

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE ARTES ESCÉNICAS



**Más allá de los discursos de la discapacidad: El cuerpo en el Contacto
Improvisación**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN CREACIÓN Y PRODUCCIÓN ESCENICA**

AUTORA:

Alejandra Baraybar Larco

ASESORA:

Amira Ixchel Ramirez Salgado

Lima, 2020

RESUMEN

En la actualidad, los discursos entorno a la discapacidad continúan siendo de carácter excluyente y discriminatorio. Como consecuencia, los cuerpos de las personas en condición de discapacidad se ven afectados al grado de impedir que su potencial, en cuanto a sus habilidades de movimiento, se desarrollen con plenitud dentro de las distintas esferas sociales y personales en los que dichas personas se desenvuelven. En contraste, la práctica de movimiento conocida como Contacto Improvisación (CI), originada en Estados Unidos de América durante los años 70's como respuesta a los estándares estéticos y de virtuosísimo de los cuerpos en la danza, propone como fundamento central la noción equitativa y no discriminatoria de los cuerpos. Este proyecto propone el uso de herramientas del Contacto Improvisación en un laboratorio práctico para observar el desarrollo de las habilidades de movimiento de una persona con condición de discapacidad. Esta investigación se realizó dentro de las instalaciones de la Facultad de Artes Escénicas de la Pontificia Universidad Católica del Perú durante el periodo Abril - Junio 2019.

PALABRAS CLAVE: Discapacidad, Contacto Improvisación, Habilidades de movimiento.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a la vida por regalarme una condición de discapacidad y agradezco al universo por ponerme en el camino correcto para dejarme de quejarme por ella y empezar a transformar esa rabia que sentí por mucho tiempo en amor. Agradezco al arte y a la carrera de Creación y Producción por enseñarme a tener una voz y con ella empezar a crear y transformar mi arte. Agradezco por llegar hasta aquí y permitirme terminar esta investigación que era tan importante para mí. A continuación, haré una lista de agradecimientos a todas las personas que me han acompañado y han aportado en este camino.

A mis padres y a mi hermana que sin ellos no sería nadie, por su esfuerzo para que pueda llegar a donde estoy. Por el legado que me dejó mi papá, que de él aprendí a pensar en el otro y ver cómo podía apoyarlo. A mi mamá, por su empuje, su garra y su paciencia, que sin eso no habría logrado nada. A mi hermana porque, aunque somos muy distintas, siempre estuvo para apoyarme en el proceso, escucharme y aconsejarme lo mejor. A Juan, Daniela y Mariana. Por ser mi familia y siempre apoyarme.

A Gian, por aguantarme, escucharme, tranquilizarme, apoyarme y siempre estar para mí. Por su amor incondicional y su paciencia infinita.

A mis segundos padres, mi tío, quien me apoyo, me sostuvo y logró que siga adelante con este proyecto, y a mi tía, porque siempre estuvo pendiente de mí. A mis primos, por qué, sin pedirles apoyo, me apoyaron y me sostuvieron. A todos ellos por su amor incondicional y por siempre incluirme en su familia. A mis abuelos por su amor. A mis tíos por su cariño infinito.

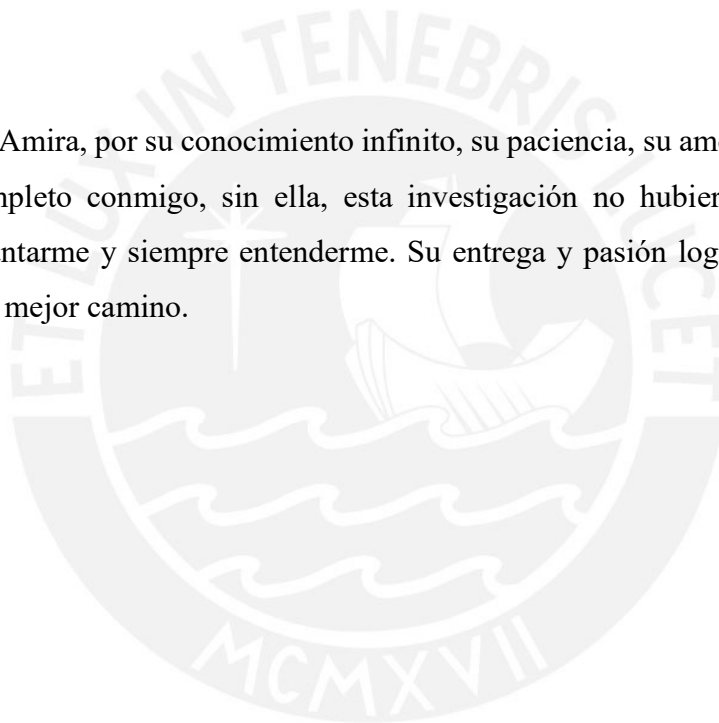
A Christian, Andrea, Erick, Claudia y Alesandra, sin ellos esta investigación no hubiera existido. Gracias por su apoyo incondicional, su amor y confianza en mí, hasta

cuando ni yo tenía claro que es lo que sucedería, por su confianza y la dedicación que brindaron en todo momento para aportar en la investigación.

A Hans, Micaela y LCDQ, por su apoyo, aguante y amistad, por siempre estar ahí conmigo y hacerme confiar en mí. Por siempre ser mi cable a tierra y estar siempre para mí.

A Gabriela, Stephany, Daniela, Luciana y Jimena, sin ellas, y sus carajeadas, soporte, risas, aguante y recomendaciones en todo este proceso, esta investigación no hubiera sido igual.

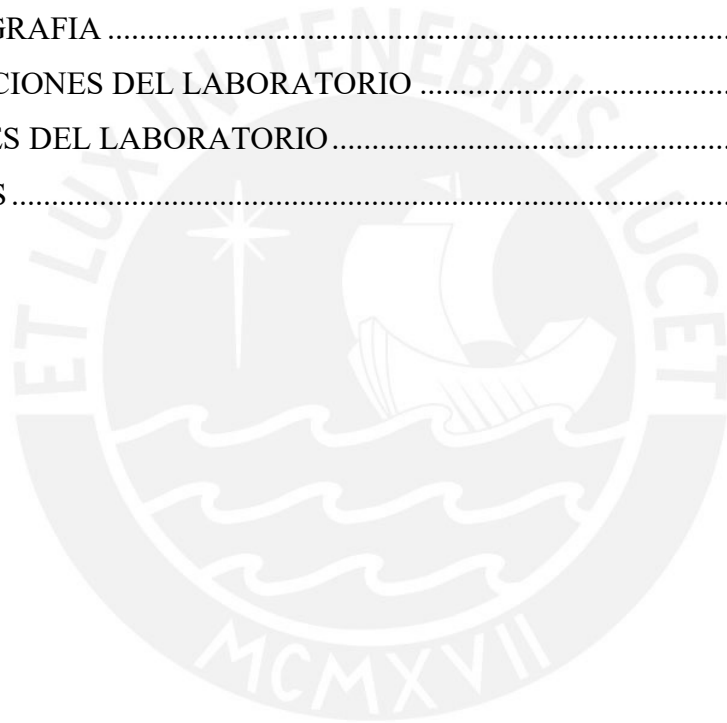
A Amira, por su conocimiento infinito, su paciencia, su amor, y su empuje, su compromiso completo conmigo, sin ella, esta investigación no hubiera salido adelante. Gracias por aguantarme y siempre entenderme. Su entrega y pasión logró encaminarme y llevarme hacia el mejor camino.



ÍNDICE

RESUMEN	II
AGRADECIMIENTOS	III
INTRODUCCION	1
CAPITULO 1: LA DISCAPACIDAD Y SUS DISCURSOS	6
1.1 Concepto de discapacidad.....	6
1.2 La discapacidad: Un problema de todos	8
1.3 Discursos de la discapacidad	10
1.3.1 CONADIS y el discurso de la identidad	11
1.3.2 Infraestructura y el discurso de la movilidad	14
1.3.3 Discursos entorno a la integración laboral.....	16
CAPITULO 2: EL CONTACTO IMPROVISACION	19
2.1 Contacto Improvisación y noción de la inclusión.....	19
2.2 Contacto Improvisación y discapacidad.....	20
2.3 Opiniones sobre el contacto improvisación	22
2.4 Herramientas de Contacto Improvisación	23
2.4.1 Peso	24
2.4.2 Estructura	24
2.4.3 Equilibrio	25
CAPITULO 3: LABORATORIO DE CONTACTO IMPROVISACIÓN.....	27
3.1 Elección y rol de participantes.....	27
3.2 Mi rol en la investigación	28
3.3 Planteamiento del laboratorio	29
3.3.1 Primera etapa del laboratorio	29
3.3.2 Segunda etapa del laboratorio.....	30
3.3.3 Tercera etapa del laboratorio	30
3.4 Indicadores de observación del laboratorio	30

3.4.1 Indicador: Movilidad	31
3.4.2 Indicador: Reflexión	31
3.4.3 Indicador: Relación con el otro	31
3.5 Practica del laboratorio	32
3.5.1 Primera Sesión	32
3.5.2 Quinta Sesión	41
3.5.3 Novena Sesión.....	47
3.5.4 Decimosexta Sesión	53
CONCLUSIONES	60
BIBLIOGRAFIA	63
ANOTACIONES DEL LABORATORIO	68
APUNTES DEL LABORATORIO	82
ANEXOS	92



INTRODUCCIÓN

La presente investigación surge de un cuestionamiento personal que surge tras vivir con una leve condición de discapacidad en el lado derecho de mi cuerpo, llamada hemiparesia, que se puede definir como la disminución de la fuerza motora o parálisis parcial que afecta a un brazo y una pierna de un mismo lado del cuerpo. Es la consecuencia de una lesión cerebral, normalmente producida por la falta de oxígeno en el cerebro. Dicha condición me ha llevado a observar que somos parte de una sociedad que ha adoptado distintos modos de percibir la discapacidad, modos basados en la desinformación y la discriminación. Por tanto, somos incapaces de reconocer la diversidad. Al tener dicha condición he vivido en carne propia la manera en que las personas tienden a tratarme de forma distinta; ya sea como alguien incapaz de realizar ciertas actividades o con una actitud de prepotencia y superioridad. Dicha experiencia ha causado que sea excluida de ciertas actividades, o que haya recibido cierta sobreprotección sobre estas mismas.

Luego de 28 años viviendo con dicha condición de discapacidad motriz leve, y de haber experimentado distintos grados de discriminación y rechazo por parte de mi entorno, estas vivencias han repercutido en la manera en que percibo mi cuerpo, de manera que he llegado a cuestionar mis habilidades y capacidades de movimiento; es decir, las diversas maneras de segregación se han ido incorporando en mi pensamiento y en mi cuerpo. Estas barreras impuestas por el ámbito social se han ido afianzando e incorporando en el transcurso de mi vida.

En mi opinión, estas barreras surgen de una sociedad paternalista que, en la mayoría de los casos, crea dependencias y genera una cierta necesidad de asistencia hacia las personas en condición de discapacidad. Por ello, se les concibe como inferiores. Como parte de una sociedad paternalista en donde “pobrecito” o “me da mucha pena” son las principales ideas que vienen a la mente cuando uno piensa en una persona con discapacidad, éstas y algunas otras frases fueron parte de mi vida durante la etapa escolar - y, en algunas situaciones, hasta en la universitaria - en donde muchas veces los profesores decidían hacerme los trabajos manuales o excluirme de las actividades físicas.

Por otro lado, en el ámbito familiar, hubo diferencias marcadas en las actividades que yo podía realizar en relación con las que realizaba mi hermana. Y estas acciones poco a poco marcaron mi personalidad. Al ingresar a la carrera de Creación y Producción

Escénica en la Pontificia Universidad Católica del Perú, estas vivencias se transformaron en pensamientos que me llevaron a cuestionar si - con las habilidades de mi cuerpo - podría ser capaz de realizar o aplicar las herramientas aprendidas durante la carrera, particularmente en los cursos de Danza.

Al realizar los movimientos indicados en dichas clases, aparecían los espasmos y el movimiento fragmentado de mi brazo derecho, lo cual me llevó a concientizar la observación de mi cuerpo. Al mirar mi brazo derecho, el cual se desempeña de manera distinta al izquierdo debido a la discapacidad, me encontraba comparándome constantemente con mis compañeros, enfocándome en la diferencia entre nuestros cuerpos.

Esta experiencia trajo de vuelta a mi memoria aquellas vivencias que, a lo largo de mi vida, me habían hecho sentir que no era capaz de realizar las mismas actividades que las personas sin condición de discapacidad. Fue así como me percaté de la enorme influencia que los discursos sociales en torno a la discapacidad tuvieron sobre mi cuerpo, y que durante mucho tiempo limitaron mi potencial para desarrollar plenamente mis habilidades de movimiento.

A lo largo de mi carrera universitaria, he llevado distintos cursos de danza, en los cuales el movimiento era presentado como un espacio de libertad y apertura. A pesar de ello, siempre pensé que no podía bailar, ya que consideraba que para lograrlo debía cumplir con ciertos parámetros, o expectativas, tales como tener cierta flexibilidad, contar con el movimiento completo de mis dos extremidades inferiores y superiores; además de la habilidad de poder alcanzar cierto virtuosismo en algunos movimientos.

En sexto ciclo la Especialidad de Creación y Producción ofreció un taller de Contacto Improvisación (CI) que llamó mi atención y decidí inscribirme. Conocer esta práctica me llevó a replantear mi idea de la danza y cuestionar mis pensamientos previos respecto a “no poder bailar”, pues descubrí que lo importante en esta práctica no estaba en el virtuosismo del movimiento sino en estar dispuesto a escuchar el movimiento de la otra persona en términos equitativos.

Al principio de la práctica, me enfocaba en la dureza y poca fluidez que tenían mis movimientos, pero después de algunos meses sumergida en ella, fui observando que mi perspectiva cambiaba y se enfocaba en la relación, comunicación y la presencia del otro individuo. Los ejercicios propuestos tenían como principal consigna el estar en el “aquí y ahora”, lo cual lograba que reconectara con el reconocimiento de mi cuerpo,

mediante el movimiento desde mis propias posibilidades. Sin embargo, la sensación de no poder bailar y que mis movimientos no fuesen tan buenos como los del resto seguían presentes. Por esta razón, empecé a preguntarme por qué es que estos pensamientos estaban tan incorporados en mí y se me hacía tan difícil aceptar mi danza. Sin embargo, progresivamente, la práctica de Contacto Improvisación se volvió un espacio desde el cual logré cuestionar aquellos discursos en torno a mis limitaciones corporales, aquellos que había recibido en mi entorno a lo largo de mi vida.

Según Brown, el CI se puede definir como “un medio para unir a las personas de una manera que evite o al menos desaliente la asunción de roles y desigualdades de poder que estos roles a menudo conllevan.” (1997: 19, traducción propia). Esta visión logró que yo dejase de ver mi movimiento como inferior al del resto. Dejé de juzgarlo y comencé a aceptarlo. Fue así como descubrí *mi* danza y un proceso de desarrollo de mis habilidades de movimiento. Como resultado de mi experiencia personal, sostengo que la práctica de Contacto Improvisación es un espacio que permite a la persona con condición de discapacidad investigar sus propias habilidades de movimiento.

Vivimos en una sociedad que basa sus principios en jerarquías y estereotipos que fomentan la exclusión y discriminación de personas con condición de discapacidad. Por su parte, la práctica de Contacto Improvisación propone el principio de inclusión a través de la práctica del movimiento. Este es un aspecto social-político que, para uso específico de esta investigación, vincula los temas de discapacidad y CI. La inclusión es uno de los discursos más polémicos en la actualidad. Constantemente escuchamos debates sobre la inclusión en instituciones y espacios sociales. Pero ¿qué pasa realmente en la esfera del cotidiano? ¿Somos realmente capaces de ser inclusivos? ¿Qué implicaciones para un cuerpo con condición de discapacidad tienen los distintos discursos de rechazo y discriminación? ¿Cómo afectan estos discursos al desarrollo pleno de su movilidad?

Esta investigación parte de la idea que existe un vínculo entre el desarrollo motriz de la persona con condición de discapacidad y los diversos discursos en torno a la discapacidad que han sido inculcados y reproducidos dentro de las esferas social y personal de los cuerpos. El proyecto se desarrolla en tres ejes principales: el concepto de discapacidad y los discursos que se han generado alrededor de esta - específicamente en la ciudad de Lima -; la manera en la que estos discursos afectan a los cuerpos con condición de discapacidad; y, por último, presenta los resultados de un laboratorio de

Contacto Improvisación en el cual se investiga como la persona con discapacidad desarrolla o reconecta con sus habilidades de movimiento.

Asimismo, la investigación busca indagar sobre las siguientes preguntas: ¿En qué medida las herramientas del Contacto Improvisación aplicadas en un laboratorio permiten que la persona con discapacidad desarrolle habilidades para el movimiento desde la percepción de su cuerpo?, ¿cómo evoluciona la conciencia del cuerpo en el individuo a través de las herramientas del contacto improvisación? y, por último, ¿el laboratorio de herramientas de Contacto Improvisación evidencia los discursos encarnados en el cuerpo de la persona con discapacidad?

Esta investigación se compone de cuatro capítulos. El primero aborda la discusión en torno al concepto de discapacidad y su relación con la esfera social y el cuerpo. También presenta información acerca de instituciones en la ciudad de Lima cuyo propósito es que las personas con discapacidad conozcan sobre las facilidades que existen para integrarse a la vida cotidiana. Argumento que las acciones de dichas instituciones no son suficientes para consolidar de manera eficiente dicha inclusión, y qué, por lo tanto, la sociedad se mantiene en la desinformación y el prejuicio. El segundo capítulo inicia con una breve definición del Contacto Improvisación y su aproximación social-política que aboga por la igualdad entre cuerpos y la no jerarquía. Argumento que esta visión inclusiva, representa la contra postura a la crítica que realizo en torno a los discursos de la discapacidad, ya que, a diferencia de estos, el CI tiene como principio la no discriminación y exclusión de los individuos. El tercer capítulo, presenta la metodología que llevó el laboratorio de Herramientas de Contacto Improvisación; la elección de los participantes y las etapas del laboratorio. Finalmente, el cuarto capítulo, presenta los hallazgos obtenidos durante la práctica de laboratorio que se llevó a cabo durante los meses de abril a junio de 2019. El laboratorio, conformado por cinco integrantes, incluida la autora de la presente investigación, enfocándose en observar particularmente el desarrollo de Erick Ríos¹, persona con condición de discapacidad motriz severa. Finalmente, las conclusiones presentan una reflexión en torno a la investigación.

¹ Todos los participantes autorizaron para que sus nombres y sus historias sean mostradas en esta investigación. Ver anexo 1.

Metodología

La metodología de investigación consistió en la realización de un laboratorio de Contacto Improvisación que tuvo dieciséis sesiones, conformado por cuatro participantes - incluida yo, autora de esta investigación - y un facilitador. Para la recopilación de información del laboratorio, utilicé formatos de registro tales como: grabación de todas las sesiones; bitácoras de los participantes del laboratorio; escritura de un documento basado en la recopilación de anotaciones personales sobre las sesiones; y, por último, espacios de conversaciones colectivas e individuales con los participantes del laboratorio. Estas herramientas me permitieron obtener información sobre mi laboratorio de manera más detallada.

Para la interpretación de esta información me he basado en las distintas fuentes de información que he nombrado anteriormente, mi experiencia como artista escénica y persona con condición de discapacidad, además de la interacción y experiencia de los participantes del laboratorio y la del facilitador. Por último, se consultaron textos, artículos y otras fuentes teóricas que fueran congruentes con los abordajes de la presente investigación en las áreas de Contacto Improvisación, Somática y Discapacidad.

Tipo de investigación

Según la Guía de Investigación en Artes Escénicas PUCP, está es una investigación que parte desde las Artes Escénicas (Ágreda Carbonell, Mora Wiesse & Ginocchio, 2019) y busca ampliar el conocimiento sobre la experiencia de la práctica de Contacto Improvisación y su efecto en las personas con condición de discapacidad.

CAPÍTULO 1: LA DISCAPACIDAD Y SUS DISCURSOS

Si bien el objetivo de esta investigación no es profundizar en el concepto de discapacidad, considero relevante trazar parte de su construcción histórica, específicamente en la visión moderna occidental, siendo esta la que nos compete para comprender cómo la noción del cuerpo discapacitado o cuerpo “anormal” llegó a significar lo que entendemos en la actualidad. Y porque, a pesar de los esfuerzos institucionales y de diversas esferas del arte escénico, los cuerpos con condición de discapacidad se mantienen en condición de exclusión.

1.1 Concepto de discapacidad

Según el filósofo Paul B. Preciado, durante los años 1830 a 1850 aparecen las nociones modernas de los cuerpos deficientes o cuerpos con discapacidades físicas o psíquica. El proceso que lleva a la invención del concepto de discapacidad abre brechas en la taxonomía de la clínica, puesto que lo que caracteriza a la deficiencia y a la discapacidad es que no son enfermedades, ya que no tienen, en sentido estricto, cura. Son mas bien condiciones crónicas, por tanto, parecen escapar a la lógica disciplinaria que domina la clasificación de “normal” y de “patología”. Este nuevo cuerpo deficiente, discapacitado, aparece como un cuerpo al que la clínica no puede proponerle una solución de cura.

El hecho de que las nociones de discapacidad y deficiencia son efectos también de ese aparato disciplinario que normaliza los cuerpos, nos lleva a observar que se tratan de nociones cultural e históricamente construidas. Lo que nos lleva a poner atención a los procesos, al conjunto de técnicas del cuerpo, a las prácticas de gobierno y de aparatos de verificación que finalmente son los que producen y construyen el cuerpo como deficiente y discapacitado. En otras palabras, mirar hacia el contexto social para entender la esfera individual del cuerpo (Preciado, 2013)

A mediados del siglo XVIII, en Gran Bretaña, durante el periodo de la revolución industrial las personas con condición de discapacidad eran vistas con responsabilidad pública. Sin embargo, aún no lograban formar parte de la producción, puesto que se industrializaron los procesos en la agricultura, y cada vez había menos producción artesanal. Lo que generó la pérdida de su sustento económico y los recursos para acceder a una calidad de vida adecuada (Hernández, s.f.).

A raíz de la industrialización, ocurrieron numerosos accidentes laborales que desencadenaron un incremento de las personas con condición de discapacidad, lo cual generó una evidencia y consciencia, pero manteniendo a estas personas aisladas en especie de centros u hospitales creados para tal fin (Valencia, 2014). Durante este mismo periodo, el cuerpo empieza a ser observado con mayor atención, ya que era una de las principales herramientas de trabajo, y, al no ser este capaz de entrar dentro de las exigencias del nuevo sistema de producción, era considerado discapacitado.

Preciado (2013) complementa esta reflexión mencionando que una de las definiciones del cuerpo discapacitado es precisamente un cuerpo que no puede entrar como cuerpo productivo en la cadena taylorizada. Por lo tanto, es un cuerpo que parece no poder adaptarse a la máquina de producción, un cuerpo improductivo y cuya *improducción*, aparece como “discapacidad biopolítica”, es decir una discapacidad que tiene que ver con el cuerpo del individuo.

La relevancia de estos hechos se encuentra en la contextualización del señalamiento formal de los cuerpos en condición de discapacidad o excedentes de la norma. La segregación del sistema de producción que empeoró las condiciones de vida de quien no fuera capaz de entrar en la cadena productiva o representar los códigos funcionales y estéticos de la mayoría.

Así pues, vemos de qué manera esta connotación está relacionada con el sistema capitalista de aquel momento, y, en la actualidad, con las lógicas del mercado.

A partir del siglo XIX, los avances en educación para personas con discapacidad tuvieron vitales progresos con el invento del sistema Braille de Louis Braille. Este sistema que permitía a las personas con discapacidad visual leer y escribir a través del tacto. En América Latina también hubo grandes avances con la creación de la primera escuela para personas sordas y mudas, fundada en Argentina. En 1919, como resultado de los acuerdos de paz al final de la Primera Guerra Mundial llevados a cabo en Versalles, Francia, se fundó la Organización Internacional del Trabajo (OIT), la cual fue la primera organización en brindar y proteger los derechos de las personas con discapacidad. La Organización Internacional de Trabajo (OIT,1955), posteriormente, publicó su recomendación Nro. 99 sobre rehabilitación y empleo a las personas con condición de discapacidad, en donde planteaba la necesidad de incluirlas en empleos donde podrían ofrecer sus servicios ya sea físicos o intelectuales, capacitándolos para que encuentren un empleo donde puedan desenvolverse según sus habilidades.

Por su parte, el 3 de diciembre de 1992 la Organización de las Naciones Unidas (ONU) declaró el “Día Internacional de la persona con discapacidad” con el fin de lograr una mayor sensibilización por parte de la sociedad. El 13 de diciembre de 2002 el mayor logro de los movimientos sociales de las personas con condición de discapacidad fue que la ONU aprobara la “Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad”, y un protocolo facultativo el 13 de diciembre de 2006 donde se aclara que:

[...] el propósito de la presente Convención es promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales por todas las personas con discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente. (Organización de las Naciones Unidas (ONU), 2006, art. 1).

A lo largo de la historia, la noción de discapacidad ha sido abordada y pensada de diferentes maneras. En primer lugar, el modelo de prescindencia nació desde la sociedad antigua donde las personas con condición de discapacidad eran excluidas de la sociedad gracias al contexto religiosos a través de políticas eugenésicas o de marginación. Por otro lado, el modelo médico o rehabilitador nace desde un contexto médico o científico, donde las personas con condición de discapacidad pueden servir a la sociedad solo si llevan un tratamiento de rehabilitación que ayude a normalizar su condición en la mayor medida posible. Mientras tanto, el modelo social difiere de los modelos anteriormente descritos, para centrar la discapacidad no en la persona con condición de discapacidad, sino en la sociedad que reproduce e impone estas nociones sobre los cuerpos.

Si bien es cierto que, en la actualidad, ciertos sectores de la sociedad - incluyendo las instituciones gubernamentales - apuestan por ampliar la perspectiva de lo que la discapacidad significa, aún persiste la discriminación hacia las personas con condición de discapacidad. Esto puede explicarse en que las nociones de productividad se mantienen vigentes hasta hoy. A pesar de que nos encontramos en un periodo distinto al de la industrialización, la sociedad actual aún equipara la noción de cuerpo sano con la de productividad.

1.2 La discapacidad: un problema de todos

Con respecto a la discapacidad y el contexto peruano, El Consorcio de Investigación Económica y Social (CIES) menciona que “tres millones y medio de

peruanos tienen una discapacidad asociada a exclusión social” (Maldonado, 2007, p. 1). En Lima, se etiqueta a una persona con condición de discapacidad como “inválido”, “enfermo”, o “incapacitado”. Estos son algunos de los pensamientos de exclusión que predominan en la sociedad limeña y se perpetúan ante la falta de acciones de parte del gobierno peruano para deslegitimar este pensamiento.

Según Burn Colins (1998):

El activista británico Paul Hunt sostiene que, las personas con discapacidad han sido «desventuradas» porque se las considera incapaces de disfrutar de los beneficios de la sociedad moderna. Dado el carácter prioritario del trabajo en la cultura occidental, estas personas son consideradas “inútiles” para el bienestar económico de la comunidad. De este modo están en la misma situación que otros grupos oprimidos de la sociedad (minorías étnicas, homosexuales). (p.62)

De la misma manera Burr (2017) reflexiona sobre la persona con condición de discapacidad y comenta que:

[...] una persona con condición de discapacidad es excluida por su condición física, ya que no tiene una funcionalidad igual que el resto, ¿por qué no ser vistos nosotros como personas con condición de discapacidad sí podemos observar o si caminamos y no andamos en silla de ruedas? Entonces podemos decir que discapacidad es una función del entorno en el cual las personas están obligadas a vivir, no una cualidad que les pertenece. (p.7, traducción propia)

El pensamiento de Burr va acorde al planteamiento de esta investigación, pues considera la condición de discapacidad como un efecto del entorno más no una cualidad inherente a las personas. Es decir, la persona no es discapacitada, sino que tiene una condición que limita su desenvolvimiento en una sociedad que no se llega a adaptar a esta. Esta persona con condición de discapacidad es excluida por no encajar en los parámetros que determina la sociedad; y marginalizada a través de discursos, a su vez reflejados en las prácticas sociales, que determinan la forma en que aquel cuerpo - en condición de discapacidad - debe habitar el espacio y actuar.

Los discursos, en este contexto, indican al cuerpo qué es lo que no puede realizar, y por qué no puede realizarlo de la misma manera que lo determinado por la sociedad, Esto limita las posibilidades de exploración y plasticidad del cuerpo en condición de discapacidad., por considerar que no pueden ejecutar acciones (Jiménez, 2014). Es por ello por lo que se puede observar que la discapacidad es un problema para toda la sociedad. Así, pues, señala la OMS:

La discapacidad es parte de la condición humana. Casi todas las personas tendrán una discapacidad temporal o permanente en algún momento de sus vidas, y los que sobrevivan y lleguen a la vejez experimentará cada vez más dificultades de funcionamiento. (Organización Mundial de Salud, 2011 p.3)

1.3 Discursos de la discapacidad

Un discurso es una práctica social que se articula a partir del uso lingüístico contextualizado, ya que éste se encuentra dentro de un entorno social. En relación con los discursos de la discapacidad, uno de los más prevalentes en la sociedad peruana es que:

Existen hoy tres grandes formas de definir la discapacidad, cada una con sus respectivos autores, tradiciones, legislaciones, políticas públicas y demás. La primera de ellas, remite a discursos y prácticas que se sostienen en la solidaridad, la piedad, la lastima, y por lo tanto, la asistencia (terapéutica, económica, etc.) y, es a su vez la que el discurso medico mejor puede promover, ya que la legitimidad de su saber se basa en el tratamiento y la rehabilitación del cuerpo, en procesos individuales en los que cada individuo con discapacidad deberá aproximarse en la mayor medida posible al ideal de normalidad que establece lo que es esperable funcionalmente y conveniente socialmente. (Contino, 2013 p.177)

Este argumento se encarna en los cuerpos de las personas en condición de discapacidad.

