

EL CUERPO QUE VA A LA ESCUELA. REFLEXIONES PARA LA PRÁCTICA EDUCATIVA

Emilio Pedro González del Hoyo, M^a Carmen González del Hoyo, Milagros González Gómez,
(Centro de Psicomotricidad y Formación Ocupacional Psicovital, Valladolid)

Nos comentan Sassano y Bottini (2000, pág.17), lo «...complicado de reflexionar sobre el cuerpo, pues la vida nos lo impone cotidianamente, ya que en él sentimos, deseamos, obramos. De manera que toda reflexión sobre él proclama su valor, indica una cierta conducta y determina la realidad de nuestra condición humana. Es decir, que nuestra actitud frente al cuerpo refleja la actitud que elegimos respecto de nuestra realidad. De esta manera podremos oscilar entre su condena, su denuncia, considerarlo como cortina, fachada, obstáculo, prisión y muerte, exaltación y apología, instrumento de goce y creación, fuente de belleza y espejo de nuestras relaciones sociales cotidianas. Hoy por hoy se ha convertido en un objeto que se trata, se manipula, se explota». Una cita esta, larga y densa, de la cual se pueden entresacar a su vez, ideas, razonamientos y conclusiones importantes.

En el momento en que escribo esto, se me viene a la memoria la comparación que he escuchado en muchas ocasiones: *El cuerpo es como la casa que habitamos*. Ciertamente nuestra casa es muy importante para nosotros; en ella se encuentran nuestras cosas más queridas, nuestros recuerdos, nuestro presente y, probablemente, nuestro futuro. Sin embargo, nosotros no somos nuestra casa.

Nuestro cuerpo alberga –igual que la casa que habitamos– nuestros recuerdos y vivencias, y con ellos ha escrito una historia: nuestra historia desde el día en que nacimos hasta el momento actual. Su última página se está escribiendo con nuestro bienestar o malestar, con nuestro dolor de espalda o nuestra adecuada/inadecuada manera de respirar, con nuestra rigidez o nuestra armonía, con nuestra mirada, nuestra gestualidad, nuestros sentimientos, nuestras emociones y nuestros miedos. Pero- a diferencia con nuestra casa- toda nuestra historia va siempre con nosotros; no podemos dejarla aparte y echar la llave hasta que queramos volver. Es por ello, por lo que *nosotros somos nuestro cuerpo*.

Es necesario permanecer a la escucha de nuestro cuerpo, aprender a verse no con los ojos, sino buscando la experiencia sensorial y sus repercusiones en nuestra imagen corporal y en nuestra forma de estar en el mundo. Tanto es así que, cualquier incapacidad, pequeña o grande, para sentir el propio cuerpo en su plenitud, disminuye la confianza en uno mismo e incide de manera directa en su conducta. Surgen, como consecuencia necesidades de compensación que, en vez de permitir una vivencia corporal completa, da paso a represiones corporales y acumulación tensional que perturban cada vez más nuestra existencia. De esta manera, el estado de nuestro cuerpo puede determinar la riqueza de nuestra existencia, que a su vez incide, de nuevo en nuestra percepción corporal.

Comenta Josefa Lora Risco (1984, pág. 30), como la acción educativa ha propiciado la perspectiva mecanicista, que considera al cuerpo como una masa constituida por un conjunto de huesos, músculos y articulaciones, revestidos, y protegidos al exterior por un ropaje perfectamente ajustado y protector. Es el cuerpo objeto, que necesita un adiestramiento y una atención especiales y que no tiene en cuenta la significación de sus acciones y potencialidades. Este concepto, que predomina en el siglo XIX, va dando paso, poco a poco, hacia un concepto más unitario que considera al ser humano como una unidad indivisible.

También escribía Merleau-Ponty (1945): «*Mi cuerpo existe orientado hacia sus acciones; se recoge sobre sí mismo para alcanzar sus fines*». «*El cuerpo es el vehículo de estar-en-el-mundo, y tener un cuerpo significa para un ser vivo volcarse en un medio definido, confundirse con ciertos proyectos y emprender continuamente algo*».

