funcionales y estructurales, desde los diferentes niveles, de los sistemas corporales (digestión, circulación, etc.) hasta nivel celular.

El cuerpo media al ser portador de emociones que experimenta y que muchas veces pueden ser contradictorias entre sí y con lo que se siente y piensa. El cuerpo en su lenguaje traduce los sentidos psicológicos inconscientes que se esconden tras las vivencias. (ZEIGARNIK y BRATUS, 1980).

El cuerpo media al constituir una unidad de análisis e intervención, que sirve para investigar sus propiedades y la detección de las potencialidades del sujeto, en términos de fomentar su activismo hasta que logre su pleno desarrollo e independencia.

1.3. El cuerpo del orientador como mediador en la terapia.

Ya anteriormente apuntamos al tema de la mediación de madres, padres, maestros y otras figuras de relevancia en el desarrollo, queriendo significar que no solo las características psicológicas de las mismas, que intervienen en la actividad y comunicación, sino también las físicas, fisiológicas y otras del cuerpo humano también intervienen en la comunicación o percepción mutua que se establece en la relación de ayuda. Es decir que se establece una relación además de interpsicológica, inter-corporal donde intervienen diferentes dimensiones que potencian la relación de ayuda, potenciando elementos dinámicos internos que en contradicción promoverán el cambio en la dirección deseada. En todo este proceso y como parte inherente de la terapia corporal, se tiene en cuenta aspectos corporales de propio orientador como son: sus movimientos corporales, postura y gesticulaciones a favor de la comprensión mutua, control de los sistemas paralingüístico y extralingüístico, su ubicación temporal y espacial y espacial en el local de la consulta, el mantenimiento de la comunicación visual con el paciente, así como cuidar de las señales físicas y químicas, como la vestimenta, los olores, la higiene, etc. De la misma forma se

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

evitarán conductas táctiles y objetos que no sean los propios del tratamiento. La coincidencia o no en las historias de los cuerpos que interactúan en consulta pueden de forma inconsciente tener su reflejo en la comprensión y percepción mutuas que tiene lugar en la relación de ayuda. Algo así como el tele que ocurre en el Psicodrama, donde sin apenas hablar son los verdaderos protagonistas. En el Psicodrama se prepara el cuerpo para la acción dramática (entra en movimiento desde sus diferentes dimensiones física, energética, fisiológica y psicológica). El cuerpo se hace más receptivo, flexible, dispuesto a evocar. En la preparación el cuerpo desea jugar, fantasea, se deja llevar por la música, se expresa en la medida que se lo permite la situación. En el desarrollo el cuerpo dramatiza desde el momento en que se enmarca la escena desde el punto de vista espacial. El coordinador en el Psicodrama y el orientador en la consulta, hace presentes los cuerpos en todas sus dimensiones: primero físico, como parte del público; después psicológico en los procesos mentales del sentido que evocan el recuerdo o la imaginación de una situación, pasaje o hecho vivido en el pasado o por vivir en el futuro. La consideración del cuerpo en “el aquí y el ahora”, obliga a actualizar las vivencias pasadas o a imaginarse las futuras. En el caso de actualización de la vivencia, el cuerpo del paciente se revela tal como la vivió expresándola como un todo. En la dramatización el cuerpo como un todo actúa el personaje capaz del cambio. En la consulta muchas veces protagoniza el cuerpo, no la palabra. Existiendo una estrecha relación entre cuerpo y rol. Al trabajar la Zona de Desarrollo Próximo los niveles de ayuda son yo auxiliares, cuyos cuerpos se invierten psico y espacialmente, teniendo lugar las identificaciones (tele), los conflictos, las agresiones, las antipatías y empatías, y con las maximizaciones se provocan catarsis que dan fe de energías que se mueven. En la consulta como en el Psicodrama funcionan los cuerpos inconscientes, (en las técnicas como el espejo y el doble) utilizan el cuerpo en sus dimensiones físicas primero, al sustituirse espacialmente y separarse el conflicto de su propio personaje psicológica y energéticamente después al percibirse desde fuera el conflicto, comprenderlo y si es posible superarlo después, redigeriendolo o reintegrándolo al sistema corporal. En la escena o consulta el cuerpo puede ser pasivo, tan poco espontáneo o creativo como en realidad es la persona. El coordinador u orientador insistirá en la dramatización, o en alternativas de información como pueden ser pruebas abiertas de información cualitativa, si considera que ella será más beneficiosa que la

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. **ISSN 2594-8806**

resistencia que expresa el cuerpo. El orientador apuntan a lograr cuerpos en movimiento: desde lo más físico(acudiendo a la técnica de la relajación) en los “yo auxiliares”, hasta el cuerpo del protagonista en todas sus dimensiones. Son intentos de cambio, las regresiones y cambios de escena, en consulta se pueden intentar de manera que el propio cuerpo constituye su propio escenario, en él se recorre el tiempo individual, retrocediendo en los recuerdos o emociones vividos. El cuerpo los vuelve a experimentar, ocurriendo cambios no solo posturales sino de carácter somático. El protagonista puede hacer insight y con ello supera la distorsión, el cuerpo cambia. En el cierre el cuerpo del orientador analiza, reflexiona y corrige la distorsión. En el análisis de lo ocurrido el cuerpo comenta, vivencia en otro momento lo vivido, analiza y asimila o no lo evocado. Cuando el trabajo psicológico en consulta ha sido muy efectivo se pueden observar en el paciente reacciones psicósomáticas: vómitos, diarreas, entumecimiento de una parte del cuerpo, etc. En este análisis se constata el inicio de los posibles cambios, a partir de la elaboración verbal del paciente o de los mensajes del cuerpo como comunicador.

