

Regresando al cuerpo, el “con-tacto” en Danza Movimiento Terapia y el trabajo virtual en tiempos de fragmentación y polarización

María Laura Villarreal Soria

Universidad Autónoma de Barcelona

Resumen

Este artículo intenta reflejar la importancia del contacto físico en el trabajo psicoterapéutico, particularmente, en la Danza Movimiento Terapia. Regresar al cuerpo y sus diferentes sentidos, en especial, al tacto son los puntos más importantes. En un contexto sociohistórico en el que se abren otras modalidades de encuentro como el trabajo en línea se hace necesario pensar y abordar el cuerpo en la virtualidad. Las oportunidades y los límites que dicho abordaje ofrece, así como, de las intervenciones posibles dentro de nuestra práctica, son temas que se reflexionan en este artículo.

Palabras claves: *Danza Movimiento Terapia, Contacto, Trabajo online, Virtualidad.*

Abstract

This article attempts to reflect on the importance of physical contact in psychotherapeutic work, particularly in dance movement therapy. The essential point is returning to the body and its different senses, especially touch. In a sociohistorical context in which other meeting modalities, such as online work, are opening up, it is necessary to think about and approach the body in virtuality. The opportunities and limits that this approach offers, as well as the possible interventions within our practice, are topics on which this article reflects.

Keywords: *Dance Movement Therapy, Contact, Online work, Virtuality.*

Introducción

En un contexto en el que los avances tecnológicos y medios de comunicación han ganado terreno en la cotidianidad, instaurando nuevas formas de relacionarse y comunicarse, se hace necesario reflexionar sobre el papel de la Danza Movimiento Terapia (DMT) en la forma de mirar e intervenir. La DMT como disciplina ha tenido que adaptarse a estos nuevos tiempos incorporando dichos avances, sin dejar de mantener cierto sentido crítico. En este momento socio-histórico, la eficacia e inmediatez, la aceleración y velocidad de los tiempos están al orden del día; haciendo que los cuerpos se saturen y alienen. En consecuencia, las personas se distancian de sí mismas, y entre sí.

Es por todo esto que, las jornadas de los 20 años de la Asociación Española de Danza Movimiento Terapia (ADMTE), retoma y reivindica la importancia del contacto. En este artículo se recogen algunos de los temas que han surgido en una de las mesas de diálogo. Mesa en la que

participaron María Elena García, Christine Caldwell, Susan Scarth y Bettina Weissman. Dichos temas que las ponentes fueron hilando y tejiendo, fueron generando un telar de ideas donde los hilos diversos dieron lugar a líneas diferentes de sentido para continuar reflexionando e investigando.

Aquí se retomará la especificidad de la DMT, el contacto físico, sus implicancias y repercusiones en el trabajo en línea y, por último, los límites a los que dicho trabajo nos confronta.

La DMT y el con-tacto

Regreso al contacto físico, al tacto

La DMT es una disciplina que trabaja con el cuerpo y el movimiento. Se enfrenta, aborda y acoge al cuerpo, principalmente en su dimensión más concreta y tangible, en su fisicalidad, sin dejar de tener presente los aspectos simbólicos que lo constituyen y atraviesan. Retornar al cuerpo implica recordar de dónde venimos, ese primer hogar que nos constituye y en el que los primeros contactos fueron necesarios e imprescindibles.

El contacto físico ha sido y es primordial, dado que en el transcurso de la vida y en la cotidianeidad, el ser humano necesita del mismo (Anderson & Taylor, 2011; Duhn, 2010); dependiendo del momento y las circunstancias en las que esté inmerso.

Por eso el contacto nos remite a uno de los sentidos que se desarrolla más tempranamente, incluso antes que otros, el tacto. Dicho sentido implica retomar la piel como ese primer órgano de los sentidos que se encuentra a disposición del niño *in útero*, sus receptores cutáneos están funcionando a partir de la séptima semana, es el primer órgano de comunicación e intercambio (Dolto, 2014). El embrión humano responde a la estimulación de la piel a través de un concierto polisensorial que se da en la interacción con sus padres: el líquido amniótico y la placenta con sus olores y sabores, el cordón umbilical, la presión con diferentes pesos en el regazo, en el útero; las voces, la pulsatilidad de ritmos cardíacos y pulmonar (Dolto, 2014; Hermans, 2021; Montagu, 2004).