Hablamos de un cuerpo propio: el cuerpo que nos permite situarnos corporalmente en el mundo. Este cuerpo propio y el cuerpo objeto, del que hemos hablado anteriormente, constituyen dos formas diferentes de percibir la corporalidad, que deben ir unidas en la ubicación existencial del sujeto en el mundo.

Sin el cuerpo no tendríamos la posibilidad de vivir un espacio concreto. Es a través suyo como se expresan y cobran sentido nuestras acciones proyectándonos hacia el exterior con nuestras capacidades sensoriales, perceptivas, motrices y emocionales, que se unifican en una expresividad personal.

También corporalmente comprendemos el mundo exterior y le damos una significación en nosotros mismos, para que evolucionando con ello nos proyectemos de nuevo al exterior, en una interrelación continua.

El espacio corporal, entonces, es distinto en diferentes culturas y en momentos históricos, sociales o políticos separados en el tiempo. El cuerpo nos ubica en el mundo temporal, haciéndonos partícipes de las características propias de cada lugar y de cada época.

Nuestra existencia se concreta corporalmente y también la del mundo que nos rodea. A través de mi sensoriomotricidad y mi expresividad, mi cuerpo está presente en el cuerpo del otro experimentando a través suyo, y viceversa, en un diálogo tónicoemocional anterior al lenguaje verbal.

Así lo cree Wallon (1965) cuando escribe: «*mi cuerpo es el eje del mundo; con mi cuerpo adquiero conciencia de todo lo que me rodea*».

El niño en el control y conciencia del cuerpo, aprende a actuar frente a sí mismo y los demás, englobando, como diría Bucher (1976), todo su campo experimental: lo percibido, lo consciente, lo vivido, lo hecho, lo conocido, lo dado y lo recibido.

Para Susana Kesselman (1990, pág.28): «*El cuerpo es el lugar donde se expresa la conducta; y aún más: es el lugar donde todas las conductas son posibles. Pero la conducta del ser humano tiene múltiples disfraces y se da simultáneamente en todas las manifestaciones de las que el ser humano es capaz*». Es la auto-observación, nos dice Kesselman, la que nos permite captar la conducta en el cuerpo, y también el modo, la manera, la profundidad con que somos capaces de hacer ésta captación, así como la observación de nuestra propia conducta corporal se alimenta de la observación de la conducta en el cuerpo del otro.

Es pues, muy importante aprender a ser receptivo para percibir las sensaciones que llegan por los sentidos. Ellas son la base de las emociones, los sentimientos, los pensamientos y las acciones hacia nosotros mismos y hacia los demás. Y, es además, necesario desde la consideración del ser humano con una existencia creativa y comunicativa, pues el ser humano encuentra su bienestar o el sentido de su vida, no solo en el buen funcionamiento de sus órganos vitales, sino que debe encontrar también el conocimiento y comunicación consigo mismo y con las personas de su entorno, eligiendo lo que quiere hacer y vivir en el respeto a cuanto le rodea. Encuentra su bienestar en la creación de un entorno aceptablemente bueno para vivir como desea o como necesita. Así, se va capacitando para estar presente en su propia historia viviendo libre de hábitos y comportamientos carentes de sentido, que se inscriben corporalmente como sensaciones de malestar, lesiones o enfermedades.

Nos encontramos, al preguntar sobre lo que es el cuerpo, con respuestas de todo tipo, que nos hacen recordar el dualismo de Descartes, el paralelismo psicomotor, el psicoanálisis, bioenergética, expresión corporal, técnicas de relajación, etc..

Queriendo evitar el dualismo, para dar al cuerpo la importancia de ser el único medio que tiene el sujeto para existir en el mundo, la fenomenología existencial propone diferenciar el cuerpo objeto y el cuerpo propio. El cuerpo objeto, visto desde la anatomofisiología y la mecánica. El cuerpo propio o cuerpo sujeto, como el centro o el eje de la existencia del ser humano, permitiéndole sentir, percibir y actuar en el mundo.

Se va pasando poco a poco, de éste cuerpo objeto del espíritu, a otra concepción diferente: la del cuerpo que soy, sujeto de mis acciones, mis pensamientos, mis emociones, mis deseos o mis frustraciones. Y éste cuerpo que soy puede convertirse en el cuerpo que tengo para actuar como soy, y poder así seguir siendo mi cuerpo.