En consulta se explora la dimensión psicológica (lo emocional) del cuerpo que enferma, teniendo en cuenta cómo influye la historia de socialización en la generación de los síntomas, en su propia historia de enfermedades, donde este es depositario de los conflictos que no se verbalizan. Cuando el paciente no utiliza la elaboración como instrumento de trabajo en el espacio de la relación de ayuda, en términos de no aportar un modelo de referente contradictorio para el cambio deseado en los sujetos. El orientador o la especialista identifica que su función debe sustentarse en el trabajo sobre el nivel de desarrollo no alcanzado en los vínculos anteriores del paciente, por tanto, forma parte de una nueva Situación Social del Desarrollo del sujeto, y se convierte en una relación alternativa potenciadora, como se produce en el Psicodrama, cuando se convoca al sujeto a ver la época del desarrollo donde se produjo el trauma se trabaja en su cuerpo y en el presente se resignifican las relaciones escondidas.

Conclusiones

La orientación psicológica es un proceso comunicativo de ayuda, colaboración o actividad conjunta, entre un sujeto que solicita ayuda y un orientador que se la brinda, en esta relación el último potencia el desarrollo y el activismo del primero, una vez que en la personalidad del primero, se ha detenido el curso normal de su crecimiento, siendo un sujeto que ha perdido su capacidad reguladora (parcial o total) al afectarse la esfera de los sentidos, su integración o jerarquía funcional. Esta relación interpsicológica se torna intercorporal, en tanto encuentro entre cuerpos que se comunican y actúan en diferentes dimensiones. Desde esta interpretación, es que se fundamenta la terapia corporal que desarrolla la autora, donde se intenta explicar la activación de una gran cantidad de recursos: físicos, psíquicos y fisiológicos que preparan al individuo como un todo, desarrollando la capacidad de recuperarse y evitar la aparición de trastornos psicossomáticos o psicofisiológicos que aceleran la enfermedad.

A modo de conclusión, pudiéramos reunir un conjunto de afirmaciones:

Partiendo de una concepción del cuerpo como una realidad de carácter histórico-cultural se puede desarrollar una terapia donde el cuerpo es mediador de funciones que se forman y cambian.

El cuerpo en este enfoque se presenta como sistema de funciones, donde se privilegia su dimensión psicológica y su unidad y dominio sobre otras funciones. La terapia corporal se apoya en un conjunto de principios que le permiten explicar los nuevos vínculos que permiten el cambio.

Procesos psico-fisiológicos como la relajación como estrategia principal, promueven el equilibrio, la estabilización, y control del cuerpo como sistema de funciones, de ahí que facilite el dominio de la conducta, como su meta principal. El control de la relación cuerpo-mente permite el dominio de la conducta como un acto creativo, expresión del desarrollo alcanzado y de equilibrio emocional estabilizado.

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

No solo la subjetividad y emocionalidad del orientador media el proceso, también su cuerpo.

Se reconoce que la resonancia entre cuerpos, es decir con la historia del sujeto que solicita la ayuda es un factor favorecedor de la relación, pues el adecuado establecimiento de un vínculo afectivo le facilita al sujeto movilizarse hacia el cambio.

Bibliografía

LEONTIEV A. LURIA A. y TIEPLOV B. “Prólogo de los redactores de la edición soviética” en “Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores” Editorial Científico Técnica. La Habana. 1987a

LEONTIEV A. “Artículo de introducción sobre la labor creadora de L. S. Vygotski”. En tomo 1 Obras Escogidas. Editorial Visor. Madrid. 1990 MARTÍNEZ J. R., Significación científica de la Psiconeuroendocrinología. Conferencia 2 de Octubre 2015. Teatro Charles Chaplin..

VYGOTSKI L. Obras Completas Tomo 5. Editorial Pueblo y Educación. Primera reimpresión La Habana.1995.

VYGOTSKI L. "Psicología del arte" Editorial Pueblo y Educación. 1987b.

VYGOTSKI L. “Historia del desarrollo de las Funciones Psíquicas Superiores. Editorial Científico Técnica. La Habana. 1987a

VYGOTSKI L. Obras Escogidas. Tomo 1. Editorial Visor. Madrid. 1990.

ZEIGARNIK V. y BRATUS B. (1980) “Las formaciones de sentido”. En el libro: El desarrollo anormal de la Personalidad. En libro Selección de lecturas de desarrollo moral (1987) Compiladoras González O. y Martínez G.

Recibido: 10/10/2019. Acepto: 30/10/2019.

Sobre autora e contato:

María M. Febles Elejalde. – Profa. Dra. Facultad de Psicología. Universidad de la Habana, Cuba.

E-mail: mariafebles2010@gmail.com