La piel envuelve y separa lo externo de lo interno, es el órgano más extenso y con múltiples terminaciones nerviosas. Tiene como función contener y retener; marcar un límite con el afuera, es la barrera que protege; y es el lugar primario de comunicación (Anzieu, 2016).

Muchos consideran que el tacto es el primer sentido que posibilita la comunicación entre la madre y el recién nacido. La madre contiene a través del mismo calmando o activando a través de las caricias y/o palmaditas, así como cuando lo sostiene en brazos (Brazelton & Cramer, 1993; Dolto, 2014; Montagu, 2004).

El contacto físico en los primeros tiempos adquiere importancia en la constitución del psiquismo, en la integración soma-psi que. El manejo de la piel, la experiencia de sus funciones y sensaciones promueve un vivir saludable en el cuerpo, del mismo modo que el sostén promueve la integración, contribuye a la coexistencia entre la psique y el cuerpo (Winnicott, 2005).

Un contacto psico táctil afectivo confirmante (Dolto, 2014), el que se realiza de manera entonada y sincronizada brindando seguridad afectiva, conecta con las vías subcorticales y el sistema límbico en su conjunto, tiene efectos sobre las secreciones hormonales (endorfinas, cortisol) y sobre el tono muscular, en los músculos estriados (Dolto, 2014). Es el que posibilita un apego seguro, da sentido de continuidad existencial (Bowlby, 2006; Popa & Best, 2010; Warnecke, 2011; Winnicott, 2005), un sentimiento de “mismidad del ser” (Dolto, 2014). El tacto tiene efectos sobre la temperatura, la respiración, la fluctuación cardíaca, la saturación del oxígeno, en el aumento de peso, la lactancia y el sueño. De ahí la importancia de la piel a piel (método canguro), principalmente en bebés prematuros (Hermans, 2021).

Pero el contacto físico en el ámbito psicoterapéutico ha sido puesto en cuestión por mucho tiempo, en parte, por los vestigios del pensamiento cartesiano, de la moral victoriana; y por otra, los dispositivos de control y poder que se han ido desplegando históricamente en los diferentes niveles institucionales. Ha sido mal visto y ha mantenido connotaciones negativas asociadas al abuso y a la violencia generando en los profesionales miedo a acusaciones falsas y a litigios (Hermans, 2021; Malaquias, 2018; Westland, 2010); y con el COVID el miedo se ha acrecentado (Hermans, 2021).

El trabajo de la DMT es hacer que el contacto primero sea con uno mismo, ser consciente del mismo y de las resonancias despertadas en el cuerpo propio (Seoane, 2016), para que el contacto físico sea lo más ajustado posible a las necesidades de ese grupo o persona con la que se esté trabajando (Matherly, 2014). Como dice Scarth “la DMT toca de una forma muy profunda y prestamos atención a esa consciencia profunda”. El tocar es un acto relacional, reorganiza el espacio y el tiempo, posibilitando la creación de mundos. La consciencia del tacto posibilita escuchar con todo el cuerpo haciendo que los límites se expandan (Hermans, 2021).

Se podría decir que el tacto es inherente a la DMT, y es intrínseco a dicha disciplina (Popa & Best, 2010). La especificidad de la DMT, según García “es la consciencia que se pone en el tacto. La consciencia que se pone como terapeutas y que podemos generar y transmitir a los pacientes”. Una diferencia fundamental con otras disciplinas, para dicha ponente, es que la DMT, “profundiza en el contacto con el propio cuerpo. Tocar al otro, es ser tocados, contactar a otros con cualquier sentido, es ser tocado”. El tacto es recíproco por naturaleza, pueda darse en reciprocidad profunda

facilitando una mayor conexión; dirigiendo la atención adentro y afuera, mezclándose con sensaciones viscerales y propioceptivas (Warnecke, 2011). Requiere de proximidad, es un acto íntimo donde se produce una fusión (Popa & Best, 2010). Cuando se hace contacto de cualquier tipo, un contacto con tacto o un contacto desde la mirada y la escucha, se hace desde una experiencia corporal profunda.