Lora Risco (1984, Pág. 37) cita una clasificación propuesta por Maigre y Destroper (1976), y por Gevaert (1978), que resumimos a continuación.

Los primeros opinan que los diferentes tipos de acciones diarias del ser humano, determinan diversas formas de establecer el concepto de cuerpo. Así tenemos:

- El *cuerpo-objeto*: Aparece cuando se identifican las diferentes partes y también la totalidad, llegando a un conocimiento físico y topológico de su estructura. Los niños descubren este cuerpo objeto mirando, tocando o hablando de él.
- El *cuerpo-condición de la acción*: Surge cuando, tras reconocer dificultades psicomotrices en el niño, preparamos un programa para él, a fin de que, sometiendo al niño a modelajes concretos e intensivos por parte del adulto, supere las dificultades observadas para la acción a realizar.
- El *cuerpo-instrumento*: Se revela cuando se ejercita como mera estructura cinética que, con sus palancas y fuerzas mecánicas, permite la mejor coordinación de los diferentes segmentos del cuerpo, en relación al tiempo y el espacio, para lograr un óptimo rendimiento.
- El *cuerpo-instrumento analógico de la acción*: Se manifiesta cuando se pretende establecer un paralelismo entre la estructura global de la acción y el concepto que se desea hacer comprender al niño. La actividad corporal sirve de apoyo pasivo a las nociones que se desea que el niño interiorice.

Gevaert, por su parte, al hablar de la existencia corpórea del hombre, señala tres significados del cuerpo:

- El cuerpo *como expresión*, que se evidencia cuando en él se concretan y participan todas las posibilidades humanas y todas las formas de realización personal.
- El cuerpo *como ser para los demás*, manifestado de tres maneras: presencia, comunicación y reconocimiento del otro.
- El cuerpo *como origen de la instrumentalidad y la cultura*.

Resumimos ahora a Josefa Lora Risco (1984, pág. 68), en la fundamentación que hace sobre la presencia del cuerpo en las dimensiones biológica, psicológica y social,:

- Biológica:
 - como estructura orgánico-funcional: la salud del sujeto.
 - como estructura biomecánica: organización neuromuscular, cuya dinámica se asienta en un perfecto sistema de palancas, básico para el lenguaje corporal y en consecuencia, para el desarrollo psicomotor.
- Psicológica: Acción interna en sus dos aspectos:
 - Intelectual: creación y desarrollo de esquemas de aprendizaje; base del pensamiento concreto y camino de llegada a la abstracción del mundo externo.
 - Afectivo: la afectividad, las emociones con las que investimos las relaciones. Actividad ejercida desde y a través del sentido propioceptivo, enraizado en el tono muscular, que da origen a la postura y, en ella, a la actitud en la cual se hace presente la comunicación y el encuentro con el otro.
- Social: encuentro con los demás. Dotado de motilidad, el cuerpo se constituye en el eje existencial desde el que existen todo tipo de relaciones humanas. La exploración, la imitación, el ajuste de los movimientos a la acción, el juego y la comunicación no verbal juegan un importante papel en la socialización del ser humano

Pero si pensamos un poco en nuestra historia, parece que nuestra forma de ser y actuar, en el mundo en que estamos inmersos y por el que estamos influenciados, sólo tiene sentido si realmente somos una unidad, donde psique, soma, afectividad y motricidad están estrechamente entrelazadas.

De ésta forma, la motricidad, dejaría de considerarse como algo pasivo, y se convertiría en movimiento propio: el movimiento de mí mismo para mí y para vivir en el mundo. La motricidad se convierte en un proyecto dinámico y personal; una historia propia en la que cada página se escribe sobre la anterior, y en la que cada momento vivido nos hace diferentes.

MI CUERPO...

Mi cuerpo me sitúa en un lugar y un tiempo, tiene una gestualidad personal, unas posibilidades de acción y de comunicación únicas, y una motricidad que lleva inscrita mi propia forma de vivir.