Por su parte, Rosato y Angelino (2009) señalan que:

Las ausencias en el otro discapacitado, que se manifiestan como “faltas” – de un miembro del cuerpo, del buen funcionamiento de algún órgano, de

algún “punto” de coeficiente intelectual-, lo convierten en un ser incompleto con respecto a nosotros. La discapacidad es construida, entonces, como fenómeno de carácter individual, con origen biológico, que expresa alguna anormalidad [...]. Aparece, además, la necesidad de que esos otros que se alejan de la normalidad intenten por medios propios, con la ayuda de otras personas o a través de las políticas estatales, normalizarse y así llegar hasta lo “esencialmente humano”. (p. 67)

Los discursos acerca de la discapacidad se empiezan a crear a partir de una comparación donde existe lo normal y lo anormal, comparando lo completo de lo incompleto. Así, estos discursos generan paradigmas y estructuras de lo que es lo normal y lo que es lo anormal.

1.3.1 CONADIS y el discurso de la identidad

En Perú, el Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad (CONADIS) es la institución que tiene como objetivo garantizar el reconocimiento y la protección de los derechos de todas las personas con condición de discapacidad, además, busca crear condiciones en su entorno que les permitan ejercer sus derechos en igualdad, superando así brechas y eliminando obstáculos (Plataforma Digital Única del Estado Peruano, 2019). El proceso de evaluación para determinar el tipo de discapacidad de cada individuo se hace a través del Ministerio de Salud (MINSALUD), ESSALUD, los locales de sanidad de las Fuerzas Armadas y de la Policía Nacional del Perú, así como diversos establecimientos de salud autorizados (centros hospitalarios acreditados por el Ministerio de Salud, por ejemplo). Luego de esta evaluación se crea un informe que es enviado al CONADIS, quien genera un carné que indica que dicha persona tiene una discapacidad y las características de esta misma. Los carnés se dividen en dos grupos:

i) el primero para las personas con condición de discapacidad severa - que es aquella situación por la cual una persona, que depende de una ayuda biomecánica, necesita ayuda o el soporte de otra para poder realizar sus actividades cotidianas. Se está entendiendo que la categoría de “severo” consiste en la “dependencia” de un tercero (Espacio Sostenible, 2016)

ii) el segundo para las personas con condición de discapacidad leve y moderada.

El carné incluye también tres características acerca de la condición de discapacidad: la condición afectada, por ejemplo, comunicación, cuidado personal, locomoción, etc.; El diagnóstico codificado según el CIE-10, por ejemplo, G25.9 (Desórdenes extrapiramidales y del movimiento, sin especificar), G93.4 (Encefalopatía, sin especificar); y, finalmente, el grado de la discapacidad, los cuales están indicados en el color del mismo (amarillo en el caso de discapacidad severa y celeste en el caso de discapacidad leve y moderada). Esta información se detalla bajo los parámetros de la OMS.

Según el ex presidente del CONADIS, Fernando Bolaños Galgos, el uso del carné facilita la identificación del tipo de discapacidad de la persona con la cual estás estableciendo un vínculo, logrando así que los beneficios brindados por el CONADIS se cumplan. Sin embargo, este no sugiere donde obtener información sobre la discapacidad señalada ni detalla los requerimientos específicos para facilitar la interacción con el portador. Considero que este documento, además de informar qué tipo de discapacidad tiene la persona podría también brindar información más detallada de la discapacidad. Por ejemplo, si alguien tiene discapacidad motriz, ceguera o Síndrome de Down, el carné no debería decir únicamente si esta es leve, moderada, o severa, sino que también debería de brindar información más detallada sobre la discapacidad. Podría, además, brindar información de cómo poder acercarte a la persona con discapacidad, cómo brindarle apoyo, con el fin de ayudar a la persona con condición de discapacidad a poder crear un vínculo más cercano con la persona que esté leyendo el carné. Si una persona regular no tiene conocimiento previo sobre en el tema de discapacidad, y no sabe cuáles son los parámetros de la OMS, no le es útil leer el carné puesto que no lo entenderá completamente. Este carné no logra brindar información sobre cómo relacionarte o cómo brindar apoyo a la persona, ya que la información brindada es ineficaz si no hay una previa capacitación en referencia a los parámetros mencionados.

Considero que, en las condiciones actuales, contar con un carné que cataloga a alguien como persona con condición de discapacidad no es de gran ayuda, ya que no brinda información completa sobre la condición de discapacidad. Genera una experiencia que impacta en su cuerpo, ya que, al estar catalogado como persona con condición de discapacidad, encasilla a la persona dentro de ciertos parámetros y la limita a poder desarrollar ciertas actividades - ya que en teoría no las puede realizar - desanimándole de explorar sus propias posibilidades y creando la idea de que no puede realizarlos.

Por ejemplo, en el laboratorio desarrollado para sustentar la presente investigación, se observó que Erick Ríos, quien tiene una discapacidad motriz cuyo tipo, según sus propias palabras desconoce, pero que según el carné de CONADIS está definida como discapacidad de comunicación, cuidado personal, locomoción, disposición corporal, destreza (G25.9, G93.4)², me permitió cuestionar la importancia que le brindan a las personas con discapacidad. En realidad, a través del carné, se ha encasillado esta discapacidad frente a distintos parámetros que por sí solos pueden significar una amplia variedad de situaciones. Sin embargo, Erick es un técnico en contabilidad con perfecto uso de su capacidad mental y de sus habilidades profesionales. Esta situación confirma que los conceptos brindados por el carné no son suficientes para que todas las personas las entiendan.

Por otro lado, El CONADIS realiza alianzas con distintas entidades tanto públicas como privadas que ofrecen descuentos en servicios móviles, pases gratuitos para el transporte público, descuentos al costo de entradas para eventos culturales, etc. Además, brindan beneficios y retribuciones a través de las distintas leyes que se han aprobado a favor de las personas con condición de discapacidad como acceso preferencial en los establecimientos públicos y privados, parqueos reservados en la vía pública, estacionamientos, entre otros.

Gracias a la ley N° 29973 y el CONADIS, las personas con condición de discapacidad severa tienen pase libre en el servicio de transporte público terrestre urbano e interurbano (Ley N° 29973). Este beneficio es fundamental, ya que genera menor gasto en los costos de movilidad. Sin embargo, no todas las empresas de transporte público aceptan este beneficio, y las que sí lo hacen no cubren todas las rutas de la ciudad. Entonces, si esta ley no es respetada cabalmente ¿cómo puede beneficiar a las personas con condición de discapacidad, si las limita a circular por ciertos parámetros de la ciudad? Ello ocasiona que las personas con discapacidad que no tengan el suficiente poder adquisitivo y no puedan tomar un taxi o un transporte privado no puedan llegar al lugar deseado, o caso contrario, tengan que tomar varias rutas y/o movilizarse a pie mucho más que una persona que no tenga esa condición. Esto también afecta su dignidad personal.

² Ver Anexo 2

Asimismo, el transporte público no es accesible para las personas con condición de discapacidad, ya que los vehículos no están habilitados correctamente para su uso. Al respecto:

Malena Pineda, jefa del Programa de Defensa y Promoción de los Derechos de las Personas con Discapacidad de la Defensoría del Pueblo, reveló que el 50% de las personas de este grupo poblacional se movilizan a pie y el 30% utiliza taxi a causa de las deficiencias de la ciudad. Esto provoca que gasten el doble. (Revilla, 2019, párr. 6).

Entonces, ¿cómo puede ser efectiva la ley 29973 si los buses no están correctamente equipados y no son accesibles para este grupo de personas? ¿Qué tan eficiente es tener una ley en donde a primera instancia ya se sabe que a su totalidad no va a poder ser efectiva? Conforme señala Enfoque Urbano:

[...] no existe un diseño universal en los taxis, ni los buses, ni en las calles. Para que haya un transporte accesible se necesita una reforma integral que no sólo se agota en aspectos de infraestructura, sino también de cultura. (Espacio Sostenible, 2016, pg. 12)

Es decir, no basta con crear leyes. También es necesario invertir en la infraestructura del país para asegurarse que la vía pública y el plan de transporte público puedan servir a este grupo de personas.

1.3.2 Infraestructura y el discurso de la movilidad

Lima no es una ciudad amigable para las personas con condición de discapacidad, ya que no cuenta con las estructuras necesarias para un fácil desplazamiento, lo que genera una exclusión y un rechazo hacia la persona en condición de discapacidad. Según la psicóloga Vivien Burr, una vez que proporcionamos rampas a edificios, sillas para las escaleras y hacemos los ajustes apropiados a los baños y electrodomésticos de la cocina, la discapacidad se reduce de manera efectiva. Podríamos argumentar que, si estuviéramos adaptando todo el entorno construido específicamente a las habilidades del usuario de la silla de ruedas, no tendría sentido en lo que sería significativo referirse a ellos como discapacitados (Burr, 2003, p.38 traducción propia). Así, podríamos considerar que, con

la infraestructura correcta, las personas con una condición de discapacidad serían capaces de hacer las mismas actividades que una persona sin una condición de discapacidad.

“El diseño universal o diseño para todos fue creado en Washington (Estados Unidos, 1963), y este nos indica que el diseño de productos y entornos debe ser creado para ser usado por todas las personas posibles, sin adaptaciones ni un diseño especializado” (Huerta, 2006, pg. 24). Este concepto tiene varios principios que deben respetarse: el uso equitativo, con el fin de ser empleado por personas con condición de discapacidad motriz; el uso flexible, con el fin de ser un producto acomodable y con amplio rango de preferencias y habilidades individuales; el uso simple e intuitivo, en donde la practicidad y lo simple predominan; la información perceptible, en donde se transmite información necesaria al usuario para poder hacer uso del producto; la tolerancia al error, que minimiza riesgos y consecuencias adversas; el mínimo esfuerzo físico, en donde se usa cómodamente y sin mostrar fatiga; y, finalmente, adecuado tamaño y alcance, tener una medida y disponibilidad del objeto que haga este manipulable y accesible para todos.

La accesibilidad consiste en diseñar pensando en todas las personas. No solo diseñar en base al común denominador, sino considerando a niños, adultos mayores, personas con discapacidad visual, mujeres embarazadas, personas con coches de bebé, personas en sillas de ruedas, etc. Sin embargo, normalmente se crean estos espacios accesibles con estándares generales mas no innovando para crear un espacio más amigable con las personas con condición de discapacidad. Un ejemplo de esto es en la construcción de rampas. En muchas esquinas observamos dos rampas pequeñas independientes una de la otra, en vez de una rampa grande en toda la esquina o en el cruce, de ser el caso. La diferencia entre estas es que, al crear una rampa más grande, la persona con una condición de discapacidad tiene mayor libertad de movimiento para que se transporte con mayor facilidad. Otro ejemplo de ello son las rampas ubicadas muy cerca de los árboles o en la mitad de una berma, que ocasionan que una persona con discapacidad visual pueda chocarse o una persona en silla de ruedas tenga que utilizar la pista en lugar de la berma. Lo mismo sucede con aquellas rampas que presentan una inclinación o pendiente muy pronunciada, lo que obliga a que las personas con condición de discapacidad requieran de otras para que les ayude a usar la rampa restándoles su capacidad de movilidad individual.

La persona con condición de discapacidad que se encuentra en Lima y quiere transportarse por ella, o pasar un momento de recreación, se encuentra con muchas dificultades por superar por sí sola, debido a las situaciones señaladas anteriormente. Por ello, son éstas las que se ven limitadas en transitar por los diversos espacios, generando que empiecen a considerar que necesitan una ayuda extra o que simplemente no pueden realizarlo.

1.3.3 Discursos entorno a la integración laboral

En el Perú existen otras leyes que brindan un respaldo a las personas en condición de discapacidad, estas se encuentran descritas en la Constitución. La ley N° 27050, Ley General de la Persona con Discapacidad, establece el alcance del desarrollo e integración social, económica y cultural, y también establece derechos y roles del Estado y la familia. La ley N° 29973, Ley General de la Persona con Discapacidad, que establece el marco legal para la promoción, protección y realización, en condiciones de igualdad, de los derechos de la persona con discapacidad, mediante la cual se promueve la inclusión plena y efectiva en la vida política, económica, social, cultural y tecnológica. También protege el derecho a accesibilidad, desarrollo, derecho al trabajo en igualdad de condiciones, oportunidades y remuneración, medidas de fomento y bonificación en concursos públicos de méritos, cuota de empleo de entidades públicas (5% de la totalidad de su personal, cuota de empleo de empleadores privados, no inferior al 3% si cuentan con más de 50 trabajadores en planilla), derecho a ajustes razonables en el lugar de trabajo y deducción adicional de impuesto a la renta de tercera categoría sobre gastos de ajustes razonables, y empresas que cuenten con trabajadores con condición de discapacidad. Si bien estas leyes garantizan que las personas en condición de discapacidad accedan a ciertos derechos, estas no se cumplen en su totalidad, por una serie de variables que detallaré a continuación.

Con respecto al campo laboral y al cumplimiento de la ley N° 29973, se requiere que las entidades tanto estatales como privadas que cuentan con más de 50 trabajadores en planilla cumplan con un mínimo del 3% de su personal con condición de discapacidad. Sin embargo:

Ni en las empresas privadas, ni en las mismas empresas estatales se cumple la cuota. Eso ya es función del Ministerio de Trabajo, verificar que

se cumpla con la Ley. Una ley que está vigente desde hace siete años incluso - Darío Portillo Romero, presidente del Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad (CONADIS). (Escarcena, 2019, p.1)

Esta situación revela que existe una segregación de facto en cuanto a las oportunidades laborales de las personas con una condición de discapacidad. A pesar de que existe una ley establecida años atrás, las empresas no están cumpliendo con sus requerimientos.

En el laboratorio de Herramientas de Contacto Improvisación, se observó que Erick, en todas los círculos iniciales o finales de conversación sobre la discapacidad, siempre mencionó que lo que a él más le afectaba era el hecho de no encontrar trabajo. Él nos comentaba que, por su condición, no era contratado a pesar de contar con los estudios necesarios. También comentó como muchas veces le han colgado el teléfono cuando estaba llamando para postular a algún puesto de trabajo por el hecho que él se demoraba más en decir las cosas o las comunicaba con un tono de voz acorde a su condición de discapacidad.

Entonces, si estas leyes no son cumplidas, y las personas que tienen alguna condición de discapacidad no pueden ser incluidas de la misma manera en los trabajos y/o en los espacios públicos, empiezan a ser excluidos de la sociedad y a ser señalados y discriminados por la diferencia que se refleja en la condición que tienen.

Son estas acciones y espacios en donde los discursos ya revisados se manifiestan, lo cual causa que una persona con condición de discapacidad no logre integrarse a la sociedad debido a la marginación que recibe. Estas acciones se vinculan directamente con instituciones del Estado que tienen como deber respaldar a una persona en condición con discapacidad. Considero que estos discursos generan que la condición de discapacidad de la persona se agudice, y genere limitaciones en base a circunstancias que no les beneficia. Por ende, son los discursos los que inciden y se encuentran inmersos en la individualidad del cuerpo de la persona con condición de discapacidad. Estos discursos se encuentran internalizados en los cuerpos de las personas con condición de discapacidad, al ser cuerpos que van construyéndose a partir de su propia experiencia individual, social, y familiar.

Me interesa resaltar cómo los cuerpos existen en relación con sus entornos y con los discursos de discapacidad que llegan ellos y los afectan de diversas maneras. La persona debe de pasar por distintas experiencias en donde el cuerpo se encuentra en una desventaja para su desenvolvimiento. Esta experiencia genera que la construcción del cuerpo traspase el ámbito físico y empiece a afectar la identidad y personalidad de la persona.

[...] Está atravesada por mitos, creencias y significaciones que son socialmente construidas. Así, se piensa en un sujeto cuyo origen se definirá en los primeros años de vida no solo por el intercambio con sus padres, sino que, en cada encuentro significativo a lo largo de su vida, forma y construye su ser con el otro, o sea, en múltiples orígenes del mundo subjetivo y vincular. (Sosa, 2005, p.16).

El cuerpo se construye a través de vivencias y discursos que la persona experimenta a lo largo de su vida. Para una persona con condición de discapacidad, hay una mayor probabilidad que estas experiencias no sean tan gratas.

Luego de haber atravesado por estos tres discursos y las acciones en las que se encuentran reflejados, puedo sostener que la falta de accesibilidad e inclusión genera un rechazo a las personas con condición de discapacidad. Es a partir de este rechazo que se les priva de alguno de sus derechos humanos, específicamente: la igualdad y no discriminación, la vida, libertad y seguridad, el derecho al trabajo, el derecho a la salud, el derecho a la educación, y el derecho al desarrollo. De esta manera, esto se convierte en una de las razones por las que la discapacidad se vuelve notoria y la persona con condición de discapacidad empieza a ser excluida y/o señalada por la sociedad.

Para cuestionar el discurso de la discapacidad y como éste afecta al cuerpo de la persona con discapacidad, como ya se ha mencionado, utilizo la práctica del Contacto Improvisación, ya que sus principios de inclusión me permiten ofrecer un espacio de horizontalidad e igualdad. Es en este espacio en donde yo puedo percibir cómo estos discursos han afectado la habilidad y el entendimiento de movimiento de una persona con condición de discapacidad. Es una práctica en donde se trabaja a partir del cuerpo y la movilidad que puede tener, además de explorar las relaciones que puede generar con otros cuerpos, desde empezar a observarse a sí mismo al mismo nivel jerárquico que otro cuerpo.

CAPÍTULO 2: EL CONTACTO IMPROVISACIÓN

2.1 Contacto Improvisación y la noción de inclusión

El Contacto Improvisación (CI) es una práctica de movimiento que se deriva de la danza, creada por el bailarín estadounidense Steve Paxton, quien trabajó con los reconocidos bailarines Merce Cunningham, Martha Graham, Robert Dunn y José Limón. El mismo Paxton (1975) define el CI como:

[...] un sistema dual basado en los sentidos del tacto y del equilibrio: Los miembros del dúo se tocan mucho uno a otro pues es a través del tacto como se transmite la información sobre el movimiento del otro. Además, tocan el suelo, y ahí está el énfasis en la constante conciencia de la gravedad. También están en contacto consigo mismos internamente y se mantiene una concentración en la totalidad del cuerpo (p.40).

En este sentido, el Contacto Improvisación es una práctica donde los participantes están en constante exploración de sus sentidos a través del tacto. Por tanto, genera que exploren sus cuerpos y alcancen una mayor conciencia de ellos. Entre las características más resaltantes del CI están la horizontalidad, el contacto con otra persona, y la creatividad e importancia en el movimiento, de todos sus participantes.

Asimismo, según Menacho (2008) la práctica de Contacto Improvisación es:

[...] una forma de danza que intentaba expresar no solo una modalidad artística y novedosa con relación a los horizontes marcados, sino que intentaba construirse como el vínculo de una experiencia que permite definir, en base a ideales igualitarios y democráticos en que la subjetividad resultaba conformada en las sociedades occidentales contemporáneas. Logrando así una práctica en donde los bailarines pueden ser amateurs o profesionales, sin importar su edad, condición física o sexo; y se materialicen modos alternativos al relacionarse con los otros que no estén fundados en la jerarquía, manipulación y la dominación, creando un espacio de crítica a las estructuras de comportamiento de la sociedad contemporánea (p. 2).

Desde su creación, el CI tuvo como objetivo ser un acto político, para cuestionar estructuras y jerarquías desde una postura de horizontalidad. “El Contacto Improvisación mantiene premisas de apertura que pone en cuestionamiento los criterios demandantes de la sociedad con relación a los criterios que constituyen un cuerpo apto para desempeñar una actividad física artística que merezca de públicos” (Menacho; 2008 párr.16). Resalto esta reflexión como un punto relevante de la presente investigación, y frente a mi postura en relación a los discursos actuales de la discapacidad. Por lo cual justifico la utilización del CI como herramienta de investigación desde la práctica para observar al cuerpo en movimiento que, desde sus inicios, se concibió como una propuesta inclusiva.

Para Steve Paxton (1975), la práctica se define como “[dejar] de pensar en la forma del movimiento individual para empezar a ver el movimiento a partir de la creatividad y una pareja, dentro de un contexto de parejas” (p.40). Al tener que trabajar la creatividad del movimiento partiendo de un movimiento en conjunto, esta práctica se basa en el contacto físico con la otra persona, donde la escucha y la conexión son uno de los pilares para generar ese movimiento en conjunto.

2.2 Contacto Improvisación y discapacidad

Desde su formación el Contacto Improvisación se planteó como un desarrollo significativo a nivel pedagógico. Logró interacción entre las personas con condición de discapacidad y las personas sin discapacidad durante la danza. Creando un espacio de desarrollo horizontal para las personas con condición de discapacidad, permitiendo equidad al momento del baile.

En la revista Contact Quarterly en 1988 aparece la primera investigación acerca de los avances relacionados de la danza del CI por Alessi, Ptashek y Nelson (Dance with different needs) (Brugarolas, P.176). Ellos ofrecieron distintas posibilidades de percibir la danza dándole a las personas con condición de discapacidad nuevas posibilidades dentro de los márgenes que tiene el CI para este colectivo. Dentro de estas posibilidades se encuentra la importancia del conocimiento del propio cuerpo, el control de la respiración, la relación con el entorno, con el espacio y tener consciencia de los movimientos que se generan a través de impulsos. Generar el espacio permitió empatía hacia las personas con condición de discapacidad sensorial visual. En los años 90, Bruce Curtis y Ptascher Alan, bailarines de CI con condición de discapacidad motriz, originada

por parálisis cerebral, lograron llevar sus estudios basados en la idea que la danza puede ser accesible e inclusiva.

En palabras de Albright, (1997) “esta forma de danza no privilegia tanto un ideal de cuerpo o estilo de movimiento como la voluntad de asumir riesgos físicos y emocionales; esto permite desestabilizar, o desalojar, en cierta medida, las categorías de capacidad y discapacidad” (p. 85).

Cané (2015) menciona que Albright afirma que durante la práctica de Contacto Improvisación las personas con condición de discapacidad motriz o sensorial aprenden a relacionarse buscando el encuentro con el otro y aumentan el nivel de orientación espacial. Manifiesta que, al transportar el propio cuerpo, relajar el cuerpo en posiciones boca abajo o rodando, gateando, girando en el suelo, explorando el miedo con la caída y el dejarse llevar por el otro, externando las múltiples sensaciones, se puede conseguir un bienestar y una mejora de la calidad de vida.

Además, Cané (2015) sustenta que el CI le brinda a la persona con condición de discapacidad la posibilidad de integrarse en la sociedad. El CI crea distintas posibilidades de comunicación con el cuerpo para aquellas personas que presentan dificultades en la expresión del lenguaje oral. Además, mejora el equilibrio, la coordinación, el conocimiento del propio cuerpo y del entorno, y facilita la socialización con los demás.

Por otro lado, el CI genera que se integren y entrelacen las capacidades diversas de cada participante. Produce que los cuerpos articulen rotaciones, regulen la tonicidad muscular a través del contacto o del trabajo cooperativo y reconoce a los cuerpos como iguales. (Brugarolas, 2015) Al final de cada sesión, durante el Jam de Improvisación³, se genera un intercambio de conocimiento de todo lo aprendido, en donde prevalece la enseñanza recíproca y de observación. (Brozas, 2013).

El CI, es una práctica de transformación social, que da respuesta a la problemática de la inclusión y la integración de las personas con discapacidad. Promueve la salud integral, fomentando el desarrollo de las capacidades potenciales de todas las personas. Estimula vivencias artísticas que propician un cambio en la concepción de las limitaciones, eliminando la trágica y persistente cultura de la exclusión, mejorando los

³ Jam de Improvisación: Encuentros de improvisación donde se practica conjuntamente las técnicas de Contacto Improvisación. Un espacio de intercambio entre cualquier bailarín.

diferentes niveles de la comunicación entre personas con y sin discapacidad (Gonzales y Maccuci, 2013).

La práctica de Contacto Improvisación se relaciona con esta investigación, desde que la persona con condición de discapacidad comprende que puede colaborar con el colectivo a través de los elementos del juego. Entiende que el peso, la suspensión, los apoyos entre los cuerpos, la gravedad y las energías mutuas en el diálogo entre los participantes, es lo más importante y lo más valioso del movimiento. Es decir, el CI le permite a la persona con condición de discapacidad demostrar que es capaz de conectarse de la misma manera que una persona que no presente condiciones de discapacidad. Logrando que a través del CI empiece a trabajar sus habilidades motrices.

2.3 Opiniones sobre el Contacto Improvisación

Distintos practicantes del CI afirman que esta práctica aporta al liderazgo, el trabajo en conjunto, y a la autonomía de la persona que está sumergida en ella.

Pero en contacto hay peso compartido. Te caes si tu pareja se fue y viceversa. No existen seguidores, todos son líderes. En lugar de pensar en lo que el baile puede parecer, concéntrate en tu sentido del tacto. Siente la conexión entre tu cuerpo y de tu pareja y trabajo en mantener un punto de contacto a medida que te mueves a través del espacio. (Henderson, 2018, p.50, traducción propia)

Entonces, la práctica se concentra en estar conectado con la pareja o parejas de baile, dejar de pensar qué movimiento es el correcto o incorrecto, y enfocarse en estar presente en la danza. “Al igual que con otras formas de improvisación, parte de contacto es aprender a notar tus propios impulsos sin juzgarlos” (Henderson, 2018, p.50, traducción propia).

Por otro lado, es importante mencionar cómo los practicantes del CI reconocen la importancia del tacto, y lo que este implica. La persona que se encuentra en la práctica empieza a tomar decisiones y a respetar sus deseos, buscando la comodidad y sentirse igual que el otro en toda la práctica. “El tacto tiene mucho sentido social y físico. Es importante reconocer cuando te sientes incómodo y tienes la posibilidad de decir que no o decir. "Quiero parar", dice Nugent. "Ser capaz de decir que no es realmente fundamental para la seguridad "" (Henderson, 2018, p.50, traducción propia).

Reconocer el cuerpo colectivo permite que todos los individuos se pongan en un mismo nivel. Generando así que todos sean igual de importantes:

Para José Gil (2001), la reciprocidad en el CI implica un incremento de energía corporal; esta energía se transmite a través del tacto de forma inconsciente, pero hay conciencia del proceso de transferencia y es la conciencia del contacto lo que permite la comunicación de los dos inconscientes. De este modo, tiene lugar una doble fusión: entre el cuerpo y la conciencia y entre los dos cuerpos; de ahí emerge la idea de un único cuerpo colectivo con dos singularidades. (Brozas, 2017, p.1044).

La importancia que el CI le brinda al tacto, al reconocimiento del cuerpo y la comunicación que se logra a través de este, son características que permiten al participante trabajar este cuerpo colectivo. Ello parte de que todos los participantes tienen la misma importancia y aportan desde las diversidades de sus cuerpos. Esta noción es fundamental en esta investigación, pues a partir de poder sentir el cuerpo colectivo uno empieza a aportar sus movimientos sin juzgarlos cuestionando así los discursos y pensamientos que su propio cuerpo ha venido adquiriendo.

2.4 Herramientas del Contacto Improvisación

En el aspecto físico, el Contacto Improvisación se conforma por distintas herramientas de movilidad que son parte de su técnica y de su práctica: “[en] su entrenamiento, se trabajan ciertos principios como son: la escucha a través de la piel, la generación de movimiento desde los puntos de contacto en constante cambio, la donación y recepción de peso” (Tampini, 2005), así como el riesgo, la anatomía del cuerpo, puntos de apoyo y/o contacto, el rodamiento, adaptación de movimiento y creatividad para seguir moviéndose. De estas distintas herramientas que conforman la práctica de CI, en esta investigación yo utilicé la distribución del peso, la anatomía del cuerpo, y el equilibrio.

Estas herramientas son materializadas a partir de los parámetros que la propia práctica propone: igualdad, inclusión y horizontalidad. Se trabaja no solo desde el estudio de su físico, sino que las herramientas encarnan el discurso de la equidad. Plantean que todos los cuerpos están provistos de un peso, de una estructura, y de una relación con su entorno.

2.4.1 Peso

En el Contacto Improvisación, dar peso significa la entrega de la masa, gravitacionalmente conectada a través de su pareja al centro de la tierra. Esta práctica es necesariamente generada por el contacto hacia el compañero o hacia algún objeto del espacio, por ello, se mantiene gracias a una entrega continua del peso. Cuando damos peso, también, de alguna manera, nos vemos obligados a renunciar al control, a dejar de lado la necesidad de aferrarnos a algo o alguien - pero sin colapsar. Dar peso significa brindar un apoyo sólido a la pareja, pero sin sobrecargarse. Antes de que podamos dar, tenemos que sentir la preparación, el apoyo, tanto físico como emocional, de nuestro compañero.

Tras investigar la herramienta de peso descubrí su importancia, y cómo esta contribuía en mi investigación, pues esta herramienta genera conciencia al entregar el peso hacia la otra persona, enfocar la mirada en las posibilidades del propio cuerpo para dar el peso. Es una mirada profunda en el reconocimiento del propio cuerpo. Al alcanzar ese reconocimiento, uno empieza a situarse dentro del cuerpo colectivo, donde uno es igual de importante que los otros cuerpos que lo conforman.

Esta acción, en donde el cuerpo se entrega y realiza contacto al otro, brinda información sobre el estado de la propia persona en el momento presente, mostrando las posibilidades que tiene ese cuerpo y el control sobre el mismo. Desde esa conexión la persona con condición de discapacidad puede empezar a observar la diferenciación entre su cuerpo y el cuerpo sin discapacidad. Así, es capaz de tener presente los discursos que se le han ido brindando a lo largo de su vida, de las posibilidades de lo que puede o no realizar. Además de poder contrastar, a partir de la conexión y el contacto, cómo esos discursos pueden estar equivocados, pues a pesar de las diferencias que esta persona puede encontrar, su cuerpo está realizando la misma acción, dentro de sus posibilidades. La forma de cómo entregar peso no es lo fundamental en la práctica, por el contrario, son la conexión y entrega que están creando y moldeando - con el otro - desde la diversidad de sus cuerpos.