García se refiere a la disciplina de Movimiento Auténtico, para dar cuenta de cómo la misma al trabajar con los ojos cerrados (Adler, 2002), afina la capacidad sensorial global del cuerpo. Es por ello, que dicha disciplina es fundamental en la formación en DMT. Haciendo referencia a David Le Breton, menciona que la abolición del tacto hace desaparecer el mundo que queda reducido sólo a la mirada, es decir, a la distancia y a la arbitrariedad. (Le Breton, 2009), y critica la sociedad actual que tiene miedo del contacto. Para ella, es importante, crear formas de contacto que no ejerzan dominio, que no ejerzan violencia, que sean sensoriales, y que hagan sentir al otro que lo estás sintiendo. Esto puede tener un valor transformativo para la sociedad.

El psicoterapeuta y, en especial el danza movimiento terapeuta (dmt), ha de poder estar abierto a la receptividad sensorio-somática, a la experiencia sensorial, mantener una percepción activa que se da en un nivel subsimbólico. El movimiento y el tacto abren posibilidades y significados nuevos lográndose “tocar” aspectos más inconscientes que se encuentran muchas veces disociados en los pacientes (Cornell, 2016). La relación con el paciente ha de darse a través de una “sintonización intermodal” que incluye una sintonización táctil y visual (Popa & Best, 2010).

Por todo lo desarrollado anteriormente, si se logra escuchar y desarrollar la escucha, se puede realizar múltiples intervenciones a través del tacto (Malaquias, 2018). El tacto puede reducir el estrés, aliviar el dolor, y dar consuelo (Hermans, 2021). Reduce la ansiedad, la tensión muscular, la presión arterial, mejora el sistema inmunológico y la calidad del sueño. En los espacios psicoterapéuticos de DMT, mediante el uso del tacto, pueden beneficiarse pacientes desregulados emocionalmente y fisiológicamente, pacientes traumatizados, con déficits en el desarrollo, y aquellos que no regulan la agresividad (Westland, 2010). En pacientes con autismo, con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y con esquizofrenia donde se pueda dar más coherencia a su cuerpo (Popa & Best, 2010). El tacto, también, contribuye a los procesos participativos de creación en la improvisación dentro del juego y en la danza (Hermans, 2021).

Contactar a través de la mirada: La mirada que toca

Waissman trae como reflexión la importancia de la mirada como otra forma de contacto, dado que es otro de los primeros contactos fundamentales con la madre o quien esté cumpliendo esta función

(Senju & Johnson, 2009). La mirada también está vinculada con los otros sentidos: la piel y el tacto, la respiración, la escucha. En este sentido, la DMT tiene un rol y una contribución fundamental, que es el de volver a anclar en el cuerpo. Es en la relación con el otro donde se fundamenta el contacto. Una mirada que toca, da cuenta de un encuentro entonado y sincronizado con el otro.

La capacidad de ver del recién nacido es de suma importancia para la vinculación con la madre o con aquel que cumple con la función materna, el estar cara a cara contribuye a la lactancia, al sentimiento de conexión al ser sostenido, alzado y abrazado. Hay especial preferencia de parte del bebé por rostros tridimensionales que sean receptivos. Una mamá puede advertir que el bebé comienza a reconocer su rostro a las tres primeras semanas, mostrando concentración prolongada (Brazelton & Cramer, 1993).

Algunos psicoanalistas han mostrado especial interés en el rostro materno y su valor estructural y existencial en los primeros tiempos de vida por su injerencia en el trabajo clínico (Sami Ali, 1989; Rodolfo, 1992). Dicho rostro es el “espejo originario (..), lugar decisivo para donar un cuerpo imaginario a un ser que aún no lo es, y que carece de un cuerpo habitable por el momento. Soy mirado, luego soy.” (Rodolfo, 1992, p. 79). Lugar que posibilita la identificación primaria, donde se irá constituyendo el estadio del espejo, estadio que funciona como una matriz simbólica que da lugar a una imagen del cuerpo unificada (Lacan, 1998).

Por todo esto, la mirada es sumamente importante dentro de los procesos de DMT, puede llegar a ser una herramienta de intervención de gran valor. Dependerá del paciente, de su historia, su situación, sus circunstancias y su momento.