Mi cuerpo es el lugar donde descansan las sensaciones que percibo en el contacto con el medio. Se torna facilitador de mi desarrollo personal o limitador, en algunas ocasiones.

Es el registrador de las emociones que me inducen o inhiben al encuentro del otro, del espacio y de los objetos; el medio de orientación y comunicación, el medio de transporte y vehículo de exploración del espacio y de su conquista.

Mi cuerpo, es quien traduce los estados afectivos, la expresividad psicomotriz a través de la acción, el lenguaje, la postura, la actitud y el movimiento. Es el punto de apoyo de la relación social.

En los últimos años, las técnicas corporales nos conducen a una visión del cuerpo que es diferente a la encontrada en muchos libros. En ellos, anatomía, fisiología, neurología, patología, etc. se estudian por separado. Esto es diferente a conocerse desde el trabajo corporal, reconocer los huesos y su situación, sentir a través del contacto de la mano los cambios de tono corporal, la temperatura del cuerpo, el movimiento o las emociones. La unidad prima en todo éste trabajo, obteniéndose unos resultados totalmente personales en cada caso.

El trabajo corporal favorece la capacidad de vivir las sensaciones y las percepciones, los cambios tónico-emocionales; desenmascara los mecanismos de defensa ante la inhibición o los miedos. La experiencia corporal transforma el movimiento en creatividad y en libertad.

Resumiendo lo que hemos dicho sobre el cuerpo en breves anotaciones:

La vida nos lo impone cotidianamente

Es como la casa que habitamos

No nos han enseñado a vivirlo, sino a ocultarlo

A su través vivimos nuestra historia

Es necesario permanecer a su escucha

Es el vehículo de estar en el mundo

Sin él, no viviríamos el espacio, ni el tiempo, ni el mundo exterior.

Nuestra existencia se concreta corporalmente

Mi cuerpo es el eje del mundo

Es el lugar donde se expresa la conducta

Y ADEMÁS MI CUERPO ... SE MUEVE

Movimiento y vida están íntimamente unidos, de manera que no existe uno sin el otro. La vida se concreta esencialmente en una continua relación con el medio, cuyos estímulos provocan un conjunto de respuestas que van a permitir a ese ser vivo adaptarse al mundo en que está inmerso. Esta adaptación se lleva a efecto por medio del movimiento. Sin movimiento no hay adaptación, sino muerte.

Ya en el útero, el feto se mueve. Tras el nacimiento, el niño se expresa entre placer-displacer y pulsiones tónicas, que a su vez serán punto de partida para movimientos posteriores más evolucionados.

En los primeros meses de vida, la motricidad no es voluntaria, dada la inmadurez de su sistema nervioso. El niño, entonces, establece esa relación con el mundo a través de su sistema tónico, perfectamente desarrollado, con la vivencia de una serie de percepciones propioceptivas, que generan en él placer o displacer.

Desde su sensorialidad percibe al otro (especialmente a la madre), que también está en movimiento, y con él establece un acuerdo tónico-emocional que permite a ambos una estrecha comunicación, un diálogo imprescindible para la seguridad afectiva del niño.

También el movimiento forma parte del descubrimiento e investimento de los objetos y de otras personas, presentes en el medio con el que continuamente interacciona en su proceso de desarrollo. Desde sus propias acciones y vivencias, el niño ajustará su movimiento y evolucionará en su capacidad creadora y en sus aprendizajes, y se ubicará espacial y temporalmente con sus capacidades y características propias.

Mientras tanto, y paso a paso, la motricidad se ha ido convirtiendo en voluntaria, teniendo siempre un componente tónico, que será quien personalice el movimiento para darle el estilo y la emocionalidad propios de quien lo realiza.

Y es que, todas las capacidades de la persona y también las dificultades influyen en su estado tónico. De ahí que dijésemos antes que, el componente tónico personaliza el movimiento.

Dicho todo esto, hemos de comprender que, en la relación del sujeto con el medio, la expresividad corporal no es una respuesta motriz solamente; es una respuesta psicomotriz, donde se unen en el movimiento, lo mental, lo afectivo y lo cinético –como muy bien comenta Lora (1984, pág.50 y 52)– ... «es por la acción como movimiento intencional, que el niño, unidad psicomotora, se relaciona con la realidad y gracias a él organiza las sensaciones y percepciones, al tiempo que va conservando esas vivencias para conocerse y conocer». «Las acciones simples y económicas con que el niño inicia su actuar sobre las cosas van a ayudarlo a formular su proceso de generalización que será la base de las generalizaciones cognitivas».