2.4.2 Estructura

Todas las personas tienen un cuerpo y distintas posibilidades de movimiento. Cada persona tiene diversas posibilidades en la estructura de su cuerpo. La estructura de

un cuerpo es la forma del esqueleto que le pertenece, y varía dependiendo de los hábitos que el cuerpo vaya adquiriendo con el transcurso del tiempo. Estos hábitos pueden generar que la estructura adquiera rigidez o flexibilidad dependiendo el estilo de vida que lleven.

Estar en la práctica de Contacto Improvisación y entrar en una danza que conlleva bailar en conjunto - donde los participantes pueden enredarse y bloquearse mutuamente - genera que deban aprender a relajar la musculatura y aflojar las articulaciones permitiendo un movimiento natural y orgánico. Relajar la musculatura no significa colapsar el cuerpo, por lo contrario, se tiene que estar atento a cualquier contacto de la otra persona. Relajarse es encontrar un equilibrio entre soltar el cuerpo y mantenerse atento al entorno.

Este conocimiento adquirido al trabajar, la herramienta de la practica, estructura genera que los cuerpos empiecen a verse como seres, y no con una calificación de cuerpos con condición de discapacidad o sin condición de discapacidad. Llevando a la horizontalidad de jerarquías entre todos los participantes.

2.4.3 Equilibrio

El equilibrio es otra herramienta que fundamental en la práctica del CI. Los participantes, al brindar peso a su compañero o al empezar a usar su creatividad en el movimiento, se encuentran en un estado de necesitar acomodar sus cuerpos para mantener el equilibrio y sus cuerpos no colapsen. Esta herramienta invita a los participantes a tomar riesgos con el cuerpo, explorando los límites del mismo. Asimismo, genera conciencia de cuidar al compañero, pensar en el otro como tal, no por las restricciones de si este tiene una condición o no.

El equilibrio, al ser trabajado por ambos participantes dentro de la práctica, hace que la responsabilidad de no colapsar sea compartida de manera equitativa. Generando que no se haga distinción en los cuerpos que se encuentran dentro de la práctica, ya que todos responden a las mismas condiciones. Se realiza la acción basándose en su cualidad como cuerpos, sin distinguir la condición o no de discapacidad. Por tanto, se fomenta la horizontalidad y el carácter único de cada cuerpo.

En ese sentido, las ideas presentes en este proyecto de investigación se canalizaron a través de un laboratorio cuyo objetivo fue trabajar y asistir a los participantes con condición de discapacidad en el desarrollo de sus habilidades de

movimiento y la conciencia de su cuerpo. A través del movimiento se buscó identificar, observar y cuestionar los discursos sobre habilidades y limitaciones que han sido adoptados por los participantes como resultado de habitar en la sociedad limeña. Dichos objetivos se llevaron a cabo por medio de la práctica con las herramientas básicas del Contacto Improvisación mencionadas y explicadas anteriormente - peso, equilibrio, estructura. El laboratorio se dio a cabo gracias al apoyo de un guía de laboratorio, Christian Olivares, experto en Contacto Improvisación.



CAPÍTULO 3: LABORATORIO DE CONTACTO IMPROVISACIÓN

3.1 Elección y rol de participantes

El laboratorio estuvo compuesto por cinco participantes, incluyéndome (la autora de esta investigación). Dos de ellos con condición de discapacidad, dos sin discapacidad y un guía de laboratorio, lo cual brindó una variedad de oportunidades para comprender la discapacidad. La diversidad de participantes contribuyó a la reflexión acerca de los distintos discursos acerca de la discapacidad, en donde el cuerpo con discapacidad se confronta con el cuerpo sin discapacidad y viceversa, generando que los participantes con condición de discapacidad se cuestionen con más profundidad acerca de estos discursos que tienen adheridos a sus cuerpos y que han influenciado sus vidas.

Se decidió contar con un guía de laboratorio ya que aportaba la experiencia requerida en Contacto Improvisación para el desarrollo del laboratorio. Esta persona debía ser un bailarín con experiencia en la enseñanza, que se encontrase dentro de la práctica de Contacto Improvisación, y que tuviera acercamiento con personas con condición de discapacidad.

En ese sentido, los participantes fueron:

- Erick Ríos, con condición de discapacidad severa
- Andrea Rejas, sin condición de discapacidad
- Claudia Benites, sin condición de discapacidad
- Yo, Alejandra Baraybar, autora de la investigación, con condición de discapacidad leve
- Christian Olivares, como guía, sin condición de discapacidad

Contar con cuatro participantes del laboratorio más el Guía permitió observar en forma detallada las relaciones que estábamos desarrollando, además de verificar nuestro desenvolvimiento durante todo el proceso. En ese sentido, este número permitió tener precisión en la observación. Se consideró importante que yo fuera uno de esos cuatro participantes, ya que de esta forma se aseguraba estar dentro de la práctica y desarrollar la observación desde el cuerpo. Por otro lado, formar un equipo con distribución equitativa entre personas con discapacidad y personas sin discapacidad permitió llevar a cabo una investigación imparcial.

Asimismo, los participantes sin discapacidad debían haber tenido cierto acercamiento al trabajo con personas con condición de discapacidad, así como cierto acercamiento a la danza, a la práctica de Contacto Improvisación o al trabajo corporal. Por su parte, los participantes con discapacidad debían de estar dispuestos a indagar y observar sus cuerpos y sus discapacidades desde otro punto de vista, además de estar dispuestos a cuestionar cómo estaban recibiendo esa información sobre sus cuerpos.

3.2 Mi rol en la investigación

Antes de empezar el laboratorio había determinado que mi rol como investigadora estaría dividido en cuatro partes: la observación del proceso, la guía de tiempos durante las sesiones, la participación en las sesiones, y la realización de algunas sesiones como guía de los ejercicios. En estas últimas trabajé en conjunto con Christian para organizar los ejercicios, además de contar con su apoyo a lo largo de todas las sesiones.

A partir de las cuatro divisiones pude percatarme que debía estar más presente como observadora de las sesiones. Para ello, observé que había momentos en los cuales debería tener un rol de participante, ya que esto me permitiría observar mi cuerpo y mi movimiento, para luego reflexionar sobre ello - lo cual no hubiese sido posible si sólo observaba los ejercicios. Fue importante que yo atravesase la experiencia por medio de mi cuerpo, ya que observé que - involuntariamente - estaba juzgando o asumiendo actitudes que quizás podían tener más de una posibilidad. Fue así como pude descubrir estas posibilidades mediante la experiencia del movimiento.

Es importante destacar que mi rol fue variando, dependiendo de la necesidad del laboratorio - como ya mencioné antes. A lo largo de las sesiones me percaté que, poco a poco, debí adoptar la posición de guía. Ello llevó a que el guía original devenga en un importante apoyo para el trabajo de investigación. Enfocarme en el rol de guía me permitió inducir el laboratorio en ciertas direcciones, y obtener mayor y más rica información sobre el proceso. En ese sentido, ciertos ejercicios permitieron recoger datos acerca del tiempo de traslado, la movilidad que tiene el cuerpo un día en particular, el nivel de reflexión que tiene ese día, etc.

Puedo concluir, entonces, que estos cuatro roles fueron necesarios, en tanto iban de la mano con mi rol principal que era el de investigadora. El proceso de experimentar los cuatro roles fue arduo de llevar, pues muchas veces necesitaba estar dentro de la práctica para observar ciertos movimientos. Ceder el rol de guía, dándole la

responsabilidad a otra persona, me otorgó la posibilidad de entrar en estos cuatro roles.

Sin embargo, también me limitó a no poder controlar el laboratorio yo misma. Al estar inmersa como participante experimenté cierta limitación, ya que, en ocasiones, podía nublar ciertas observaciones con mis propias sensaciones o percepciones, olvidar la objetividad en mis observaciones. El estar dentro de la práctica me hizo desconectarme de la observación o reducir mi nivel de concentración, limitándome a sólo estar inmersa en una o la otra. Pese a ello, también me permitió comprobar por mí misma las preguntas planteadas al inicio de la investigación.

3.3 Planteamiento del laboratorio

El laboratorio estuvo dividido en tres etapas: i) el conocimiento de los conceptos; ii) la relación con el espacio; y, por último, iii) la experimentación y la conversación.⁴

3.3.1 Primera Etapa del laboratorio

La primera etapa abarcó los conocimientos de las herramientas de CI: peso, equilibrio y estructura. Esta primera etapa se desarrolló en seis sesiones. Ello se debió a que las personas que estarían en mi laboratorio no tenían un conocimiento profundo en la técnica del Contacto Improvisación.

La primera sesión se distribuyó en dos fases. La fase inicial incluyó una conversación sobre la discapacidad, y la segunda fase fue un reconocimiento del propio cuerpo y la presentación de la práctica de Contacto Improvisación. Las cinco siguientes sesiones estuvieron distribuidas en dos sesiones para peso y dos sesiones para equilibrio.

La segunda sesión la construí a partir de la herramienta del peso. En ella se enseñó propiamente la herramienta, trabajando ejercicios del peso a partir de cada parte del cuerpo, logrando que cada individuo reconozca su cuerpo a partir del peso que este tiene. Durante la tercera sesión, seguimos trabajando ejercicios de la herramienta del peso para conocer a mayor profundidad esta herramienta en los propios cuerpos de los participantes en el de los compañeros.

Luego, en la cuarta sesión, trabajamos la herramienta del equilibrio. El objetivo fue conocer las capacidades que tiene cada cuerpo y la adaptación que este tiene para poder lograr un mismo objetivo. En la quinta sesión se continuó con la herramienta del

⁴ Ver apuntes del laboratorio 2 y 3.

equilibrio, la cual sirvió para que los participantes se den cuenta que se puede lograr dominar el cuerpo y realizar ciertos movimientos, pese al prejuicio sobre su ejecución.

Finalmente, la última sesión de esta primera etapa consistió en trabajar la estructura. Se vinculó las dos herramientas enseñadas anteriormente, peso y equilibrio, logrando que, a partir de estas herramientas, se afiance la estructura, de tal manera que las tres herramientas trabajen conjuntamente formando un todo.

Es importante resaltar que la última sesión de esta etapa estuvo creada para trabajar la herramienta de estructura justamente porque esta es la que une las herramientas de peso y equilibrio, básico para completar la práctica. Por lo previamente descrito, se invirtió cuatro sesiones en las herramientas de peso y equilibrio, ya que, para dominar la técnica, los participantes debían interiorizarlas.

3.3.2 Segunda etapa del laboratorio

La segunda etapa se desarrolló en cuatro sesiones. Primero se trabajó a partir de los conceptos ya enseñados, enfocándose en la relación con el otro. Esta etapa tuvo como objetivo observar y escuchar cómo se encontraba la relación con el otro, mediante el desarrollo de ejercicios en parejas.

Durante estas cuatro sesiones las parejas fueron intercambiándose indistintamente. Primero una pareja de una persona con condición de discapacidad y una sin discapacidad; luego dos individuos con condición de discapacidad y dos sin discapacidad, y así sucesivamente hasta que todo el grupo hubiese interactuado entre sí. De ahí la importancia que esta segunda etapa se desarrolle en cuatro sesiones.

3.3.3 Tercera etapa del laboratorio

La tercera etapa abarcó seis sesiones. En ellas se trabajó a partir de la experimentación de los conceptos aprendidos y se profundizó la relación con el otro, a través de ejercicios con mayor complejidad.

3.4 Indicadores de observación del laboratorio

En estas etapas de laboratorio, además de tener las herramientas de Contacto Improvisación, tuvimos tres indicadores que nos ayudaban a que la observación fuera más precisa y detallada. De tal modo que se pudiese analizar el desarrollo de las habilidades de los participantes con condición de discapacidad y reflexionar en torno a

los discursos de la discapacidad, y cómo estos afectan la autopercepción y construcción de la identidad del cuerpo con condición de discapacidad.

3.4.1 Indicador: Movilidad

El indicador de movilidad evalúa la disponibilidad del movimiento, la calidad del movimiento y la proposición del participante en los movimientos. En la calidad del movimiento encontramos distintas variables de este; por ejemplo, si el movimiento es directo, indirecto, contenido, o ligero. El tiempo y ritmo son utilizados por el participante para desarrollar sus movimientos, además de identificar la trayectoria de los mismos (directa, indirecta), la cualidad de flexibilidad que tiene el cuerpo, el tono de su musculatura y su maleabilidad. Es la capacidad física para que la musculatura, ligamentos o tendones del cuerpo puedan realizar un estiramiento.

3.4.2 Indicador: Reflexión

El indicador de reflexión evalúa los movimientos, el aporte que tiene el participante al hablar sobre su experiencia, y el nivel de reflexión que tiene sobre esta. Busca identificar el nivel de reflexión que propone Erick – lo cual se puede observar a través de los tipos de comentarios y el nivel de profundización que alcanza sobre su movimiento.

Esta profundidad y tipo de comentarios se identifican a través de si: estos son descriptivos; si utilizan la relación entre distintas sesiones y a partir de ello analizan los distintos comportamientos del cuerpo y movimiento. También arroja información sobre si relacionan su movimiento a partir de las otras personas que lo acompañan en el laboratorio; y si relacionan los ejercicios a su movimiento y movilidad diaria.

3.4.3 Indicador: Relación con el otro

El indicador de relación con el otro evalúa la conexión y la fluidez que tiene con el cuerpo de la otra persona. Busca identificar como se encuentra la relación que tienen los participantes con condición de discapacidad con los otros participantes a partir del movimiento. Evalúa si tiene una escucha a la corporalidad de su compañero; si piensa en conjunto al realizar el movimiento; o si le dificulta realizar un movimiento en conjunto, pero existe escucha al cuerpo en relación.

3.5 Práctica de laboratorio

Los cuerpos son distintos y únicos, cada cuerpo se construye y desarrolla según la experiencia que ha vivido, la herencia que ha recibido, entre otras variables. Los participantes tienen distintos cuerpos y, además, distintos procesos de aprendizaje, exploración y reflexión durante el laboratorio. Sin embargo, a pesar de ser distintos y únicos, es indispensable que estos cuerpos convivan en el espacio para poder nutrirse desde toda esta gama de experiencias individuales.

En el presente apartado me dispongo a narrar las sesiones para poder analizar, en primer lugar, cómo el cuerpo del participante Erick Ríos se ha apropiado de las herramientas de Contacto Improvisación durante su proceso en el laboratorio, y observar de qué manera éstas han aportado al desarrollo de sus habilidades de movimiento. En segundo lugar, cómo los discursos de la discapacidad tuvieron implicancias en este laboratorio.

3.5.1 Primera Sesión

El objetivo de la primera sesión fue iniciar un conversatorio acerca de la discapacidad y poder observar cuáles eran las diversas posturas de los participantes. Además de poder conocer cómo se encontraba el cuerpo de cada participante, poder reconocer el cuerpo propio y el cuerpo del compañero a partir de herramientas de Contacto Improvisación.⁵

Conversando sobre la discapacidad

La sesión se inicia a partir de una conversación con los participantes sobre mi discapacidad y sobre el tema de la investigación que estaba realizando. Empecé a narrar acerca de mi cercanía, cuestionamiento y experiencia con la discapacidad, pues consideré importante que ellos supieran cuál era mi motivación al hacer este tipo de investigación. Comencé explicándoles acerca de mi condición de discapacidad y cómo durante el transcurso de mi vida no aceptaba dicho diagnóstico. Además, les mencioné la experiencia que tuve el año anterior al empezar en el Contacto Improvisación, y cómo esta práctica me hizo cuestionar sobre la discapacidad. Por último, les comenté la difícil

⁵ Para mayor detalle de la sesión, ver anotaciones del laboratorio primera sesión

relación que tengo con la discapacidad y cómo los discursos que he escuchado durante toda mi vida, sobre lo que puedo y no puedo hacer, alimentaban esta condición.

Durante el relato sobre la investigación y mi discapacidad, le solicité al participante Erick Ríos su opinión sobre la discapacidad. Al inicio, él decidió no responder, sin embargo, a raíz de mis insistencias se logró evidenciar su visión. Nos explicó que no le gusta comentar acerca de su discapacidad, pues él considera que todos son iguales. Esto denotó su incomodidad y su distancia, la cual sentí desde el comienzo.

Finalmente, luego de mucha insistencia de mi parte, logré que Erick nos comentara sobre su condición de discapacidad. Nos comentó que su condición fue un resultado de un mal procedimiento en su nacimiento.

Yo he nacido con una discapacidad. Es difícil porque al nacer, mi mamá dio a luz en Caral, fue un domingo, como vez en los pueblos lejanos los médicos no valen y no van por estar en un lugar lejano, entonces el único médico estaba tomando, lo sacaron de la cantina para que me diera a luz, y me puso mucha anestesia y por eso tengo esta discapacidad (Ríos, Comunicación personal, 20 de abril del 2019)

Luego de nacer, el médico diagnosticó que Erick tendría pocas posibilidades para vivir y podría morir en cualquier momento. Su familia no aceptó ese primer diagnóstico y quiso una segunda opinión. El diagnóstico fue contrario al primero, indicando que Erick podría vivir, pero con dificultad.

Desde muy niño, él empezó a asistir a distintas terapias, y fue ahí donde aprendió a caminar, correr y a hacer sus quehaceres diarios, pero con mucha dificultad. También nos comentó que tuvo mucha disposición para salir adelante a pesar del discurso de que no podría vivir o que tendría las dificultades que los doctores habían diagnosticado.

Considero que para Erick Ríos sobreponerse y empezar a realizar esas diversas acciones ya era cuestionar, desde su cuerpo, el discurso de persona con condición de discapacidad que se le impuso, forzándolo a demostrar que sí podía realizar lo que él quiere. Quizás, no cuestionaba el discurso de manera consciente, pero a través de sus acciones demostraba lo contrario, es decir, realizaba su vida con normalidad.

Luego nos contó también cómo es que recién en la secundaria ingresó a un colegio no especializado para personas con condición de discapacidad, y fue ahí en donde le hicieron evidente que él contaba con una condición de discapacidad.

Cuando me cambiaron de colegio, yo ni sabía que tenía discapacidad, ya en secundaria me di cuenta con mis amigos que me dijeron. Porque en primaria nadie, o sea normal no. (Ríos, Comunicación personal, 20 de abril del 2019)

El contexto le hizo saber a Erick que él era distinto y lo definió como persona con discapacidad. De acuerdo con su relato, antes de aquel momento, él no se concebía a sí mismo como una persona con una discapacidad. Posteriormente, al indagar y profundizar más en su experiencia, nos comparte que en múltiples ocasiones se ha sentido víctima de discriminación por su condición.

Él comenta que se enfrenta a situaciones en su día a día en donde la sociedad lo discrimina, por ejemplo, en la falta de empleo. Debido a su dificultad para el habla, derivada de su condición, en las entrevistas de trabajo que tiene por teléfono la gente le cuelga cuando no logran entenderlo. La precariedad laboral está presente en su vida y es similar a las situaciones de otras personas en su condición. A pesar de considerar que podría realizar el trabajo de guardián o portero, las cuales son acciones concretas y sencillas para su condición, estas oportunidades no siempre están disponibles para él.

Ahora pienso que la reacción inicial de Erick, acerca de no creer que tiene una discapacidad, es en realidad una postura que ha tomado para enfrentar la exclusión que ha experimentado a lo largo de su vida. Este es un claro ejemplo en el que la discapacidad se relaciona con la sociedad que la nombra y, en consecuencia, con los parámetros que está coloca sobre los cuerpos que están fuera de la norma. La discapacidad en sí no representa a la persona que tiene la condición.

Camino, bailo, hablo, soy igual que otros, solo en mi mano me cuesta, solo ahí tengo una ligera discapacidad [...] como Alejandra dice yo también tuve ese problema al amarrarme los zapatos, una cosa que sucede rapidito yo me demoro y también tengo esa frustración como tú dices porque todos lo hacen rapidito y yo me estoy demorando en algo simple, pero lo paso por alto. En el celular cuando me llaman y estoy en la calle me tengo que sentar para recién poder contestar. A veces me llaman a los dos celulares porque al primero yo no contesto (Ríos, Comunicación personal, 20 de abril del 2019).

Es interesante ver esta disyuntiva, en donde primero nos dice que él considera que no cuenta con discapacidad y luego que todos somos distintos. Él admite esta dificultad que ha tenido al hacer sus quehaceres diarios y esta frustración que reconoce. Erick ya ha apropiado su propio ritmo y se ha adaptado a su propia manera de resolver estos distintos inconvenientes al realizar sus quehaceres. Sin embargo, tiene muy presente los tiempos del resto, de los que él reconoce como las personas que no tienen ninguna discapacidad.

Podemos observar, con estas reflexiones, que Erick considera que él tiene un tiempo más lento que el resto de las personas; son pensamientos donde él ya asume que existe un tiempo correcto para cada actividad. Me pregunto si estos pensamientos nacieron después de que le comentaron que él tenía una discapacidad, y se afianzaron mucho más tras los tratos que él se enfrenta a diario, en donde le están diciendo o molestando por su forma de caminar o hablar. Me pregunto si esto lo puede hacer sentirse en desventaja y con frustración por su condición.

Estos tratos distintos que una persona en condición de discapacidad enfrenta en el día a día son reflejo de la desinformación que se tiene sobre la propia condición de discapacidad. Son reflejo también de pensamientos que son construidos por una sociedad que requiere ciertos cánones y parámetros en pos de una mayor productividad.

Luego de tener esta conversación inicial sobre nuestras posturas acerca de la discapacidad, se dio inicio a la fase de ejercicios prácticos. Estos son descritos a continuación.

Ejercicio: Reconocimiento del cuerpo

El primer ejercicio fue de reconocimiento, donde los participantes deben reconocer su cuerpo a través de examinarlo con la respiración. En este primer ejercicio mi rol fue de observadora externa, con Christian Olivares como guía. Él indicó a Claudia y a Erick que se acostaran en el piso. Enfocó mi mirada en los distintos tiempos en que ambos necesitan para pararse, caminar y aproximarse al suelo. Es notorio como Claudia llega al suelo antes que Erick y con menos cantidad de movimientos.

En cambio, para ponerse de pie, Erick utiliza múltiples puntos de apoyo y todos en simultáneo. Debe reestructurar todo su cuerpo varias veces hasta encontrar equilibrio y la comodidad para poder ir hacia arriba. Partiendo desde la posición de estar sentado, junta sus piernas con una mayor duración de tiempo y traslada su peso hacia adelante, lo que le exige usar sus dos manos como apoyo. Al impulsarse para ir hacia arriba pierde el

equilibrio. Entonces, debe acomodar sus pies para no caer y luego, poco a poco, trasladarse hacia arriba. Su calidad de movimiento es pausada y entrecortada, además de tener un ritmo contenido.

Por otro lado, al empezar a caminar, Erick se balancea de un lado a otro cojeando, encorvado, buscando equilibrio en su paso. No utiliza el apoyo de su planta del pie completa, ya que la tiene contraída debido a la condición de discapacidad.

Al revisar el material grabado y observar esta secuencia, reflexiono en torno a los tiempos de cada cuerpo y cómo estos pueden ser juzgados por la practicidad y optimización del tiempo cotidiano. Ello se debe a que, en la sociedad actual, tomar más tiempo para movilizarse puede tener una mala connotación. ⁶

A partir de esta reflexión recordé una actividad por el Día del Padre en mis épocas escolares, en donde nos dieron 20 minutos para realizarla. Recuerdo cómo, a los cinco minutos, vino una de mis profesoras y, al ver que me estaba demorando un poco más que el resto, me dijo que no me preocupara y que ella lo haría por mí. Este recuerdo me hizo pensar y afirmar como muchas veces el demorarse más que el resto puede tener una connotación negativa, ya sea por el hecho de que se quiere optimizar el tiempo, o por estar dentro de los cánones estipulados frente a una persona. Cuando el cuerpo no está permitiendo desarrollar la con máxima productividad, se le discrimina inconscientemente, pues este pensamiento está insertado en la sociedad.

Como descrito en el primer capítulo, los tiempos que se toman los diferentes cuerpos en realizar una acción han sido discriminados con mayor énfasis desde los inicios de la Revolución Industrial. Aunque en otras circunstancias y con una connotación distinta, lo concreto es que un cuerpo con condición de discapacidad era imperfecto y excluido; por consiguiente, no era productivo en una sociedad industrializada. Análogamente, en mi caso, fui excluida de la actividad.

Ejercicio: Parejas y respiración

El siguiente ejercicio es un trabajo en parejas con el objetivo de seguir reconociendo el cuerpo, pero esta vez, a partir del cuerpo del compañero. Uno de los participantes debía estar recostado en el suelo y el otro sentado a su lado. El participante que se encuentra sentado empieza el ejercicio con una mano en el cuerpo del compañero

⁶ Ver Apuntes del laboratorio 19 para entrar a más detalles sobre la primera reflexión sobre los distintos tiempos.

buscando conectar con él desde reconocer la parte del cuerpo en la que estaba apoyando su mano.

Erick es quien comienza con el ejercicio. Él empezó con el descubrimiento del cuerpo de Claudia a través de la observación. Aquí, noté la curiosidad de Erick frente al cuerpo de su compañera y el cuidado con el que la estaba tratando. Asimismo, evidencié la disposición que él tenía frente al ejercicio, al observar con detenimiento la manera en la que Christian explicaba los movimientos implicados en el ejercicio.

Para tener que levantarse, el primer movimiento que realiza es juntar sus piernas y llevarlas con dirección hacia arriba, luego girarlas hacia la derecha, para luego estirarlas nuevamente. Al rotar sus piernas hacia la derecha, también rota su tronco, ocasionando que su cuerpo pierda el equilibrio. Es por ello que necesita tener múltiples puntos de apoyo para mantener equilibrio en su cuerpo. Estos puntos de apoyo son la propia pierna, sus dos manos y su cadera.

Para continuar con el movimiento, Erick debe arrastrar su mano y sus piernas generando mayor fuerza en estas partes del cuerpo. Al concentrar su energía para realizar estos movimientos, realiza también un movimiento pequeño en su cabeza - compuesto de múltiples movimientos en distintas direcciones. Al llegar a sentarse, se encuentra lejos aún de su compañera, por tanto, el siguiente paso es ir hacia ella.

Debe estructurar nuevamente como se encuentra su cuerpo y reacomodarse, utilizando distintos puntos de apoyo en los que se siente cómodo, para luego empezar a avanzar hacia Claudia. Él pone su mano derecha como apoyo, luego apoya sus rodillas en el suelo y termina con cuatro puntos de apoyo hacia el suelo. Aquí desliza sus piernas con la fuerza de las manos hasta llegar a su compañera. En este deslizamiento volvemos a observar que concentra y enfoca toda su fuerza en un punto, generando que las otras partes de su cuerpo tengan micro-movimientos involuntarios en distintas direcciones.

A partir de estas observaciones confirmo la idea de que sus trayectorias para desplazarse de un lado a otro ocurren de manera simultánea hacia múltiples direcciones, ocasionando desequilibrios diversos. Este trayecto implica mayor tiempo, ya que sus movimientos se desenvuelven en un área mayor, debido a su necesidad de encontrar la mejor manera para reestructurar el cuerpo y apoyarse para realizar el siguiente paso. Finalmente llegó a tocar el abdomen de Claudia, dando inicio al ejercicio.⁷

⁷ En el siguiente enlace se puede observar está en mayor detalle: <https://vimeo.com/398646184>

A continuación, en otro momento del mismo ejercicio, Erick cambió el punto de contacto, realizando entonces otro trayecto. Él trasladó el punto de apoyo de la muñeca a la rodilla de Claudia. Observo que, al encontrarse sentado tocando la muñeca de su compañera, tuvo el cuerpo encorvado, inclinando el peso de su cuerpo para el lado derecho donde se encuentra la muñeca de su compañera. Al observar en detalle el punto de contacto con su compañera, se aprecia que el movimiento del brazo de Erick es rígido, y que la fuerza que genera en su mano es alta.

Al pasar hacia el siguiente punto de contacto, la rodilla, observé que lo primero que hace es voltear la cabeza hacia la izquierda. Luego levanta sus piernas, donde ellas se encuentran en un ángulo de aproximadamente 45°, generando un pequeño balanceo con las mismas. Así se evidencia que sus manos y sus piernas se encuentran totalmente flexionadas y que el movimiento que tiene en el balanceo es de cualidad fragmentada e indirecta. Puedo apreciar que Erick está buscando reacomodar su estructura para no perder el equilibrio. Luego, apoya sus brazos y se arrastra hacia la rodilla de su compañera. Observo aquí que el movimiento para colocar sus manos es brusco; a veces no tiene control sobre la fuerza con la que realiza estos movimientos. Finalmente, estira su brazo y lo coloca en la pierna de su compañera.

Se puede concluir, entonces, que el traslado que Erick realiza abarca mucho más espacio que el que una persona sin discapacidad ocuparía, por lo cual emplea bastante tiempo al realizar un trayecto. Estos movimientos son concisos, cortados y contenidos. El movimiento que genera es indirecto múltiple y pesado.⁸

Durante esta primera sesión, pude notar que Erick no exploraba más allá de lo que le se indicaba en el ejercicio. Motivo por el cual, decidí cuestionar dicha decisión. Me refirió que se encontraba acostumbrado a realizar sólo lo que se le indicaba, por temor a equivocarse, que prefería hacer lo justo en lugar de explorar más y que esto le salga mal. Ese malestar lo reflejó al finalizar cada movimiento, ya que constantemente solicitaba que se le indique si estaba realizando el movimiento adecuadamente, buscando la aprobación a través de una mirada del Guía o de otro participante.