Ver como sentido imperativo hegemónico

En este apartado es importante hacer referencia a la mirada que se aleja cada vez más del cuerpo y del con-tacto, como dice Le Breton “La mirada se ha convertido en el sentido hegemónico de la modernidad” (Le Breton, 2021, p. 162) en una mirada que deriva, en muchas ocasiones, en una función de vigilancia y control de la que nadie escapa, una vista hacia el exterior que no deja de estar subordinada a la mirada escénica (Le Breton, 2021). Refinada por la tecnología, estandarizada, racionalizada, calibrada para buscar indicios. Una visión precisa, que prepondera sobre los demás sentidos y que impregna no sólo la técnica sino también las relaciones sociales (Le Breton, 2009).

Actualmente, dice Waissman, vivimos en una época donde la sobreestimulación ocular fácilmente lleva a un lugar de disociación y desconexión. La era de internet y de las redes sociales han generado un traspaso de poder hacia la imagen provocando un giro icónico y haciendo que el campo de la digitalidad occidental se observe como un sistema oculocentrista. Los ojos y el sistema

visual a través de la imagen ocupan el centro, haciendo que muchos ojos sean los que ven en las redes, alentando prácticas voyeristas (Pichel-Vázquez, 2019).

En la comunicación digital faltan cuerpo y rostro, se totaliza lo imaginario y pasa a ser pobre en mirada. Falta mirada por la ausencia del otro, la mirada es el otro en la imagen, el cual me mira, me aprehende y me fascina, se elimina la distancia que constituye al otro en su alteridad. La pantalla táctil se distingue de la imagen como pantalla dado que no hay rostro ni mirada sino más bien exposición. Las imágenes se hacen consumibles, se domesticar, se convierten en blindaje, una forma de huida (Han, 2020).

Los dmts han de poder mantener consciencia y llevarla tanto a sus propios cuerpos como al de sus pacientes. Estar atentos a las diferentes miradas es importante en el momento de abordar los procesos psicoterapéuticos al igual que cuando se realicen las intervenciones pertinentes.

Trabajo en línea- Virtualidad

El cuerpo en la virtualidad

El avance tecnológico y la pandemia introdujeron una modalidad de intervención psicoterapéutica alternativa; y la DMT, en particular, también ha tenido que ajustarse (García-Medrano, 2021). Es un momento donde el trabajo en línea ha facilitado llegar a largas distancias brindando la oportunidad a muchas personas de mantener espacios de salud y bienestar. Weissman también considera que el mismo ha posibilitado contactar con gente de otros países y ciudades (Plevin & Zhou, 2020). En muchas situaciones y contextos ha posibilitado una mayor conectividad social en el cual se ha podido dar un trabajo de colaboración generando una mayor sensación de vínculo social (Rugh et al., 2022). En el caso de los procesos iniciados de psicoterapia y de DMT, ha garantizado la continuidad de los mismos y, fundamentalmente, de la relación terapéutica (Yariv et al., 2021) posibilitando que el corte abrupto que ha generado el confinamiento en el contexto pandémico, sea más apaciguado y el impacto menos traumático. Scarth coincide con lo enriquecedor que puede ser encontrarse con colegas de otras partes del mundo y considera que el trabajo en línea también puede ser una experiencia nutricia, si se logra poner pausas para moverse, para respirar.

Asimismo, Weissman sostiene que es un momento donde se vive cierto peligro con la falta de límites ante tanta sobreestimulación que puede llevar a cierta compulsividad. Años atrás, las intervenciones a nivel corporal estaban dirigidas a soltar la carga que se imponía a los cuerpos debido a la represión. Hoy dicha carga no es el foco central, sino el contacto. Menciona que se ha

perdido el registro de los límites. “Un mundo en el que se está aquí y en cualquier parte del mundo al mismo tiempo puede ser ventajoso, pero también existe el riesgo de ruptura de los límites”.

Se hace necesario atender y reflexionar sobre la tecnología de la realidad virtual, tecnología centrada en la visión que suprime otros canales sensoriales (Thomas, 2022). El ciberespacio se convierte en un campo social potencial donde las personas pueden ser lo que quieran, un terreno idílico donde las barreras de la sociedad física no llegan. Es un territorio donde la materialidad, muchas veces, se olvida y hasta se niega. El cuerpo en su dimensión concreta y material se une al cuerpo del mundo digital, convirtiéndose en cuerpos volátiles que necesitan ser vistos, en la inmediatez del presente (Pichel-Vázquez, 2019).