No obstante, el propio concepto que se ha tenido sobre el cuerpo a lo largo de la historia, ha condicionado el abordaje del movimiento como algo fundamental en el desarrollo del ser humano y en la estructuración del pensamiento.

El movimiento representa, en el ser humano, un medio de expresión y de comunicación. Cuando el hombre se expresa moviéndose, se está manifestando como sujeto en relación con el mundo que le rodea. El movimiento, visto así, deja de ser una acción mecánica para convertirse en la forma personal que cada uno tiene de expresarse de acuerdo a sus potencialidades propias y según sus actitudes, carácter y personalidad.

Como apuntábamos anteriormente, cada uno da a su movimiento el toque personal de su historia vivida. Más aún: la misma persona, en la misma actividad, se mueve de diferente manera, y su movimiento es de distinta calidad, según sean sus circunstancias y su situación anímica. De aquí que –como diría Le Boulch, 1992– el carácter expresivo del movimiento nos remite a la persona y no a un objetivo exterior que es preciso alcanzar, por lo que se le encara, no bajo su aspecto transitivo (es decir, según su eficacia en relación con el dominio del objeto), sino como signo, a través del cual se transparenta una subjetividad. «Pero el movimiento del hombre se despliega en presencia de la mirada de los demás y, de ese modo, adquiere una relación de significante a significado. En otras palabras, sólo existe retomado por otro *ser expresivo* que lo acoge y lo interpreta. La expresión ya no es entonces una mera manifestación de la subjetividad, sino que se transforma en *expresión para los demás*».

Por tanto, el cuerpo, es el medio de estar en el mundo. Sus actitudes, su expresividad y sus movimientos estructuran nuestras relaciones, hacia nosotros mismos y hacia los demás. Todo cuanto vivimos se proyecta corporalmente, implicándose toda nuestra gestualidad, nuestra mímica y nuestro lenguaje con nuestro equilibrio, nuestro tono y nuestras emociones. La expresión corporal, entonces, se transforma en comunicación cuando, con nuestros gestos y nuestra mímica queremos, consciente o inconscientemente, convertir esa expresión en mensaje hacia el otro.

EL CUERPO EN LA EDUCACIÓN

Todo lo considerado anteriormente sobre el cuerpo nos induce a pensar que a lo largo del tiempo, tanto padres como educadores hemos confundido la ubicación del cuerpo dentro del desarrollo del niño, dejando de lado su carácter existencial para quedarse meramente con el cuerpo-objeto. Todos los responsables de la educación de los niños debemos reflexionar sobre este tema y descubrir o redescubrir la corporeidad del ser humano como vehículo único de existencia en el mundo, de presencia y de comunicación.

La dificultad estriba en que ese descubrimiento debemos llevarlo a cabo desde nuestra propia corporeidad, que a su vez ha sido limitada, familiar y socialmente, a lo largo de los años.

En el intento de subsanar esta dificultad, son numerosos los padres y profesionales que ya han reclamado información y formación al respecto, con el fin de llegar a comprender la importancia del cuerpo en el desarrollo, evolución y en toda la historia del ser humano, encontrando en sí mismos capacidades y potencialidades propias, desconocidas hasta entonces para ellos, que les ha permitido mejorar su capacidad de percepción y de escucha.

Solo así, desde nuestro cuerpo, podemos reconocer al otro, entender su demanda y establecer comunicación con él. Y este reconocimiento se lleva a cabo a través del cuerpo del otro.

Por tanto, al educador le queda la tarea de que el proceso educativo, no sea mera instrucción, sino que vaya orientado realmente, hacia un desarrollo global del niño, sin que esto se quede en objetivos escritos en proyectos de centro, que no pocas veces dejan de hacerse realidad. La escuela tiene la responsabilidad de la educación integral del niño y no solo de su instrucción, puesto que el desarrollo del niño es global y, la atención a su corporeidad es su mejor posibilidad existencial en el mundo en que vive.