Por otro lado, Erick manifestaba que le daba miedo tocar a su compañera:

Al principio yo tenía ese temor si toco acá le va a doler como tengo dificultad me digo que yo no puedo agarrar o no lo puedo hacer bien así

⁸ En el siguiente enlace se puede observar en mayor detalle: <https://vimeo.com/398650079>

que despacio lo hacía, para moverme también despacio hacia el mismo lugar (Ríos, Comunicación personal, 20 de abril del 2019).

Su comentario permitió definir que Erick es consciente de sus limitaciones y, en especial, sobre el control de su cuerpo. Aparentemente considera que podría lastimar a su compañera por la falta de control que tiene al ejercer presión.

Claudia, por el contrario, al empezar el mismo ejercicio,⁹ ejerce presión en una parte de su cuerpo y genera movilidad hacia sus extremidades desde el contacto. Es interesante observar aquí, como Claudia se toma el tiempo de entender el movimiento de Erick, siempre con cuidado, realizando movimientos que para ella son cotidianos.

Continuando con el ejercicio, donde Claudia es la que realiza la conexión a través de distintos puntos de apoyo, observo cómo ella se apoya en la muñeca de su compañero. Noto que Erick mantiene su musculatura en contracción con las extremidades flexionadas - parte de esto es consecuencia de su condición de discapacidad. Esta disposición genera una dificultad para que Claudia pueda realizar el apoyo. Vemos como, al Claudia apoyarse en la muñeca, la palma de la mano de Erick no puede moldearse al peso de ella, y su muñeca se resiste a ceder al peso.

Además, observo cómo Erick empieza a generar distintos movimientos involuntarios en sus pies, hombro y cabeza. Estos movimientos son múltiples e indirectos, y van en todas las direcciones. Se observa también que sus pies empiezan a contraerse girando hacia la cara interna del cuerpo, al generar mayor fuerza en el miembro superior para estirar la muñeca.

Claudia continua con el ejercicio, en donde debe conectar con su compañero a partir de nuevos puntos de apoyo; pero empieza realizando distintas acciones de movimiento, donde mueve y desplaza a Erick por el espacio. Claudia toma la iniciativa de llevar a Erick por el piso. La expresión en el rostro de Erick denota incomodidad. Sin embargo, él no se pronuncia.

En ese momento conversé al respecto con Christian y lo pasamos por alto, sin darle importancia. Sin embargo, ahora que vuelvo a observar el video me cuestiono si dejar de indagar en esa incomodidad y asumir que se debía de poner en incomodidad a Erick para sacarlo de su zona de confort, fue cruzar esa delgada línea de imponer un

⁹ El ejercicio se trabaja en parejas, conectando con una parte del cuerpo del compañero. En este caso, es Claudia la que se conecta con el cuerpo de su compañero a través del contacto

movimiento a Erick, asumiendo cómo es que él debía moverse, o cómo debía de accionar ante ciertas las situaciones. Esta situación, ahora, me hace pensar que también emitimos un juicio sobre cómo había sido su movimiento, y cometemos el error de no adaptarnos a su propio cuerpo.

Por otro lado, observé que, durante la primera sesión, al hacer ejercicios de relajación, Erick tiene un reflejo en todo su cuerpo que lo hace temblar. Observo, además, que intenta minimizarlo moviendo sus brazos hacia su cabeza para que este temblor corporal se detenga. Pese a realizar los ejercicios mantiene cierto nivel de rigidez muscular.

Además, constantemente nos cuestiona en voz alta el desarrollo del movimiento realizado por su cuerpo en referencia a lo solicitado. Por otro lado, se encuentra pendiente -mira constantemente- del cuerpo de su compañera al realizar dichos movimientos. En ocasiones existen momentos en los que realiza ambas actividades.

Círculo de conversación

Al finalizar la práctica, nos volvimos a juntar en círculo para comentar la experiencia que habíamos tenido. Le solicité a Erick intervenir primero, pero se negó. Sin embargo, se encuentra atento a la conversación que está ocurriendo, y con movimientos de cabeza valida los comentarios con los que está de acuerdo. No comenta hasta que se le vuelve a preguntar su opinión:

Al principio también tengo un poco ese temor. Si lo toco acá, como va a afectar, ya que tengo dificultad, entonces digo si no lo puedo tocar o no lo puedo hacer bien, y si lo hago despacio. Para moverme también con mi dificultad, mi rodilla, despacio lo hacía para que no me doliera y poder hacer el movimiento con Claudia (Ríos, Comunicación personal, 20 de abril del 2019).

Su comentario se enfoca en justificar la estructura de su cuerpo, y el dolor que sintió durante el ejercicio; además del miedo que sentía por hacerle daño a su compañera. Con esto observamos que Erick - en esta sesión - se encuentra conociendo y descubriendo su cuerpo, el de su compañera y la práctica. Por ello, la reflexión que realiza del movimiento no tiene tanto abordaje. Por el contrario, el comentario va enfocado a sus posibilidades y no indaga más profundamente.

A lo largo de toda la sesión puedo notar que, a pesar de que los participantes ya se conocían y habían trabajado juntos, existe temor en abarcar el cuerpo del compañero. Considero que en esta sesión los participantes están redescubriendo el cuerpo del compañero a mayor profundidad. Al respecto, Claudia Benites, (Comunicación personal, 20 de abril del 2019) comenta:

Recién estamos conociéndonos más a fondo. Pero aquí hay un trabajo de contacto intenso entonces estoy conociendo donde se apoyó o qué apoyo tiene más estable que otro. A veces también hay momentos en donde Erick se apoya bien y pienso bien aquí puede ser, pero de ahí se mueve un poquito y no es, entonces es encontrarlo de nuevo.

3.5.2 Quinta sesión

El objetivo de la quinta sesión fue el reconocimiento de la estructura de los participantes - cada uno su propia estructura. Partimos de reconocer distintas posturas que el cuerpo puede tener para ser soporte del compañero. Los ejercicios que se realizaron surgieron de una exploración donde se debía crear distintas estructuras, en las cuales el cuerpo se distribuye de tal manera que generará una línea paralela al suelo. Este primer ejercicio fue una exploración individual. Después, esta exploración pasó a ser colectiva.¹⁰

Conversando sobre las sensaciones de nuestro cuerpo

Al empezar la sesión, nos reunimos en un círculo para conversar sobre los hallazgos que se habían encontrado de la sesión anterior; sobre cuáles eran sus percepciones de hacer por segunda vez los ejercicios de la sesión anterior. Erick empezó comentando acerca de todos los ejercicios que habíamos realizado, enumerándolos. A continuación, presento la conversación citada de manera textual.

Erick: El primer día que fue el día ocho, conversamos de la discapacidad, como tú hiciste una pregunta, bien, cada uno tenía que decir cómo vivimos con esa discapacidad. Bueno, yo hice una paloma, creo, y [sic] hice como había vivido. El segundo día no recuerdo que hicimos... ¡Ah, no! el primer día hicimos después con Claudia ejercicios.

¹⁰ Para mayor detalle de la sesión, ver anotaciones del laboratorio quinta sesión

Alejandra: ¿pero te acuerdas lo que hicimos el miércoles pasado?

Erick: si, hicimos acá movimientos.

Alejandra: ¿Y te acuerdas que el lunes lo hicimos igual?

Erick: No, el lunes, y lo hicimos el miércoles.

Alejandra: Ya, y ¿cómo sentiste tu cuerpo esos dos días?, ¿lo sentiste igual? ¿Notaste alguna diferencia en tu cuerpo?

Erick: el miércoles hicimos más ejercicios.

Recuerdo que quise indagar más acerca de lo que le había generado la experiencia o con qué sensaciones se quedaba. Decidí preguntarle cómo se sentía acerca de la experiencia, a lo que contestó que le parecía bonito.

Lo vago de su respuesta podría indicar cómo faltaba seguir indagando en los ejercicios para encontrar una reflexión más profunda en Erick, cosa que se hace evidente en conversaciones posteriores con él. Por tanto, en este punto de tiempo, podemos considerar que Erick aún no explora el indicador de Reflexión al nivel de generar una reflexión descriptiva sobre sus sensaciones. Él no describe haber analizado los comportamientos de su cuerpo, ni haber identificado su movimiento a partir del cuerpo de Claudia; y por último, no denota haber relacionado sus movimientos a su vida cotidiana.

Por otro lado, nos comentó acerca de la diferencia que él encontró en las primeras sesiones, en las cuales él consideraba que no le salía ningún ejercicio, y que al resto sí le salía. Añadía que esa era la razón por la que él hacía pocas cosas, y el resto bastantes. Erick nos comentó, además, que se sentía más tranquilo mientras realizaba más la práctica, pues sentía que así podía realizar los mismos movimientos que el resto de los participantes. Erick nos comentó:

Como era la primera vez que hacia esos movimientos y ustedes están en la práctica, y los hacen todo el tiempo, y yo lo hice más con... me movía. Por eso ustedes hacen más movimiento, por la práctica (Ríos, Comunicación personal, 02 de mayo del 2019).

Por otro lado, menciona la diferencia de hacer un mismo ejercicio, pero con diferente compañera. Rescata la diferencia entre trabajar con Andrea y Claudia. Reconoce

que con Claudia le fluyen más movimientos, pues con ella trabaja más seguido y la conoce de antes, por lo que tiene confianza y se siente más cómodo. Reconoce, por último, que su columna se encuentra más estirada. Al respecto, él nos comenta:

Como ya he practicado me puedo parar más fácil, ya se me hace más fácil. Al principio, allá se me hacía más difícil, los ejercicios. Ahora, por los ejercicios, me paro mejor, camino mejor, porque mi columna está más estirada (Ríos, Comunicación personal, 02 de mayo del 2019).

Ejercicio: Activar la escucha para crear distintas estructuras del cuerpo

Empezamos realizando un primer ejercicio, que consistió en indagar con diferentes posturas, estructuras del cuerpo. Este ejercicio se dividió en varias partes.

La primera parte consistió en afinar la escucha de la respiración y la consciencia de los micro-movimientos, recostados en el suelo. La segunda parte consistió en llevar el enfoque hacia el peso del cuerpo, e ir soltando ese peso hacia el suelo. Y por último, partiendo de ese peso que se entrega al piso y el vínculo como soporte que se genera, buscar distintas estructuras que podíamos crear con el cuerpo, con el fin de encontrar solidez para recibir el peso del cuerpo del compañero.

Al inicio, observé a Erick en su traslado hacia acostarse al suelo, buscando distintas maneras de dónde colocar sus manos y cómo colocar sus pies, para así poder encontrar su comodidad, con cierta inquietud en su cuerpo. Christian inicia ejemplificando distintas posturas con su cuerpo. Posteriormente, Erick imita desde su cuerpo a Christian.

Luego de un tiempo de hacer este primer ejercicio, observé que Erick solo realiza los tres mismos movimientos que Christian realizó en un inicio. Además, me percaté que se encuentra constantemente observando a Christian o Claudia, para que le indiquen si el movimiento es correcto o no, buscando aprobación en ellos. Luego de comprobar que sus movimientos iban por buen camino, continuó haciendo una serie de estructuras que habían sido validadas tácitamente, previamente. Es a través de esta aprobación que Erick continúa explorando la misma línea de trabajo; necesita una aprobación para validar lo que está realizando y continuar con el siguiente.

En este primer ejercicio, y en la serie de movimientos que Erick realizaba, me llamó la atención una secuencia que realizó, en la cual observé que su cuerpo pasó de

estar con cuatro puntos de apoyo y una pierna estirada, a estar en dos puntos de apoyo y levantar sus brazos, estirándose a la altura de sus hombros para luego poner ambas manos en su nuca. El primer desplazamiento que Erick utiliza es pasar su pierna estirada a tenerla arrodillada. Este movimiento es directo y rápido.

Para realizar este movimiento, Erick mueve el torso y cabeza hacia múltiples direcciones para poder concentrar la energía en la pierna. Al trazar la secuencia, Erick arrastra sus manos hasta sus piernas y pierde un poco el equilibrio, lo que le obliga a mover su torso y brazos en distintas direcciones para no perder el equilibrio. La columna en este trayecto genera una pequeña ondulación que lleva a su torso a moverse hacia adelante y luego hacia atrás.

Al tener los brazos estirados completamente a la altura de los hombros, podemos ver que sus brazos no se estiran en su totalidad. Por su propia condición, sus brazos generan un arco evitando que se cree una línea recta. Además, vemos que, por el propio esfuerzo que hace con el cuerpo, no estira sus manos y genera presión en ellas.

Al seguir con el trayecto, Erick levanta sus brazos, sus manos se abren y cierran, añadiendo pequeños micro-movimientos en distintas direcciones. Esto genera que sus brazos tiemblan. En este transcurso, vemos que sus manos se cierran, pero hay un dedo en la mano derecha que no termina de cerrar. Al llegar al punto final, los brazos en la nuca, vemos una mayor presión en sus manos, que recae en todo su cuerpo, lo que genera que la musculatura de su cara se contraiga y que el cuerpo tiemble. Por otro lado, vemos que las musculaturas de sus pies en todo el trayecto están contraídas.¹¹

Con esta información, podemos observar que Erick ha logrado que sus movimientos se encuentren más directos y fluidos cuando tienen un pequeño traslado - Ya sea cuando mueve su pierna para arrodillarse o cuando abre sus manos hacia la altura de sus hombros. Se observa claramente que el tiempo que utiliza y el espacio que abarca para realizar un movimiento son menores que en la primera sesión.

Sin embargo, continúa realizando algunos movimientos que son indirectos y múltiples - como el movimiento donde coloca su mano en la nuca - lo llevan a seguir demorando en el trayecto y abarcando más espacio al realizarlo. Puedo afirmar que la flexibilidad que observo en su cuerpo, durante esta sesión, es mayor a la primera, ya que

¹¹ En el siguiente enlace se puede observar esta sesión en mayor detalle: <https://vimeo.com/398659877>

explora movimientos en donde estira sus brazos y piernas, e intenta tener movimientos con mayor amplitud.

Finalmente, Christian detiene el ejercicio para explicarnos sobre el equilibrio y el peso, a partir de ejemplos concretos, con las estructuras que acabamos de realizar. Al haber un peso que se dirige hacia abajo, la persona que recibe este peso debe saber cómo se encuentra su estructura en relación con el suelo y a su centro de gravedad: para poder redistribuir el peso que está recibiendo en todo el cuerpo, además de utilizar el apoyo con el suelo para seguir enviando el peso.

Ejercicio: Estructura con el compañero

Al terminar la explicación, seguimos trabajando en ejercicios a partir de la estructura, pero esta vez recibiendo el peso de un compañero. En este ejercicio, observé que Erick explora más sus distintos movimientos, y le propone a Claudia distintos movimientos. Él explora las distintas maneras en que puede ser base para Claudia. Aquí observé que, al explorar los movimientos y proponerle otros nuevos a Claudia, ha acumulado herramientas y maneras distintas que han sido procesadas por su cuerpo y que ahora son exploradas para ser puestas a prueba con Claudia.

Siguiendo con el ejercicio, dentro de la exploración de Claudia y Erick, nos encontramos en una secuencia en donde Claudia se encuentra acostada en el piso, con las piernas dobladas en un ángulo de aproximadamente 45° y apoyadas en la espalda de Erick. Erick se encuentra sentado apoyando sus brazos al suelo, una de sus piernas se encuentra estirada y la otra doblada en un ángulo de aproximadamente 45°. Puedo observar que las manos de Erick se encuentran cerradas haciendo resistencia hacia el suelo y sus pies se encuentran contraídos.¹²

Al empezar la secuencia, y brindarle a Claudia peso con su espalda, observé que Erick utiliza múltiples puntos de apoyo, por lo que sus piernas y sus brazos tienen distintas direcciones de movimiento. Al brindarle el peso a Claudia, se nota que coloca su cuerpo rígido, con movimientos cortantes y bruscos, donde intenta brindarle todo el peso posible de su espalda, lo cual genera un movimiento de atrás hacia adelante. Observé cómo es que Erick tiene la cabeza suelta y sin control.

¹² En el siguiente enlace se puede observar esto en mayor detalle: <https://vimeo.com/398667594>

Sin embargo, su expresión facial es de esfuerzo, ya que está concentrado en dar peso con su espalda. Pude observar, también que en un momento suelta todo su peso y se lo brinda a Claudia, haciendo que ella realice todo el esfuerzo y, como consecuencia, entra a un estado pasivo. Claudia suelta sus piernas, por lo que Erick pierde el equilibrio de su cuerpo teniendo que apoyar sus brazos y realizar un pequeño salto con su cadera.

Con esta descripción observo que Erick aún no confía en su cuerpo y que sigue dejando el mayor trabajo a Claudia. Esto lo puedo deducir, ya que el peso de su cuerpo no lo controla y deja que Claudia haga todo el trabajo de controlar ambos pesos.

A diferencia de la primera sesión, en donde Erick no variaba de movimientos y no exploraba más allá de los movimientos que Christian le indicaba, en esta quinta sesión Erick cuestiona y reta las posibilidades que cree que tiene su propio cuerpo y su movilidad. Exploración sus distintas estructuras con el cuerpo, indaga, explora y crea distintas maneras en las que puede sostener el cuerpo de Claudia. Ese reto a sus posibilidades de movimiento, no sólo lo hace desde los movimientos cotidianos, previamente conocidos o de las partes más seguras de su cuerpo. Por el contrario, esta vez los hace desde los lugares laterales, los distintos ejes del cuerpo, etc. Observo cómo va adquiriendo distintos alcances a su propio cuerpo, que son explorados por primera vez por su iniciativa, y sobre todo ya se nota - sin lugar a dudas - cómo es que explorar estos momentos hace que Erick se sienta más seguro en la relación con su compañera, y esta vez pueda aportar al ejercicio de la misma manera que ella.

Ejercicio: Conexión y equilibrio con el compañero

El siguiente ejercicio que Christian indicó, consistió en que ambos participantes se sentarán espalda con espalda, y simultáneamente empezarán, a través de la conexión que encontrasen, a subir al mismo tiempo hacia la vertical. Christian les indicó que se enfocarán en sentir al compañero, en sentir su respiración, en estar presente en el ejercicio sintiendo la superficie de la espalda del compañero. Tener presente el ejercicio anterior y encontrar ser ese soporte, esa base para el compañero.

Durante el ejercicio, Erick se cayó cuatro veces intentando realizar la consigna, ya que le fue difícil equilibrar su cuerpo para no caerse y golpearse. Tras realizar este ejercicio, les pregunté que pudo ocasionar las caídas, a lo que ambos respondieron que estaban buscando la manera de subir solos en lugar de pensar conjuntamente. Esto indicaba que debían seguir trabajando en la escucha y la conexión con el compañero. La

falta de escucha causó que el movimiento que estaban haciendo en conjunto sea brusco y arriesgado, ocasionando que no se cuiden entre ellos y hasta que Erick se caiga al piso.

Por otro lado, tras este incidente de caerse y golpearse, determinamos que era importante que Erick tuviera un par de sesiones en donde trabajará sus puntos de apoyo, para así poder sostenerse y no golpearse al ofrecerse como base a sus compañeros. Esto también nos indicó que los participantes no eran conscientes de todas las partes de sus cuerpos, por lo que debíamos seguir trabajando en estos puntos de apoyo y la relación con el otro.

En este último ejercicio, Erick manifiesta su sentir frente a las cosas que le han ocurrido, algo que en las sesiones dos y tres no realizaba. Comenta que se cae y que le duele, y reconoce que solo pensó él en pararse, sin pensar en el cuerpo de su compañera. Al respecto, él comenta: “Hoy día sí que me dolió, me duele todo el cuerpo. Me he caído muchas veces, pero esto ha sido porque no trabajábamos juntos yo solo quería subir, como dijo Christian en la indicación, y lo empecé hacer solo” (Ríos, Comunicación personal, 02 de mayo del 2019).

A partir de esta experiencia pudimos hacer una evaluación, en donde consideramos las habilidades y características de Erick, para así poder lograr que él pueda aprender distintos alcances y encontrar otras maneras de desarrollar un mayor control y conocimiento de su cuerpo, conocimiento de sus posibilidades, exploración, utilización y elección de sus movimientos para lograr la fluidez en el baile. Decidimos, así, trabajar con un mayor enfoque en el reconocimiento de sus puntos de apoyo y en las extremidades de su cuerpo.

3.5.3 Novena sesión

El objetivo de la novena sesión fue trabajar ejercicios de estructura para agudizar la conexión entre los participantes y el nivel de entrega de peso que tienen hacia sus compañeros. Los ejercicios que trabajamos fueron: trabajar partiendo de la búsqueda de distintas estructuras con las que el compañero pueda brindar su peso y el brindar el peso al compañero e intentar cargarlo.¹³

¹³ Para mayor detalle de la sesión, ver anotaciones del laboratorio novena sesión

Círculo de conversación

Empezamos la sesión con una conversación donde les pregunté cómo era la sensación de su cuerpo tras las ocho primeras sesiones. La respuesta de Erick fue:

Al principio yo sentía más duro el movimiento. No sabía cómo moverme para no caerme, como levantarme, como hacer tal cosa. Ahora con todo lo que hemos hecho hasta hoy lo siento más ágil mi movimiento, ya sé cómo pararme y hacer más movimientos. Ir a la superficie, hacer más movimientos, cambiarme de posición, moverme.” (Ríos, Comunicación personal, 23 de mayo del 2019).

Con esta respuesta, lo que podemos concluir es que Erick ha desarrollado una mayor amplitud de reconocimiento sobre su cuerpo, mediante el descubrimiento de formas de movilidad que anteriormente no estaban reconocidas. Erick nombra la dureza y agilidad que siente en su cuerpo, reconoce que ha adquirido una manera distinta de moverse para encontrar equilibrio y nuevas posibilidades en las posturas que su cuerpo adopta. Además, le preguntó cómo percibe la relación con Claudia a partir de sus cuerpos, a lo que respondió:

Ehh.. moverme pues... que te contesto... hacer movimiento, hacer la estructura bien. Ya sé por dónde cambiarme, moverme por acá o por allá, ya sé dónde, en qué lugar hago una estructura bien y así no dañar a la persona que está a mi lado. O sea, claro, el acompañamiento. Ahora ya subimos los dos desde arriba, abajo. Ya subimos los dos. Yo ya no me subo primero, ya, o ella primero. Ya sabemos cómo movernos para subir así o así. Y ya no agarro y como hacía antes, y ya no me paro así, y ayudo a Claudia para subir juntos y estar los dos juntos (Ríos, Comunicación personal, 23 de mayo del 2019).

Con esta respuesta observamos como Erick está reconociendo su propia estructura, y está trabajando a partir de los hallazgos encontrados en su cuerpo. Me doy cuenta ya que reconoce como él puede trabajar para apoyar a su compañera y aportar en el baile. El laboratorio empieza dar resultados positivos.

Por otro lado, Claudia menciona:

Creo que ha ido ganando la estabilidad por parte de ambos. Ha sido bastante importante la práctica independiente, el momento de la práctica de subir y bajar y hacer la caída y la dinámica circular. Eso reforzó la idea de que tienes que estar preparado para cargarte, porque no puedes esperar cargar al otro si no tienes los apoyos suficientes para cargarte tú mismo. A mí eso me lo recordó y me ayudó a ganar solidez, para ser una mejor estructura. Creo que puede haber desarrollado por parte de Erick, también, entonces a la hora de juntarnos fluye más. Creo que Erick ha ganado independencia. Sé que ahora él confía más, que él se puede cargar a él mismo y ya no entrega todo el peso”. (Comunicación personal, 23 de mayo del 2019)

Esto nos brinda una mayor certeza de cómo ha cambiado Erick. La estabilidad, que menciona Claudia, le da una mayor independencia, además de una libertad de decisión en sus movimientos. El trabajo de exploración personal ha sido fundamental. Haber pasado por trabajar los puntos de apoyo le ha brindado a Erick posibilidades distintas, según su propia estructura y generando confianza en la estabilidad y la posibilidad de lograr sostenerse y sostener a la otra persona en su danza.

El reconocimiento individual de estructura, equilibrio, peso en sus cuerpos, permite que la relación entre ellos se fortalezca y crezca. El empezar a reconocer su cuerpo los hace estar presentes en el momento; abre la escucha entre ellos. Ellos empiezan a reconocerse y escucharse, trabajando desde sus propias limitaciones y posibilidades, conjuntamente.

Al trabajar a partir de la entrega de peso al compañero y con ello generar distintas estructuras, Erick (Comunicación personal, 23 de mayo del 2019) afirma:

Me siento más ágil, me muevo mucho mejor, que desde el principio nos conectamos más. Ahora confió más en entregar mi peso, porque al principio era con mi espalda, y me dijeron que era también con otra cosa. Y la espalda es más fácil, pero cuando me dijeron con otra parte, con la mano, y puse mi cabeza y de ahí mi pie y de ahí mi antebrazo, pero siempre en la espalda. La espalda es indispensable porque es la base que puede sostener más a la otra persona. Lo hice con bastante cuidado para no lastimar a la otra persona, pero lo hice bien. Sentía un control con la

cabeza, no todo mi peso más con la espalda si ponía peso. Pero controlándome un poco, pero cuando se me iba el control se va al piso, pero con la espalda no ocurre eso. No duele a menos que la otra persona lo chantage, pero no ocurrió eso. Antebrazo más peso que la cabeza, más peso que en el pie, pero la espalda es más sólida y ponía más peso”.

Erick empieza a reconocer su cuerpo a un mayor nivel, ya no solo a señalar las distintas acciones o actividades que podía realizar. Además, ahora puede observar con qué parte del cuerpo puede trabajar de qué manera. Empieza a reconocer sus posibilidades y limitaciones, y trabaja con los movimientos con los que sí puede trabajar. Trabajar con las posibilidades que su cuerpo le brinda y con las que él se siente más seguro le permiten una mayor libertad y empezar a sentir que está en la posibilidad de moverse con libertad, sin tener que preocuparse por golpear a su compañera. A partir de estos puntos de apoyo es que se siente más seguro de que está cuidando a su compañera. Agrega: “Lo hice con bastante cuidado para no lastimar a la otra persona, pero lo hice bien” (Comunicación personal, 23 de mayo del 2019).

Es importante observar y no dejar de tener en cuenta este miedo que Erick ha descrito, en donde cree que, a partir de su movimiento, está dañando o puede dañar a la compañera. Noto esto, pues creo que esta es una de las razones por las que Erick no terminaba de crear movimiento con mayor libertad, por su propio miedo de no encontrar el control completo de su cuerpo y poder hacer daño. Esta puede ser una razón que, quizás, no estuve considerando al principio en las observaciones, pues estuve considerando que era por la comparación de los cuerpos, por no sentirse igual, por la diferencia de habilidades. Recién en ese momento me di cuenta que nunca observé que pudo ser por el miedo a no tener el control de su cuerpo y, por ello, lastimar a su compañera.

Con esta información, me percaté de la conciencia que tiene Erick de su cuerpo y cómo es que los movimientos que hacía o dejaba de hacer también, en parte, buscaban cuidar al otro. Este aspecto aporta ampliamente a la investigación, pues a lo largo del laboratorio y especialmente en esta etapa, es en donde él mismo está sintiendo su cuerpo más flexible, y está encontrando distintas maneras de apoyo y control del mismo. Lo llevan a tener mayor seguridad en su movimiento y a profundizar en la conexión del otro.

Conversamos acerca de cómo habían sentido esas primeras ocho sesiones y finalizamos con el círculo de conversación. Luego pasamos a realizar ejercicios de la práctica, donde yo asumí el cargo de guía.

Ejercicios: Explorar estructuras como soporte del otro

Para iniciar, les indique que el ejercicio consistía en buscar distintas maneras donde pudiéramos ser soporte para el compañero, trabajando la estructura del cuerpo. Mencioné que era importante tener en cuenta los puntos de apoyo que habíamos estado trabajando en las sesiones anteriores. Christian agregó tener en cuenta como la estructura se diluía y volvía a construir, y que era de suma importancia tener bien en claro el apoyo del suelo, además de encontrar las maneras más cómodas del cuerpo para realizarlo.

Erick empezó a realizar el ejercicio. Mi primera impresión es que Erick está realizando más movimientos de rotación y que ya no provienen desde la tensión de cuerpo estirado. Por lo contrario, utiliza diversos puntos de apoyo, al rodar distribuye el peso de su cuerpo y empieza a colocarlo de manera favorable y más fácil para realizar la rotación de manera fluida.¹⁴

Erick, al empezar uno de los movimientos donde se encuentra apoyando sus dos brazos y sus manos en forma de puño al suelo, acomoda sus rodillas al suelo, distribuye su peso hacia la derecha, donde se sienta. Luego intentó acostarse sobre el lado derecho de su cuerpo, para lo cual utiliza su mano para apoyar el peso de su cuerpo. Pero es demasiado peso para su punto de apoyo y, como consecuencia, su cuerpo colapsa. Después, acomoda su brazo en el suelo, cambia la dirección de su cabeza y ahora es quien guía el movimiento a partir de la mirada. Se encuentra parcialmente acostado en el suelo y, para poder girar, completamente utiliza todo su cuerpo, estirándose, generando un impulso para llevar todo su cuerpo hacia el otro lado y termina realizando un volantín.¹⁵

Al volver a revisar el material, me percaté de que Erick ya está utilizando menos espacio al trasladarse. Ahora sus movimientos ya no son tan cortados y múltiples. Sus movimientos son fluidos. Aunque al realizar el estiramiento de sus extremidades se puede observar que aún mantiene un movimiento contenido, pues las extremidades de su cuerpo las sigue contrayendo al hacer los movimientos.