El cuerpo zarpa hacia un viaje al exterior buscando lo incorpóreo en fuentes externas para resarcir la falta, el vacío. El cuerpo es exterioridad, es piel del espacio físico que contiene a su sí mismo. Por lo que, su interior se define en relación a su forma de absorber el mundo y relacionarse con los otros. Al comunicarse a través de la pantalla esa exterioridad entra en una interioridad (ciberespacio, redes de redes) que a su vez contiene otras interioridades, y el cuerpo forma parte de esa comunicación. Se superponen espacios separándose del mundo físico, el cuerpo se ficcionaliza configurándose imaginariamente (Sánchez, 2010; Miranda, 2012). Se convierten en cuerpos punto com, nuevos cuerpos e íconos gráficos a través del poder de la imagen (Pichel-Vázquez, 2019).

Las distancias se eliminan al igual que la esfera privada. El espacio geográfico deja de existir pasando a ser un espacio de flujos de datos. Se produce un aumento de velocidad haciendo que el tiempo se vuelva atemporal, un tiempo sin tiempo, un tiempo de urgencia (Pichel-Vázquez, 2019; Han, 2020).

Tiempo y espacio se redefinen y con ellos los cuerpos. Un dmt ha de poder estar atento a lo que sucede a los cuerpos dentro de la virtualidad para ofrecer a los pacientes la mirada y escucha necesaria, entonada y encarnada, en el momento de intervenir.

Intervenciones posibles

Ante tantos cambios se hace necesario repensar estrategias de intervención más ajustadas a los tiempos actuales, principalmente a los pacientes que hoy en día se presentan en nuestras consultas. García considera que “es necesario aprender a hacer uso de la tecnología sin perder la presencia”. Es fundamental recordar que la DMT se basa en la relación terapéutica a través del cuerpo y su movimiento, es así como las herramientas digitales han llevado a repensar la concepción del cuerpo y replantear las estrategias de intervención. Se parte de la premisa de que todos portamos un vocabulario de movimiento, tanto movimientos manifiestos como latentes u ocultos, un texto

cinético, texto emocional por el que se expone y comunica procesos personales e interpersonales (Yariv et al., 2021). El dmt trabaja con dicho texto, tanto el del paciente como el propio.

Por otro lado, Waissman menciona cómo el trabajo en la virtualidad ha obligado a los dmts a amplificar el uso consciente de la escucha y su relación con el tacto. Se pregunta cómo se puede trabajar con lo plano de la pantalla, es decir, con la bidimensionalidad que caracteriza la misma.

Si se parte desde el contacto como una experiencia sensorial, con el trabajo online es importante extender el contacto de lo motor a lo sensorial. Se hace necesario prestar especial atención a dicha dimensión. Caldwell hace referencia a los micro movimientos dado que los mismos brindan información muy rica; por ello es importante ampliar la visión/mirada acerca del contacto ya que ayuda a enriquecer la experiencia de nuestros pacientes y las experiencias sensoriales.

Otra cuestión a tener presente, según Scarth, es que, en determinados momentos de la sesión, es necesario solicitar al paciente que se aleje de la pantalla para moverse; aunque no se vea todo el tiempo el cuerpo entero. Lo importante es que el paciente se conecte consigo mismo y con el material, en caso de utilizarse alguno. El dmt también puede moverse, y compartir lo sucedido. En ocasiones, hay que tener en cuenta que muchos pacientes necesitan moverse teniendo un testigo que está mirándolos.

Para Waissman es importante que el dmt busque aquello que ayude a hacer fluir la energía para que no se estanque. Para ello, se puede utilizar técnicas o movimientos que posibiliten la activación: sacudir, auto toques, percutir partes del cuerpo, movilizar articulaciones, etc. Realizar ciertos rituales para no perder la conexión con uno mismo.