La vivencia corporal, en una educación integral, favorece la mejor captación de conocimientos, así como el desarrollo, la comunicación corporal, el lenguaje y las relaciones con los demás. El niño se desarrolla como una persona que siente, piensa y actúa desde su propia corporeidad, que es el eje de referencia de sus relaciones, aprendizajes y comunicación.

Por tanto, su educación quedará muy menguada si cuando acude a la escuela así, corporalmente, que es como el niño va, lo que recibe son una serie de materias didácticas desvinculadas entre sí. Lo que el niño reciba en la escuela debe partir de su propia realidad, y antes de adquirir los conocimientos distribuidos en materias, el niño debe haber adquirido –como bien dicen B. Aucouturier y A. Lapiere (1977)– la organización perceptiva que le permita, desde la vivencia corporal, captar y ordenar mentalmente, para poder comprender. Porque de no ser así, y como diría Lapiere (1977), «se corre el riesgo de efectuar mal el paso a lo abstracto al no respetar las etapas intermedias de corticalización, en las que la organización corporal juega un papel significante, imposible de eludir por su contribución a la toma de conciencia de sí y de su relación con el mundo».

BIBLIOGRAFIA

- Ajuriaguerra, J. de (1975): Manual de Psiquiatría Infantil. Edit. Toray-Masson. Barcelona.
- Aucouturier y otros. (1984): La pratique psychomotrice. Rééducation et Thérapie. Edit. Doin. París.
- Aucouturier, B. (1985): «La práctica psicomotriz». Ed. Científico-médica. Barcelona.
- Bernard, M. (1980): El cuerpo. Edit. Paidós. Buenos Aires.
- Bertherat, T. (1987): «El cuerpo tiene sus razones». Edit. Paidós. Barcelona.
- Brooks, CH.V.W. (1996): «Consciencia sensorial». Edit. Los libros de la liebre de marzo. Barcelona.
- Caldwell, C. (1992): «Habitar el cuerpo». Ed. Urano. Barcelona.
- Corraze, J. (1980): Les communications non verbales. Edit. P:U:F: . París.
- Richard, J. y Rubio, L. (1996): Terapia Psicomotriz. Edit. Masson. Barcelona
- Chokler, M. (1988): Los Organizadores del desarrollo psicomotor. Edic. Cinco. Argentina.
- Defontaine, J. (1980): «Manual de Reeducación Psicomotriz, vol. 1». Ed. Médica y Técnica. Barcelona.
- Descartes, R. (1983): «El discurso del método». Ed. Orbis. Buenos Aires.
- Feldenkrais, M. (1984): «Autoconciencia por el movimiento». Piados. Barcelona.
- Kesselman, S. (1990): «El pensamiento corporal». Edic. Paidós. Barcelona.
- Le Du, J. (1992): «El cuerpo hablado». Edit. Paidós. Barcelona.
- Le Boulch, J. (1992): «Hacia una ciencia del movimiento humano». Ed. Piados Ibérica. Buenos Aires.
- Lora, J. (1991): «Educación corporal». Edit. Paidotribo. Barcelona.
- Lowen, A. (1994): «La espiritualidad del cuerpo» Edic. Paidós Ibérica. Barcelona.
- Mesonero, A. (1987): La educación Psicomotriz. Universidad de Oviedo.
- Mesonero, A. (1994): «Psicología de la Educación Psicomotriz». Universidad de Oviedo.
- Raimondi, P. (1984): «Cinesiología y Psicomotricidad». Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado (nº 37, 2000): «Psicomotricidad y educación». Universidad de Zaragoza.
- Sassano, M. , Bottini, P. y otros (2000): «Psicomotricidad: prácticas y conceptos». Miño y Dávila Editores. Madrid.
- Schwind, P. (1989): «Plenitud corporal con el Rolfing». Ed. Integral. Barcelona.
- Vayer, P. (1995): «El diálogo corporal». Edit. Científico-Médica. Madrid.
- Weber, W. (1993): «El hombre es más que su cuerpo». Edit. Edaf. Madrid.