¹⁴ Para más detalle, ver Apuntes del laboratorio 7

¹⁵ En el siguiente enlace se puede observar esto en mayor detalle: <https://vimeo.com/399367999>

Al realizar una trayectoria donde debe pasar de estar sentado a estar parado, observamos que el primer movimiento que Erick realiza es hacer una línea con su brazo derecho, impulsándose hacia adelante para así poder tomar el impulso que le ayude a mover todo su cuerpo hacia adelante. Con este impulso, hecho con la posición de su brazo derecho - pero también con el brazo izquierdo que se encuentra apoyado en el suelo -, se levanta. Al tener las rodillas aún dobladas vemos que su movimiento es más directo y fluido que en sesiones anteriores. Dirige su cuerpo hacia la izquierda y vuelve a levantar la mano derecha para tenerla como impulso. En este último tramo, su movimiento es lineal pero contenido.

Pude observar que Erick está controlando el centro de su cuerpo a partir de la base de sus pies. Las trayectorias y el tiempo que ahora toma para ir hacia arriba es menor que la primera sesión. Puedo concluir que está utilizando más sus extremidades que se encuentra más flexible al movimiento y el tono muscular se encuentra menos rígido.¹⁶

Por otro lado, observo que Erick ha tenido un mayor desenvolvimiento en sus movimientos. Ahora se le ve proponiendo movimientos, asume distintos riesgos que no lo hacen frenar, por el contrario, lo hacen seguir explorando. Además, sigue indicaciones y ya no se detiene para observar a la compañera. Al Empezar sus exploraciones de forma más amplia, ya no sólo con una parte del cuerpo, por el contrario, utiliza las extremidades y prueba que es lo que mejor le acomoda y le brinda mayor seguridad. Además, observé en su movimiento mayor proposición en los movimientos, explorando, además, en tener un mayor equilibrio en ello.

Ejercicios: Ser soporte, base del compañero

Al terminar de trabajar cada uno por separado, les indique que empiecen a explorar el movimiento y que ahora se encontraban en el camino de utilizar el cuerpo del compañero como el suelo, donde debían entregar su peso y buscar continuar el movimiento.

En toda esta exploración, Erick sigue muy proactivo y propositivo. Empieza a ser soporte de su compañera, acción que en sesiones anteriores le costaba realizar. Empieza a utilizar su espalda y el rodamiento para continuar con el movimiento y poder recibir el

¹⁶ En el siguiente enlace se puede observar esto en mayor detalle: <https://vimeo.com/399369557>

peso de su compañera. Primero rueda y luego acomoda sus extremidades, recogién dose hacia su pecho.

Claudia se encuentra rodando en sentido contrario que Erick, y él busca acompañarla en el movimiento todo el tiempo posible, hasta desplazarla en la colchoneta y termina de realizar su rotación. Aquí observamos el cuidado que tiene con Claudia y la conexión que genera en su movimiento.¹⁷

Dentro del ejercicio de brindar peso y ser estructura para el compañero, Erick tiene a Claudia apoyada en la espalda, y decide mover sus piernas para hacer una plancha. Cuando empieza a hacerlo se caen los dos, pues “[quería] pararme así para saber cuánto peso podía obtener. Pero me ganó porque ella pesa mucho” (Ríos, Comunicación personal, 23 de mayo del 2019). Esto me demuestra el nivel de compromiso que está obteniendo en los ejercicios, y el riesgo que está tomando ahora para poder seguir explorando a partir de explorar su cuerpo. Por otro lado, señala:

Es la primera vez que lo hago cuando me puse, así como volando me siento he... lo pude hacer, satisfacción se llama. Ya me saqué 20 hoy día la primera vez en toda mi vida” (Erick Ríos, comunicación personal, 23 de mayo del 2019).

En esta sesión ha generado satisfacción en sus movimientos haciendo que tenga mayor interés en seguir explorando y queriendo seguir trabajando en el autoconocimiento de su cuerpo. Además, ha permitido reconocer y confiar en sus movimientos y habilidades. Se da cuenta que comienza a obtener mayor control y por lo tanto se arriesga a la búsqueda de nuevas acciones. Esto, a su vez, incrementa su interés por seguir explorando y trabajando en el conocimiento y posibilidades de su cuerpo.

3.5.4 Décimo sexta sesión

El objetivo de la decimosexta sesión fue realizar ejercicios que funcionan como motivadores, para que los participantes terminen en un Jam de Contacto Improvisación¹⁸. Al ser este el cierre del laboratorio se trabajó como la primera sesión. Se empezó desde

¹⁷ En el siguiente enlace se puede observar esto en mayor detalle: <https://vimeo.com/399370657>

¹⁸ Jam de Contacto Improvisación: Encuentros de improvisación donde se practica conjuntamente las técnicas de Contacto Improvisación. Un espacio de intercambio entre cualquier bailarín.

la conexión a partir de la respiración en posición horizontal, para luego pasar por ejercicios en conjunto. Se trabajó todo lo visto anteriormente en el laboratorio.

En esta sesión pretendo observar sus hallazgos, los logros obtenidos y la relación con su propio cuerpo y con el cuerpo del compañero. Esta vez, Christian reasumió la función de guía y yo retomé el rol como participante.¹⁹

Ejercicio: Calentamiento

Al llegar al espacio, Erick inicia su calentamiento de manera individual. Esta fue una de las consignas que en la sesión seis le comentamos que debería hacer por su cuenta, pero que no adoptó hasta la sesión doce. Durante su calentamiento observo que inicia con su cuerpo acostado en el suelo, realizando rodamientos. Después, explora estructuras donde utiliza distintos puntos de apoyo de su cuerpo.

Christian decide intervenir en la exploración de Erick y le menciona que puede traer a su conciencia el sentir de cada apoyo por el que pasa cuando realiza sus movimientos de rotación, además de buscar distintas posibilidades para rodar. Nos indica a los participantes que en esta nueva exploración busquen estructuras distintas que generen rotación, que empiecen a encontrar movimientos que los hagan llegar hacia arriba, para luego poder ir hacia abajo. Nos recuerda no dejar de enfocarnos en evaluar la estructura de nuestro cuerpo, por donde está pasando el peso del mismo, para distribuirlo de la mejor manera posible.

Ejercicio: Exploración de estructuras individual

Encuentro en este ejercicio que Erick está más confiado en su cuerpo y propositivo en su movimiento. Lo puedo observar en los movimientos que realiza; su cuerpo se encuentra más ligero y flexible. Noto que Erick desarrolla una trayectoria en donde explora distintos puntos de apoyo. Esto me llama la atención, pues explora distintas alturas en el espacio, además de crear estructuras, con el cuerpo sólido y seguro.

La trayectoria empieza con Erick arrodillado con sus piernas flexionadas, mirando hacia abajo. Su espalda se encuentra inclinada hacia su cabeza. Esto hace que la línea de su espalda no sea horizontal, sino que se encuentre con un pequeño ángulo de aproximadamente 30°. Sus manos se encuentran completamente estiradas. Puedo

¹⁹ Para mayor detalle de la sesión, ver anotaciones del laboratorio décimo sexta sesión

observar que, por la condición que Erick tiene, sus dedos se mueven por el espasmo que la propia condición le provoca. Eso me indica que está exigiendo a su cuerpo para poder mantenerlo abierto. Este detalle es importante, pues es la primera vez que observo que, al realizar un movimiento, tiene las manos estiradas. Continuando con la trayectoria, mueve sus manos, arrastrándolas al centro de su cuerpo; este primer trayecto es directo. Sin embargo, noto que está haciendo un sobreesfuerzo que genera pequeños movimientos indirectos y multidireccionales en su cabeza. Al encontrar una posición cómoda para sus brazos, utiliza su fuerza y levanta su cabeza de manera directa y rápida. Luego acomoda sus brazos a la altura de sus hombros, y traslada su torso para volver al suelo. La primera parte de su cuerpo que direcciona es su trasero, junto con acomodar sus rodillas – las cuales ya no se encuentran rígidas, sino que permiten adaptabilidad al movimiento. Sus brazos siguen apoyados al piso para darle seguridad en su movimiento. Luego, baja su espalda hacia el suelo y apoya su brazo izquierdo mediante un movimiento cortado y brusco.²⁰

Por otro lado, observé que la fuerza que utiliza para que su espalda llegue al suelo es tanta, que otras partes de su cuerpo se mueven, como sus pies, generando múltiples movimientos. Además, es tal la fuerza que emplea, que en un momento pierde el control en el traslado y no contiene su peso, por lo que sufre una caída acompañada de un golpe fuerte. Al encontrarse en el suelo, apoyado en el lado izquierdo de su cuerpo, Erick estira su pierna derecha, describiendo una línea recta, y la lleva al lado contrario para generar fuerza en su cuerpo y terminar de rodar. Este movimiento es fluido y directo. En la trayectoria, igual podemos ver que, por su propia condición, su mano derecha está contraída y realizando múltiples movimientos involuntarios. Luego, regresa a estar echado hacia el lado izquierdo de su cuerpo. Este movimiento requiere mucho esfuerzo, por lo que es contenido, y acompañado de múltiples movimientos en sus extremidades.²¹

Ejercicio: Exploración de estructuras en parejas

Al finalizar el primer ejercicio individual, Christian nos invitó a probar nuestra danza con otros cuerpos, dejando que las herramientas aprendidas se materializasen en

²⁰ En el siguiente enlace se puede observar esta descripción a mayor detalle:
<https://vimeo.com/399450171>

²¹ En el siguiente enlace se puede observar esta descripción en mayor detalle:
<https://vimeo.com/399454148>

una improvisación libre. Christian se integra a esta parte de la sesión como participante, y en un momento se cruza con Erick y comienzan a moverse juntos.

Observo que, en primera instancia, Erick se toma un momento para sentir y escuchar el cuerpo de Christian. Considero que esta acción demuestra que ha podido interiorizar la importancia de escuchar y entender el movimiento del compañero. Al empezar el movimiento, observo que Erick realiza movimientos cortantes y bruscos, por lo que vuelve a conectarse desde el punto de apoyo en el que se encuentra, espalda con espalda. Repite el gesto anterior de comenzar a respirar y sentir a Christian una vez más. Durante la exploración, observo que Erick se vuelve menos propositivo en su movimiento y busca adaptarse a lo que Christian propone. Cada relación con otro cuerpo es única, y cada participante implicado en esta relación afecta en la creación en conjunto. Por otro lado, observo que Erick se encuentra en la disposición de que Christian le indique cómo seguir el movimiento, o si es que está realizando algo correctamente. Esta necesidad de aprobación vuelve a aparecer.²²

En un momento de su danza, Erick propone dirigirse hacia arriba; su trayectoria comienza con Christian parado, apoyando una mano en el hombro de Erick; él se encuentra en cuatro puntos de apoyo en el suelo. El primer movimiento que realiza es levantar su mano derecha con una cualidad indirecta y rápida, su mano dibuja círculos en el aire con el brazo rígido y recto. Me percató que el gesto de su brazo se debe a la fuerza que necesita para levantar su pierna; al subirla, su cabeza realiza múltiples micro-movimientos. Al encontrar el punto de apoyo que le crea impulso para desplazarse hacia arriba, hace dos movimientos que hacen que se levante. En la primera parte de este trayecto, observo que sus pies no se encuentran alineados: el izquierdo no está completamente apoyado en el suelo y se encuentra un poco más atrás que el derecho. Esto le causa desequilibrio en su cadera. Al pasar su pie derecho hacia la altura del izquierdo, observo que apoya al suelo completamente, dándole estabilidad y un movimiento más directo y rápido. Al apoyar su torso en la espalda de Christian, su movimiento es sostenido. En esta trayectoria, Erick utiliza distintos puntos de apoyo para darle más estabilidad en su cuerpo y así poder subir en menos tiempo, abarcando menos espacio, y con mayor seguridad.²³

²² En el siguiente enlace se puede observar esta en mayor detalle: <http://vimeo.com/399462013>

²³ En el siguiente enlace se puede observar lo descrito en mayor detalle: <https://vimeo.com/399465238>

En esta danza puedo destacar que Erick tiene movimientos cortantes y bruscos, donde vuelve a conectar desde el punto de apoyo, espalda con espalda, empezar a respirar y sentir a Christian. Durante toda la exploración, vemos que Erick empieza a ser menos propositivo en su movimiento y busca adaptarse a lo que Christian le propone.

Sin embargo, la flexibilidad de los movimientos ha incrementado considerablemente en las últimas sesiones, ahora está dispuesto a adaptarse para realizar el movimiento más adecuado en ese momento. Eso ha hecho que su musculatura ya no se encuentre tan rígida, y sea más moldeable en cada momento. Con esta información puedo ver que Erick está teniendo un avance en las habilidades de su movimiento y en su cuerpo.

Pude observar en este ejercicio que Erick realiza movimientos más amplios, utilizando más partes de su cuerpo. Además, empieza a tener mayor amplitud en sus extremidades, ya que las puede estirar en distintos momentos. Asimismo, la movilidad y disposición para nuevas posibilidades de movimiento es más alta. También observé que logra un mayor enfoque y concentración en los movimientos que realiza; ya no se encuentra observando a todos lados. Ahora lleva a cabo distintos movimientos por sí solo.

Christian nos indica que cerremos este ejercicio para empezar otro. Nos indica que ahora trabajaremos en parejas nuevamente, pero esta vez desplazándonos en el espacio partiendo de un punto de contacto. Empezaremos a sentir el punto de contacto que se está generando con el otro, y cómo es que esa parte del cuerpo es la que guía el movimiento.

Andrea, la cuarta participante del laboratorio, trabaja con Erick en este ejercicio. En los trayectos que realizan en conjunto, Erick hace pequeños movimientos con sus pies, en lugar de pasos largos. Esto lo lleva a tener un ritmo peculiar e indirecto, balanceando todo su cuerpo, como una campana, a lo largo de toda la trayectoria. También observé que, para no perder el soporte en sus pies muchas veces realiza doble pisada con el mismo pie. Vemos que, en este trayecto, Erick se encuentra alerta y concentrado en el punto de apoyo con Andrea. Se encuentra enfocado y ejecuta sus movimientos con la fuerza adecuada, aportando al movimiento. Además, observo que está propositivo en el movimiento.²⁴

Observé también que, al ser él quien empieza a llevar a Andrea en el movimiento, utiliza distintas partes del cuerpo para lograrlo. En las sesiones anteriores solo utilizaba

²⁴ En el siguiente enlace se puede observar esta en mayor detalle: <https://vimeo.com/399469755>

su espalda para guiar el movimiento, pero esta vez lo hace con la cabeza, con el hombro, con el codo. Así, puedo deducir que ahora tiene mayor conocimiento de las funcionalidades de su cuerpo, y puede utilizarlos para crear movimiento.²⁵

Ejercicio: Extensiones del cuerpo del otro

Christian nos indicó que ahora pasaremos al siguiente ejercicio, donde trabajaríamos con la misma pareja, pero buscando extensiones en el cuerpo del compañero. Y debemos estar atentos a los cambios que realiza el cuerpo para poder acomodarnos al movimiento. El ejercicio consiste en que un participante se encuentra sentado y empieza a realizar movimientos al otro participante. El otro participante permanece echado en el suelo y deja que lo movilicen.

Erick empieza echado en el suelo, y lo primero de lo cual me percató es que, cuando Andrea empieza a movilizar sus extremidades, Erick ya no se encuentra tan rígido en su movimiento. Sus pies se encuentran sueltos. Él sigue teniendo algunos reflejos, movimientos multidireccionales, en otras partes del cuerpo que no están siendo movilizadas. Sin embargo, estos son más tenues en comparación las que observé en la primera sesión. Por otro lado, observo que empieza a seguir el movimiento que le está proponiendo Andrea, y no se encuentra rígido, esperando que se le brinde todo. Ahora dirige su cuerpo hacia donde su compañera lo lleva.²⁶

Círculo de conversación final

Para cerrar, les pedí sentarnos en un círculo para conversar de la experiencia. Mi primera pregunta estuvo relacionada a cómo se sentían. Erick contestó primero, un comportamiento que no tenía en las primeras sesiones, y que fue adoptando a partir de la octava. Erick claramente ha cambiado, y es más suelto y colaborador.

Nos comentó que, al principio, él creía que no podía realizar ningún movimiento por su condición, y que no podía tener control de su cuerpo - pues en las primeras sesiones, cuando Claudia realizaba alguna movilidad en su cuerpo, él perdía el control de este y se caía. Además, reconoce una diferencia respecto al trabajo de Andrea con el de Claudia. Por otro lado, señala que antes no sabía cómo abarcar el movimiento con sus compañeras y estaba pendiente de si estaba realizándolo bien o no, y por eso no

²⁵ En el siguiente enlace se puede observar esta en mayor detalle: <https://vimeo.com/399472306>

²⁶ En el siguiente enlace se puede observar esta en mayor detalle: <https://vimeo.com/399477639>

accionaba, pero ahora ya sabía cómo hacerlo. Por último, indica que siente que recién con esta experiencia ha logrado mover su cuerpo y ha aprendido a moverse mejor y a reconocer su cuerpo. Al respecto, dijo:

Me sentí mejor ahora. Con la práctica me siento más ágil, mejor. La primera vez estaba más duro. Siento mi cuerpo, pensaba que no podía hacer. Cuando me empujaban estaba dentro de... estaba muy difícil de sostener, pero sí lo pude hacer. O sea, pensaba que por ahí una vez casi me voy para atrás. Ahorita que he trabajado bastante con Andrea más veces con Claudia, pero lo siento un poco igual. Antes lo sentía no igual, cada cuerpo no es igual, esto también lo digo, pero al momento de trabajar con una y con otra persona, con otro cuerpo distinto me voy adecuando y empiezo a trabajar igual (Erick Ríos, comunicación personal, 06 de junio del 2019).

Erick hace una reflexión más profunda, expresando la diferencia en sus compañeras, compara la movilidad en distintos tiempos en su cuerpo. Comenta sobre distintas sensaciones de su cuerpo; reflexiones que en las primeras sesiones no realizaba y en las cuales sólo enumerada o decía que estaba bien. Con esta reflexión, además, puedo concluir que Erick no sólo ha entendido la práctica, sino que la ha interiorizado y se ha sumergido en ella; lo ha llevado a cuestionar sus propias posibilidades de movimiento.

Por su parte, Claudia comenta y reconoce que ahora ya entendía la corporalidad y estructura de Erick. Los movimientos que más le gustaban o los que no. Al entrar a trabajo libre ella creía que se demostraba lo aprendido y que en este espacio entendías lo que el cuerpo de Erick podía hacer; empezando así a proponer y a jugar con los movimientos siempre desde el límite que él le proponía. Andrea comenta que siente más fluido el movimiento y que eso parte del reconocimiento del cuerpo, además de una escucha más aguda hacia los demás cuerpos.

CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo como objeto de estudio las posibilidades de desarrollo de las habilidades motrices y el autoconocimiento del cuerpo de una persona con discapacidad, a través del uso de herramientas del Contacto Improvisación.

En el laboratorio se creó un espacio en donde se relacionaron diversos cuerpos permitiendo aportes a la práctica desde sus posibilidades. Se les dio importancia a todos los cuerpos por igual, promoviendo la exploración de distintos movimientos que quizás su día a día no se les permita. De esta manera, a través de la práctica del Contacto Improvisación se visibilizó la diversidad de cuerpos y la libertad de expresión a través del desarrollo de un lenguaje propio de movimiento.

Asimismo, las personas con condición de discapacidad, durante el laboratorio, han desarrollado capacidades y habilidades corporales donde potenciaron sus movimientos y fortalecieron sus cuerpos a través de los intercambios e interacciones entre distintas corporalidades y movimientos diversos. Además de encontrar el valor para arriesgarse y jugar con distintos movimientos.

Los participantes rescatan la inducción al Contacto Improvisación y el proceso de aprendizaje que hubo desde el inicio. Consideran que fue un espacio donde se juntaron experiencias y habilidades a partir de la diversidad de los participantes. Para los participantes, esta práctica fue una herramienta perfecta para conectar con el otro que permitió trabajar bajo las mismas posibilidades de manera horizontal. Por otro lado, pudieron enfrentar sus propias inseguridades a partir del cuerpo del otro, pues muchos miedos reflejados sobre lo que podía hacer el cuerpo con condición de discapacidad fueron luego reconocidos como miedos propios y no como limitaciones del otro cuerpo.

Es importante rescatar que, durante todo el laboratorio, no hubo ninguna diferenciación entre los participantes. Dicha equidad generó independencia en Erick. Pues él nos contaba que siempre le decían que no podía, o lo sobreprotegían. Pasó de ser alguien temeroso de lastimar al otro, de no proponer movimiento por temor a que no sea el correcto; a ser alguien que propone movimientos, que toma riesgos con su cuerpo. Empezó a conocer, controlar más su cuerpo y tener independencia sobre su movilidad.

Durante el laboratorio se pudo observar cómo fue la evolución de movimiento y movilidad de Erick, donde obtuvo movimientos más arriesgados, confiar en su propia corporalidad para ser soporte para su compañera, reconocer su corporalidad. La evolución

de su conciencia corporal también se refleja en los comentarios más conscientes y precisos que Erick nos fue brindando durante las sesiones. Donde nombra las diversas relaciones que puede tener con cada distinto participante y como es su rol con ellos, además de expresar sus sensaciones y sus posibilidades con su cuerpo.

Por otro lado, una vez finalizado el laboratorio llegué a la conclusión que fue un tiempo corto para conocer a profundidad la práctica. Sin embargo, el tiempo invertido sí logró que los participantes tengan indicios y principios de ciertos cuestionamientos en su cuerpo. No obstante, las sesiones no lograron que los participantes se desarrollaran completamente. Erick se estaba desarrollando recién a la catorceava sesión, y en las tres sesiones restantes no llegó a explorar todo lo que estaba aprendiendo y acercando a su cuerpo. Por tanto, considero que, para futuras experiencias, debo considerar tener un mayor tiempo de desarrollo, tomando en cuenta que los participantes puedan demorar en obtener confianza para desarrollar las actividades plenamente.

Puedo concluir que el laboratorio sí llevo a que las personas con condición de discapacidad trabajen sus habilidades de movimiento, dando oportunidad a que descubran distintos movimientos propios de su cuerpo. Además de tomar conciencia de su cuerpo y la relación de este con el otro.

Si bien uno de los cuestionamientos al empezar esta investigación estuvo relacionado a determinar si existe un vínculo entre el desarrollo motriz de la persona con condición de discapacidad y los diversos discursos en torno a la discapacidad que han sido inculcados y reproducidos dentro de las esferas social y personal de los cuerpos, el laboratorio no ha permitido obtener evidencia al respecto. En efecto, si bien en las primeras sesiones Erick nos comentó acerca de la discriminación que sentía al no tener un trabajo, o al ir al espacio público y encontrarse con personas que lo ignoren por no entenderlo, o de lo poco accesible que son los trasportes de lima, las herramientas de recojo de información no estuvieron orientadas a comprobar el efecto que esto causaba en su cuerpo, sino a observar el desarrollo de su conciencia corporal.

Pienso que una próxima investigación desde las artes escénicas podría permitir en un futuro demostrar el efecto de los discursos de discapacidad en el cuerpo de la persona con condición de discapacidad.

Considero que esta investigación muestra tres discursos (CONADIS y el discurso de la identidad, la Infraestructura y el discurso de la movilidad y el discurso entorno a la

integración laboral) de la discapacidad que se reflejaron durante el laboratorio. Sin embargo, considero existen muchos otros discursos, los cuales deben ser motivo de futuros análisis, con una muestra más grande y un periodo de experimentación mayor.

Por otro lado, esta investigación ha logrado rescatar las sesiones más importantes del laboratorio. No obstante, soy consciente de que sin el análisis y la observación de las otras sesiones no hubieran sido posibles los descubrimientos alcanzados.

Por último, es importante mencionar que el laboratorio aportó a comprender la diversidad desde la horizontalidad de los cuerpos. Así, podemos observar que la danza inclusiva sensibiliza a los cuerpos, pues brinda la oportunidad de entablar relaciones empáticas, permite una mayor comprensión acerca de lo que es la discapacidad, no como una limitación sino como una posibilidad distinta.

Invito a la comunidad de artes escénicas a que puedan seguir indagando acerca de la práctica de Contacto Improvisación y las diversas posibilidades que esta permite. Así como seguir apostando por prácticas que busquen la equidad y la horizontalidad entre sus participantes para así poder crear conciencia sobre temas que están apartados y discriminados en la sociedad. Por último, que apuesten por la sensibilización a partir de las artes, así poder seguir creando conciencia a partir de las artes escénicas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Ágreda Carbonell, S., Mora Wiesse, J., & Ginocchio, L. (2019). *Guía de Investigación en Artes Escénicas*. Recuperado de <http://investigacion.pucp.edu.pe/wp-content/uploads/2019/06/guia-de-investigacion-en-artes-escenicas.pdf>
2. Albright, A. C. (1997). *Moving Across Difference. Dance and Disability*. En *Choregraphing Difference: The body and Identity in Contemporary Dance*, 5692. Hanover, USA: Wesleyan University/University Press of New England. Recuperado de <https://nyuskirball.org/wp-content/uploads/2018/02/Moving-Across-Difference-Dance-and-Disability.pdf>
3. Brozas, M (2013). Naturaleza estética y pedagógica de las jams de danza Contact Improvisation en España. *Revista Cultura, ciencia y deporte* (9), 107-118. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5102122.pdf>
4. Brozas, M. (2017). Pedagogía del cuerpo sensible: tacto y visión en la danza contact improvisation. *Movimiento revista de educacion fisica de ufrgs*, 23(3), 1039-1052.
5. Brugarolas, M. (2015). “*El cuerpo plural. Danza integrada en la inclusión una renovación de la mirada*”. (tesis doctoral). Universidad Politécnica de Valencia. Recuperado de <https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/62203/BRUGAROLAS%20-%20El%20cuerpo%20plural.%20Danza%20integrada%20en%20la%20inclusi%C3%B3n.%20Una%20renovaci%C3%B3n%20de%20la%20mirada.pdf?sequence=1>
6. Burr, V. (2003). *Social constructionism* (2a ed.). Routledge p.20-50.

7. Barnes, C. (1998) “*Las teorías de la discapacidad y los orígenes de la opresión a las personas discapacitadas en la sociedad occidental*”, p.62 en: Barton, L. (comp.); *Discapacidad y sociedad*, Madrid, Morata.
8. Cané, F (2015). “*Beneficios de la danza “Contact Improvisation” como terapia alternativa en el Síndrome de Rett*” (tesis magister). Universidad de Almería. Recuperado de http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/6253/7677_TFM%20FRANCE%20CAN%C3%89%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
9. CONADIS. (2019, 23 noviembre). Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad - ¿Qué hacemos? Recuperado de <https://www.gob.pe/875-consejo-nacional-para-la-integracion-de-la-persona-con-discapacidad-que-hacemos>
10. Contino, A. M. (2013). El dispositivo de discapacidad. *Revista Tesis Psicológica*. 8, 2013, 177. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4630331.pdf>
11. Espacio Sostenible, E. S. (2016). *La Ley 30412 y el transporte terrestre urbano e interurbano en el Perú | Enfoque Derecho* | El Portal de Actualidad Jurídica de THEMIS. Recuperado de <https://www.enfoquederecho.com/2016/02/11/la-ley-30412-y-el-transporte-terrestre-urbano-e-interurbano-en-el-peru/>
12. González, S, Macciuci, M (2013). *El poder de la danza en personas con discapacidad. X Jornadas de Sociología*. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Recuperado de <http://cdsa.academica.org/000-038/210.pdf>
13. Henderson, G. (2018). *Dance Magazine, Volumen 14*, p.50.

14. Hernández, E. (s.f.). “*Desarrollo histórico de la discapacidad: evolución y tratamiento*” [Guía]. Recuperado de http://www.iin.oea.org/Cursos_a_distancia/cad_guia_disc_UT1.pdf
15. Huerta, J. (2006). *Discapacidad y accesibilidad. La dimensión desconocida*, Lima, Perú: Fondo Editorial del Congreso del Perú. Recuperado de http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/920_gob422.pdf
16. Jiménez, C. (2014). “*DISCAPACIDAD*”... *Cuerpo sujeto, cuerpo encarnado* (tesis magister). Universidad San Buenaventura Cali, Colombia. Recuperado de http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/2386/1/Discapacidad_Cuerpo_Sujeto_Encarnado_Jimenez_2014.pdf
17. Ley N° 29773, Ley General de la Persona con discapacidad. Diario oficial El Peruano, Lima, Perú, 24 de noviembre del 2012.
18. Maldonado, S. (2007). *Exclusión y discriminación en contra de la población con discapacidad en el mercado laboral peruano* | Consorcio de Investigación Económica y Social. Recuperado de: <http://www.cies.org.pe/es/investigaciones/empleo/exclusion-y-discriminacion-en-contra-de-la-poblacion-con-discapacidad-en-el>
19. Menacho, M. (2008) *El potencial crítico de la danza contacto en la construcción de subjetividad* []. Jornadas de Cuerpo y Cultura de la UNLP, 15 al 17 de mayo de 2008, La Plata. Recuperado de: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.673/ev.673.pdf
20. Organización Internacional del Trabajo. (1955) R099 - *Recomendación sobre la adaptación y la readaptación profesionales de los inválidos, 1955* (núm. 99). Recuperado de: http://www.ilo.org/dyn/normlex/en/f?p=NORMLEXPUB:55:0::NO::P55_TYPE,P55_LANG,P55_DOCUMENT,P55_NODE:REC,es,R099,/Document

21. Organización Mundial de la Salud. (2011) *Informe mundial sobre la discapacidad*. Recuperado de: https://www.who.int/iris/bitstream/10665/75356/1/9789240688230_spa.pdf
22. Organización de las Naciones Unidas. (2006) *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad*. Recuperado de: <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>
23. Paxton, S. (1975). "Contact Improvisation". *The Drama Review: TDR*, vol. 19, nº 1, Mar., 1975, p. 40 – 42
24. Pino, J. (2019, 15 agosto). Conadis: Empresas no respetan cuota de trabajadores con discapacidad. Recuperado de: <https://elbuho.pe/2019/08/conadis-empresas-no-respetan-cuota-de-trabajadores-con-discapacidad/>
25. Plataforma Digital Única Del Estado Peruano (2019). Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad: Lima, Pe. Recuperado de: <https://www.gob.pe/875-consejo-nacional-para-la-integracion-de-la-persona-con-discapacidad-que-hacemos>
26. Preciado, B. [FVIyDIVERTAD]. (2013). *Beatriz Preciado sobre diversidad funcional* [Archivo de video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=JBNnfYmgaaY>
27. Revilla, J. (2019). Lima no está diseñada para personas con discapacidad [Publicación en un blog]. Recuperado 24 noviembre, 2019, de: <https://exitosanoticias.pe/v1/lima-no-esta-disenada-para-personas-con-discapacidad/>
28. Rosato, A., & Angelino, M. A. (2009). *Discapacidad e ideología de la normalidad : desnaturalizar el déficit*. Noveduc. P.67

29. Tampini, M. (2005) El Contact Improvisation, una forma de habitar el cuerpo. Actas del I Congreso de Artes del Movimiento, IUNA, Buenos Aires. Edición digital
30. Valencia, L.A (2014); “Breve historia de las personas con discapacidad: De la Opresión a la Lucha por sus Derechos”, Recuperado de: <https://rebellion.org/docs/192745.pdf>
31. Van Dijk, T. A. (1997). *El discurso como interacción social: estudios del discurso: introducción multidisciplinaria*. Gedisa.