Todas las ponentes coinciden en la necesidad de profundizar más desde una perspectiva sensorial encarnada cuando se trabaja con la realidad virtual. Una posibilidad es potenciar la dimensión física de lo visual a través del movimiento, estimulando el sentido cinestésico. Se trata de descentrarse de lo visual y apoyarse en lo cinestésico. Moverse con los ojos cerrados haciendo más participativamente activa la percepción y atención táctil restaurando el flujo entre lo háptico y lo óptico. Moverse en respuesta a la materialidad sentida en el cuerpo; a las sensaciones de peso, profundidad, flujo, tensión, fuerza, etc que se percibe tanto dentro del cuerpo como con el espacio y con otros cuerpos que se mueven. Cuando se presta atención a la sensación sentida se puede descubrir la dimensión física de la vista. Los ojos pueden funcionar como órganos táctiles (Thomas, 2022), se podría decir que, se toca con los ojos. Después de la sintonización sensorial se puede

hacer uso de la escritura autoetnográfica, escritura que surge del cuerpo, y que a la vez escribe los cuerpos (Thomas, 2022).

Límites del trabajo virtual

La DMT es una disciplina cuya especificidad es experimentar el cuerpo, tomar conciencia del mismo, encarnarlo. Es aquí donde la experiencia en el trabajo en línea encuentra sus límites. Christine Caldwell comparte cómo la pantalla agota, cansa mucho más porque no hay intercambio energético (Beardall et al., 2016; Yariv et al., 2021). En el trabajo con el ordenador, reflexiona García, se restringe la visión periférica dado que se ha de estar focalizado en las dimensiones impuestas por la pantalla, condicionando la organización mental. Se ha de pasar de un estado de consciencia receptivo-abierto a uno más reflexivo, lo que también cansa mucho.

En lo experimentado con grupos, García menciona que muchas personas han compartido que podían resonar en sus propios cuerpos viendo a sus compañeros. Para ella existe esa posibilidad, pero el campo de la relación no es tan claro sin la epidermis, sin la piel. Menciona que la piel recibe mucha información y percibir cómo las personas tocan también puede darla. En la virtualidad el espacio común está ausente por lo que resonar los movimientos, el tono muscular y la respiración se dificulta (Yariv et al., 2021).

La comunicación está constituida por formas no verbales: gestos, expresiones de la cara, lenguaje corporal; y estas formas confieren un carácter táctil a la misma. Carácter que refiere a diferentes dimensiones y estratos en la percepción humana que no se reduce a lo visual. “El medio digital despoja la comunicación de su carácter táctil y corporal” (Han, 2020, p. 42).

El trabajo en lo virtual, y en especial a través de la pantalla hace que se vea solo una parte del cuerpo, un prótomo virtual (Yariv et al., 2021). En el ordenador el cuerpo encuentra un sentido nuevo de estar, se fragmenta, se deslocaliza, pierde referencias (Sánchez Martínez, 2010). A través del trabajo con la pantalla, los pacientes pueden ocultar (consciente o inconscientemente) partes de su cuerpo y evitar que los terapeutas sean testigos de eso que se vela. Por otro lado, se pierden movimientos, principalmente las transiciones (cuando se llega de la calle a la consulta, los cambios de niveles y planos, etc) al igual que los movimientos iniciales haciendo que parte de la narrativa del cuerpo quede invisibilizada (Yariv et al., 2021). Los dmt han de estar especialmente atentos a esto.

Con la cámara web la tridimensionalidad está ausente, se percibe al cuerpo desde una imagen bidimensional que carece de nitidez y profundidad. Se agrega un tercer ojo a la matriz relacional de la relación terapéutica. El reflejo del dmt y del paciente aparecen en pantalla, como si

hubiese un espejo por lo que los pacientes se enfrentan a un doble espejo, el de la pantalla y el del dmt (Yariv et al., 2021). Espejo que también tiene doble implicancia dentro de un proceso, dado que puede facilitar como obstaculizar el mismo.

Para García la modalidad virtual puede implementarse con cierto tipo de pacientes, hay quienes se quedan fuera. Es importante “ser consciente de esto, dado que hay pacientes con los cuales el contacto físico es indispensable para el buen desarrollo del trabajo psicoterapéutico, como es el caso de algunos pacientes psiquiátricos.”

Conclusiones

Regresar al contacto físico haciendo hincapié en los diferentes sentidos, remite a los primeros tiempos de constitución/construcción del cuerpo/psiquismo dado que el sí mismo tiene un valor estructural. Realizar intervenciones mediante el mismo es una de las posibilidades dentro de la disciplina de la DMT. Se podría decir que es una de las intervenciones más contundentes y potentes ya que requiere de un acortamiento de las distancias con el paciente, distancias que tanto tiempo se intentó mantener con la meta de cierta “objetividad”, lo que ha generado un alejamiento emocional por parte del terapeuta, en muchas ocasiones.