ANOTACIONES DEL LABORATORIO

Primera Sesión

La sesión empieza reunida en un círculo, vemos como empiezo a contar mi historia acerca de mi vínculo con la discapacidad.

Vemos como Claudia se encuentra apoyada a la pared, su cuerpo está abierto y con la mirada en mí.

Vemos a Erick escribiendo en su cuaderno, no está escuchando lo que converso. Levanta la cabeza de vez en cuando, pero mira hacia otro lado. Se recoge las piernas y observa a otro lado.

La corporalidad de Erick está cerrada, se contrae las piernas y las abraza con sus brazos y su mirada está en el piso. No se encuentra atento a lo que estamos conversando.

Cuando pregunto si hay alguien que quiere comentar, Erick mira a Claudia para que ella hable. Claudia empieza a hablar acerca de mi lenguaje y de la palabra matar que he utilizado. Erick sigue mirando a otro lado.

Cuando se le pregunta acerca de su discapacidad. El responde que no le gusta hablar acerca de su discapacidad porque cree que todos somos iguales. Esto me hace ver que lo que dice no se refleja con su corporalidad y su incomodidad (por la mirada esquiva y la posición del cuerpo). Cuando está comentando su experiencia es la primera vez que nos mira fijamente a mí y a Claudia, sin embargo, su cuerpo sigue contraído.

Erick cuando escribe y explica algo utiliza el brazo izquierdo.

Luego de explicar su discapacidad y decir que todos somos iguales es la primera vez que estira las piernas y también bromea. (con temas externos a la discapacidad).

Cuando habla de la discapacidad lo toca desde el tema de lo correcto y lo que está bien.

Cuando le piden que haga una consigna clara como dibujar su discapacidad con características, sensaciones, colores se ve a Erick enfocado y dentro de su ámbito.

Además, vemos como decide y comenta que ya acabo en hacer la actividad. Al comentar de su propio ejercicio no sabe porque es que lo ha hecho no tiene justificación para ello.

Por otro lado, relaciona la discapacidad con la tranquilidad del ser humano.

Erick ahora está más atento a lo que Claudia está comentando acerca de la idea de discapacidad y afirma lo que ella dice o comenta. Y gracias al comentario de Claudia recuerda que eligió hacer un ave porque esta no tiene malicia, con esto vemos que esta atento y pensando en la propuesta que se está diciendo.

Su estructura ha cambiado, tiene las piernas estiradas y su mirada esta concreta en nosotros.

Cuando Christian va a hablar de su experiencia, Erick vuela a mirar hacia otro lado.

Se va y hace otras cosas y de vez en cuando vuelve con su mirada. Sin embargo participa y comenta algunas cosas que se están hablando.

“yo bailo, camino , bailo, hablo, soy igual que otros, solo en mi mano me cuesta.. solo ahí tengo una ligera discapacidad”

“como Alejandra dice yo también tuve ese problema al amarrarme los zapatos.. una cosa que sucede rapidito yo me demoro.. y también tengo esa frustración como tu dices porque todos lo hacen rapidito y yo me estoy demorando en algo simple pero lo paso por alto en el celular cuando me llaman y estoy en la calle me tengo que sentar para recién poder contestar a veces me llaman a los dos celulares porque el primero yo no contesto”

Al pasar a echarse Erick se echa y presta atención a lo que Chris le está diciendo. Cuando observa algo lo hace desde su centro y sobre exigiendo todos los músculos del cuello. Apoya sus manos en el cuello.

Para sentarse e ir donde Claudia vemos que va estirándose apoya su antebrazo derecho y su mano izquierda y se arrastra desde el antebrazo y lo trae más hacia su cuerpo en equilibrio hasta llegar a un punto en donde puede mover las piernas y doblarlas para terminar de sentarse.

Cuando apoya su mano derecha no la apoya completamente si no es por encima. No se queda mucho rato en cada parte del cuerpo. Al apoyarse en Claudia tiene un reflejo de moverse todo el cuerpo también por la respiración que le piden que debe hacer para conectar con Claudia. No apoya toda la mano. La coge. Para moverse por el espacio utiliza bastante fuerza y peso en las rodillas que hace que sea un poco torpe en el movimiento. Para pararse se apoya en las rodillas ya que está sentado de rodillas y con los dos manos. Pasa de las rodillas apoyadas a estiradas y su peso lo compensa con las manos. Camina arrastrando los pies y cuando va hacia abajo dobla sus piernas y hace equilibrio entre sus manos y su rodilla para sentarse en las rodillas.

Los traslados que Erick obtiene son a partir de arrastraste por el piso.

Se traslada para acomodarse al cuerpo de Claudia.

Busca con su mirada a Christian para ver qué hacer.

Para sostener la pierna de Claudia hace un movimiento cortado y tiembla con todo el cuerpo, cierra las manos al sostener la pierna. Y no llega a levantarlo del piso solo lo dobla, al coger el pie si estira la mano y lo levanta por completo. Se arrastra para la coger la mano de Claudia. El siguiente traslado es a través de sus rodillas y el equilibrio que hace.

Después de pasar por los brazos y las piernas se queda mirando el cuerpo de su compañera, parece que no tuviera el concepto o las distintas moviidades del cuerpo.

Luego al hacer cambio de roles, Vemos como el cuerpo de Erick la mano derecha no la logra estirar por completo y la derecha la tiene echa puño. Cuando respira todo el cuerpo entra en movimiento. Cuando le estiran la mano para apoyarla tiene un reflejo y esta empieza a temblar. Cuando Claudia le mueve el brazo a Erick, su brazo se queda tieso y no se adapta a el cambio. Cuando empieza a manipular la mano, sus piernas empiezan a temblar.

Cuando Claudia mueve en círculos el brazo de Erick la pierna izquierda empieza a moverse en círculos.

Al tener una movilidad en las piernas tiene cierta resistencia a la adaptabilidad.

Al moverle en círculos la pierna derecha ambas piernas empiezan a moverse.

Se mueve a la dirección que la va a llevar Claudia antes de que esta termine de hacer el viaje.

Claudia empieza a mover su cabeza Erick tiene los brazos contraídos y doblados, Erick se acomoda para poder ayudarla.

Cuando la consigna es empezar a dirigirse a la dirección que la compañera le indica. Claudia empieza a mover el torso y Erick pasa de estar echado boca abajo a estar echado mirando al costado, esta transición la logra temblando y con el movimiento cortado.

Claudia empieza a estirar su cuerpo y al estirar su mano Erick la suelta y suena el piso porque suelta todo el peso.

Al intentar Claudia incorporar a Erick y sentarlo logra traerlo contra su cuerpo. El movimiento de Erick esta en soltar todo su cuerpo. Se le complica poder pararlo. Empiezan a arrastrarse por el espacio.

Claudia empuja apoyando todo su peso en su espalda y Erick empieza a hacer resistencia.

Vuelven al piso y el movimiento es un poco más fluido a la hora de manipularlo.

Empieza desde el suelo a querer empujarlo hacia arriba con toda su pelvis Erick se resbala.

“Yo quería levantarlo en el momento exacto cuando hubiera continuidad y eso me faltó sentir”

Erick ahora esta más atento a la conversación y acepta lo que están diciendo los otros.

“Al principio yo tenía ese temor si lo toco acá le va a doler como tengo dificultad me digo que yo no puedo agarrar o no lo puedo hacer bien así que despacito lo hacia, para moverme también despacio hacia”

Quinta Sesión

Alejandra le pide a Erick que les de sus percepciones y sensaciones del ejercicio que hicieron por segunda vez y la comparación de este con la primera vez que lo hicieron.

Erick nos cuenta su experiencia del laboratorio. Le pedí que nos diga cómo había sido su experiencia y empieza a recontar todo lo que hemos hecho. Que hicimos cada día. Y cuando le vuelvo a preguntar qué le pareció la experiencia me dice que bonito.

Respondió:

” al principio no lo tenía. En la segunda hicimos movimiento que era lo mismo, pero yo tenía que hacer con Andrea, me sentí más tranquilo un poco como la primera vez, pero después ya me salió poco a poco, al principio no podía hacer, así como ustedes que hacían bastantes cosas, pero ya después hacia como ustedes las mismas cosas”. Yo como hago con Claudia que ya la conozco claro cuando conoces a alguien tienes un poco a la otra persona, pero cuando la conoces ya tienes esa confianza que se hace más cómodo” “ya he practicado y ya se me hace más fácil al principio se me hacía un poco difícil” “me siento bien porque ya lo práctico”. “ahora siento que me puedo parar que mi columna está más estirada”

Christian da la indicación de buscar las bases.

“Yo construyo desde abajo las bases, pero también busco otros puntos de apoyo para hacer distintas bases, y luego veo como esta se abre se desase y se desarma para buscar otra base. Entonces ubico

mi estructura con la que estoy trabajando y luego veo como esa se desase para volver a otra. Y tal vez si yo en el camino tengo una futura estructura le digo no. Busco otra. Siempre estoy buscando ser base, entonces de la base a la deconstrucción y de la deconstrucción a la base.”

Erick echado en el piso empieza a mover las piernas hacia arriba. Luego estira la pierna derecha. Luego desde el abdomen se voltea apoyando sus brazos y piernas haciendo la estructura del yoga de la vaca, y estira su pierna izquierda. Luego se levanta y sobre sus rodillas estira sus brazos hacia los costados y luego los lleva a su cabeza. Luego vuelve a hacer la postura de la vaca y estira la pierna derecha. Mira hacia la derecha, y lleva sus manos hacia la derecha para luego apoyar su antebrazo y echarse en el piso del lado izquierdo dando media vuelta terminando echada completamente boca arriba. Levanta la pierna izquierda y estira sus brazos. Luego los lleva hacia el pecho y levanta más la pierna luego se sienta desde el abdomen con la mano estirada y la pierna derecha estirada. Da medio volantín quedando en posición fetal y se levanta de rodillas. Vuelve a la posición de vaca de yoga. Estira la pierna derecha. Luego va al piso y se apoya en el lado derecho levantando la pierna izquierda. Luego se sienta y se apoya en sus piernas vuelve al suelo estirado boca arriba y levanta su pierna izquierda y apoya su brazo izquierdo en ella. Se queda en esa posición un rato y luego se levanta y vuelve a sentarse y apoyarse en su pierna. Luego pasa a la posición de vaca y estira la pierna derecha. Se pone en 2 piernas, Estira su mano y luego la apoya en su cabeza. Luego se encuentra en dos piernas y la cabeza en el suelo.

Christian nos llama para explicarnos “el equilibrio, y el peso, entonces las puntas que tienen estos relieves se vuelven superficies de encuentro de recepción de recepción o de empuje mi superficie busca relacionarse con el paralelo del suelo. Como esta superficie se vuelve plana entonces cuando existe un peso que va hacia abajo debo saber cómo está mi estructura con relación a mi centro. Como hago para mover el cuerpo.

Tienes que ver como ella está recibiendo el peso y como me distribuyo frente a ello. Tenemos que sentir la estructura que armamos cuando estamos en relación para cuestionar la consigna de moverme yo propongo una manera de avanzar lo que pasaba antes es que no reconocíamos la estructura del otro para movernos. Buscar estructuras que puedan soportarme. Buscar el equilibrio además de como eso se desase para plantearse y como se vuelve amortiguado. Como lo puedo anticipar como proceso una entrega riesgosa para cambiar y recibir.

Indica un nuevo ejercicio Esto al principio va a ser un juego de encaje. Siempre apoyarme para poder tener el peso del otro. Y la utilizo para moverme y ponerme de pie o ir hacia abajo. La propuesta es mi base luego esa base se desase para hacer un cambio y luego busco dar peso trasladándome desde el centro desde esa base. Siempre estoy componiendo mi cuerpo.

Erick se apoya en su rodilla izquierda y apoya el pie derecho apoyando sus dos manos (posición de carrera para correr). Claudia se apoya en sus hombros Erick baja la pierna derecha teniendo la posición de la vaca y luego intenta llevar su espalda hacia el piso para hacerse haciéndose bolita pero el peso le gana y se cae hacia el lado derecho. Volteándose y yendo a ponerse boca arriba. Toda esta transición es

muy borrosa y hay muchos golpes. Luego rueda y se encuentra boca abajo con el peso de Claudia levanta su pelvis. Y llega a la posición de la vaca. intenta llevar su brazo derecho y su pierna derecha hacia arriba, pero se cae y rueda en el piso con el peso de Claudia. Se encuentran espalda con espalda y luego pasa a la posición de la vaca moviendo su pelvis más cerca a sus pies. Luego se para colocando sus pies y apoyando sus brazos en el cuerpo de Claudia hace equilibrio y se cae de nuevo. Se apoya en vaca y Claudia le da peso en la pelvis Erick pone su peso en las rodillas y se arrodilla poniéndose espalda con espalda. Se pone en posición de la vaca y llegan a estar parados.

Si tengo apoyo simple reviso como están los pies para ver el cambio y seguir en resistencia

Erick se apoya con sus pies hace una mesa, pero su espalda va con Claudia y se cae al piso. Erick se sienta haciendo una v con su brazo apoyado al piso Claudia apoya su cabeza en el hombro contrario de Erick Y su pie derecho rebota y tiembla. Erick al apoyarse en Claudia solo apoya la parte de arriba de la espalda. Va al piso y rueda con Claudia encima. Cuando pone su espalda apoyada en el brazo de Claudia cierra y pega el brazo derecho al cuerpo.

Nuevo ejercicio me pongo espalda con espalda con Claudia y tenemos un centro común y el peso esta entre nosotros siempre está entre nosotros. Entonces lo que hago es buscar puntos de apoyo conciliación. Luego encuentro otro punto para servir para apoyarse y es el momento de empujar e ir hacia arriba. Entonces evalúa el apoyo de los pies para buscar el apoyo en el suelo y poder incorporarse.

Sexta Sesión

Se les da la indicación de rodar y buscar sus puntos de apoyo

Cuando Erick busca hacer el primer volantín se apoya con las piernas dobladas el brazo derecho apoyado con la mano, y el antebrazo izquierdo apoyado. Haciendo que su cuerpo se encuentre elevado por el lado derecho, Luego acomoda su brazo izquierdo y lo estira logrando que sus hombros estén a la misma altura, su mano derecha se encuentra cerrada, la abre lo más que puede sin embargo no está estirada completamente. Luego mete la cabeza y suelta el peso, haciendo que su peso se vaya hacia la derecha y no logre hacer un volantín sino un medio volantín. Al caer vemos que estira su brazo derecho para protegerse y luego sus piernas se queda echado hacia el costado.

Vuelve a intentar hacer el volantín apoya nuevamente sus piernas dobladas apoya el antebrazo izquierdo y la mano derecha apoyada, y lleva su cabeza hacia sus brazos y se vuelve a ir hacia el costado izquierdo. Estira todo su cuerpo para salir de la posición.

Lo intenta nuevamente, apoya sus dos manos, pero la izquierda no la abre completamente. Se reclina en su Buscar como se llama ante pierna y mete la cabeza y baja, luego apoya sus brazos y se vuelve a ir hacia la izquierda.

Se acomoda nuevamente, apoya hacia la ante pierna reclina su cabeza y apoya los antebrazos y cuando pone el peso para adelante se desliza hacia adelante y se vuelve a estirar apoyado hacia la izquierda.

Vuelve a ponerse en los antebrazos apoya su mano derecha y su antebrazo izquierdo mete la cabeza y su peso lo lleva hacia la izquierda nuevamente.

Christian da una nueva indicación buscar caer de distintas maneras al piso utilizando los puntos de apoyo.

Erick está parado empieza a llevar sus brazos hacia atrás y su cabeza hacia adelante, doblando su espalda en posición recta, empieza a ir hacia abajo doblando su pierna izquierda y apoyando su brazo izquierdo y todo su peso cae sobre el lado izquierdo de su cuerpo. Para levantarse se estira boca abajo y luego dobla sus piernas y con sus rodillas empieza a llevar el peso de su cuerpo por sus rodillas, así logra tener el peso en sus rodillas y su espalda recta luego apoya su brazo izquierdo y su mano derecha levanta el pie derecho y lo apoya en el piso lleva el peso hacia su brazo izquierdo y logra sacar el pie izquierdo haciendo equilibrio y logra pararse. Se encuentra parado nuevamente. Su espalda no se encuentra recta tiene el hombro derecho más abajo que el izquierdo, luego se acomoda y los pone a la misma altura, saca la pierna izquierda y la estira hacia atrás lleva sus brazos hacia atrás dobla las rodillas llegando la izquierda hacia atrás apoyando el empeine al suelo y tocando primero al suelo y la derecha la lleva hacia adelante apoyando la sula del pie. Llevando su peso hacia adelante haciendo que su rodilla derecha se doble más y el peso de su cuerpo llegue hacia adelante y toque el piso llevando todo el peso de su cuerpo hacia la derecha. Se estira y se echa boca arriba se balancea de izquierda a derecha retrae sus rodillas y empieza a irse hacia arriba. Llevando el peso de su cuerpo hacia sus rodillas apoya sus brazos haciendo su espalda recta, traslada su peso a sus rodillas y levanta la pierna derecha y apoya el pie en el suelo logrando pararse.

Dobla sus rodillas y lleva su espalda recta, hace que sus rodillas se doblen como si hubiera una silla imaginaria y su trasero llega al piso haciendo que el peso de su cuerpo pase después por su espalda estira sus piernas hacia arriba luego las baja y se echa para el costado izquierdo se voltea boca abajo luego estirado rueda boca arriba y con su antebrazo derecho se apoya para llevar el peso de su cuerpo hacia su poto y sus piernas. Sentado coloca sus manos y gira mirando al piso para llegar a estar en la posición del gato de yoga coloca su pierna y se para nuevamente vuelve a caerse exactamente igual parándose de la misma manera. Luego al caminar por el espacio un rato llega a parar y empezar a ir hacia el suelo doblando las piernas hacia delante poniendo las manos y yendo al suelo cayendo en la posición del gato en yoga, llegando al piso y rodando en el, vuelve a poner su peso en sus piernas y se sienta apoya sus brazos atrás de su espalda y se levanta a partir de sus piernas.

Erick se encuentra parado con la espalda no recta, el hombro izquierdo lo tiene más abajo que el derecho, luego dobla su pierna izquierda y dobla la derecha llegando al piso con las dos rodillas apoyando sus manos en el suelo.

Al pararse nuevamente, dobla la pierna izquierda y dobla su espalda como estirándose hacia el piso, luego su peso va hacia atrás y se rodilla de cuclillas apoya su brazo derecho al suelo y cuando su trasero llega al piso pierde el equilibrio y se cae para el lado derecho.

Alejandra le indica distintos puntos de apoyo por los cuales puede transitar para pararse como su propio antebrazo.

Al pararse, después de estar echado completamente hacia arriba. Recoge las piernas y apoya su antebrazo izquierdo y lleva su peso hacia adelante

Christian le explica cuáles pueden ser sus puntos de apoyo para pararse desde donde se encuentra sentado. Diciéndole que puede recoger las piernas o mover el brazo por su cabeza.

Erick se vuelve a echar y prueba doblar sus rodillas y pasar su brazo derecho por encima de la cabeza y llevarlo al lado izquierdo, apoyar el antebrazo izquierdo y apoyar la mano derecha en la colchoneta pasando su peso al trasero.

Empezamos a buscar los puntos de apoyo, Erick se echa y Erick se vuelve a parar y prueba doblar sus rodillas y pasar su brazo derecho por encima de la cabeza y llevarlo al lado izquierdo, apoyar el antebrazo izquierdo y apoyar la mano derecha en la colchoneta pasando su peso al trasero.

Erick sentado empieza a apoyar su antebrazo izquierdo luego echarse y volver a apoyar su antebrazo izquierdo para volver a sentarse.

Christian, Claudia y Alejandra empiezan a probar distintas maneras de pararnos y Erick se queda sentado mirándonos y observando como es el procedimiento para realizarlo.

Empiezan a trabajar Claudia y Erick en conjunto, trabajando a partir de entregar peso a la otra persona. Erick y Claudia están parados mirando en distintas posiciones. Claudia se acerca a Erick y hace contacto a través de su brazo derecho y brazo derecho de Erick. Las cabezas se acercan y entran en contacto, luego se separan. Erick le brinda mayor peso a Claudia. Apoyando primero su brazo y luego con su hombro derecho apoyando también su cabeza. Erick dobla su espalda para recibir el pecho de Claudia y su peso, apoyando las piernas firmemente. Yendo hacia el suelo para tener la espalda más firme.

Erick se encuentra en el suelo echado y busca contacto con Claudia, se apoya en su brazo con su cabeza.

Erick y Claudia empiezan a bailar y vemos Erick mostrándose como apoyo para recibir el peso de Claudia y a Claudia entregando su peso.

Echados en el piso vemos como Erick con sus piernas busca apoyarse y dar su peso a las piernas de Claudia. Claudia rueda y su espalda queda en los brazos de Erick, Claudia rueda a su cadera y Erick busca sentarse a través de su antebrazo derecho apoyándolo en el suelo.

Erick esta de espaldas y en el apoyo al hombro de Claudia, le brinda peso y se desliza hacia el suelo. Luego se sienta y espera sentado a Claudia.

Buscan estar espalda con espalda y se quedan ahí un rato hasta que Erick se echa en el piso. Al sentarse y recibir el peso de Claudia apoya sus manos cerrados.

Después de estar sentados Erick con el peso del pecho de Claudia, Erick decide rodar hacia el lado izquierdo yendo hacia el piso.

Toma más la iniciativa de hacer el primer movimiento y darle peso a su compañera.

Al darle peso a Claudia estando espalda con espalda vemos que también controla su peso a través de estar con los pies firmes. Pierde el equilibrio por un momento y rueda por su espalda para acomodarse. Cuando va a llegar al suelo coloca sus manos para que el suelo reciba el peso y no todo vaya donde Claudia.

Existen tiempos en donde el apoyo es mutuo y los hace quedarse ahí sintiéndolo por un tiempo. Y Claudia es la que decide investigar y dar su peso a otros puntos de apoyo.

Novena Sesión

A: Cómo sentías antes de empezar antes tu cuerpo la capacidad de abrir de estirar y como lo sientes ahora después de estas 8 sesiones

E: Al principio yo sentía más duro el movimiento no sabía como moverme para no caer como levantare como hacer tal cosa ahora con todo lo que hemos hecho hacia hoy lo siento más ágil mi movimiento ya se cómo pararme y hacer más movimiento. Ir a la superficie hacer más movimiento cambiarme de posición moverme.

A: Cómo sientes tu cuerpo con el espacio y Claudia

E: Me siento bien ya puedo encajar con Claudia en distintos movimientos al principio no podía encajar por la dureza de mi cuerpo hasta ahora.

A: como sientes esta relación con Erick y como se ha ido trasformando en estas 8 sesiones

Claudia: siento que empezó como bastante torpe por parte de ambos momentos de conexión y momento de desconexión un poco torpe por falta de escucha. Pero creo que eso es porque necesitas un tipo de conexión que no hay en el cotidiano y es difícil salir de tu esquema cotidiano y meterte a trabajar aquí.

Erick deja de escuchar y Alejandra le llama la atención y Claudia también. Esto hace que Erick se justifique. El puede que este acostumbrado como lo dijo alguna vez a que los otros le estén diciendo que hacer.

Con toda la energía que implica venir pasar por un transporte y creo también que la practica constante ha hecho que se disponga acá. Mi cuerpo se venía preparando y tomando algunas posiciones para venir acá con más escucha

A: Cómo crees que tu cuerpo se esta construyendo en cada momento cuando empiezas a hacer los ejercicios o como crees que consigues sostener a Claudia y como tu cuerpo se vuelve una estructura para Claudia.

E: Ehh.. moverme pues que te contesto.. hacer movimiento hacer la estructura bien ya se por donde cambiarme moverme por acá o por allá ya se donde en qué lugar hago una estructura bien y así no dañar a la persona que está a mi lado. Ósea claro el acompañamiento ahora ya subimos los dos desde arriba abajo ya subimos los dos yo ya no me subo primero ya o ella primero ya sabemos cómo movernos para subir así

o así y ya no agarro y como hacia antes y ya no me paro así y ayudo a Claudia para subir juntos y estar los dos juntos.

A: ¿Entonces crees que estas utilizando más el cuerpo de Claudia para subir?

E: entre los dos nos paramos nos apoyamos

A: Como sientes tu cuerpo y el de Erick a la hora de subir y bajar y de entregar peso

Clau: creo que he ido ganando la estabilidad por parte de ambos había sido bastante importante la práctica independiente El momento de la práctica de subir y bajar y hacer la caída y la dinámica circular eso reforzó la idea de que tienes que estar preparado para cargarte porque no puedes esperar cargar al otro si no tienes los apoyos suficientes para cargarte tu mismo a mi eso me lo recordó y me ayudo a ganar solidez para ser una mejor estructura creo que puede haber desarrollado por parte de Erick también entonces a la hora de juntarnos fluye más.

A: Crees que la escucha en Erick se ha desarrollado más o que crees que se ha desarrollado en el concretamente.

Clau: emm su independencia su que ahora el confía más que él se puede cargar a el mismo y ya no m entrega todo el peso.

E: SI tiene razón ahora yo confió más en mi en no cáeme en cuando me levanto y ya no entrego peso y ya solito mitad mitad subimos hasta arriba

C: creo que esa idea de mitad mitad funciona bastante para nosotros.

Que cosa te gustaría seguir trabajado o crees que deberían seguir trabajando según la estructura de tu cuerpo en cuanto la relación con tu cuerpo y con Clau

E: Fortalecerme más en mi movimiento

A: en la fluidez de mi movimiento

E: fortalecerme en mi movimiento al pararme mejor todavía y ya no hay veces que le entrego poco peso a Claudia ahora ya no quiero hacerlo y propiamente pararme o moverme

A: Al fortalecer tu movimiento es fuerza

E: No, es moverme mejor hacer estructura hacer diferentes estructuras en la colchoneta o diferentes estructuras que hacemos quiero hacer un poco mejor eso es con la práctica no

A: Pero crees algo concreto o que crees que le falta a tu movimiento fortalecer

E: Practica Todo es practica Yo he caminado por práctica, yo he comido por practica Yo he hablado por practica porque cuando he nacido yo estaba recontra mal. La práctica es útil no tienes domestico correr es bueno hacer ejercicio es bueno porque te forma bien y puedes hacer bien las cosas y yo se que si tengo mas practica en mi me puedo mejorar a mi mismo como persona.

Como creen que la relación de ustedes ha mejorada que característica tienen ahora que tenían antes... esta idea de mitad mitad que tienen ahora la escucha también es importante que antes no la tenían.

Clau: hay colaboración como que el va a estar ahí cuando yo ya no tenga tantos por ejemplo en el ultimo ejercicio que el estaba liberando el apoyo de las manos era como que sentí que Erick colaboraba mas con su fuerza y resistencia para que yo pueda caer o subir ya no tenia yo esta herramienta el sintió que yo necesitaba entregar y el estaba fuerte para recibir yo siento que antes yo hacia mas eso yo antes recibía

la mayor parte del peso de Erick pero creo que el ahora se siente mas confiado y puede recibir más peso de mí.

Es que en esto lo que hacemos es nuevo para mí de repente ustedes han hecho antes, pero para mí es nuevo y con los estudios que llevo con maloca eso me ayuda bastante

Clau: De echo para mí es nuevo porque tu cuerpo es nuevo distinto al de José que quizás ya había tenido un mayor contacto con él es distinta la consigna la distancia es mucho más cercana a lo que he trabajado con ustedes.

A: Vamos a trabajar ahora el fortalecimiento del peso y la relación entre ustedes y la relación a través de los puntos de apoyo como entrego y doy el peso para ver cómo se fortalece también y que otras maneras podemos seguir construyendo la relación que ya hemos avanzado

Estructuras que estuvimos haciendo en el otro salón podemos ir viendo estas estructuras cada uno separado y luego ya nos juntamos. Ver de que manera podemos amoldándonos a diferentes estructuras. Pensar en tu cuerpo en una estructura Y probar hacer estructuras y disolverlas. Cambio es importante tengo que saber que esta pasando con mi cuerpo para poder cambiar. Establezco estructuras con ondas para cambiar

Erick explora con su cuerpo las indicaciones que le decimos. Busca los puntos de apoyo.

Erick empieza haciendo estructuras arriba estirando el brazo y luego pasa al piso a sostenerse en sus pies y estirando su brazo. Luego va hacia arriba nuevamente a hacer estructuras y vuelve hacia abajo. Pasa rápido de un lugar a otro.