El contacto posibilita hacer que las distancias con uno mismo y con otros se acorten, principalmente en un contexto sociohistórico en el cual hay una sobrevaloración de la mirada por encima del resto de los sentidos, como espectáculo. También se pone en juego el desarrollo de las nuevas tecnologías virtuales que alejan el cuerpo instaurando nuevas formas de relacionarse y de comunicarse.

Arrojar consciencia a dichos contactos es trabajo de la DMT, contactos que logren ser entonados, sincronizados, encarnados. Contactos que promuevan lazos en estos tiempos donde prevalece la fragmentación y polarización dentro del tejido social. Tiempos que se hacen textos y narrativas corporales dentro de los procesos psicoterapéuticos de DMT.

Es por ello que, el tacto, la piel, la mirada que toca se hace necesario en las intervenciones posibles con los pacientes, particularmente en el trabajo en línea. Modalidad que ha abierto nuevas posibilidades, pero también con los límites que conlleva.

Referencias

- Adler, J. (2002). *Offering from the conscious body: The discipline of authentic movement*. Simon and Schuster.
- Anderson, J. G., & Taylor, A. G. (2011). Effects of Healing Touch in Clinical Practice. *Journal of Holistic Nursing*, 29(3), 221–228. <https://doi.org/10.1177/0898010110393353>
- Anzieu, D. (2016). *El Yo-Piel*. Biblioteca Nueva.
- Beardall, N. B. (2016). Creating the Online Body: Educating Dance/Movement Therapists Using a Hybrid Low-Residency Model. *American Journal of Dance Therapy*, 38(2), 407–428. <https://doi.org/10.1007/s10465-0>
- Bowlby, J. (2006). *Vínculos Afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Morata.
- Brazelton, B., & Cramer, B. G. (1993). *La relación más temprana. Padres, bebés y el drama del apego inicial*. Paidós.
- Cornell, F. W. (2016). The Analyst's Body at Work: Utilizing touch and sensory experience in psychoanalytic psychotherapies. *Psychoanalytic Perspectives*, 13(2), 168–185. <https://doi.org/10.1080/1551806x.2016.1156431>
- Dolto, C. (2014). *Haptonomía pre-y postnatal, por una ética de seguridad afectiva*. Creavida.
- Duhn, L. (2010). The Importance of Touch in the Development of Attachment. *Advances in Neonatal Care*, 10(6), 294–300. <https://doi.org/10.1097/ANC.0b013e3181fd2263>
- García-Medrano, S. (2021). Screen-bridges: dance movement therapy in online contexts. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 16(1), 64–72. <https://doi.org/10.1080/17432979.2021.1883741>
- Han, B.-C. (2020). *En el enjambre*. Herder.
- Hermans, C. (2021). To Touch and to Be Touched: Interconnectedness and Participatory Sense-making in Play and Dance Improvisation. *Journal of Dance Education*, 22(4), 211–222. <https://doi.org/10.1080/15290824.2020.1836647>
- Lacan, J. (1998). *Escritos I*. Siglo Veintiuno Editores.
- Le Breton, D. (2009). *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos*. Nueva Visión.
- Le Breton, D. (2021). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Prometeo Libros.
- Malaquias, S. (2018). El con-tacto en Danza Movimiento Terapia. En H. Panhofer, M. Campo, & R. M. Rodríguez-Jiménez, *Con-Muévete y Mueve el mundo. Jornadas para la celebración del 15º aniversario del máster en Danza Movimiento Terapia* (pp. 46-61). Universidad Autónoma de Barcelona.