Recuerden quedarse en la posición que han encontrado para reconocerla

Erick hace caso y a reconocer lo que se le pide rápidamente.

Arriesga y busca nuevas estructuras. Llevando sus extremidades estiradas.

Cuando pueden soltarse para cambiar y fuerza para apoyarse. Como pueden desdoblarse como su cuerpo se posiciona en el espacio.

Erick sigue moviéndose cuando se le da una indicación antes no lo hacía.

El cuerpo de erick se ve más presencia en el espacio.

Ya no solo utiliza el plano bajo del espacio busca en el medio y en el alto.

Estira sus manos al apoyarse.

Al encontrarse con Claudia va espalda con espalda, pero crea movimiento y rodamiento para seguir con estas estructuras.

Cuando Claudia pasa por encima él busca acomodarse para recibir a Claudia

Tiene riesgos y equilibrio con su cuerpo. Apoya sus brazos en el piso para llegar a otros lugares.

Se cae pero sigue rodando.

Al recibir el peso de Clau echados busca salir de ese espacio rápidamente.

No da mucho su peso.

Erick entrega peso a Clau

Cuanto peso le entrego a Claudia

Cuanto peso puedo darle a Claudia

Siempre doy peso en relación con mis manos y pies.

Erick empieza a dar peso a partir de la espalda. Y sus movimientos de entrega de peso son a partir de la espalda

Al rodar y pasar por encima de Claudia estira los brazos

Llega a poner su espalda a partir de su cabeza.

Rodamiento de Erick y busca el cuerpo de clau cuando cae.

Siempre apoya desde la espalda

Busca contacto cabeza con cabeza

Pasa por encima de Clau pero sin aplastarla en 4

Se pone como estructura para recibir el peso de clau y la coge para que no se caiga.

Sabe como ponerse estructura

Al recibir a clau tiembla y acomoda su cuerpo en vez de resistir.

Se arriesga con su pie y lo estira busca distintas estructuras con Claudia encima.

Se cae al intentar hacer una plancha y se cae con clau encima.

Quería pararme así para saber cuanto peso podía obtener. Pero me gano ella pesa mucho.

Se sube encima de Claudia y pregunta me muevo. Al estirar ya confía mas es su cuerpo y lo abre y se va hacia los costados con un mayor riesgo.

Se apoya en Claudia y abre mas sus brazos.

Y se da la licencia de abrir todo su cuerpo y tomar riesgo.

Se cae, pero quiere volver a hacerlo a seguir intentando.

Se caen y se preguntan que paso para cuidarse.

Se caen y se desplazan para caer mas suavemente.

Ahora me toca

Levanta las piernas

ahora si

. Y empieza a rodar por el cuerpo de Claudia y toma riesgo de equilibrio.

Que sensaciones les trae este nuevo encuentro de ahora

Es la primera vez que lo hago cuando me puse así como volando me siento eeeee lo pude hacer satisfacción se llama

A: Y como han sentido su cuerpo ahora en este ejercicio al entregar y recibir el peso.

E: mas ágil me muevo mucho mejor que desde el principio nos conectamos más. Ahora confió más en entregar mi peso. Porque al principio era con mi espalda y me dijeron que era también con otra cosa y la espalda es más fácil pero cuando me dijeron con otra parte con la mano y puse mi cabeza y de ahí mi pie y de ahí mi antebrazo, pero siempre en la espalda la espalda es indispensable porque es la base que puede sostener más a la otra persona.

Lo hice con bastante cuidado para no lastimar a la otra persona, pero lo hice bien. Sentía un control con la cabeza no todo mi peso más con la espalda si ponía peso, pero controlándome un poco pero cuando se me iba el control se va al piso, pero con la espalda no ocurre eso no duele a menos que la otra persona lo chanque, pero no ocurrió eso. Ate brazo más peso que la cabeza más peso que en el pie, pero la espalda es más sólida y ponía más peso

Como sentiste cuando cambio al antebrazo o al pie

Si hubo peso en todo momento era encontrar y luego entregaba en la espalda era más directo. Nada que no haya sido con cuidado cuando acercaste tus pies a tu cuerpo sentí menos peso porque estaba más con el y su peso.

Me sentí Muy bien cuando acerqué mis pies porque cuando di mi peso sin mis pies el peso se iba a mi espalda, pero cuando recogí mis pies era mitad mitad. Ya podía sostener con mi columna y mis pies. Era cuando me paraba la primera vez y yo lo único que era pararme así y tenía mi peso era al pararme que a mi cuerpo mano y me iba hacia abajo.

Se podía sentir más seguro con los pies.

Me sentía más seguro con los pies. Porque sentía que era menos duro ósea algo mal no me va a doler.

Eso me faltó entregue mi peso.

Yo voy así y voy a saber que me voy a caer y mi compañera tiene que acompañarme en esta caída.

Erick ya se amolda y no carga en un solo punto rueda y cambia de posición.

Rodacion y movimiento

Ya me saqué 20 hoy día la primera vez en toda mi vida

Mayor agilidad Y movimiento.

Las estructuras que encuentra Erick son distintas a las que ya tiene mapeadas ahora estira mas su pierna. Y brazos.

La responsabilidad no es solo de un apoyo es de varios apoyos.

Decimo sexta Sesión

Vemos a Erick rodando en el piso sin colchoneta. Se echa boca arriba luego se sienta y sigue rodando.

A medida que nos vamos apoyando vamos sintiendo cada apoyo por el que paso cada apoyo puede ser una posibilidad para recordar luego una estructura por la que mi compañera pase para probar posibilidades de armar estructura, entonces yo paso siempre por lugares donde encuentre estructuras sigo moviendo. Rodando, encontrando posibilidades para rodar y encontrar posibilidades para incorporarte o estructuras medias para habitar para lo que seria ponerse de pie y ahí estamos revisando lo que es ponerse de pie e ir al suelo. Siempre estoy sintiendo por donde traspaso el peso siempre voy viendo como esta mi estructura amplia mis apoyos en las manos y pies. Y vamos cada vez mas arriba adecuándose a la superficie y mis pies cada vez se apoyan para generar estructuras y mis estructuras siempre están dispuestas a ofrecer superficie para que mi compañera se apoye en el suelo en nivel bajo estar sentado o hacer como perrito es nivel medio puedo sentarme y puedo echarme y buscamos manera para rodar y apoyarme.

Erick se pone entre las dos cosas que antes no hacia. Se sienta y se queda ahí un rato y luego va al suelo. Gira hacia el costado luego se levanta nuevamente y se queda ahí. Luego rueda echado se va a un lado y al otro echado. Luego se sienta en sus pies hace la pose del perro y se desase y va hacia el suelo. Va hacia arriba y va hacia abajo.

Christian se va con Erick se levanta y se apoya en la cabeza de Chris con su espalda se desase y se va al suelo busca pararse y se echa con la cabeza de Chris. Van espalda con espalda y se apoya en sus pies y en su mano y a la estructura del cuatro mueve su cabeza y se desase y se hace volita luego se sienta y apoya sus pies y hace estructura de nuevo de cuatro y va al piso y rueda. Se sienta y se queda en contacto con la mano de Chris y no cambia de posición hace una estructura nuevamente.

¿porque con Chris deja de rodar con la fluidez con la que lo hacia con Clau? ¿será que no se escucharon? ¿O será que Chris representa una autoridad a Erick y no le gusta “hacer mal un movimiento” y prefiere que Chris proponga?

Hace estructura y se queda sentado. Luego se para y se apoya en la espalda y estira sus brazos hacia atrás y de ahí recoge sus brazos hacia adelante luego da una vuelta y vuelve a apoyarse en la espalda de Chris. Lleva sus brazos para los de Chris.

Chris se va Erick pierde el equilibrio, pero lo controla.

Venimos por acá vamos a terminar con una dinámica simple que me gustaría que sea la dinámica para viajar en el espacio es una dinámica en la que tenemos que respetar la esencia para que podamos viajar yo voy a poner mi espalda en su pecho y lo único que voy a hacer es desplazarme en el espacio.

Erick se mantiene con Andrea y avanza lento de atrás y adelante uno y uno y Andrea lo espera y lo respeta. Hacían solamente línea recta.

Luego de hacer línea recta y empujar con la mano Erick empieza a empujar con la cabeza. Y a dar mas vueltas luego empuja desde el brazo empieza a empujar con la cabeza nuevamente.

Al estar echados en el suelo Erick se adapta mucho mas al movimiento.

A: ¿como sientes tu cuerpo ahora a la primera vez que lo hiciste?

Lo siento, pensaba que yo no podía hacer, pero si lo pude hacer de sostener ósea a mi compañera pensaba que por ahí una vez me ha jalado porque casi me voy para atrás

A: y como sientes la relación con Claudia y Andrea

Ahorita que he trabajado con Andrea y mas veces con Claudia las siento igual antes lo sentía un poco cada cuerpo no son iguales eso siempre lo digo, pero al momento de comunicar al trabajar con una y con otra persona trabajar con cuerpos distintos se van adecuando, pero lo sentí casi igual.

Clau tu como sientes la relación con Erick con su cuerpo.

Yo lo dije la ves pasada había yo ya entendía cual eran los patrones o cual era su estructura y yo entendía desde donde le gusta o le interesa la base y todo eso me quedo bastante claro y como fue un trabajo libre en el trabajo libre se puede ver mostrar mas lo aprendido lo asimilado. Creo que pude escuchar que es lo que el a asimilado y a partir de eso yo empecé a jugar en este lime de sus estructuras recurrentes y si sentí que una puerta se abrió y si me hubiera gustado seguir explorando desde ahí.

An: siento mas fluidez y tiene que ver con un reconocimiento de cuerpos como la diferencia de un cuerpo con el que recién entras en contacto y conociendo, escuchando como es que patrones es un reconocimiento por ambas partes de ida y vuelta y desde ahí siento mas fluidez en el dialogo más escucha por ambas partes. Me quede pensando en algo que dijo Erick ahorita de que los cuerpos son distintos y que una bailo mas que con otra me dio curiosidad saber si te refieres a la fluidez que sientes.

E: si claro. Ahora puedo hacer estructuras iguales antes estaba como eran diferentes cuerpos decía por acá o mejor por acá depende como hacia Claudia y los diferentes cuerpos no sabia por donde ir yo mismo.

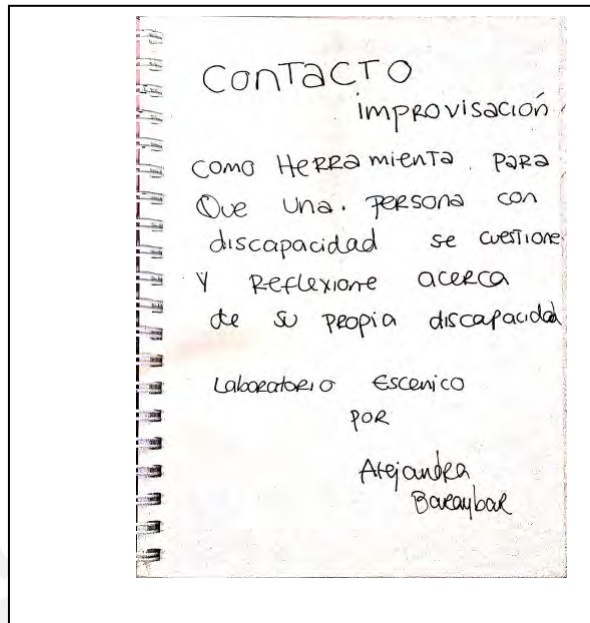
A: ¿y crees que de esta experiencia te ha movido?

El trabajo yo antes nunca había estudiado el movimiento pero ahora estoy llevando y me gusto y mayormente me va ayudar como persona si mi familia me ve ahorita haciendo cosas le va a gustar y agradecer porque siempre me dicen que haga deporte levanta pesas anda corre haz ejercicio para caminar mejor. Y haciendo eso ósea ya puedo moverme un poco mejor en mi condición.

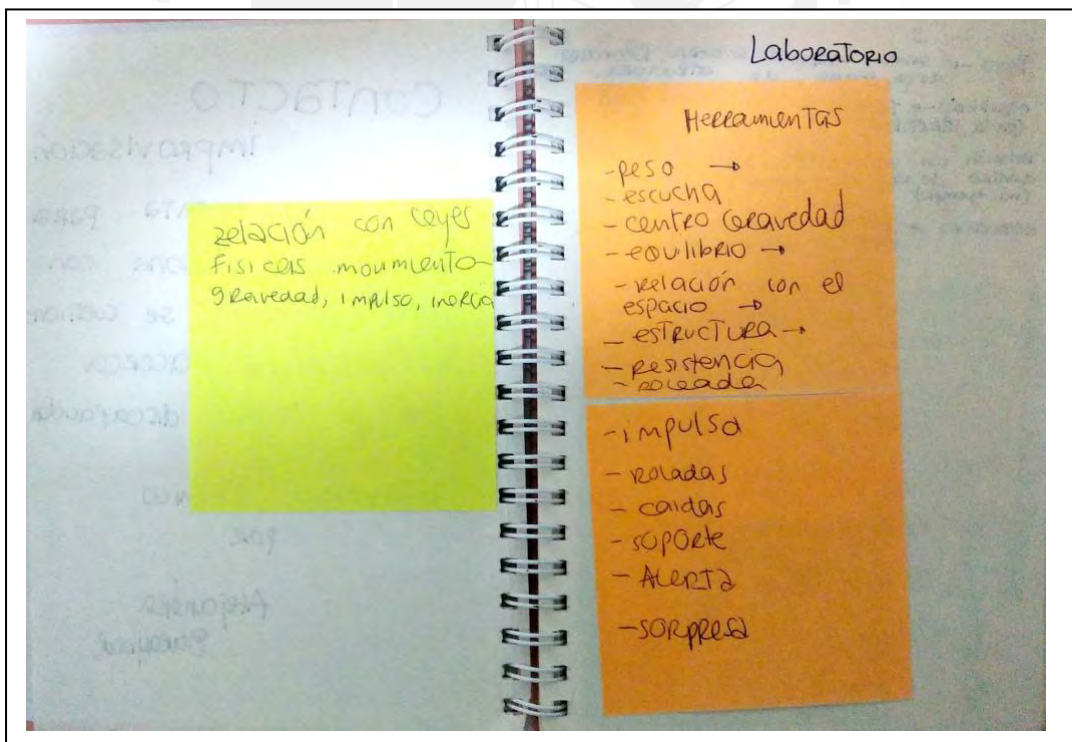
A: que te pareció esta experiencia con las personas con discapacidad?

An: me pareció súper rico todo es como he repensado mi propio cuerpo.

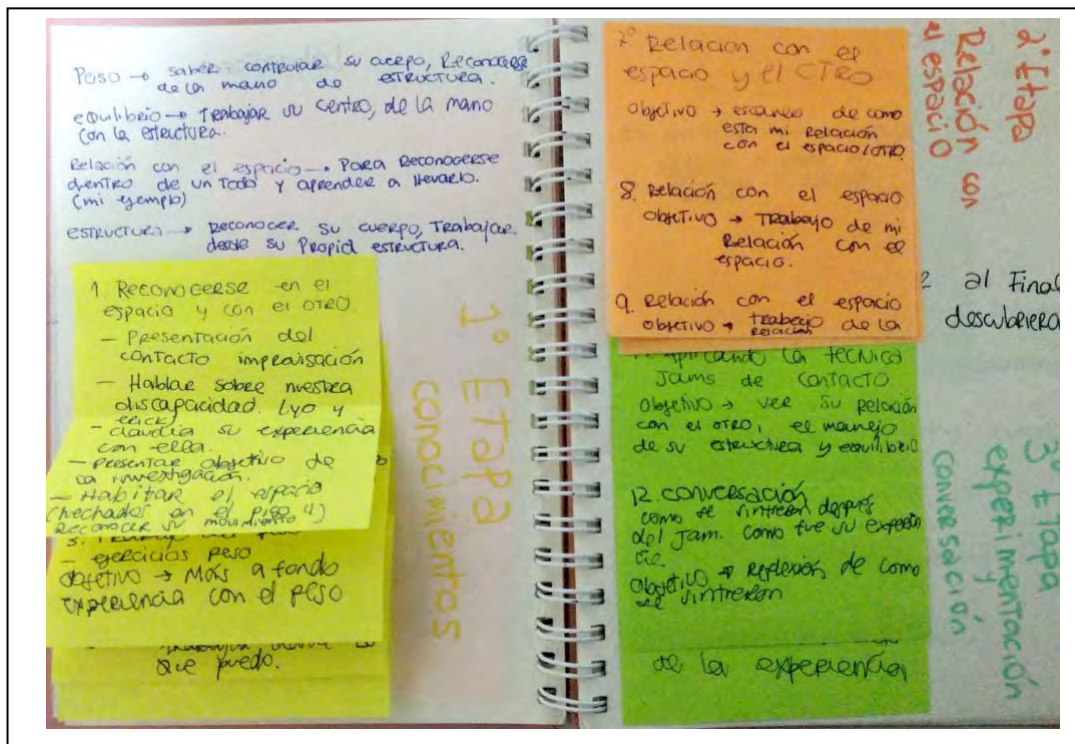
APUNTES DEL LABORATORIO



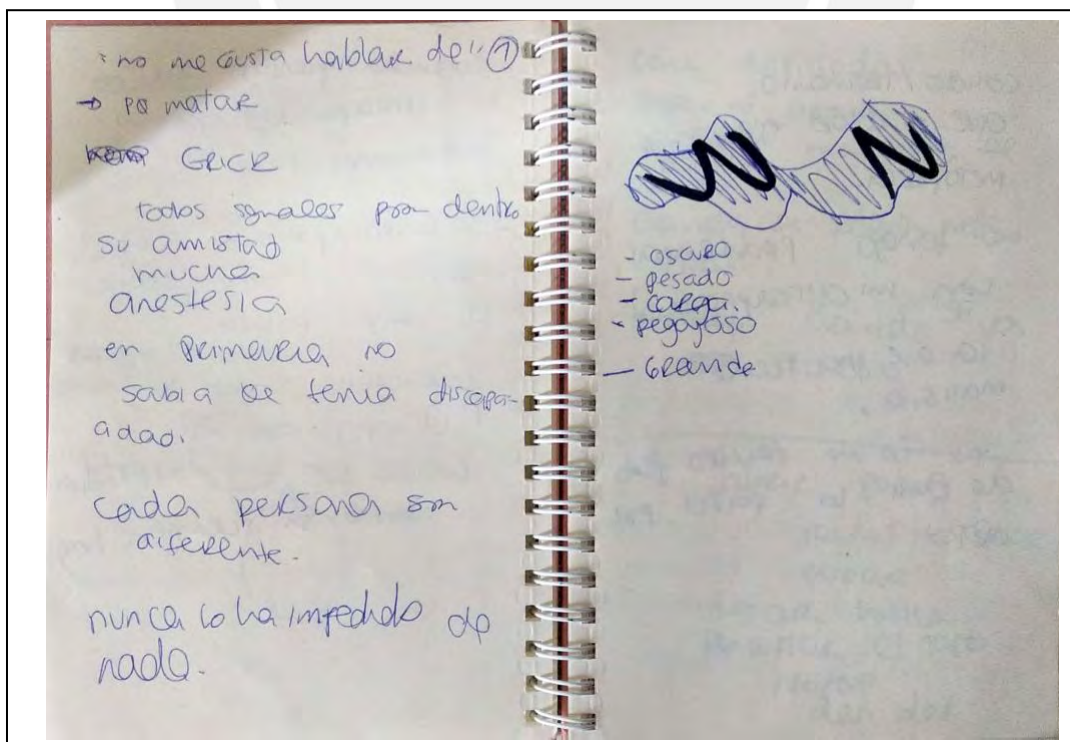
Apuntes del laboratorio 1



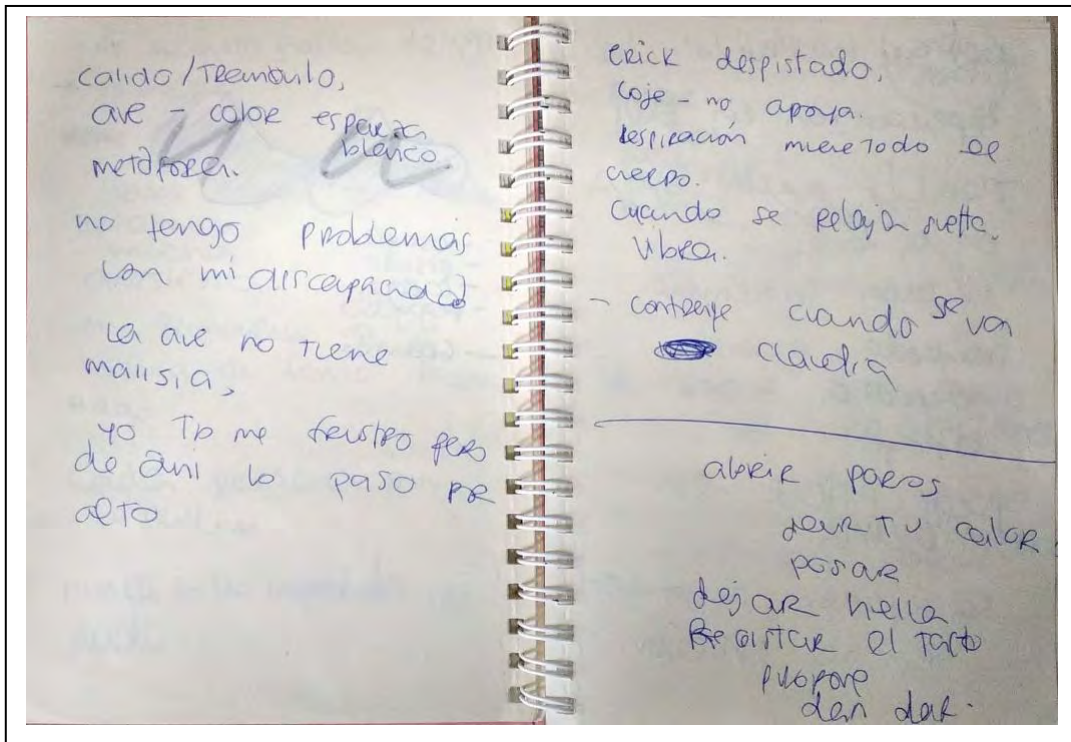
Apuntes del laboratorio 2



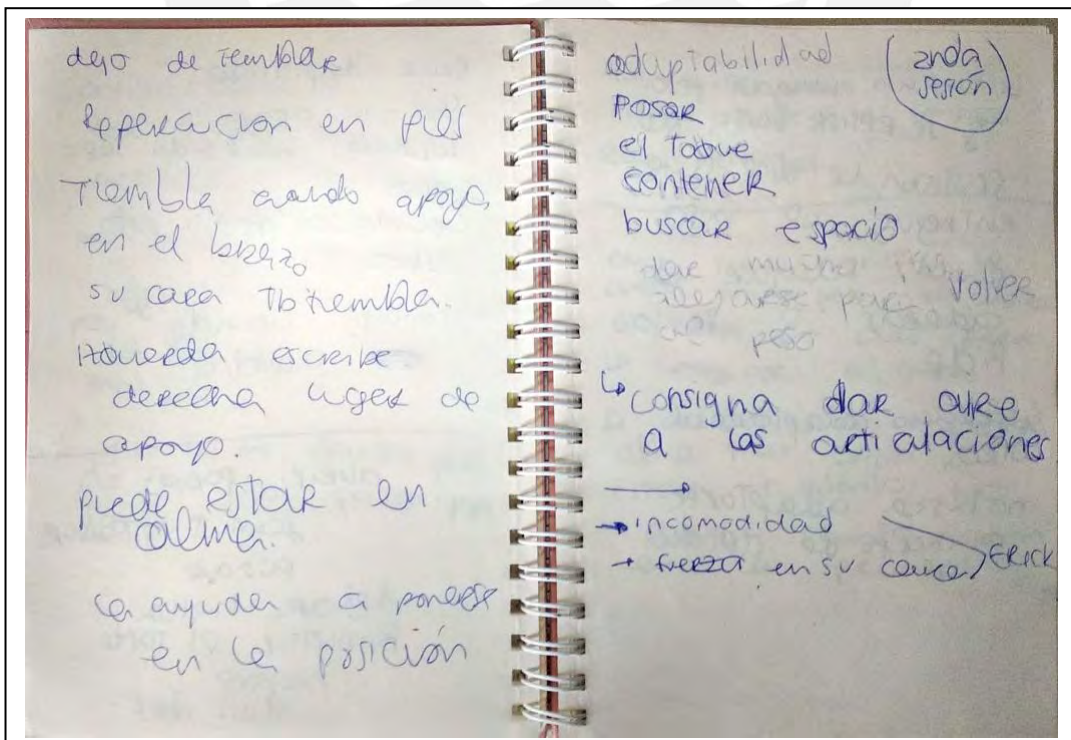
Apuntes del laboratorio 3

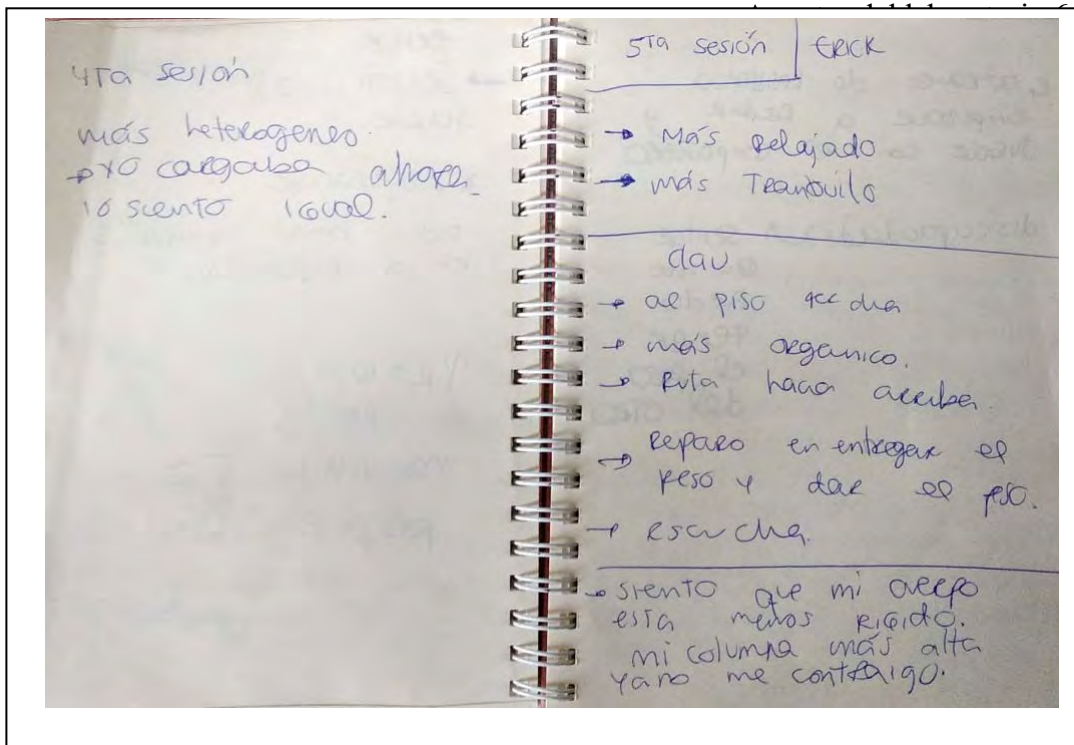


Apuntes del laboratorio 4

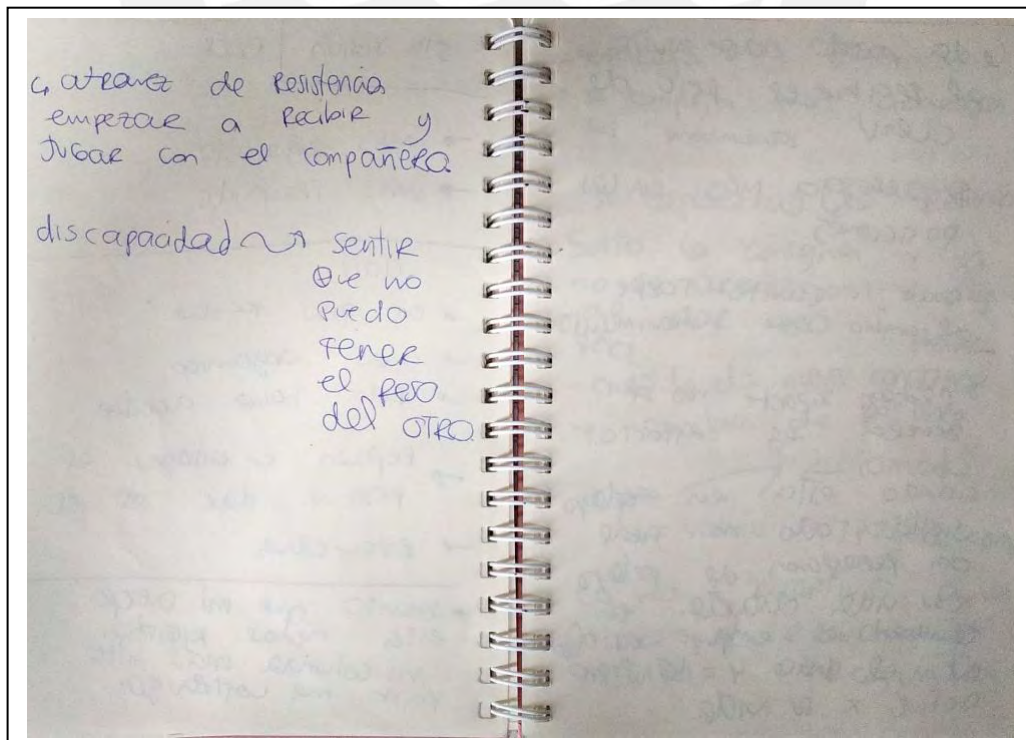


Apuntes del laboratorio 5





Apuntes del laboratorio 7



Le da miedo o se asusta al recibir el peso de CLUV

Se asusta más en las posiciones

igual lo siento todo al cambio de movimiento

Si no hay soporte no se genera el contacto

cuando esta en relaj suelta todo no tiene esa percepción de relaj x su vida diaria en cambio el empty or algo al el har y lo tiene activo x su vida.

- entrega más peso.
- se compleja más apegar sus movimientos
- su capacidad de retención
Suelta la consigna + ya no se apegar + dejar de dar peso + hacer
- chris le da nueva consigna y cambia de postura

← cómodo
volvió a postura como
lo veo + receptivo a la hora de escuchar a CHRIS. pregunta.

- entrega su peso mucho.
- se cayó 3 veces.
- se pone feliz al subir y bajar.
- más participativo.

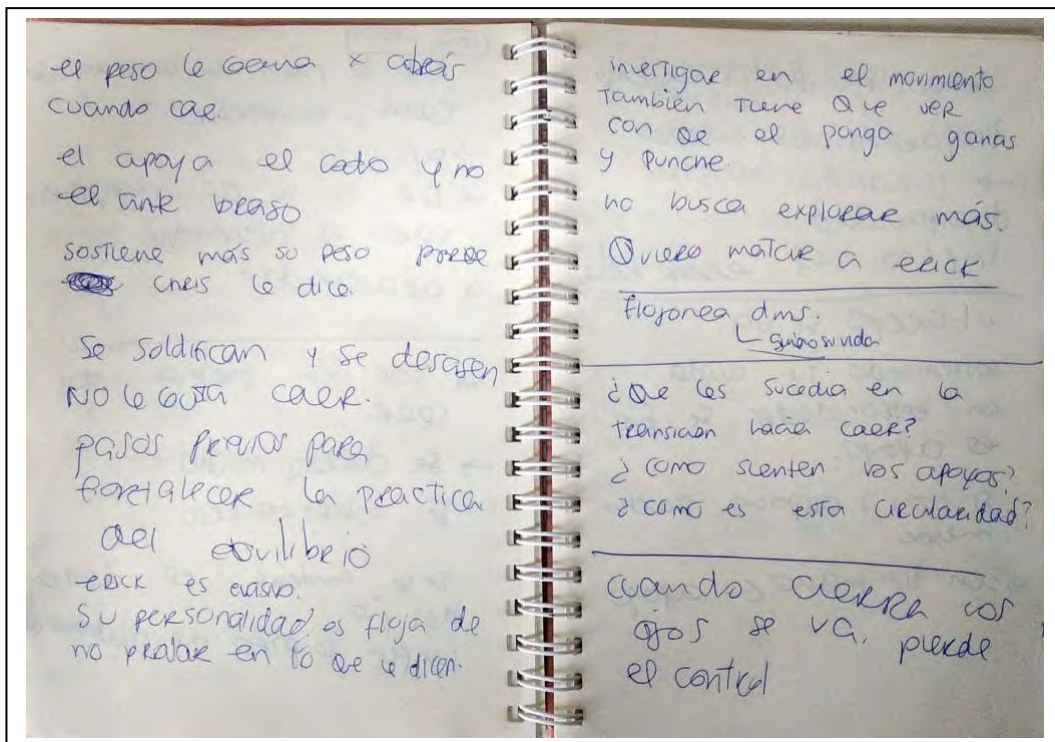
"Me cayó." puede ser x que cada uno estaba viendo su manera de estar y subir me caía x no estaba con la otra persona.

(old version)
Que lo pasa en la transición caer - recuperar.
→ apoyos
→ que es lo que apoyan para el aterrizaje y circulación

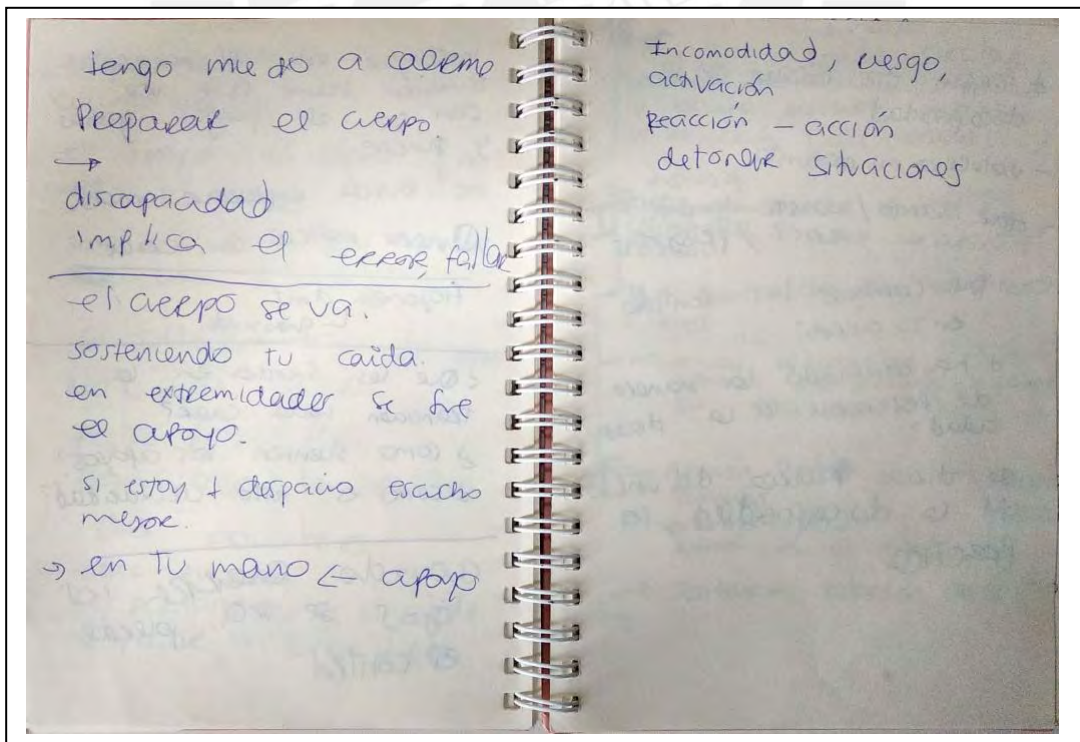
→ solo una forma de caer.
→ se distrae mucho y sobre esfuerza.

se le controla el dedo del pie.
siempre se para de abdominal

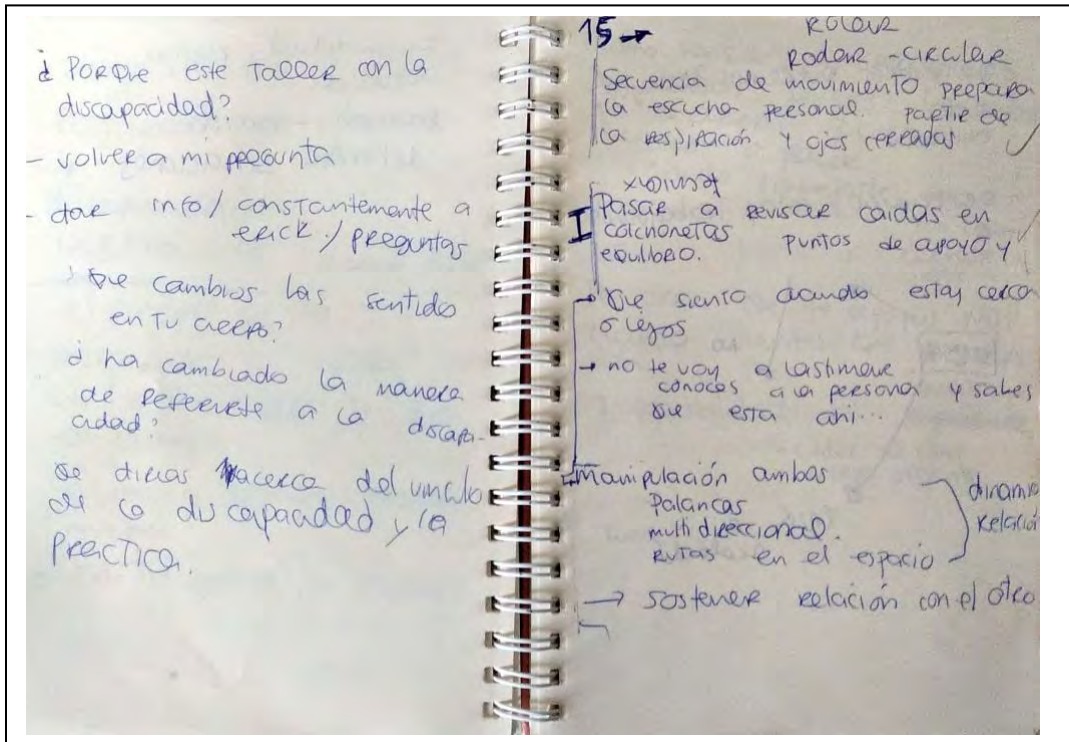
Apuntes del laboratorio 10



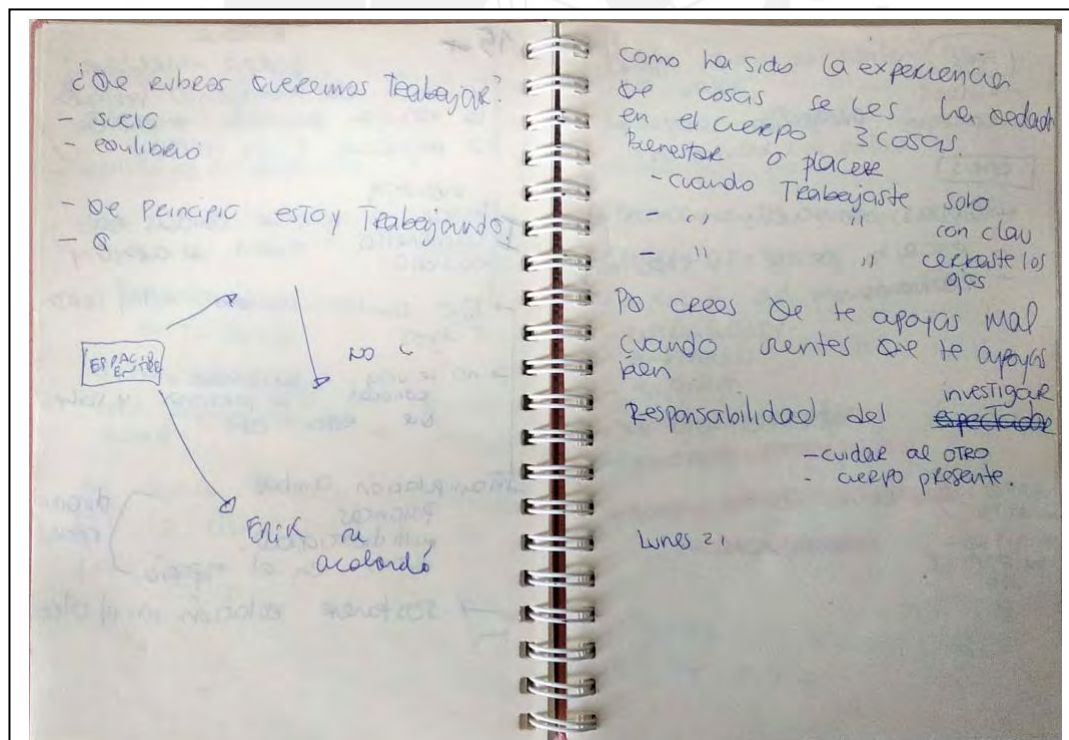
Apuntes del laboratorio 11



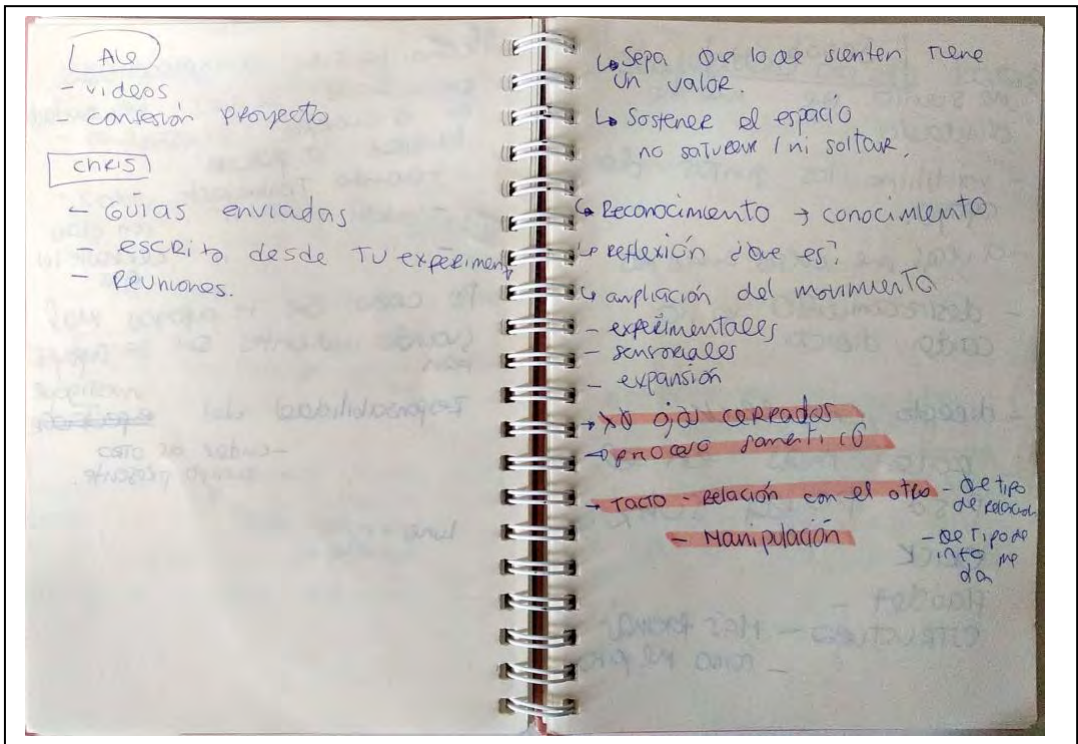
Apuntes del laboratorio 12



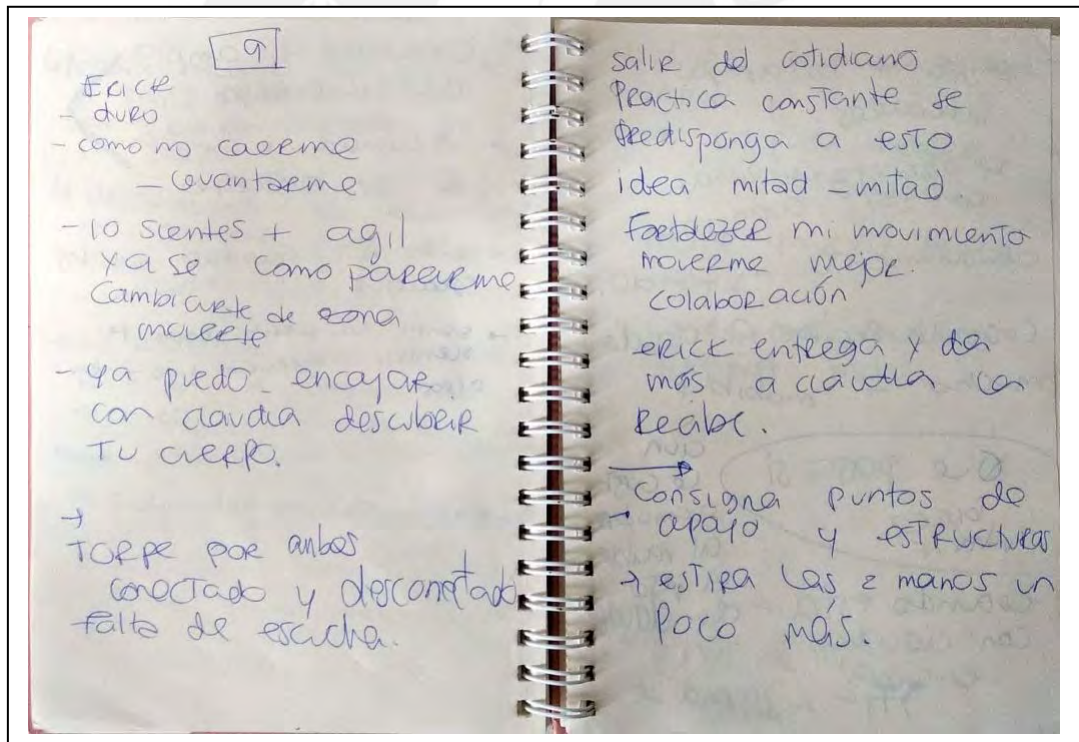
Apuntes del laboratorio 13



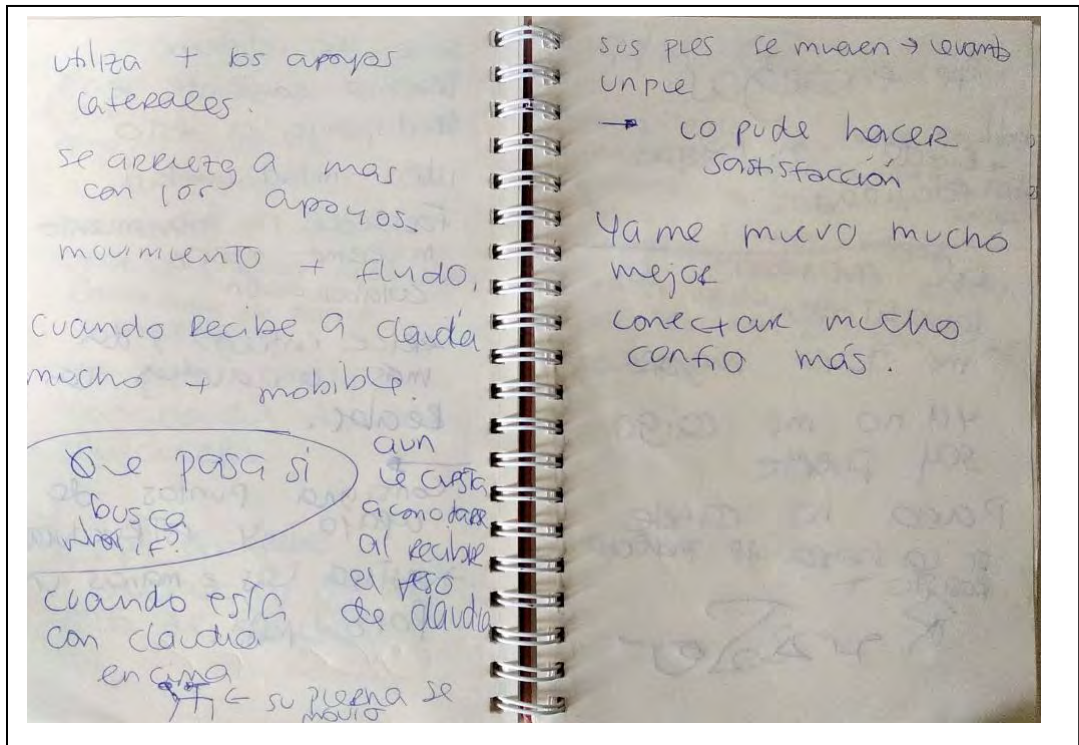
Apuntes del laboratorio 14



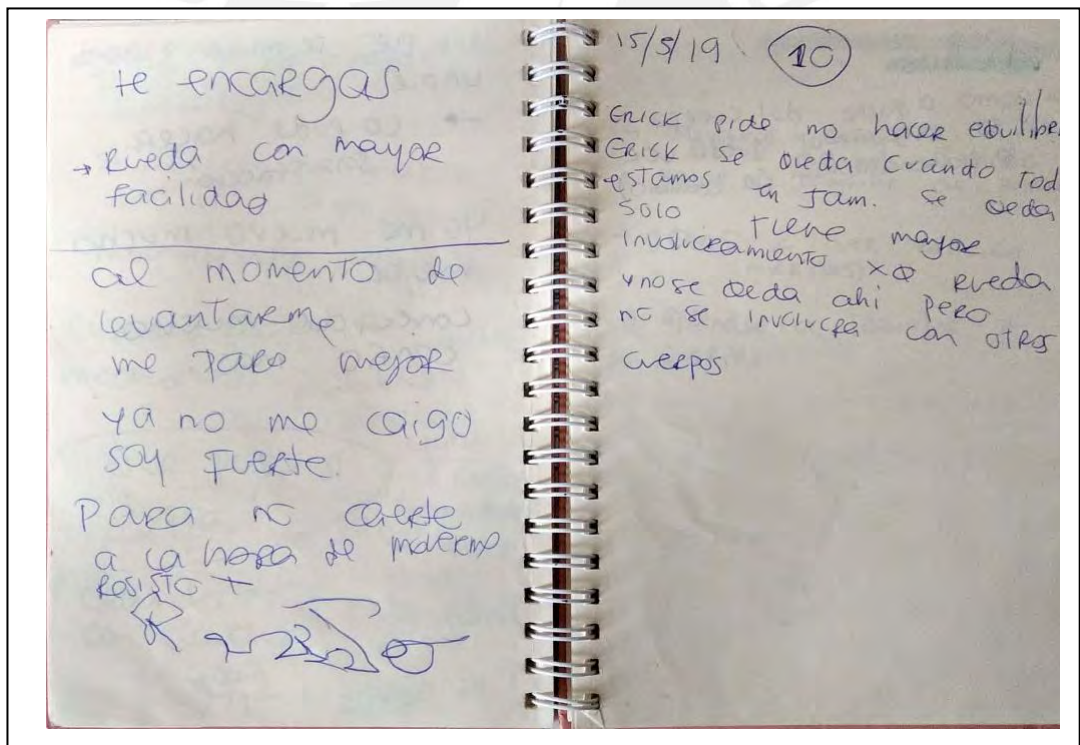
Apuntes del laboratorio 15



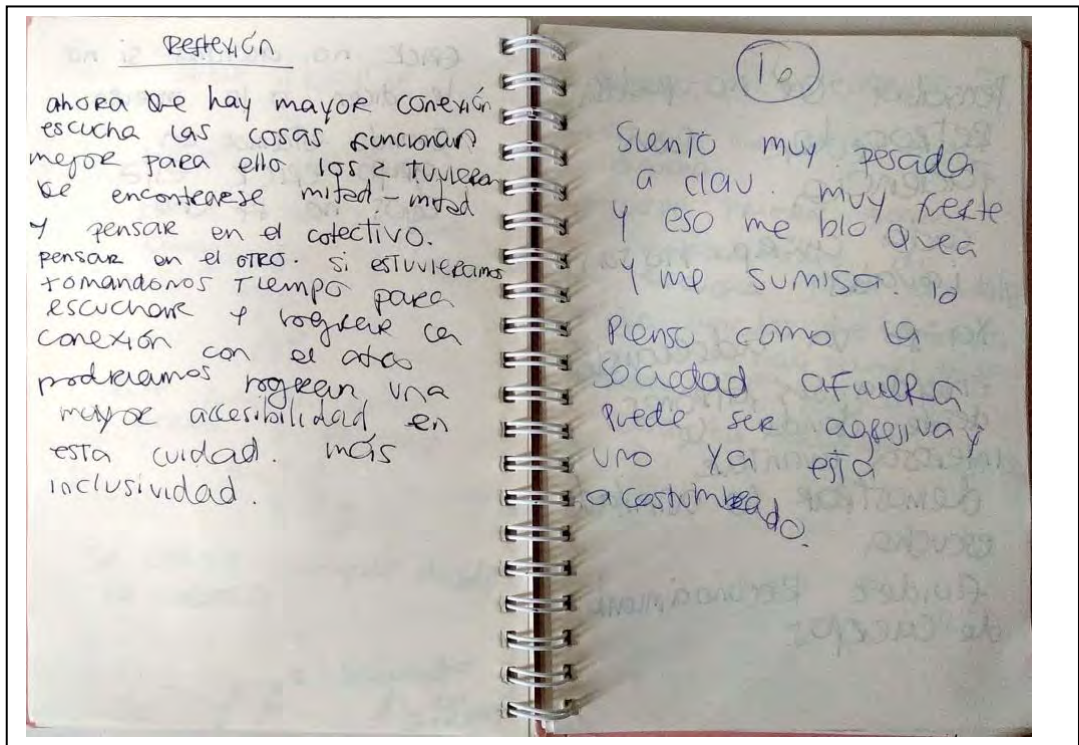
Apuntes del laboratorio 16



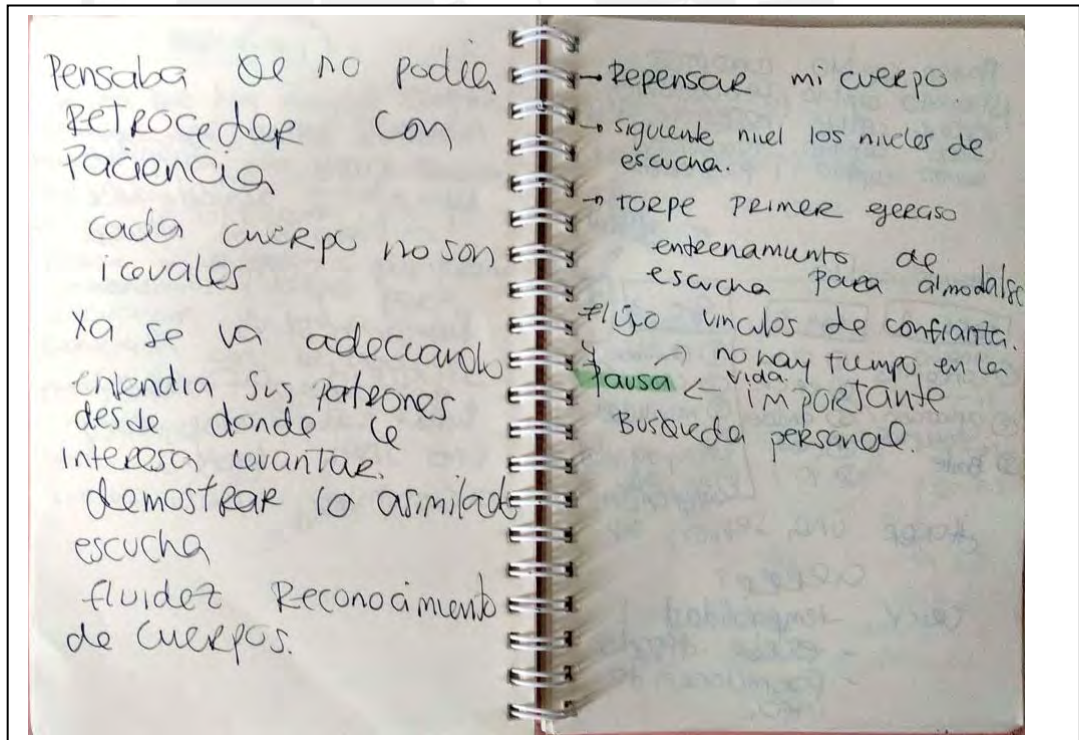
Apuntes del laboratorio 17



Apuntes del laboratorio 18



Apuntes del laboratorio 19



Apuntes del laboratorio 20

ANEXOS

ANEXO 1:

Carta de consentimiento Erick:

CARTA DE CONSENTIMIENTO PARA USO DE DATOS PERSONALES

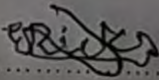
Mediante la firma de este documento, doy mi consentimiento de haber participado en el Laboratorio que sirvió para la investigación "Más allá de los discursos de la discapacidad: El cuerpo en el Contacto Improvisación" de Alejandra Baraybar Larco.

De acuerdo a lo dispuesto por la Ley 29733 (Ley de Protección de Datos Personales) y su Reglamento, quien suscribe brinda su consentimiento de manera libre, previa, inequívoca, informada y expresa a la Señorita Alejandra Baraybar Larco para que usen mis datos en la investigación antes mencionada.

Se firma la presente autorización en señal de conformidad en la ciudad de Lima el día...26... del Mes de Marzo del año 2020.

Nombre del Participante: ERICK MAXIMO RIOS ESPINOZA.

DNI: ...44091134.

FIRMA: 



Carta de consentimiento Andrea:

CARTA DE CONSENTIMIENTO PARA USO DE DATOS PERSONALES

Mediante la firma de este documento, doy mi consentimiento de haber participado en el Laboratorio que sirvió para la investigación "Más allá de los discursos de la discapacidad: El cuerpo en el Contacto Improvisación" de Alejandra Baraybar Larco.

De acuerdo a lo dispuesto por la Ley 29733 (Ley de Protección de Datos Personales) y su Reglamento, quien suscribe brinda su consentimiento de manera libre, previa, inequívoca, informada y expresa a la Señorita Alejandra Baraybar Larco para que usen mis datos en la investigación antes mencionada.

Se firma la presente autorización en señal de conformidad en la ciudad de Lima el día 04. del mes..... marzo..... del año 2020

Nombre del Participante: Kimberly Andrea Rejas Ascuña.....

DNI: 71226425.....

FIRMA: .....

Carta de consentimiento Claudia:

CARTA DE CONSENTIMIENTO PARA USO DE DATOS PERSONALES

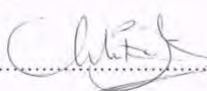
Mediante la firma de este documento, doy mi consentimiento de haber participado en el Laboratorio que sirvió para la investigación "Más allá de los discursos de la discapacidad: El cuerpo en el Contacto Improvisación" de Alejandra Baraybar Larco.

De acuerdo a lo dispuesto por la Ley 29733 (Ley de Protección de Datos Personales) y su Reglamento, quien suscribe brinda su consentimiento de manera libre, previa, inequívoca, informada y expresa a la Señorita Alejandra Baraybar Larco para que usen mis datos en la investigación antes mencionada.

Se firma la presente autorización en señal de conformidad en la ciudad de Lima el día 05 del mes marzo. del año 2020

Nombre del Participante: Claudia Benites Renteria

DNI:73025656

FIRMA: .....

ANEXO 2:

Imagen de Carné Erick