- Matherly, N. (2014). Navigating the Dance of Touch: An Exploration into the Use of Touch in Dance/Movement Therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 36(1), 77–91.
<https://doi.org/10.1007/s10465-013-9161-2>
- Miranda G, C. (2012). *Desde que empecé a ser Omnipresente: La construcción virtual del cuerpo en facebook chat*. Obtenido de Maestría en Ciencias Sociales con mención en Comunicación; FLACSO - Sede Ecuador. Quito. [111] p. <http://hdl.handle.net/10469/4206>
- Montagu, A. (2004). *El Tacto. La importancia de la piel en las relaciones humanas*. Paidós Contextos.
- Pichel-Vázquez, A. (2019). *CUERPOS DIGITALES, IMAGEN Y SUBJETIVIDADES. La virtualidad y la performatividad del género, la sexualidad y la corporalidad en la era de Instagram*. (Trabajo de fin de máster no publicado, Institut Interuniversitari d'Estudis de Dones i Gènere)
<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/146397/1/TFM%20-%20Pichael%20V%C3%A1lquez%2C%20Alexandre.pdf>
- Plevin, M., & Zhou, T. (2020). Creative Movement with Te and Ch'i –Global Virtual and Embodied Connection During the COVID-19 Pandemic. *Creative Arts in Education and Therapy*, 6(1), 61–71. <https://doi.org/10.15212/CAET/2020/6/17>
- Popa, M. R., & Best, P. A. (2010). Making sense of touch in dance movement therapy: A trainee's perspective. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 5(1), 31–44.
<https://doi.org/10.1080/17432970903545941>
- Rodulfo, R. (1992). *Estudios Clínicos: del significante al pictograma a través de la práctica psicoanalítica*. Paidós.
- Rugh, R., Humphries, A., Tasnim, N., & Basso, J. (2022). Healing minds, moving bodies: measuring the mental health effects of online dance during the COVID-19 pandemic. *Research in Dance Education*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/14647893.2022.2078297>
- Sami Ali, M. (1989). *Cuerpo Real, Cuerpo Imaginario. Para una epistemología psicoanalítica*. Paidós.
- Sánchez Martínez, J. A. (2010). Cuerpo y tecnología. La virtualidad como espacio de acción contemporánea. *Argumentos. Estudios Críticos De La Sociedad*, 62, 227-245.
<https://argumentos.xoc.uam.mx/index.php/argumentos/article/view/359>
- Senju, A., & Johnson, M. (2009). The eye contact effect: mechanisms and development. *Trends in Cognitive Sciences*, 13(3), 127-134 <https://doi.org/10.1016/j.tics.2008.11.009>

- Seoane, K. J. (2016). Parenting the Self with Self-Applied Touch: A Dance/Movement Therapy Approach to Self-Regulation. *American Journal of Dance Therapy*, 38(1), 21–40.
<https://doi.org/10.1007/s10465-016-9207-3>
- Thomas, L. M. (2022). Employing a Dance-Somatic Methodological Approach to VR to Investigate the Sensorial Body across Physical-Virtual Terrains. *Multimodal Technologies and Interaction*, 6(4), 25. <https://doi.org/10.3390/mti6040025>
- Warnecke, T. (2011). Stirring the depths: transference, countertransference and touch. *Body Movement and Dance in Psychotherapy*, 6(3), 233–243.
<https://doi.org/10.1080/17432979.2011.592390>
- Westland, G. (2010). Physical touch in psychotherapy: Why are we not touching more? *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 6(1), 17–29.
<https://doi.org/10.1080/17432979.2010.508597>
- Winnicott, D. W. (2005). *La naturaleza humana*. Paidós.
- Yariv, A., Shalem-Zafari, Y., Wengrower, H., Shahaf, N., & Zylbental, D. (2021). Reflections on individual webcam dance/movement therapy (DMT) for adults. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 16(1), 56–63. <https://doi.org/10.1080/17432979.2020.1860131>

María Laura Villarreal Soria es licenciada en Psicología, tiene formación en psicomotricidad y trabajo corporal al igual que es danza movimiento terapeuta. Ha trabajado en atención primaria de salud en el ámbito público, brindando atención clínica y realizando talleres de prevención y promoción en salud con diferentes sectores de la comunidad, principalmente con población en riesgo. También ha trabajado durante más de 10 años con personas con discapacidad psíquica y pacientes psiquiátricos desarrollando talleres de expresión y movimiento. Tiene más de 20 años de experiencia en el trabajo clínico. Actualmente trabaja con niños y sus familias como psicóloga clínica con orientación psicodinámica (psicoanalítica relacional) y como danza movimiento terapeuta (dmt). Trabaja con adultos, adolescentes y niños. Forma parte del equipo docente en el máster de Danza Movimiento Terapia (UAB) desde el 2014. Email: malalavillarreal11@gmail.com

© Derechos reservados/Copyright de la Asociación Española de Danza Movimiento Terapia y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores.