



Universidad de Chile
Facultad de Ciencias Sociales
Departamento de Psicología

Desarrollo de habilidades terapéuticas para la atención psicológica online a través de la disciplina teatral y la conciencia corporal.

Un estudio sobre el programa formativo *Escena Siena*.

Memoria para optar al título de Psicóloga

Autora: Carolina Hurtado Hernández

Profesor patrocinante: Felipe Gálvez Sánchez

Diciembre 2022

INDICE

Resumen

Introducción

Objetivos

Objetivo General

Objetivos Específicos

Hipótesis

Marco teórico

Capítulo 1: Virtualidad

Capítulo 2: Cuerpo

Conciencia corporal

Capítulo 3: Psicoterapia online

Educación a distancia

Discusiones de la terapia online

Técnicas/tácticas personaje terapéutico

Marco metodológico

Posicionamiento epistemológico

Participantes

Producción de datos

Tipo de análisis

Aspectos éticos

Resultados

Descripción de escenas

Dimensiones de la investigación como resultados iniciales

Discusión

Voz (Uso/priorización)

Posibilidad y modo de usar el espacio (en las intervenciones)

Escucha como intervención

Ampliación/disminución de movimientos

Coherencia/Armonía

Conclusiones

Reflexiones finales, limitaciones, proyecciones

Anexos

-Consentimiento informado

-Retroalimentaciones

RESUMEN

La crisis social y de salud que ha traído la pandemia Coronavirus ha traído importantes desafíos. En el ámbito de la psicoterapia, específicamente, se ha evidenciado una tendencia a la atención telemática, lo que, en cuanto a la formación de terapeutas, ha hecho reaparecer temáticas y problemáticas que son antiguas en las discusiones disciplinares, como lo son precisamente *la importancia del uso del cuerpo* en el quehacer clínico y han traído importantes desafíos en cuanto a las nuevas formas de educación a distancia. Se ha generado entonces una relación triádica de demanda, pero también de interdependencia entre (1) Una *ontologización* de la corporalidad; (2) Una reflexión nueva y profunda acerca de la virtualidad; y (3) Una formación clínica que responda a estos nuevos requerimientos.

En este contexto, la presente investigación busca identificar y caracterizar las habilidades que han desarrollado las y los terapeutas en formación en el programa *formativo para la diversificación y mejoramiento del personaje terapéutico Escena Siena* como fruto de la ampliación de la conciencia corporal para el desarrollo de la terapia online.

Palabras clave: Cuerpo, Conciencia corporal, Virtualidad, Psicoterapia online

INTRODUCCIÓN

La crisis social y de salud que ha de traído la pandemia Coronavirus ha puesto en evidencia importantes dificultades de salud mental a nivel mundial. Si bien existían previamente, se ha visto un aumento en la presencia de padecimientos tales como ansiedad, depresión y reacción al estrés tanto en la población general como en profesionales de la salud, por lo que la necesidad de atención en salud mental ha aumentado y, según señalan algunos estudios, se mantendrá por un considerable tiempo: al menos 10 años. Esto es lo que algunos autores proponen como “La Segunda Pandemia”, advirtiendo que “[...] Aunque se espera un aumento en los síntomas de ansiedad durante estas circunstancias extraordinarias, existe el riesgo de que prevalezca un número clínicamente relevante de personas con ansiedad, depresión y que participen en comportamientos perjudiciales (como suicidio y autolesiones) que con toda probabilidad incrementarán”. (Andrade y Egas, 2022, p.59).

En cuanto a la atención en salud mental, particularmente en el ámbito de desempeño de la psicoterapia, se han vivido importantes desafíos en una disciplina que -ahora- ya se asume como diversificada hacia la atención presencial y la atención telemática, atención mixta e inclusive atención híbrida. Los diferentes dispositivos de trabajo clínico y todas las relaciones de ayuda en cada uno de ellos, han tenido que vérselas con nuevos requerimientos y la necesidad de desplegar nuevas habilidades y competencias en los y las terapeutas. Dicha transformación ha hecho reaparecer temáticas y problemáticas que son antiguas en las discusiones disciplinares, como lo son precisamente *la importancia del uso del cuerpo* en el quehacer clínico. Si antes eran ya importantes los enfoques que tomaran atención por la llamada “persona del terapeuta”, o bien todas aquellas consideraciones acerca de la participación del terapeuta en la relación (ya sea en términos epistemológicos o metodológicos), ahora más que nunca se torna pertinente que la formación en psicología clínica enfrente este desafío y se genere una transformación también en el sentido y lógicas de los procesos asociados a la preparación de un terapeuta.

Se requiere, entonces, que profesionales como psicólogos clínicos, psiquiatras u otros, cuenten con los criterios y herramientas necesarias para la aplicación de una psicoterapia virtual e ir diseñando un modelo de intervención en este campo que responda a las necesidades del contexto. Para ello, lo primero que se debería reconocer serían las características particulares que tiene la atención telemática, en cuanto a las limitaciones y posibilidades que se abren en las distintas

relaciones terapéuticas, para así entrenar adecuadamente las habilidades que pueden desarrollar los y las terapeutas.

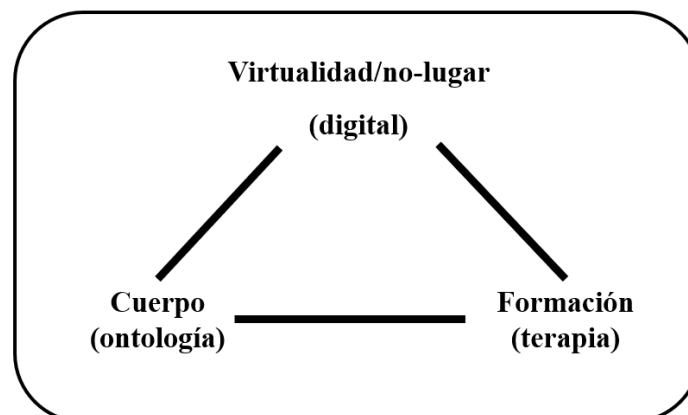
Por otra parte, los procesos educativos, como todos sabemos, han enfrentado su principal desafío al tener que adecuarse lo más velozmente posible a la no presencialidad y lograr buenos resultados. Aun cuando la educación a distancia lleva un largo camino recorrido con el uso de plataformas digitales, aulas virtuales, sistemas de e-learning entre otros dispositivos, el cambio drástico de escenario que implicó el confinamiento significó un obstáculo muy importante que exigió al aula y a las comunidades educativas adaptarse rápidamente a las nuevas condiciones. Y es que no se trata simplemente de reemplazar el aula física por un soporte tecnológico, sino descubrir cómo poner en juego los distintos sistemas de relaciones, costumbres y conocimientos que se articulan en redes complejas y que dan paso al proceso de enseñanza-aprendizaje. Y es que el aula debe comprenderse más allá del espacio físico, tomando en cuenta que es una comunidad en la que estudiantes con convergencias y divergencias conviven y participan de un mismo evento educativo, que es interpretado desde cada realidad de una forma diferente (Mendoza, 2020). Más allá del recurso tecnológico, la comunidad educativa ha sido llamada a la redefinición de los lugares, de los actores y las relaciones que establecen, para lograr los objetivos educativos que se desarrollaban al compartir físicamente un espacio de formación.

Si bien conocemos la diversificación postpandemia de los dispositivos de ayuda hacia una versión telemática o al menos mixta, también sabemos que aquella transformación ocurre de manera mucho más lenta en el ámbito de la formación, una formación que adolecía ya de una severa falta de practicidad y que ahora exige una presencia del cuerpo propiamente tal.

Sin el uso de dispositivos como el espejo unidireccional, que permitía la puesta en escena de los terapeutas y sus cuerpos, y la posibilidad de enriquecer las habilidades terapéuticas de forma colectiva, se ha hecho casi imposible cumplir con los procesos que favorecen la generación de competencias en los estudiantes de pre y posgrado. La imposibilidad de contar con un escenario de formación que permita la atención directa de pacientes, los espacios de observación y supervisión del trabajo a los propios estudiantes, así como la ausencia en el mostrar el trabajo clínico de parte de los y las docentes, obligan a generar nuevas estrategias para la formación de una o un terapeuta.

La presente investigación se centra en la formación de psicólogas y psicólogos clínicos desde un enfoque sistémico relacional, lo que contempla ciertos elementos particulares dentro de la formación, como son: a) La generación de aprendizajes de los modelos teóricos y sus técnicas de intervención; b) Aplicación de éstos en la práctica y trabajo de la persona del terapeuta, donde mediante una labor experiencial se hace revisión de su historia; y c) Reconocimiento de sus recursos personales” (Andolfi y Zwerling, 1985; Gálvez y Campillay, 2008 como se citó en Kouro, 2017, p. 6). Dentro de este enfoque, uno de los elementos más importantes en el proceso de formación de terapeutas o psicólogos clínicos es tener la oportunidad de realizar actividades prácticas, acto en el que la persona reconoce la importancia de usar todos sus sentidos, su corporalidad y su manera de percibir el mundo y a los demás. Por tanto, la formación no es ni puede ser exclusiva de las salas de clases ni de la formación teórica, creándose un juego dinámico entre la teoría y la experiencia de la o el terapeuta, lo que le otorga mayor flexibilidad. (Gálvez, 2010).

Se ha generado entonces una relación trídica de demanda, pero también de interdependencia entre (1) Una *ontologización* de la corporalidad, o dicho de otra forma, una recuperación del cuerpo en cuanto tal más allá de su metáfora, requiriéndose como presencia; (2) Una reflexión nueva y profunda acerca de la virtualidad, en otras palabras, aquel sujeto digital que se mueve, se desplaza pero que deja de ocupar un lugar material para habitar precisamente un mundo virtual, con todas sus condicionantes y, desde ahí, cómo se dispondrá dentro del nuevo escenario clínico online; y (3) Una formación clínica que responda a estos nuevos requerimientos y que asuma que se ve limitada en sus propias fuentes para dar respuesta, evidenciándose la necesidad de acudir a otras disciplinas afines.



Por todo lo anterior es que desde el Departamento de Psicología de la Universidad de Chile se trabajó en la creación de una nueva experiencia pedagógica como respuesta a la imperiosa necesidad de desarrollar metodologías de aprendizaje que se adecúen de mejor manera a las condiciones de no presencialidad y al trabajo con otras estructuras formativas. La experiencia de *Escena Siena*, programa formativo y de investigación en Psicología clínica inaugurado en el 2021 inicialmente en el posgrado del Departamento de Psicología de la Universidad de Chile, ha iniciado un proceso que articula precisamente aquellos 3 elementos a través de una experiencia de formación que comprende la importancia de la o el terapeuta, pero esta vez incorporando un innovador modo de concebir la aparición del cuerpo en la escena terapéutica¹. En específico, considera la necesaria conciencia de la presencia corporal como agente interventor de los sistemas en los que participa. En esa línea, el cuerpo se concibe sujeto en formación, tal como ocurre con el registro intelectual y al cual se dedican largos años de estudio para el ejercicio de la clínica. Conocer el propio cuerpo pasa -inicialmente- por adquirir un mayor y mejor nivel de conciencia corporal. El cuerpo también se debe encontrar disponible para la relación de ayuda y su entrenamiento mejorará del mismo modo las formas de trabajo. Todo lo anterior, se hace posible trayendo y traduciendo la experiencia y expertiz que ha desarrollado el teatro en torno a la conciencia y a la expresión corporal, aplicando métodos de trabajo sobre sí, con el fin de generar modos corporales nuevos y diversificados en sus intervenciones.

En esa línea, Escena Siena ofrece una actualización en la formación corporal, considerada como parte de las herramientas de trabajo con las que cuenta una o un terapeuta. Una nueva forma de situar la materialidad corporal y configurarla, renovando las ideas que son producidas en esa encarnación, ya no sólo como una metáfora que se sirve de la imagen de cuerpo, sino que dando espacio a una nueva forma de estar corporalmente para el terapeuta, que dado este escenario cada vez más complejo y siempre impredecible, requiere de una mayor cantidad de performances para desplegar en cada situación inédita de la terapia. Esta nueva experiencia pedagógica tuvo su primer escenario de pilotaje en el marco de la formación del Diplomado en Psicoterapia Sistémico Familiar en el 2021, con resultados positivos, sorprendentes y todavía en análisis (proyecto FPCI, Facultad de Ciencias Sociales 2021-2022). La búsqueda de la diversificación y mejoramiento del personaje terapéutico, terminó también impactando sobre las nuevas necesidades que plantea el trabajo en el escenario virtual, es decir, en el desarrollo de las múltiples versiones de la terapia online. Justamente al tratarse de un programa formativo que trabajó en una plataforma especialmente diseñada para ello,

¹ Para más detalle revisar <http://eqtasis.cl/escena-siena-2022/>

un software (en una articulación de trabajo con constante retroalimentación y de manera colectiva) que aprovecha la inteligencia digital para contribuir a la entrega de conocimientos, monitoreo y retroalimentación durante todo el proceso, se obtuvo resultados que son ahora dignos de una ulterior reflexión y un permanente análisis. Este es el caso de la presente investigación, que toma como base algunas dimensiones emergidas en fases anteriores del proceso de investigación y que -con ellas-se busca profundizar y ampliar el análisis, especificando en las competencias que se generan en el ámbito particular de la terapia online.

La principal cualidad de Escena Siena y que marca una diferencia con otros programas de formación, es el hecho de que se trabaje con ejercicios en video realizado por actores profesionales. Dicho material, que se trata de 8 escenas que completan una progresión formativa en variadas temáticas, trae dinámicas de formación teatral que han sido trasladadas al escenario de la construcción de personajes terapéuticos. Fueron preparadas como fruto de un análisis de lo que requiere un terapeuta y además grabadas en formato digital de alta calidad. La propuesta es que los y las estudiantes recreen y graben cada escena con un breve relato de cómo se sintieron en cada una de ellas guiado por breves preguntas propuestas por el equipo docente, para luego subirla a la plataforma. A partir de los videos, tanto profesores como estudiantes se retroalimentan mutuamente de manera escrita, comentando las escenas de los y las compañeras y compartiendo apreciaciones. De esta forma, se genera un multi-aprendizaje colectivo que busca situar el cuerpo del terapeuta en el centro de la formación.

Cabe destacar que al momento de ingresar al programa, en el año 2021 cuando se llevó a cabo un primer pilotaje, se realizó una recogida de datos escritos de variados aspectos de cada uno de los participantes y también una auto entrevista inicial -grabada en video- sobre el estado inicial respecto de la conciencia corporal, entrevista que se repite también al finalizar la formación. Estas últimas entrevistas, sin embargo, no la completaron todos los participantes que finalizaron el programa formativo en su totalidad, por lo que para este estudio se seleccionó a aquellos participantes que sí contaran con su entrevista final.

Tomando en cuenta todo lo señalado anteriormente, y teniendo muy presente la importancia del cuerpo en la formación de terapeutas, cabe preguntarse por las particularidades de este proceso que ahora se lleva a cabo desde la virtualidad, estando las relaciones siempre mediadas por una pantalla. Tanto para la formación de terapeutas como para el desempeño de los y las profesionales en esta nueva forma de hacer psicoterapia a distancia, la presencia del cuerpo como elemento conocedor y generador de conocimiento es fundamental, y sin duda se enfrenta a

interesantes cambios y renovaciones exigiendo, quizás, a los terapeutas poner en práctica nuevas habilidades y competencias más o menos distintas a las desplegadas en la psicoterapia presencial. Es por esto que la presente investigación, basándose tanto en las dimensiones emergidas en el marco del FPCI y en la bibliografía consultada sobre la psicoterapia online, la ontologización del cuerpo y la formación online, se propone responder a la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las habilidades que se generan en las y los terapeutas en formación en el proceso de *Escena Siena* como fruto de la ampliación de la conciencia corporal específicamente para el desarrollo de la terapia online y cómo se desarrollan lo largo de la formación?

OBJETIVOS

Objetivo General

Identificar y caracterizar las habilidades que se generan y desarrollan en las/os terapeutas en formación en el proceso de *Escena Siena* como fruto de la ampliación de la conciencia corporal, particularmente para el ejercicio de la psicoterapia online.

Objetivos específicos:

1. Describir las 8 escenas propuestas en el programa de formación Escena Siena.
2. Identificar las habilidades que influyan en el desempeño de la psicoterapia online percibidas por los terapeutas a lo largo del proceso de formación a partir de una selección de las retroalimentaciones escritas, entrevistas final e inicial y la observación de las escenas grabadas por los participantes.
3. Caracterizar el desarrollo de las habilidades que influyan en el desempeño de la psicoterapia identificadas por los terapeutas a lo largo del proceso de formación a partir de la observación de las correspondientes escenas, entrevista inicial y final, y las retroalimentaciones escritas.

Hipótesis:

La pregunta de investigación tiene a la base la siguiente hipótesis: Si el cuerpo y su presencia es un elemento central en Psicoterapia como una herramienta clínica, se podría pensar que existan diferencias en la forma de hacer presente al cuerpo, sus sensaciones y emociones desde el terapeuta hacia sí mismo y en su relación con el sistema consultante, si es que se trabaja en psicoterapia presencial o a distancia. La figura del “cuerpo-terapeuta virtual” podría crear una nueva forma de acceder a la experiencia del sistema consultante, y quizás debería nutrirse de elementos de conciencia corporal distintos a los de la terapia presencial.

MARCO TEÓRICO

Capítulo 1: Virtualidad

La ambigüedad del adjetivo virtual ilustra bien la variedad de sentidos y las confusiones que su empleo provoca. Pierre Lévy (1998, en Siles 2005) recuerda que el término proviene del latín medieval *virtualis*, un derivado de *virtus* que significa fuerza, poder. La potencia, eficacia o actividad de una cosa para obrar como otra. En otras palabras, “lo que tiene virtud para producir un efecto”. En este sentido, lo virtual serviría para designar lo que no es sino en fuerza o en potencia, lo que es real pero no actual (Deleuze, 1996, en Siles 2005).

Para explicar las distintas visiones sobre lo virtual que conviven en las ciencias sociales, Siles (2005) señala lo siguiente:

De forma general, existe una distinción epistemológica de lo virtual en las ciencias sociales: por un lado, una óptica más cercana a la teoría de la luz opone lo virtual a lo real; mientras que otra perspectiva heredada de la teoría de las fuerzas opone lo virtual a lo actual, como dos modalidades del ser tan reales la una como la otra (Proulx y Latzko-Toth, 2000; Besnier, 1995). Esta distinción lleva a una reconfiguración del espacio y del tiempo en dos tendencias generales: lo virtual como una “falsa aproximación” de lo real, o lo virtual como una “resolución” de lo real. (p.60).

En el caso de lo virtual como falsa aproximación a lo real, el autor plantea que “lo virtual es a lo real lo que la copia es a lo original: un reflejo, una representación o una reproducción a veces fiel y a veces rebelde” (p.60). Desde esta perspectiva, lo virtual está subordinado a la entidad original de lo real. Lo virtual y la copia serían dos formas esenciales inmutables y separadas la una de la otra y todo lo que ocurre en la virtualidad sería nada más que una “pálida copia” de lo real. Se podría pensar, entonces, que las relaciones mediadas por la virtualidad serían ficticias e incluso podrían degradar las relaciones “cara a cara”. Para esta perspectiva, las relaciones sociales sólo pueden ser imitadas o emuladas en el caso de las relaciones virtuales (como la psicoterapia online), y la conversación en línea representaría sólo una simulación funcional e incompleta de la conversación real, con pérdidas en alguna parte. Siguiendo esta línea, si se piensa en las relaciones sociales como

aquellas que ocurren entre dos o más personas en un lugar geográfico determinado, la virtualidad que propone el soporte tecnológico de Internet representaría una gran pérdida o incluso, una amenaza.

Por otro lado, y siguiendo a Siles, desde el punto de vista de lo virtual como resolución, la relación ontológica entre lo virtual real y lo virtual es invertida, y lo virtual se convierte en una resolución de las imperfecciones de lo real. “Por medio de lo virtual, el individuo es capaz de realizar —o de actualizar— los potenciales latentes del mundo” (p. 61). En otras palabras, lo virtual tiende a actualizarse, aunque no se concretiza de un modo efectivo o formal. El árbol está virtualmente presente en la semilla: hay un potencial, diversas posibilidades que pueden actualizarse mediante la interacción de diversos factores. Se hace evidente que virtual no es sinónimo de irreal, sino que guarda relación con un acto de creación, es una realidad que no se ha hecho manifiesta o, en palabras de Lévy, no se ha hecho actual, es decir, es una realidad que no está dada.

Al contrario del discurso de la falsa aproximación, lo virtual y lo real no son considerados como dos formas inmutables e inalienables: no se oponen, sino que denotan diferentes grados de actualización a lo largo de un continuo que va de lo real a lo hiperreal. Si lo virtual permite actualizar en distintas medidas los potenciales de lo real, en esta segunda postura epistemológica las interacciones ocurridas en la virtualidad podrían entonces servir a colmar las lagunas de un mundo imperfecto (Siles, 2005). Así lo señalan también Restrepo y Restrepo (2018), al proponer que la virtualidad contiene potencialmente la continuación de relaciones, pero también contiene formas que aún no han sido expresadas. Si bien el árbol está contenido en la semilla, las características y potencialidades que desarrolle estarán alimentadas por estas nuevas condiciones que propone el Internet, y que sin duda aún no las conocemos a cabalidad. Para los autores anteriormente citados, el mundo virtual puede entenderse como un espacio desterritorializado. En el ciberespacio el espesor y los contornos del cuerpo se desdibujan, se desvanecen; no se tiene peso ni dimensión y el sujeto sólo es definido en función de su conectividad. El tiempo y la materia, al interior del ciberespacio, no representan un obstáculo. Lo virtual representaría una prolongación del espacio real, con la única diferencia de que en lo virtual los signos y su connotación simbólica se vuelven más flexibles, y el cuerpo viene a ser el espacio que propicia esa flexibilidad, en una interacción donde el tiempo y el espacio físico compartidos se diluyen. (Sánchez, 2010, en Restrepo y Restrepo, 2008). Cuando una persona, una colectividad, un acto, una información se virtualizan, se colocan «fuera de ahí», se desterritorializan. Una especie de desconexión los separa del espacio físico o geográfico ordinario y

de la temporalidad del reloj y del calendario. La sincronización reemplaza la unidad de lugar, la interconexión sustituye a la unidad de tiempo. Pero, a pesar de ello, lo virtual no es imaginario, sino que produce efectos

El Internet se transforma entonces en un espacio utópico, un “ninguna parte-alguna parte”, un ideal en el que los individuos son capaces de reencontrar los sentidos y la experiencia de la comunidad (Robins, 2000 en Siles, 2005). Algo interesante de los espacios virtuales, es la idea de que al diluirse el espacio físico, la virtualidad se podría transformar en un espacio liberador para quienes entablan relaciones en ella, una alternativa ante las imperfecciones del mundo, un medio de “igualación de las diferencias y de emancipación de las minoridades sociales” (Howard Rheingold, 2000a, 2000b en Siles, 2005). En este sentido, la pandemia ha otorgado la posibilidad a muchas personas de acceder a situaciones que de otra forma les hubiera sido imposible.

En la actualidad, el acceso a distintas instancias que antes sólo se realizaban de manera presencial y ahora también se ofrecen en la virtualidad como propuestas educativas, artísticas, posibilidades de atenciones online, entre otras, ha permitido cierta “nivelación” de condiciones y una suerte de democratización de las oportunidades a las que se puede acceder. En este sentido, una de las posibilidades que estarían contenidas en la virtualidad, siguiendo la metáfora del árbol presente en la semilla, sería la ampliación del acceso a dichas oportunidades en personas que, por ejemplo, se encuentren aisladas territorialmente de los centros académicos o ciudades, quienes vivan aislamiento en cuanto a sus condiciones económicas y físicas, entre otras poblaciones que vivan en condiciones distintas y que cuenten con acceso a internet.

Capítulo 2: Cuerpo

Si bien el cuerpo fue concebido por mucho tiempo sólo como estructura biológica, hoy se reconoce que posee inteligencia, memoria, sabiduría propias y, finalmente, se constituye en puente para la comunicación y el aprendizaje. Un vehículo para pensar y sentir. Es decir, el cuerpo no sólo alberga órganos, recuerdos, y pensamientos propios, sino que se hace puente para el procesamiento de los eventos internos y externos. Como señalan Gastulo y Cervera (2017), para las terapias psicocorporales que trabajan con y desde el cuerpo y la atención plena o *mindfulness*, resulta importante el cuerpo como instancia que trasciende lo biológico para dar espacio a lo social, lo

psicológico y lo espiritual. En tal sentido, los profesionales que trabajan con personas necesitan “prestar atención de manera intencional, experiencial, sostenida y sin juzgar al momento presente”. (Gastulo y Cervera, 2017 p.299).

Esta idea del cuerpo como puente es compartida con otras visiones que refieren que *el cuerpo se vuelve el intermediario a través del cual la persona revela su historia biográfica, y le da consistencia a los componentes afectivos, culturales, sociales y espirituales*, haciendo real su presencia en el entorno y en las relaciones. (Gastulo y Cervera, p.299).

Todo entonces comienza a articularse en base a un gran sentido que representa el cuerpo y desde ahí va adquiriendo relevancia, tal y como lo señala Lowen (2005, p.221 citado en Gastulo y Cervera 2017)

El cuerpo es más que una estructura físicobiológica, posee energía y sabiduría natural que no solamente contribuye a la supervivencia y la adaptación, sino que se convierte en un medio para el aprendizaje, el desarrollo de conductas creativas y, sobre todo, al conjugarse con las experiencias gratificantes del entorno se convierte en puente para el bienestar psicológico y espiritual. (Pág. 299).

En términos rigurosos es impreciso en psicología y filosofía referirse al cuerpo sin pasar por las propuestas teóricas de Merleau Ponty, filósofo francés, que en sus obras *Filosofía de la percepción* y *Lo visible y lo invisible*, plantea una forma de entender el cuerpo en la que rescata mucho más el valor de la fenomenología de Husserl. Esto lo lleva a un afán por establecer una ontología del cuerpo, con su énfasis puesto en la *cosa* en cuanto tal. Habla de la cosa como aquello que nos superaría, que no es más que otro, un interlocutor, un sí en sí mismo aun considerando la redundancia. Esto implica que la *cosa* y las cosas estarían en condición incluso más allá de lo humano.

El hecho -teórico- que planteo una ontologización del cuerpo está también radicado en la idea de un cuerpo situado, buscando articular una relación indisoluble entre cuerpo y mundo. El mundo no es un espacio totalizador que abarca y que recibe a un cuerpo pasivo, no es un contorno que contiene un cuerpo en el centro, sino que el mundo sería incluso otro rostro del propio cuerpo.

Sostiene una ideación de cuerpo como obra, lo que da todo un sentido, nuevamente, en tanto creación y muy lejos de ser una producción o una cadena productiva (Merleau-Ponty, 1970).

Para efectos de esta investigación contar con una ideación de cuerpo en cuanto tal y además situado es relevante, dado que permite recuperar la noción de cuerpo y materialidad, cuestión que la psicología como disciplina (y particularmente la psicología clínica) ha usado y abusado como metáfora, dejando entrever una necesidad de reconsiderar el cuerpo, primero en la formación de un clínico, luego en el devenir de la terapia misma. Merleau Ponty en su libro póstumo *Lo visible y lo Invisible* desarrolla un proyecto filosófico que pretende superar la dicotomía cuerpo-alma. Pretendiendo ubicar este pensamiento en la línea de una ontología del cuerpo –como se ha establecido-, es importante reconocer ahí que se plantea una esencia, operante, activa. Para el autor se tratará de un ser corporal viviente, dispuesto a diferentes tipos de relaciones. Un ser que contiene en sí mismo la idea de esencia, pero también la forma de estar dispuesto para el otro (Merleau-Ponty, 1970).

El autor también dedica parte de sus reflexiones filosóficas al cuerpo que puede ser visto, observado, derechamente mirado. Como no puedo mirar sin ser mirado ocurren simultáneamente muchas cosas en ese acto que constituye al sujeto. En este mirar el cuerpo algo estaría cara a cara, precisamente por la mirada, que ocurre de manera relacional porque el mirar junto con ser una acción para otro, es también una acción desde otro. Es precisamente el hecho de ser mirado, lo que porta hacia adelante un sujeto que se ve configurado por la mirada de otro, de unos ojos que lo miran. En la psicología y específicamente en la formación clínica de un terapeuta esto puede ser entendido como una retroalimentación. Asimismo, la propuesta contiene el argumento de que el ver tendría menor complejidad que el mirar. El ver sólo arriba a aquello que es visible, mucho del sujeto en cambio queda en una cierta ceguera de conformación. La acción del ver, justamente en la relación con lo que está fuera de mí: el objeto, inaugura una relación de la cual desencadenan una serie de preguntas. El ver, para Merleau Ponty ocurre siempre desde alguna parte y cuando el ver no tiene lugar, se traslada hacia el territorio de la invisibilidad. Ver entonces es una forma de responder al llamado que nos hace un objeto, para ser ubicado dentro de un campo visual. La mirada en cambio estaría puesta en el contexto, donde aparecen todos los objetos. Para Merleau Ponty mirar es hundirse en el objeto, mientras que el ver es una acción que no necesariamente tiene distinción, no tiene fijación (Merleau-

Ponty, M., 1975). En esta línea, el cuerpo entonces necesita ser mirado, focalizado, hay que volver a hacer una distinción dentro de aquello que hemos visto.

Muy en sintonía con lo recientemente señalado acerca del filósofo francés, se propone la articulación con los conceptos de enacción y el particular (pero esencial) concepto de incorporación que remite de alguna forma al término de encarnación, que nos lleva de manera inevitable al biólogo chileno Francisco Varela. En términos estrictamente conceptuales, enactuar, se trata de una implementación científica que tiene como referencia posible la intencionalidad y el concepto de encarnación en Husserl, también considerado por Merleau Ponty. Para Varela, si es que se toma como punto de partida la co-determinación entre ambiente e individuo, que no tiene de inmediato -o de manera consecuentemente lógica- la acción corporizada (Varela, Thompson, y Rosch, 1993) pero sí una aceptación de que los seres vivos somos movilizados por necesidades internas que estarían siempre respondiendo a un ambiente específico que es también co-autor de aquellas necesidades. Es esa relación de mutua dependencia que le da sentido a la actuación, incluso a los movimientos, donde un sujeto no es pasivo, ni menos aún sólo receptivo, sino que es activo, enactuando en aquel mundo, desplegándose, con su historia de interacciones a cuestas, equilibrando una relación con el medio.

Conciencia corporal

Se entiende la conciencia corporal como una capacidad de reconocer la experiencia. En este caso, se trata del reconocimiento de los estados, procesos y acciones que se suceden en el cuerpo, tanto a nivel *interoperceptivo* (con los propios sentidos percibir el exterior), como a nivel *propiooperceptivo* (procesar las señales internas que transmite el propio cuerpo) y que pueden ser percibidas por el propio sujeto (Gastulo, Cervera, 2017). Asimismo a nivel de percepción espacial y social, de manera que se construye una unidad indivisible con el cuerpo mediante su conciencia. En ese sentido, se apuesta a que lo entendido como *pensante*, con lo *moviente* están en un diálogo permanente, a través del cual confirman ser parte el uno del otro (Morales, 2013).

Desde los fundamentos teóricos en los que se basa *Escena Siena*, se entiende la conciencia corporal como el acto de tomar conciencia de las distintas formas en las que el cuerpo puede comunicar a través de la kinésica (gestos y movimientos corporales, postura y ritmo), la proxémica (distancia social espacial) y lo paralingüístico (voz, volumen, tono, timbre). Estas variables, cuando

están dirigidas de forma intencional se convierten en una acción física. En ese sentido, la conciencia corporal implica un modo de estar y de intervenir, distinta a la pura recuperación del mundo interno o de aquel exterior. Se trata de un acceso directo al cuerpo, que en su forma material, permite ejercer acciones definidas capaces de transmitir mensajes coherentes entre la percepción de sí y su consecuente expresión corporal².

Gastulo y Cervera (2017) postulan que la conciencia corporal nos permite desarrollar un tipo de conocimiento que es igual de valioso que el intelectual o el relacionado con las actividades exteriores. Tener un buen nivel de conciencia corporal, es decir, de los procesos internos del cuerpo y las propias emociones, ayuda a prevenir estados ansiosos y de estrés emocional, con lo que se mantiene en general un mejor nivel de salud en el que se atienden oportunamente tanto las señales internas como las fisiológicas, las sensaciones y movimientos. Si bien estos autores hablan desde el ejercicio de la docencia, se podría pensar que alejar la conciencia corporal de cualquier actividad que realizamos nos dificulta un buen desempeño e incluso puede afectar nuestra salud física y mental.

Cuando el docente universitario utiliza la inteligencia como el único recurso para su trabajo, termina desconectándose de la sabiduría de su cuerpo y de sus emociones y, a su vez, obviando información valiosa que le brinda el cuerpo a través de movimientos, sensaciones, tensiones, malestar y debilitamiento; es decir, va perdiendo la capacidad de sentir, y con ello, pierde la espontaneidad y capacidad para disfrutar de lo que realiza, sobre todo, porque termina mecanizando sus encuentros interpersonales. (Sutton y Wheatley, citado por Rodríguez-Jimenez en Gastulo y Cervera, p.91).

Este punto es importante no sólo para quienes trabajan en docencia sino para todo aquel que trabaje en alguna relación interpersonal como lo es la psicoterapia. En la medida que se toma conciencia de lo que se vive, se pueden tomar decisiones más adecuadas, creativas, en sintonía con lo que se requiere. Se mejora entonces la calidad de la labor realizada. Al respecto, Baniel (2009, pp.58-59. Citado en Gastulo y Cervera 2017, p. 91) señala que “el movimiento consciente abrirá las puertas al cambio y al crecimiento en su forma de pensar y de sentir”. Para estos autores la capacidad propioceptiva e interoceptiva es producto del desarrollo de la conciencia biológico-corporal que le permite mejorar su adaptación, el desarrollo de su personalidad, lo que enriquece sus relaciones interpersonales, convivencia y bienestar psicológico. (Gastulo y Cervera, 2017, p.93)

² Para mayor detalle revisar <http://eqtasis.cl/escenasiena-fundamentos-conciencia/>

Capítulo 3: Terapia online

-Educación a distancia

Si bien la educación a distancia es un dispositivo que se utiliza hace bastante tiempo, las condiciones particulares en las que se ha vivido en los últimos años de pandemia han propiciado que esta forma de educación tome gran importancia, siendo en ocasiones la única opción de continuar con los procesos de enseñanza. Sin embargo, no es simplemente trasladar todos los elementos de la presencialidad a un aula online. Menos aun, en condiciones de emergencia sanitaria y política, que aportan un altísimo grado de incertidumbre y dificultades asociadas a la salud mental de la población. En este sentido, no bastaría sólo con perfeccionar las plataformas de e-learning, sino también tomar en cuenta todas las otras determinantes que influyen en un buen proceso de aprendizaje. Ya que, como se ha señalado anteriormente, en los procesos de enseñanza-aprendizaje ocurren una infinidad de situaciones que tienen que ver, principalmente, con las relaciones entre quienes participan, tanto estudiantes como docentes. Y es que no se trata de adoptar o no la tecnología, sino de verla como una parte de la realidad que afecta nuestro entorno, por lo que es pertinente buscar la forma en que se va a volver parte de la vida y cómo impactará en la búsqueda de soluciones a diferentes problemáticas. Uno de los elementos importantes a tomar en consideración, es la brecha que puede existir no sólo en el acceso a las tecnologías sino en el nivel de comodidad en su uso, por ejemplo, entre estudiantes o profesores más jóvenes o de edad avanzada. Sin duda, la comodidad con la que se manejen las tecnologías influirá en la calidad del aprendizaje y en las relaciones que se puedan establecer en las distintas plataformas educativas. Otro punto importante que caracteriza a la educación a distancia a diferencia de la educación presencial, es la inmediatez con la que se puede acceder a un sinnúmero de recursos y materiales, que de darse de forma presencial sería un proceso mucho más paulatino. Se ha sugerido que en dispositivos de educación a distancia debe existir una habilidad para seleccionar la información y procesarla adecuadamente, ya que “las tecnologías inteligentes como Internet no pueden considerarse simples vehículos que transportan la información, sino que, al ampliar y complejizar el proceso de acceso, procesamiento y expresión del conocimiento, modifican sustancialmente la manera en la que el individuo se construye a sí mismo, comprende el contexto y se comprende a sí mismo” (Pérez, 2012, p. 55, citado en Mendoza, 2020). Una vez más, esto nos remite a que, más allá del recurso tecnológico, se encuentra la redefinición de los lugares de los actores y las relaciones que establecen, lo que genera una dinámica particular.

Otro punto que caracteriza a la formación a distancia, sobretudo en este nuevo contexto de emergencias donde hay alta incertidumbre, es la posibilidad de desarrollar los aprendizajes sin la necesidad de compartir en un mismo tiempo estudiantes y docentes. Si bien esto podría ser una facilidad ya que los estudiantes podrían acceder a clases en sus propios tiempos y posibilidades, elimina uno de los rasgos fundamentales de lo que se conoce como una “clase”, y es el poder compartir en un mismo espacio y tiempo entre todos los participantes. Esto puede ser tanto una posibilidad como una limitación, y los dispositivos educativos deberán tomar en cuenta esta situación para promover lo más posible las interacciones entre docentes y estudiantes y, sobre todo, entre estudiantes, de manera que las estrategias de enseñanza deben orientarse a privilegiar un procesamiento de la información que permanezca en el alumno como un conocimiento ligado a su vida. Si bien existen programas de educación continua que no requieren de la presencia de un docente, es difícil imaginar un programa de educación formal en el que no haya alguien *del otro lado* que retroalimente el desempeño del alumno, aportando su experiencia y el manejo del contenido clave para la formación, alguien que sea el guía entre los contenidos propuestos, que motive a los estudiantes e identifique sus fortalezas y debilidades para que éstos tengan la oportunidad de indagar, especializar su conocimiento e ir construyendo su perfil (Mendoza, 2020).

Finalmente, los nuevos procesos educativos también presentan un desafío para los estudiantes, que deben desarrollar de forma individual habilidades que en contextos presenciales se desarrollan en colectividad y que ponen a prueba la capacidad de autogestión, la cual se expresa en autodisciplina, autoaprendizaje, análisis crítico y reflexivo, así como en trabajo colaborativo, fundamental para contribuir a la toma de conciencia de sus acciones (Rugeles, Mora y Metaute, 2015, citado en Mendoza, 2020).

Discusiones acerca de la terapia online

Si bien la psicoterapia online lleva un buen tiempo de desarrollo, en los últimos años ha tenido un auge importante, lo que requiere que se caracterice y se estudien sus características propias, sus posibilidades y limitaciones. Entre las posibilidades que se abren es el acceso a psicoterapia en poblaciones que pudieran estar limitadas a una atención presencial ya sea por economía o

determinantes físicos como dificultades de movimiento o discapacidad, o poblaciones que experimentan limitaciones geográficas como aislamiento o falta de profesionales cercanos. Particularmente, las situaciones de confinamiento y las vivencias traumáticas asociadas a la pandemia u otras situaciones sociopolíticas repercuten en la salud mental de la población, por lo que se hace necesario aumentar la disponibilidad de atenciones que se darán obligatoriamente en formato virtual.

Ya que la psicoterapia online se presenta como una práctica cada vez más instalada, es indispensable estudiar sus características, limitaciones y posibilidades y entrenar las habilidades adecuadas para este tipo de atención, así como se hace más que necesario hacer revisiones teóricas y metodológicas de los cambios en la estructura y los procesos del método psicoterapéutico.

La virtualidad propone una distancia entre los cuerpos físicos mediada por una pantalla, al mismo tiempo que genera una presencia de cuerpos virtuales. Disciplinas como el psicoanálisis se preguntan, entonces, por la real posibilidad de generar un proceso psicoanalítico en estas condiciones, ya que se le otorga una gran importancia a la presencia de los cuerpos, tanto del analista como del analizante en un escenario donde se despliega la singularidad de un sujeto y donde la expectativa gira en torno a analizar las formaciones del inconsciente (actos fallidos, sueños, equívocos). En este sentido, Ons (2020) es categórico en declarar lo siguiente:

Creemos importante remarcar, que si bien no consideramos posible la práctica del psicoanálisis bajo una modalidad on-line, por las diversas razones que hemos intentado esclarecer en el trabajo, nucleadas principalmente en los dispositivos de los que se vale el psicoanálisis, insalvables en la dirección de la cura, que se generan con la presencia y el discurso del analista, cabría preguntarse qué uso es posible hacer de la red o que merecería ser rescatado(Ons et al., 2020 citado en Andrade y Egas, 2022, p.61).

En términos éticos, resulta sumamente interesante explicitar las limitaciones de ciertas prácticas terapéuticas, para luego descubrir qué es lo que sí se puede realizar con la ayuda de la virtualidad. El autor citado anteriormente señala la posibilidad de generar algún tipo de “consultorio virtual” donde se pueda desplegar cualquier psicoterapia entendida como una relación de ayuda,

donde resulta útil todo aquello que posibilite aliviar el sufrimiento, de manera que el internet podría ser una gran ayuda si se utiliza de manera cautelosa y responsable. Así, señala lo siguiente:

Todo aquello que encaje en la sintomatología, del “sujeto que consulta”, de aquel que se sirve de lo que se ofrece es terapéutico. Todo puede tener un efecto terapéutico, cualquier acto, cualquier palabra que calme un síntoma. Y puede cumplirse este objetivo mediante la mediación de la realidad virtual (Ons et al, 2020. Citado en Andrade y Egas, 2022 p. 62).

En este sentido, es importante ser consciente de las limitaciones pero también tener certeza de que cualquier relación de ayuda ejercida responsablemente, aunque muy a pesar de la ausencia del cuerpo, puede ayudar a disminuir el sufrimiento y atender a la salud mental de quien consulta, sobre todo en estados de emergencia donde aumenta la necesidad de atención.

En este sentido, la dinámica de la presencia-ausencia del cuerpo del psicoterapeuta es de suma relevancia, y campos teóricos como el psicoanálisis se lo han preguntado ampliamente.

Para la mirada lacaniana, lo que ocurre en las sesiones de psicoterapia online es una ausencia del Cuerpo de la realidad, mas no del Cuerpo desde la concepción simbólica e imaginaria. Por otra parte, se comprende el Cuerpo como una construcción de significantes que parte de la relación con otro, y en esta ausencia de cuerpo presente físicamente, tendrá nuevas vías de significación y resignificación, pues se entiende el espacio de psicoterapia (presencial o virtual), como un encuentro humanizante donde en la relación transferencial se construyen nuevos significantes que vienen a recaer directamente sobre el Cuerpo, encontrando en dicho elemento nuevas vías de subjetivación (Andrade y Egas, 2022, p. 68).

Por lo tanto, la relación que se da en una sesión de psicoterapia mediada por la virtualidad tendrá características propias y particulares efectos sobre quien consulta. En este sentido, el psicoanálisis hace interesantes aportes sobre ciertos cuidados o estrategias paralelas a la propia sesión que se deben tomar en cuenta, en tanto el “ritual” que provee la presencia física del terapeuta, el lugar estable donde ocurre la sesión como es la consulta presencial, la consistencia y regularidad en la toma de horas, entre otros elementos que también son parte del proceso psicoterapéutico se diluyen en la virtualidad. En este sentido, se destaca por ejemplo la importancia de contar con una

red de internet confiable y sin interrupciones y apoyarse con mensajes de texto o correos electrónicos que vayan apoyando las intervenciones (Andrade y Egas 2022, p. 70).

Por otro lado, la pregunta por la presencia del terapeuta es de gran importancia, ya que para el psicoanálisis la mera presencia física del terapeuta tiene importantes efectos simbólicos para quien consulta. En este juego de ausencia-presencia corporal, la voz y la palabra aparecen como elementos fundamentales para anclar la presencia del terapeuta, en tanto "... la palabra es ya una presencia hecha de ausencia, y de esta pareja modulada de presencia y ausencia nace el universo de sentido" (Lacan op.cit p. 95, citado en Andrade y Egas, 2022, p.69). En este sentido, elementos como la entonación de una palabra o los movimientos en la cámara, la sonrisa o los gestos de aprobación/desaprobación del terapeuta van configurando la relación transferencial en la que el cuerpo toma otra identidad, pero no por eso es despojado de su realidad. En palabras de Levy: *la virtualización del cuerpo no es una desencarnación sino una reinención, una reencarnación, una multiplicación* (2005, citado en Andrade y Egas 2022, p. 60).

En este sentido, la psicoterapia online sería posible justamente porque en la modalidad virtual se puede tener acceso a la posición de escucha, la interpretación y la presencia del cuerpo del psicoterapeuta vía el objeto voz, lo cual hace posible un encuentro humanizante.

Técnicas/tácticas – personajes terapéuticos

Los procesos formativos tienden a ser concebidos de manera muy amplia cuando se hace referencia a la clásica (e insuficiente) división teoría y práctica. Sin embargo, es evidente que se deben considerar varios otros niveles y que inclusive hacer subdivisiones permite al formando tener claridad sobre elementos diferentes que debe tomar atención al momento de llevar a cabo un ejercicio de aprendizaje. El proceso formativo es permanente, debe incluir creatividad, dinamismo, pero también rigor, debe articular epistemología, teoría, técnica y práctica de manera recursiva (Ceberio, Moreno y Des Champs, 2000); y en el cual también se haga presente un deuteroaprendizaje que ocurre en el diálogo y en la interacción entre formador y formandos. Este tipo de consideraciones harán que se pueda llegar a hablar de técnicas/tácticas, pero para ello es necesario referirse a un plano general de la formación que permita entender el posicionamiento desde donde será considerado que un elemento es una técnica (instrumento) y otro es una táctica (actitud).

La formación misma se pone en cuestión en la práctica clínica, de hecho variados autores cuestionan el concepto de entrenamiento y desde una epistemología constructivista se pone en discusión precisamente la concepción de formación, discutiendo la posibilidad de instruir o enseñar la terapia, pero que por contrapartida sí es algo que se puede aprender (Anderson y Goolishian, 1990 en Tarragona, 1999). Siguiendo la misma premisa epistemológica, Bonelli y Gálvez (2004) postulan la formación como una “de-formación” del terapeuta, en donde el formando inevitablemente se modifica durante su proceso: “Visto que se parte de la base y características de cada persona, preferimos describirlo como un proceso de deformación que emerge en esta relación dialéctica entre formador y formando.” (Bonelli y Gálvez, 2004, pp. 6). Este cuestionamiento epistemológico a la formación trae consigo un debate acerca de la naturaleza del aprendizaje emergiendo distintas posturas respecto al cómo se aprende un quehacer terapéutico. Es común también encontrar en la literatura acerca de la formación clínica el concebir el aprendizaje por etapas, frecuentemente además con cierta progresión de menor a mayor complejidad, cuestión que siempre debiera estar en relación con un cierto nivel de apropiación y autonomía del formando. Haley, que durante al menos la década de los '80 y la década de los '90 estuvo muy activo en cuanto a la participación, investigaciones y escritura acerca de la formación en psicoterapia sistémico relacional, planteaba la idea de conseguir una primera etapa de conocimientos que convirtieran a un sujeto en un entrevistador competente, para luego llegar a una segunda etapa con entrenamiento en relación a cierto tipo de intervenciones. Todo esto podría cuadrar bien con una tercera etapa en la que finalmente el terapeuta adquiriría por sí solo otro tipo de habilidades y destrezas que necesita según el contexto en el que se desenvuelve (Haley, 1997). Su adscripción a un modelo marcadamente estratégico lo hacía pensar en la formación para un terapeuta que estuviera al servicio de la generación del cambio y al formador como un guía que acompaña al formando en vencer las complejidades del trabajo clínico, todo en el marco de un plan táctico y sensible. Por su parte, Des Champs (2000) ya más cercano a estos tiempos promovía un terapeuta igualmente activo, pero reflexivo, menos reactivo. Define entonces metas generales para la adquisición de conocimiento de parte del terapeuta en áreas específicas; reducir distorsiones cognitivas y al mismo tiempo ampliar sus marcos de referencias; todo esto iría en la lógica de mejorar las habilidades del terapeuta; a través de lo que se entiende como un “meta conocimiento” de los puntos de ceguera epistemológica desde los cuales actúa y un marco de meta comunicación acerca de las reacciones cognitivo-emocionales-comunicacionales (Ceberio, Moreno y Des Champs, 2000).

Bianciardi, autor italiano que descende de la escuela de Milán y que tiene numerosos escritos acerca de la formación en psicoterapia sistémico relacional, adscribe a una perspectiva aún de mayor complejidad epistémica y plantea que uno de los aprendizajes más relevantes es el aprender a gestionar la propia relación terapéutica, lo cual inevitablemente invita a la revisión de la propia historia, del sistema de creencias, en definitiva de la experiencia subjetiva del terapeuta, conjugando todo aquello con un cierto grado de coherencia en el propio acercamiento clínico, con flexibilidad, creatividad y libertad en dicho acercamiento (Bianciardi, 2002).

Con todo lo anterior, los programas formativos no podrán disponer de un listado de teorías para leer y un listado de técnicas para ejercitar, asumir que está la autonomía y no predictibilidad como un supuesto, provoca que los procesos formativos sean fruto de una planificación flexible que disponga de una metodología que permita recoger y trabajar con lo emergente (Bonelli y Gálvez, 2004).

Plantear la idea de que se pueda trabajar de manera específica en la construcción de personajes terapéuticos (Gálvez Sánchez, 2010) implica igualmente asumir que se puede considerar a la terapia como una actuación. Esto no provoca que se trate de un fingir o un cinismo en el encuentro con otros, sino todo lo contrario, porque todo actor/actriz al momento de llevar a cabo una escena, una obra, están ciertamente viviendo y sintiendo aquello que actúan. Teniendo presente entonces aquello es que se pueden considerar las múltiples disciplinas y momentos en ellas en las cuales se han tenido diferentes comprensiones de los elementos que son necesarios para la construcción de un personaje. Además del teatro, la comunicación, la literatura, el diseño, entre otras disciplinas se han puesto como objeto de estudio el personaje y su construcción. En el caso del teatro, los aportes de Stanislavsky, Grotowsky, Chejov, Barba, entre los más clásicos, constituyen una debida revisión para la temática. En el caso del primer autor ruso, su obra y su ejercicio teatral se caracterizó por una notoria regularidad que lo llevan incluso a plantear un método de acciones físicas, que luego sería popularizado en otros contextos, incluso en el cine, simplemente como “el método”. Parte de su planteamiento implica que el actor “viva el personaje”, sintiendo y reaccionando frente a lo que está representando, con el uso intenso de sus propias emociones, sensaciones e instinto (Stanislavsky, 1975). Un actor que está en contacto consigo mismo, con su cuerpo y que debe hacer uso de todo aquello que le es propio. Respecto a esto último, no resulta tan extraño pensar que un terapeuta en

formación es también un personaje, y en general a lo largo de todo su desarrollo profesional, deberá estar consciente de sus propias reacciones personales al hacer terapia, incluso haciendo uso de ellas como un potencial recurso para brindarle dinamismo a su contexto terapéutico (Martic, Muñoz, 2010)

Stanislavsky (1992) planteará otro componente que resulta fundamental que corresponde la llamada *Tridimensionalidad del Personaje*, elemento que en la literatura será tomado como el modelo clásico de caracterización de personajes. En términos muy generales, el esquema básico requiere que el personaje desarrolle su *dimensión física, psicológica y social*, sumando a esto una *meta u objetivo* que lo movilice. Esto se ve intensamente atravesado por aquello que motiva también en términos emocionales una escena y que se ve movilizado por un conflicto. El conflicto normalmente amenaza un funcionamiento habitual, ubica un riesgo de la obtención del objetivo final del personaje. El mismo Bajtin también participa de la construcción de personajes, y sugiere que cada personaje sería una pluralidad de voces independientes (por ejemplo: otro personaje, la conciencia, los pensamientos interiores u otro imaginario) que están en un constante diálogo en lo que él llama como una polifonía, dejando en claro que no se tratará nunca de una sola voz, de una sola posición (Bajtin, en Anderson, 2000). Así como es posible dar cuenta del proceso de construcción de un personaje, también es posible dar cuenta del proceso que vive el formando en el transcurso de su formación, especificar y transparentar un plan de-construcción del personaje y la posibilidad de que éste también desarrolle una diversificación de los personajes que trae (en su rol de terapeuta), evolucionando de acuerdo a sus propias características y con su interacción con otros personajes (consultantes) en los distintos contextos y situaciones que se le presenten (Gálvez, 2010).

Martic y Muñoz sistematizan los elementos que serían claves para el trabajo de construcción de personajes, en base al siguiente esquema:

Elementos para la <i>Construcción de Personajes Terapéuticos</i>		
Desde la Formación de Terapeutas	Auto observación	Prejuicios, premisas, teorías y puntos ciegos
		Imágenes, emociones e intuiciones
		Revisión de grabaciones de terapias
	Trabajo con la Historia	Genograma
		Autobiografía
	Aspectos Analógicos	Lenguaje y postura corporal
		Utilización de la voz
		Uso de las emociones
	Desde la Creación de Personajes Artísticos	Poner en Escena
Llevar a la acción mediante técnicas teatrales		
Tridimensionalidad		Dimensión Física
		Dimensión Psicológica
		Dimensión Social
Contexto / Meta / Postura – Opinión / Evolución del Personaje		Contexto del <i>personaje terapéutico</i>
		Meta del <i>personaje terapéutico</i>
		Opinión del <i>personaje terapéutico</i>
		Evolución del <i>personaje terapéutico</i>

(Martic, Muñoz, 2010)

MARCO METODOLÓGICO

Posicionamiento epistemológico

Dado que la presente investigación busca comprender en profundidad un fenómeno complejo y sus significados, se escoge una epistemología construccionista social, considerando que las ideas, conceptos y recuerdos surgen del intercambio social y son mediados a través del lenguaje (McNamee y Gergen, 1996). Es decir que los significados se generan en el contexto de interacción social, lo que permite interpretar la información producida por los participantes de este estudio en función del contexto y no como datos que refieran a una realidad neutra, atemporal y externa.

En este sentido, la información producida durante esta investigación no pretende ser evaluada en términos de veracidad, sino que más bien, busca dar a conocer el modo en que ésta se ha significado como constructo social y de manera relacional. El posicionamiento desde la epistemología socioconstruccionista implica reconocer la imposibilidad de una observación neutra y desprovista de valores (Gergen, 2017), lo que es relevante al considerar el modo en que se interpreta, organiza y se presenta la información producida por los y las participantes desde el posicionamiento de la investigadora.

Tipo de estudio

Esta investigación utilizará un enfoque cualitativo, que concuerda con el tipo de investigación de carácter exploratorio y descriptivo, que busca identificar las habilidades que se generaron en las y los terapeutas en formación en el proceso de ESCENA SIENA como fruto de la ampliación de la conciencia corporal para el desarrollo de la psicoterapia online.

Dicho enfoque permite generar información a partir de la propia perspectiva y voces de los principales protagonistas del fenómeno en cuestión, siendo agentes activos respecto del proceso de generación de información en la investigación (Mella, 1998). En este sentido, el enfoque cualitativo nos permite acercarnos a la información, teniendo consciencia acerca de las diversas maneras en que un problema es entendido para cierto grupo de personas. Esto justifica la elección del enfoque mencionado, ya que los objetivos de esta investigación pretenden describir, comprender e interpretar

los fenómenos sociales que estudia a partir de la generación de información que contemple las distintas perspectivas y visiones involucradas, para ser categorizada, articulada y analizada de una manera comprensiva (Martínez, 2006).

Adicionalmente, se busca comprender de manera profunda del fenómeno estudiado, considerando la realidad como un proceso de construcción dinámico, por lo tanto, la presente investigación es de carácter descriptivo, buscando comprender e interpretar el fenómeno a abordar, considerando una realidad simbólica, co-construida y cambiante (Calventus, 2000).

Participantes

Escena Siena fue, a la vez que una propuesta formativa, un proyecto de Investigación FPCI 2021 que se realizó en el marco del posgrado del Departamento de Psicología, específicamente en el Diplomado en Psicoterapia sistémico familiar, donde el proceso se ofreció a la totalidad de los inscritos en el Diplomado (60 estudiantes), de los cuales cerca de un tercio, un total de 19 estudiantes, completaron el proceso en el trabajo de formación en conciencia corporal para lograr su certificación. De este total de participantes que completaron el proceso (que contaran con entrevista inicial y final) se optó por una muestra por conveniencia de un total de 10 participantes, 2 varones y 8 mujeres. Los criterios según los cuales se determinó este grupo estuvieron también basados en la lógica de que contaran con una mayor cantidad y variedad en el trabajo realizado en el proceso de investigación global de Escena Siena (entiéndase cantidad de videos; entrevista inicial y/o entrevista final; variedad de los ejercicios de conciencia corporal disponibles; entre otros) Para abarcar la mayor variedad de experiencias, la muestra consideró participantes que contaran con experiencia en atención presencial, otras personas que contaran sólo con experiencia en atención online, así como diversas edades (por tanto, distintos niveles de experiencia realizando psicoterapia). También se consideró incluir a personas que hubieran realizado toda su formación en la Universidad de Chile y otras participantes que tuvieran formación en otras universidades, para privilegiar la diversidad de los datos.

Para mayor claridad, respecto de los participantes de este estudio en particular, se ofrece el siguiente cuadro

Cantidad de profesionales que iniciaron el proceso	Cantidad de profesionales que abandonaron el proceso	Cantidad de profesionales que no completaron el proceso (cantidad de escenas no suficientes)	Cantidad de profesionales que	Profesionales seleccionados para este estudio en particular (sobre competencias en terapia online)
60 profesionales	12 profesionales	29 profesionales	19 profesionales	10 Profesionales 8 mujeres 2 hombres

Producción de datos

Del total del material disponible del proceso de investigación de Escena Siena, se seleccionó como datos de estudio, todas las retroalimentaciones escritas que consisten en breves textos que cada participante y docente realiza sobre lo que observa en las escenas realizadas por cada formando. En estas se hacen referencias a la actuación en sí, así como también hipótesis y sugerencias para enriquecer la auto observación de cada formando. En los escritos se busca conectar la singularidad del participante, es decir, su propia historia y trayectoria vital y formativa, con el trabajo sobre el cuerpo. Con esto, se nutre el aprendizaje en varios niveles, pues se construyen interpretaciones e indicaciones que contribuyen en la generación de la escena siguiente.

Junto a las retroalimentaciones también se construyó un material de anotaciones y registros, en base a la revisión de las grabaciones de todas las escenas de los profesionales involucrados en el estudio.

Se condensó el material, contando con un total de tres retroalimentaciones escritas y grabaciones por cada escena. Es decir, la experiencia de tres participantes por cada una de las escenas, de las cuales se extrajeron extractos de las retroalimentaciones escritas organizadas en las distintas dimensiones. El relato escrito entonces se vio nutrido con esta revisión crítica de la grabación de cada escena por parte de la investigadora.

Además de las grabaciones y las retroalimentaciones escritas, se utilizó el material disponible de parte de los profesionales de registro en video, de entrevistas iniciales y al momento de finalizar el proceso, que entregaron importantes datos de autoevaluación del proceso.

Las dimensiones resultantes entonces son fruto de la articulación de todos estos datos, cada uno de ellos en su aspecto singular, así como también se han puesto en discusión algunos de los análisis y resultados iniciales emergidos en la investigación del FPCI y la revisión del material teórico disponible sobre la particularidad y avance de la terapia online.

Para mayor comprensión se ofrece el siguiente cuadro de síntesis de los diferentes datos utilizados para la posterior discusión y triangulación que se llevó a cabo luego en el marco de las dimensiones del estudio.

Retroalimentaciones de todos los participantes	Selección de 3 retroalimentaciones escritas de cada participante de cada escena del programa	Selección de 3 retroalimentaciones escritas de cada participante de cada escena del programa	Registro en video, de entrevistas iniciales y al momento de finalizar el proceso
Revisión de las apreciaciones escritas de cada escena del programa formativo, de todos los participantes	Revisión crítica de las apreciaciones escritas seleccionadas	Revisión crítica de las escenas seleccionadas	Revisión crítica de las entrevistas en video de los profesionales, del momento de inicio y/o final del proceso

Tipo de análisis

El análisis con el que se trabaja está -de alguna manera- condicionado por el proyecto general del cual se desprende esta memoria de investigación de pregrado. Por otro lado, también está orientado a la posibilidad de otorgar (a la investigadora) la mayor libertad posible en su ejercicio hermenéutico. Con ello es que se optó por un análisis de contenido con énfasis en lo interpretativo, dado que la realidad a la cual se accede se asume con un carácter simbólico, cambiante y para el cual se establece un proceso comprensivo de Análisis (Calventus, 2008). Se lleva a cabo un ejercicio de triangulación entre las teorías, los datos seleccionados y las hipótesis de la investigación, todo en el

marco de las dimensiones que operan como foco y a la vez como guías del estudio. La construcción de la discusión entonces busca interpretar los contenidos, sin la necesidad de contrastar o comparar, sino que, buscando la generación de conocimiento, aportando a la diversificación de lo emergente (González Rey, 2000).

Aspectos éticos

Todo el proceso formativo de Escena Siena se desarrolla a través de una plataforma digital especialmente creada para estos fines, donde todo el material creado cuenta con los correspondientes resguardos de propiedad intelectual y el acceso a dicha plataforma es a través de una clave, lo que garantiza la confidencialidad de todo lo compartido. Por otra parte, todos los participantes de la formación realizaron la firma de un consentimiento informado donde ponen a disposición sus producciones para propósitos de investigación, que está disponible como anexo.

En cuanto al material facilitado a la investigadora, éste fue a través de solicitudes al equipo docente y el acceso a las grabaciones fue restringido en el tiempo y sólo con consulta online, para proteger la privacidad del material y evitar posibles reproducciones. Las retroalimentaciones seleccionadas en esta investigación no evidencian los nombres de quienes las emiten, para resguardar su privacidad. El compilado de todas las retroalimentaciones consultadas se encuentra disponible como anexo.

RESULTADOS

Descripción Escenas

La descripción de cada una de las escenas es parte del trabajo que ha desarrollado el proyecto y se presenta acá como parte también de los resultados, dado que son una primera síntesis de lo revisado que proporciona material y densidad para la presente investigación, además de que forma parte de los objetivos específicos. Por otra parte, el sólo hecho de poder describir cada uno de los elementos que se trabajan -de manera progresiva- en los diferentes momentos del proceso, se considera un emergente que es parte también de lo que aporta en la discusión. Por todo lo anterior es que resulta relevante detallar estos elementos a continuación:

ESCENA 1 - Biografía corporal

La primera escena “Biografía corporal” se trata de un ejercicio individual que tiene por finalidad despertar la creación, la conciencia del cuerpo comunicador –más allá de las palabras–. Para eso, se utilizarán varios elementos del lenguaje no verbal. ¿Cómo? Escogiendo tres hitos de la historia personal de cada participante que pueden ser elegidos por relevancia, temporalidad u otro motivo y traduciéndolos a un lenguaje kinestésico. Esto quiere decir que se utilizará el movimiento físico, desplazamientos en el espacio, gestos y otros escogidos por cada participante, que excluyan la verbalización. Por este motivo, debe realizarse grabando en un plano general donde pueda verse el cuerpo completo y el espacio donde se despliega la acción. La biografía será siempre un relato provisorio e inacabado, por lo tanto, su representación será también dinámica.

ESCENA 2 – Secuencia postural de escucha

La segunda escena “Secuencia Postura de escucha” es en la que se pondrá atención a la escucha con el cuerpo ¿qué posición adopta el cuerpo cuando escucha atentamente? Aquí se observará la composición corporal específica asociada a esta acción, esta se encuentra determinada por la distancia social (proxémica), la postura de la cabeza, el tronco, las extremidades y la frecuencia de la mirada. El ejercicio se realiza sentada/o en una silla, es un ejercicio individual y de imitación de distintas posiciones de escucha, pretende instalar la escucha como un ejercicio de acción y reacción activo en su movimiento; para esto, se necesita comprender de qué manera recibimos lo que el otro enuncia, incorporando profundamente la dimensión emocional y física.

ESCENA 3 - Secuencia postural de escucha en duplas

La tercera escena “Secuencia postural de escucha en duplas” profundiza en la percepción del hablante a partir de la composición corporal del terapeuta en su acción de escucha activa. Es primera vez que se trabajará en duplas y, como en la segunda escena, se trata de un ejercicio de imitación. La conciencia de la postura corporal debe llegar a ser un movimiento orgánico, que se encuentra en constante movimiento y transformación, no es estático. Con ello se puede observar de qué manera prestamos atención ¿Cuál es nuestra actitud cuando lo hacemos? Sabemos que cuando se mantiene una conexión visual constante se promueve una comunicación directa entre quien habla y quien escucha. Es fundamental en esta ocasión, verbalizar luego las percepciones y sensaciones que generan las posturas de escucha del receptor, pues permite comprender qué mensajes subliminales o tácitos pasan a través del cuerpo.

ESCENA 4 – Secuencia física Estatus

La cuarta escena “Secuencia física Estatus” propone entrar en un nuevo concepto: el de estatus. Este es un principio básico utilizado en la comedia y la pantomima. En él, la expresión corporal de un rol dominante (estatus alto) o subordinado (estatus bajo) evidencia una jerarquía de poder en un determinado contexto social. En la vida cotidiana solemos expresar a través de nuestra composición corporal y comportamiento un determinado estatus, sin prestar demasiada atención a este cambio corporal. En la Comedia del Arte del siglo XVI los personajes arquetípicos se diferenciaban justamente por la jerarquía de estatus, cuya inversión se utilizaba, usualmente, para generar risa en una improvisación.

Se trata nuevamente de un ejercicio de imitación e individual, se utilizará un plano general para poder apreciar el cuerpo completo y de este modo observar el estatus. A través de este ejercicio pretende instalarse la comprensión de los cambios que generan en la comunicación los cambios de estatus y permitir un mayor grado de libertad en la posibilidad de utilizarlos y habitar el espacio dialogante. La propuesta consiste en que cada participante genere una escena donde se evidencie el balancín o intercambio de un estatus a otro a través de su lenguaje corporal, sin verbalizaciones.

ESCENA 5 -Improvisación Estatus

En la quinta escena “Improvisación de estatus” se desafía a los formandos a improvisar una situación en duplas, es decir en esta escena se vuelve a proponer un ejercicio creativo, como en la biografía,

pero esta vez la grabación de la escena debe ser improvisada. Se deberá también invertir el estatus inicial, amplificando su posición corporal, con el fin de mostrar claramente en qué estatus se encuentra, de este modo se pondrá en práctica lo aprendido en la escena 4 “secuencia física de estatus”. Se trata de una conversación física y verbal que se desarrolla y va modificando la corporalidad al tiempo que se enuncia. El ejercicio entra en la lógica de la relación terapéutica y por tanto busca promover que dicha relación pueda variar constantemente de estatus, contribuyendo en el futuro a una conducción orgánica, menos rígida y menos jerárquica. Se trabaja en un plano medio para ambos participantes y al ser un ejercicio de improvisación está más centrado en la creación que en la imitación.

ESCENA 6 – Acciones verbales

La sexta escena “Acciones verbales” propone profundizar en la manifestación del personaje desde una perspectiva actoral. El ejercicio tiene como objetivo cumplir determinadas acciones a través de actividades que se desmenuzan en las denominadas “acciones verbales”. Estas últimas cumplen la función de componer un relato y se espera que el formando pueda reconocer físicamente el uso de ellas. Una acción verbal es un acto ilocutivo, es decir, la intención de lo que decimos. La división de una escena en acciones verbales está basada en la técnica de Stanislavski de dividir una obra en pequeñas unidades de acción y cada unidad tiene un objetivo intrínseco, que "debe llevar en sí mismo el germen de la acción", por tanto, es necesario nombrarlo a través de un verbo (por ejemplo “seducir”). En la práctica, se busca la comprensión e integración del uso de acciones verbales y acciones físicas como hechos complementarios, que al ser conjuntamente aplicados resultan ser más efectivos en la comunicación y por supuesto, en la terapia.

En un primer momento, el formando presenta la lectura de un texto a su “yo del futuro” enunciando las acciones verbales. Luego, presenta el mismo texto pero sólo expresando las acciones verbales físicamente, sin voz. Luego, declara el texto acoplando las acciones verbales con voz y cuerpo.

Se trata de un ejercicio individual y de creación que ocurre en un plano medio, invita a los participantes a actuar un monólogo, a través de un personaje ficticio que contará con circunstancias dadas (creadas y anticipadas por él mismo).

ESCENA 7 – Intervención

En la séptima escena “Intervención”, se propone acercarse cada vez más al contexto de la escena terapéutica (sesión), incorporando y aplicando técnicas de actuación aprendidas hasta aquí. En el ejercicio el formando propone una intervención al relato de un paciente simulado, para encausarlo en el tema central de la sesión. Para eso, el formando deberá considerar lo visto en torno a la postura de escucha, estatus y acciones verbales, de tal modo que se pueda obtener la experiencia compleja que implica enfrentar las dificultades propias de la terapia. La intervención, en términos generales, se entiende como una perturbación al discurso y a la relación en lo que ahí está ocurriendo, es decir, no se interviene al otro, sino que se propone intencionalmente algo que genere diferencia/perturbación, con el fin de recoger esa respuesta o reacción y utilizarla en el diálogo.

Esta actividad es de imitación y creación al mismo tiempo y se realiza en duplas, también en un plano medio y general para poder observar lo mejor posible el despliegue de la escena y de ambos participantes.

ESCENA 8 – Interpelación

Esta octava y última escena “interpelación” corresponde a un ejercicio de creación en duplas, también perteneciente a la actuación de un contexto terapéutico, en el que el terapeuta ficticio se enfrentará a la interpelación del consultante, quien cuestiona al terapeuta en su forma de dirigir la terapia o en su modalidad de trabajo. El “consultante” buscará una forma tal de interpelar al terapeuta, que lo invite a buscar estrategias para continuar la conversación, acogiendo y considerando dicha interpelación. Con esto se busca hacer consciente qué elementos se despliegan de frente a este obstáculo, sin jamás utilizar la desconfirmación ni la omisión de lo que ha emitido el consultante. Interpelar es una acción que ocurre cotidianamente en las relaciones de ayuda y debe ser abordado como parte del discurso clínico; si tiene lugar es precisamente porque hay una posibilidad de referirse a la relación (se interpela porque se exige y porque la posición dentro de la relación lo permite), cuestión que es valiosa al interior de los escenarios clínicos.

El ejercicio se realizará en un plano medio y general para quien realiza el rol de terapeuta.

Dimensiones de la investigación como resultados iniciales

Las dimensiones que se describen a continuación son una propuesta de ordenamiento para esta investigación en particular. Han sido construidas y definidas con fines metodológicos y se proponen como una orientación para la discusión, entendiendo que hay igualmente cruce entre cada una de ellas, por eso operan como foco (dimensiones) y no como categorías estructurales separadas. Se presentan a continuación en tanto su definición y su relevancia para la investigación. Su emergencia es fruto del proceso reflexivo entre la investigadora y los docentes responsables del proceso de *Escena Siena*, cubriendo los objetivos de este estudio en particular.

Voz (uso-priorización)

Para efectos de esta investigación, serán considerados dentro de esta dimensión los llamados parámetros suprasegmentales o musicales de la voz tales como el tono (evaluación de lo agudo o grave de la voz), volumen (evaluación de la fuerza o energía con que se emite la voz), prosodia (caracterización de la melodía del habla), el acento, el ritmo (caracterización de la velocidad y fluidez del habla), silencios, resonancia, timbre, control, etc., que dan una determinada cualidad al habla. Estos elementos son los que permiten considerar la voz como un canal de comunicación no verbal muy relevante, que tiene la capacidad de favorecer cambios emocionales, además de aportar contexto y significado a las palabras habladas. Debido a que estos elementos son fundamentales para generar cambios, es que se hace necesario reconocerlos y sistematizarlos a favor del proceso terapéutico.

Escucha como intervención

La escucha como intervención se entenderá como el conjunto de pequeñas varias acciones (físicas, pero también verbales) que de manera articulada constituyen una escucha activa con el cuerpo. Establece esto una relación en la cual no ocurre sólo un traspaso de la palabra de un sujeto a otro, sino que mientras que el otro está hablando, declarando, consultando, más allá del contenido que efectúa, el terapeuta en formación está realizando algunos movimientos que intencionalmente comunican que se está dispuesto a la escucha de manera determinada. Es importante este aspecto porque hay un acostumbramiento a suponer que la intervención del terapeuta ocurre casi únicamente

cuando toma la palabra o dice determinadas cosas. Sin embargo, mucho de su intervención con el cuerpo puede estar influyendo ampliamente al momento de estar en esta actitud particular de escucha.

Posibilidad y modo de usar el espacio (en las intervenciones)

Se refiere a la forma en la cual el/la terapeuta en formación hace uso del espacio en su despliegue. Podrá tener que ver con movimientos concretos o desplazamientos de su cuerpo (como dejar de lado una libreta de apuntes, o acercarse a la cámara). También se considerarán acciones que simbólicamente hacen un uso determinado del espacio (por ejemplo, aumentar el volumen de la voz o declarar algunas temáticas que tienden a englobar mayormente la situación). Todo esto da condiciones de posibilidad para que aquel uso del espacio modifique en alguna medida la conversación que se está llevando a cabo. Es importante observar esta dimensión ya que se entiende que un mayor grado de conciencia corporal permitiría hacer un uso del espacio (que observa el o la consultante a través de la pantalla) acorde a lo que se está pretendiendo lograr en aquel determinado momento.

Ampliación/disminución de movimientos

Se tomarán en cuenta acciones que amplíen o disminuyan ciertos movimientos corporales en concordancia con la voz, de manera de sintonizar estos elementos y el contenido emocional que se quiere transmitir, con la finalidad de lograr mayor o menor intensidad emocional. Se prestará atención a este aspecto ya que en la terapia online el manejo intencionado de la emocionalidad en la sesión se ve perjudicado (al menos las herramientas que otorga la presencialidad disminuyen), y estas estrategias podrían tener un buen resultado.

Coherencia/armonía

Se considerará como aquella atención a la interrelación de distintos elementos puestos en juego por el terapeuta como son la voz, la actitud corporal, los gestos, el uso del espacio, entre otros similares. La interacción permanente entre todos estos elementos puede tener mayor o menor

coherencia entre ellos, produciendo determinados efectos en quienes participan de la relación. La coherencia puede mostrarse, por ejemplo, en un tono de voz que va acorde al mensaje que se entrega, así como también a la postura corporal que acompaña lo dicho y el ritmo acompasado entre el cuerpo, la voz, la conversación, etc. Si los elementos son coherentes entre sí, producirán un efecto determinado que suele ser comprendido de mejor forma, mientras que si hay una mayor discordancia en la relación y en quién escucha, se podría más fácilmente producir una reacción de confusión o incomodidad.

Es importante esta dimensión porque remite a un imaginario de la terapia y de la comunicación que existe en dicha relación de ayuda, donde se espera que haya una comprensión que podría verse favorecida por dicha coherencia y armonía

DISCUSIÓN

La presente discusión, que ofrece una triangulación entre las teorías ubicadas como referencias para la investigación, vinculadas con los datos que han sido extraídos de las escenas, retroalimentaciones y experiencias formativas de los sujetos seleccionados y, por último, articuladas con las hipótesis que plantea la investigación misma, son lo que genera entonces este texto fruto de aquella triangulación, de aquella discusión.

Voz (uso-priorización)

Respecto de la voz y sus elementos musicales, correspondería a una herramienta importante aunque pocas veces señalada. Se pueden identificar en las retroalimentaciones alusiones a, por ejemplo, la concordancia de la voz con lo dicho y con el cuerpo en su totalidad. Si, por ejemplo, la voz es muy suave en una situación en que el cuerpo y el texto señalan algo más bien importante, existiría una discordancia y se le hace notar a quien representó la escena, como ocurre con la siguiente retroalimentación: *“Me parece que sigue existiendo una suerte de dulzura en la voz que no me queda claro si es intencionado o es una reacción. Algunas intervenciones que haces en el trozo de intervención parecen reclamar un tipo de voz más firme, quizás menos acogedora, quizás más confrontadora”*.

Si, por el contrario, la voz, el mensaje y el cuerpo van en sintonía, aparecería como algo positivo en tanto todos los elementos se potenciarían entre sí y el mensaje sería recibido de mejor manera, o la emoción que se quiere transmitir llegaría de una forma más efectiva. Así lo señala el siguiente extracto: *“Es interesante ver cómo tanto tus acciones verbales como las físicas se acentúan al presentarse juntas. Quiero destacar también que además de tus brazos, manos y movimientos de cabeza, usas expresiones faciales acorde a cada mensaje”*.

Se observa que la voz podría ser un elemento poderoso de ampliación o debilitamiento del mensaje o del tono emocional, así como también una buena herramienta para *“ocupar el espacio”* y favorecer intervenciones, cambios de estatus o guiar más eficientemente la sesión. Al utilizar estrategias como elevar el tono, cambiar el ritmo o subir o bajar el volumen, se producirían diferentes efectos en quien escucha: Se puede interrumpir el curso de lo que el consultante está diciendo, se puede favorecer a que el consultante se sienta escuchado y quiera seguir relatando, se puede producir

confusión o confrontación, entre otros varios posibles efectos. En la medida en que estas estrategias se usen de manera intencionada y consciente se podrían favorecer mejores resultados, sobre todo en el contexto de las atenciones online donde el movimiento tanto corporal como en el espacio de sesión se ven disminuidos, limitándose en algunos casos la posibilidad de generar cambios en el curso de la sesión. En este sentido, se estarían valorando las retroalimentaciones que por un lado reflejan los elementos desplegados y a la vez proponen posibles futuras ampliaciones de posibilidad, y con ello proponen una mejora en el desplante futuro de los terapeutas, como es el caso de la siguiente retroalimentación: *“En lo vocal pasa similar: se logra apreciar diferencias de inflexiones dependiendo del uso de una acción u otra, pero en una línea similar, podrías ganar mayor efectividad si usaras más elementos vocales, pausas, respiración, volumen. Entre otras. Un ejercicio bien hecho, pero aún puedes explorar más de tu expresión vocal y física”*. O la siguiente: *“Eres muy coherente y orgánica con tus recursos actuales de cuerpo y voz, pero podrías buscar diversificar aún más tu repertorio, tienes un volumen parejo, podrías probar hablar más bajo en ciertas circunstancias para conectar con los consultantes desde otro lugar o probar cambios de ritmos más lentos o más rápidos a la hora de hablar o hacer gestos”*.

Cuando no se tiene suficiente cuidado o consciencia de las acciones realizadas con la voz, se podrían tener resultados no esperados, como se señala en el siguiente extracto: *“Hay un leve gesto en tu boca que denota inseguridad, y sueles alargar las vocales cuando intervienes, evidencias que estás pensando la respuesta y no veo una acción verbal específica en cada pregunta”* o el siguiente: *“lo primero que noté fue tu tono de voz y actitud más bien informal”*. Al respecto, esto llevaría a pensar más bien en una conversación con una amiga o familiar. Si bien se esperaría que cada cual desarrolle su propio estilo de terapia, se podría pensar incluso en la utilidad y necesidad de que existan algunas marcas de contexto o de la estética misma de la conversación, que le puedan dar a entender al otro (consultante) que la conversación terapéutica es una conversación que ocurre en un “espacio” diferente. En este sentido, una investigación del año 2009 señala que los terapeutas perciben su propia voz y los elementos musicales como una herramienta de trabajo en tres principales ámbitos: como *herramienta para el cambio* en tanto ayuda a mantener, generar, modificar y evaluar el clima emocional de la sesión; como *herramienta de marcador de contexto* durante el proceso psicoterapéutico y como una *técnica específica de intervención* por ejemplo, en experiencias guiadas de imaginación o en trabajos con el consultante respecto de su voz y la influencia de ésta en sus relaciones (Tomicic, Bauer, Martínez, Reinoso, Guzmán, p. 202) entre otros elementos

que se considerarían de gran importancia para la psicoterapia y que, como se señala la misma investigación, han sido elementos poco estudiados y de los cuales aún hay mucho por investigar.

Desde la perspectiva de los formandos, en las escenas y entrevistas iniciales se observaría un nivel menor de conciencia de la amplitud de posibilidades que se abren al usar los elementos musicales de la voz. A lo largo del proceso se observó un agradecimiento a las retroalimentaciones que señalaban algún aspecto de la voz puesta en escena, ya que se reconoce la importancia de utilizarla a favor de lo que se quiere lograr. Así lo señala esta declaración en una de las entrevistas finales: *“Un elemento problemático que debo trabajar es respecto de la voz, más bien con la velocidad del habla. Porque puede ser que corporalmente yo haga muchos esfuerzos por comunicar lo que quiero, pero nunca va a ir al ritmo de lo que voy hablando y eso puede ser problemático o enviar dos mensajes distintos. Porque a veces el ritmo de habla es demasiado rápido y puedo perder coherencia entre mis gestos y mi postura con lo que estoy diciendo. El lenguaje corporal puede ayudar a eso, que mi cuerpo se vaya acoplando a lo que voy diciendo y no sea algo más como accesorio”*.

Una valiosa habilidad que se estaría adquiriendo durante el proceso de formación es la consciencia que se desarrolla respecto de la importancia no sólo de la voz, sino del andamiaje que se debe dar entre todos los elementos corporales y las posibilidades de equilibrar algunas falencias o potenciar ciertos talentos personales. Esto sólo se lograría con una amplia consciencia corporal y vocal, así como lo señala una de las participantes en la siguiente afirmación: *“Yo siento que tengo un volumen de voz más bien bajo, entonces acompañarlo de todo esto (la consciencia corporal) puede ayudar a reforzar lo que quiero decir”*. Esta consciencia sobre las habilidades que se tienen y las potencialidades que se pueden desarrollar también estarían siendo indicadas por quienes retroalimentan, lo que aporta valor a la percepción de competencias que tienen los y las terapeutas al desplegar sus escenas. Esto se observa en retroalimentaciones como la siguiente: *“Me sorprendió cómo las acciones verbales las utilizaste a tu favor como una especie de contención al discurso, pero al mismo tiempo giros que conducían el mensaje... creo que tus cambios de comportamiento fueron notables, se sincronizó movimiento, palabra y gestos cargados de sensibilidad, empatía”*.

Resulta interesante, en el caso de una de las participantes de la formación, tomar en cuenta la comprensión que se tenía al inicio del proceso y al final respecto de la consciencia del propio uso de

la voz y todos los elementos vocales asociados. A continuación, se presenta un extracto de la entrevista inicial, para luego presentarse una reflexión al respecto:

E: C *¿Te gusta el tipo de voz que despliegas? “Sí, aunque hay momentos en que me cuesta mucho más expresarme, entonces mi voz baja mucho su tono. En general hablo bajo, lo que creo que me juega a favor en la terapia, no así en otros contextos. Pero en la dinámica de lo online me cuesta evaluarlo en términos de trabajo porque aunque yo pueda modular el volumen de mi voz en sesión, está la posibilidad de que el consultante baje o suba el volumen del dispositivo, entonces me es difícil ver los efectos”.*

En la entrevista inicial, la participante estaría indicando no tener especial cuidado en su voz ya que percibe que es un elemento que no tiene mayor influencia en la sesión online, en tanto el consultante puede subir o bajar el volumen y con esto cualquier esfuerzo que ella hiciera perdería el efecto esperado. En este caso, la participante percibiría los elementos vocales sólo como el volumen, entonces puede ver la facilidad que le entrega a su personaje terapéutico el desplegar un volumen bajo en sesión, aunque en la sesión online el poder que ostenta el consultante al subir o bajar el volumen le quita incidencia a esta cualidad. Sin embargo, con el pasar de las escenas se apreciaría entonces un trabajo vocal cada vez más intencionado y variado en su desplante, para llegar a conclusiones finales bastante conscientes y críticas sobre todo lo que le permite entrenar su voz y la necesidad de mejorar aspectos como la rapidez del habla, la dulzura o delicadeza de su tono y el acoplamiento de sus habilidades vocales con su lenguaje corporal para lograr mejores resultados.

Todo lo anterior cobra aun más sentido en las atenciones virtuales donde, como proponen Restrepo y Restrepo (2018), las relaciones desplegadas en la virtualidad estarían desterritorializadas. En una instancia donde no hay territorio ni espacio físico compartido, donde lo virtual se comprende como una prolongación del espacio real en el que las connotaciones simbólicas se vuelven aun más flexibles, el cuerpo sería el espacio (o quizás, nuevo y único territorio) que permitiría esta flexibilidad y en el que estaría la posibilidad de delimitar el territorio de consulta. Es el lenguaje (tanto verbal como físico) el elemento que funda en cierta forma este nuevo espacio desterritorializado donde ocurre la conversación terapéutica. Los elementos musicales de la voz así como el contenido de lo que se dice y la expresión corporal que le acompaña, serían los elementos compartidos desde el mundo de lo simbólico que permitirían una relación terapéutica telemática,

donde toda la ritualidad asociada al espacio físico de la consulta no estaría ayudando a demarcar este “espacio diferente”. La voz y la palabra sería algo así como el anclaje entre el cuerpo de consultante y terapeuta, el único elemento “real” que aún se sigue desplegando en sesión y donde se puede anclar la emocionalidad de la conversación terapéutica (Restrepo y Restrepo, 2018).

En efecto, una de las revisiones actuales sobre la presencia del cuerpo en la psicoterapia online con enfoque psicoanalítico señala que ante la no presencia del cuerpo físico o, mejor dicho, la presencia de un cuerpo virtual, el cuerpo para el psicoanálisis estaría presente en la palabra, en los gestos, en el tono de voz, la verbigracia. En efecto, en todos los aspectos musicales y lo explícitamente dicho. Si el cuerpo virtual se actualiza a partir de la voz del terapeuta, lo más lógico sería darle un lugar central en la consciencia y entrenamiento (Andrade y Egas, 2022).

La posibilidad de, como terapeutas, sostenernos sólo en nuestra voz y ser conscientes de que su uso intencional es válido y puede ser efectivo quizás ayudaría también a disminuir la sensación de inseguridad o ineficacia que se descubrió en algunos estudios que abordaban las principales dificultades a las que se enfrentaron terapeutas que se vieron obligados a adaptarse rápidamente a la atención virtual.

Posibilidad y modo de usar el espacio (en las intervenciones)

En esta dimensión es interesante hacer una distinción entre el uso del espacio que habita el terapeuta incluidos los elementos que no se ven a través de la pantalla, y el que ve el consultante en la atención online. Resulta interesante tomar en cuenta esta distinción, ya que, a partir de las propuestas de ejercicios como cambios de estatus, biografía corporal, acciones verbales, escucha activa, entre otros, los formandos pudieron tomar conciencia de cómo la corporalidad completa influye en el mensaje que se entrega y en la información que se recibe de la situación terapéutica, así como de las posibilidades de intervenir y guiar la sesión.

En concreto, ejercicios que proponían posicionar la cámara de manera que se viera todo el cuerpo del terapeuta y su desplazamiento por el espacio permitió (tanto a quien realizaba la escena como a quienes observaban) hacerse consciente de la gran variedad de factores que influyen en el

desempeño de un terapeuta. En el caso de la atención online, ocurriría una focalización en lo que se percibe a través de la pantalla, una reducción a los elementos vocales y el tren superior del cuerpo, lo que se podría interpretar como una reducción en la posibilidad de movimientos. Sin embargo, sería de gran importancia experimentar distintas situaciones desde el cuerpo completo y el movimiento, para tomar en cuenta también la emocionalidad y las posibilidades de evocar o guiar el mundo emocional a través del cuerpo, como se señala en la siguiente retroalimentación sobre una escena de balancín de estatus, basada en el método de Johnstone: *“Es muy bonita la forma de plantear el estatus bajo, en particular hiciste un gesto muy decidor en esta primera parte cuando vas a sentarte a la silla por tu izquierda, pero te arrepientes a la mitad y te vas a sentar por el otro lado, si bien no haces movimientos muy grandes en esta primera parte es una secuencia muy orgánica que da cuenta de “intranquilidad” o “nerviosismo”*. En este caso, se abriría la posibilidad de experimentar y observar cómo es un cuerpo nervioso, cómo se mueve en el espacio, cómo mira, cómo respira, qué sensación produce en quien observa. En este sentido, se hace interesante recordar el valor que tiene la conciencia corporal como lo señalan Gastulo y Cervera (2017) en tanto nos entrega información sobre cómo se siente el terapeuta en la sesión. Si bien escucha con sus oídos lo que exprese el sistema consultante, también ha información importantísima a nivel emocional que se estaría expresando en el cuerpo, como lo señala la cita anterior sobre el “cuerpo nervioso” Esta capacidad de identificar y expresar claramente lo que se observa y todo lo que se moviliza emocionalmente a través del cuerpo de quién observa es también una gran habilidad terapéutica en tanto permite leer a los y las consultantes de manera más consciente y desarrollar intervenciones cada vez más en sintonía con lo que va sucediendo y lo que se quiere movilizar o favorecer en la conversación terapéutica. En este sentido, se expone el siguiente relato: *“Te sientas con una postura tranquila, para una consultante que hace su narración más bien veloz, agitada, como si quisiera abordar muchos temas. Me parece que bien sea tu ritmo, que tu escucha activa, propician que esa velocidad se vuelva una posibilidad de decantar información en menos aspectos, más abordable para la propia consultante y por ti misma”*.

En relación a la reflexión que surge sobre el uso consciente de toda la corporalidad y sus posibilidades para la atención online, se presenta el siguiente extracto: *“El verles hacer esta clase de dinámicas me ha permitido pensar en la cantidad de movimiento/gestos que quedan fuera de la pantalla y que no alcanzamos a ver o mostrar a través de las sesiones online. Sin embargo, aun cuando éstas no sean visibles, se logran proyectar a través de nuestra cara y mirada”*. El poder

mirar, en sentido que lo propone Merleau-Ponty, el cuerpo de otros en todo su despliegue, permitiría tomar conciencia también del propio desempeño y seguramente ir perfeccionando la labor terapéutica. Las acciones encarnadas tendrían poderosos efectos también en quien observa, he ahí la importancia de las retroalimentaciones como parte fundamental del proceso educativo junto a las propuestas de escenas. No se trataría sólo de ejecutar las actuaciones propuestas, sino a partir de la mirada colectiva desarrollar valiosos conocimientos respecto de las habilidades innatas y las que sería posible y necesario desarrollar.

En cuanto a las condiciones físicas que se pueden mostrar a través de la pantalla, también aparecería como novedoso para los y las participantes de la formación las posibilidades de adaptarse y aprovechar de la mejor forma posible el limitado espacio visual que ofrece la psicoterapia online, como lo señala la siguiente retroalimentación: *“En la cámara lateral se podía apreciar que durante tus intervenciones hacías mucho más uso de tus manos, sin embargo esto ocurría en un plano muy bajo y quedaba fuera del plano general frontal (que es aquel en el cual tu consultante puede observarte)”*. Quizás, la atención online va a requerir que el terapeuta adecúe, por ejemplo, el movimiento de sus manos a una altura más cercana a la cara, o ampliar lo más posible el foco de la cámara de manera que se capten los movimientos realizados a la altura del tren superior. Además, los movimientos hacia atrás o adelante podrían estar siendo los más frecuentes para producir cambios en la escucha y la conducción de la conversación, pudiendo recurrir a esta suerte de movimiento de olas o balancín de manera consciente para lograr mayor o menor conexión emocional con quien consulta, para sostener una posición terapéutica determinada o bien para modificar de plano la dinámica de la conversación.

Muy relacionado con la importancia del cuerpo completo en la expresión y control emocional, un terapeuta competente en atención online también estará atento a generar un encuadre en la atención virtual que haga referencia a cómo se presenta el consultante a través de la pantalla, de manera que se tenga la mayor información posible sobre su corporalidad. Por ejemplo, se podrá pedir que el foco sea lo más amplio posible o que la conexión sea preferentemente a través de un computador y no de un celular, por la amplitud que nos permita ver, entre otros elementos referente a lo técnico y tecnológico que nos aporten información valiosa en el contexto terapéutico.

Por otra parte, dentro de las retroalimentaciones referidas a elementos técnicos del espacio, destacan por ejemplo sugerencias como disponer de un escritorio adecuado que favorezca que la cámara esté a una distancia que permita que se vea un cuadro más amplio que sólo la cara, y una silla que permita que el terapeuta apoye su espalda y pies cómodamente, de manera que la postura de escucha sostenida en el tiempo no sea un obstáculo para el trabajo. La posición de la cámara y el espacio que queda a disposición de quien consulta, es un elemento no menor que hay que tener en cuenta al momento de preparar la atención, ya que permitirá mayores o menores posibilidades de trabajo. Al respecto, se señalan las siguientes retroalimentaciones: *“Lo único que me gustaría mencionar en este punto que podría ser algo a mejorar es que al acercarte en el primer plano se pierde parte de tu cara, entonces creo que la posición de la cámara debiera considerar que el enfoque te sirva tanto cuando estás lejos como cuando estás cerca de la cámara”*. “[...] *“los dos gestos que involucran ambas manos, si bien fueron visualizados por tu compañera, en el primer plano quedan un poco fuera de la cámara, y luego al inclinarte hacia atrás, sólo se veía tu rostro, perdiendo el espectador la noción de tu pecho y tronco; si sueles atender online, debes cuidar eso, y también tratar que te llegue luz de manera frontal, para que no se pierdan tus ojos”*. En este sentido, los elementos tecnológicos pasarían a ser parte del nuevo “cuerpo-territorio” virtual que estaría en juego en la conversación terapéutica. Si el cuerpo “real” se ancla en la voz y la corporalidad del terapeuta, los elementos técnicos en los que se despliega la atención tendrían el rol de potenciar o limitar la interacción con la corporalidad del sistema consultante. Si se sigue la idea de Varela de la mutua dependencia que le da sentido a la actuación de un sujeto que no es pasivo sino activo, sería responsabilidad del terapeuta el promover las mejores condiciones para que el sistema consultante se exprese a cabalidad, enactúe e influya en el sistema terapéutico.

En cuanto al uso simbólico del espacio, se observa que los ejercicios propuestos estarían entregando valiosas oportunidades a los terapeutas para observar cómo están disponiendo su actitud corporal a la escucha y a la conducción de la conversación terapéutica. Como lo señala una de las terapeutas que cumplió todo el proceso de formación, habría una cierta novedad al observar partes de su corporalidad que pensó no influían en sesión por no ser vistas por los consultantes, por tanto, no les había entregado la atención suficiente. Sin embargo, al tomarlas en cuenta e integrarlas intencionadamente, fue evidente la forma en que influían y los buenos efectos profesionales que podría lograr al trabajarlos cada vez más. Por ejemplo, el tener posturas más firmes desde los pies y la espalda permiten que las acciones de intervención sean más eficientes, lo que permite guiar más

activamente la conversación y ocupar el espacio simbólico de una mejor manera, dejando menos elementos fuera de control. A continuación, un pequeño extracto que muestra los avances en este sentido, observados en una retroalimentación: *“Es muy interesante apreciar cómo ha ido evolucionando el personaje que despliega C, parece estar en pleno proceso de crecimiento, pero no lo digo sólo en términos formativos, sino que parece que su cuerpo ha crecido, en cuanto tal, se ve ahora ocupando mucho más lugar y ese aporte a la presencia, contribuye de manera directa en la performance”*. Acá un buen ejemplo de cómo el tomar el cuerpo como eje central en la formación de terapeutas, sumado a las retroalimentaciones permiten desarrollar habilidades simbólicas que de otra manera no sería posible desarrollar.

Dentro de las herramientas disponibles para hacerse presente en el espacio simbólicamente, se encontrarían, por ejemplo, las cualidades de la voz, la posición más cercana o lejana de la pantalla, movimientos corporales y acciones verbales utilizados de manera más o menos armónica. En este sentido, resulta aclaradora la siguiente retroalimentación: *“[...] pero luego, se notó claramente el cambio, tanto por el tono de voz, que aparece como un elemento fundamental al momento de modular los estatus, pero también en tu corporalidad, me pareció que “creciste” en un momento, tomaste un poco de distancia con la cámara, elevaste un poco tu cara y eso cambió completamente tu forma de estar en la escena”*. En relación con este aumento o disminución de la presencia dentro de la sesión, se podrían recurrir a elementos sutiles que pueden tener grandes efectos, en tanto se usen de manera lo más armónica y consciente posible. Para apoyar esta argumentación, se presenta la siguiente retroalimentación: *“Lo que muestras cuando estás entrando a la sala está representado en tus movimientos con la cabeza, con la mirada, con los hombros, excelente. Luego cuando te levantas, te ves más grande, te ves imponente y dominando el espacio que se hace pequeño justamente producto de cuánto logras estar ahí presente”*.

Esta capacidad de estar presente, sobre todo cuando hay una distancia física y tecnológica entre quienes participan de la relación terapéutica es una habilidad que requiere de mucha conciencia y entrenamiento, ya que de ese “estar presente” dependerá en gran medida cuánto se pueda influir en quien consulta.

Escucha como intervención

En esta dimensión resultó interesante notar que hubo novedad en los terapeutas, en tanto existía poca conciencia previa de cuán influyente es la actitud de escucha y la amplitud de posibilidades que se pueden poner en práctica al escuchar a las y los consultantes. En particular en los ejercicios de escucha activa se proponen diversas posturas y finalmente se pide que el terapeuta actúe la postura de escucha más utilizada en su trabajo. En este punto, existiría bastante coincidencia en una postura más bien hacia atrás, un poco inclinada al lado, el cuerpo apoyado más hacia un lado y la cabeza levemente inclinada. Pareciera haber poca variabilidad entre los y las terapeutas en la “postura base”, claro que cada una con sus matices propios, algunas terapeutas más estáticas en sus posturas y otras más dinámicas. Resulta interesante notar también, que para algunas terapeutas una actitud de escucha atenta y empática consistiría derechamente en alejarse de la pantalla, mientras que para otras terapeutas esta actitud se reflejaría de mejor forma al acercarse a la pantalla. En la propuesta de vivenciar distintas posturas de escucha, hubo algunas que resultaron más incómodas tanto por ser menos exploradas, pero también por ser consideradas como no favorecedoras de una escucha empática o contenedora emocionalmente, como lo es la postura de un cuerpo reclinado hacia atrás en el asiento, un brazo apoyado en el respaldo, las piernas más bien abiertas y la mirada variando entre el consultante y hacia arriba, como mostrando desconcentración, cansancio o desinterés en lo que se escucha. Si bien posturas como estas parecen no ser las preferidas para llevar a cabo en la psicoterapia, sí sirven como experimento y para tener en el tintero la advertencia de qué efectos se podrían estar generando en quien consulta al adoptar posturas similares. Como demostración de lo anteriormente señalado, se presenta el siguiente extracto: *“Creo que la postura que me pareció más incómoda y que menos uso es la primera, porque me parece que muestra desinterés hacia la persona que estoy conversando. Y en psicoterapia, las que más ocupo son las que implican una inclinación hacia la cámara (Sólo ha tenido experiencia en psicoterapia online). Siento que la que más transmite estar escuchando, pero también de cierta manera estar conmovido o mostrar cierta ternura en la atención, es la que inclina la cabeza. Esas las utilizo mucho más en el día a día que como psicóloga”*. Este extracto resultaría representativo también de una habilidad que es muy importante desarrollar, y es tener la capacidad de delimitar el espacio terapéutico del cotidiano, habilidad que requiere una alta conciencia corporal y que se puede expresar de diversas formas, como establecer un particular modo de hablar, quizás más formal que el cotidiano (aunque eso siempre dependerá del personaje terapéutico que se quiere desarrollar), desplegar ciertos movimientos corporales, ciertos elementos visuales o determinados ritmos que indiquen que se está en una conversación de carácter terapéutico.

Algunos elementos que resultarían interesantes al momento de establecer una escucha activa son, por ejemplo, la mirada (fija en el consultante o variable hacia arriba o abajo), la posición de la cabeza, la inclinación hacia adelante o atrás en la silla, un movimiento pendular hacia los lados, una expresión con las manos o los brazos mientras se sigue escuchando, entre otros. A modo de ejemplo, se presenta el siguiente extracto: *“Me llamó mucho la atención la intensidad que logras transmitir con tu mirada, la sentí curiosa y atenta... a ratos escrutadora también. Encuentro súper interesante la frase/reflexión que compartes cuando señalas que una buena postura de atención en terapia debe incorporar el balance entre la comodidad y la incomodidad... me parece una frase muy buena y me hace mucho sentido”*. Respecto de este equilibrio entre la comodidad e incomodidad, resulta interesante señalar que debe existir un punto intermedio, de modo de no refugiarse en lo que resulta más cómodo siempre, pues podría no ser tan efectivo para producir cambios. Y, por otra parte, si no se está demasiado cómodo con alguna postura, podría perderse la intencionalidad en su uso, y lograr efectos quizás no esperados. Mantener una actitud activa significa, además de disponer de una variedad de movimientos, el estar consciente y preparado o preparada para ponerlos en práctica según lo que se escucha del consultante y lo que se quiere lograr. En este sentido, la siguiente retroalimentación dice relación con las posibilidades que abre la consciencia corporal en el trabajo terapéutico: *“Cuando mencionas que te costaba escoger el momento yo creo que eso es lo enriquecedor de practicar estas posturas que ayudan a expresar corporalmente cuando unx quiere decir algo, porque se hace de manera respetuosa como pidiendo por favor el espacio para hacerlo, así que creo que puedes confiar en que transmites eso para encontrar el momento adecuado para decir lo que tengas pensado”*. En relación a la ventaja de mantener un control y variabilidad en las posturas de escucha, se presenta el siguiente extracto: *“Hay algunos quiebres interesantes en la escucha, pero ayudaría si hubiesen movimientos del cuerpo, de los brazos, no sólo al momento de hablar, sino que también al momento de escuchar (sin hablar) precisamente para recuperar o tomar -si es que se quiere- la palabra”*. Y la siguiente: *“Por lo que entiendo, la inclinación hacia delante para ti transmite atención plena, situación que buscas en los contextos terapéuticos. En este sentido, como desafío me gustaría invitarte a pensar en qué situaciones sería una buena estrategia utilizar otros tipos de inclinación, por ejemplo, hacia atrás. Así también, te invito a habitar estas nuevas posturas -que quizá en principio no transmiten tanta atención como otras- en armonía con movimientos de cabeza (asintiendo, inclinándola y transmitiendo ternura, etc.)”*.

Mantener una actitud de escucha activa significa, además de disponer de una buena reserva de movimientos posibles, el estar consciente y preparado o preparada para ponerlos en práctica según las emociones que evoca el sistema consultante en el terapeuta, el lugar que se ocupa en dicho sistema y lo que se quiere lograr. En este sentido Bertrando y Lini (2018) proponen una integración entre el posicionamiento, que sería definido como la conciencia que el terapeuta asume de su posición y la posterior actitud que toma con respecto a sus pacientes y de los otros actores presentes en el sistema terapéutico y la conciencia de las emociones que se experimentan en ese lugar. Para Bertrando y Lini, la conciencia emocional es para el terapeuta tan esencial como hacer hipótesis sobre alianzas y coaliciones, o entender cuáles historias son narradas y por quién. Y es desde esta conciencia emocional que resulta posible para el terapeuta actuar lo más libre y responsablemente para así generar cambios significativos. Esta integración compleja entre sentimiento y posicionamiento es lo que los autores han definido como “situarse”. Situarse, en palabras de Bertrando y Lini (2018) es hacerse consciente de la propia posición del terapeuta en el sistema y del estado emocional al que se asocia en cada ocasión. Las consecuencias de esta conciencia (o de su ausencia) son múltiples.

En este sentido, mantener el ejercicio constante de intervenir intencionadamente no sólo cuando se habla sino (quizás lo más valioso) cuando se escucha, aporta muchísima información y permite al terapeuta ejercer su trabajo con libertad y responsabilidad. Es por esto, que ejercitar diferentes actitudes de escucha activa y cómo se pueden acomodar a la situación de atención online podría considerarse como uno de los aprendizajes fundamentales de la formación de *Escena Siena*.

Los movimientos que se pueden realizar con las manos acompañando a lo que es dicho también ayudaría bastante a demostrar una escucha activa. Así lo señala la siguiente retroalimentación: *“Tienes una postura básica de escucha activa, que es sentada en diagonal (la cabeza levemente hacia un lado), apoyando la mano en el mentón y asentir con la cabeza, que te da energía. Bien cuando logras interrumpir a través del cuerpo a P, cuando haces el círculo en tus manos “tú conversaste el tema”, llamaste su atención”*.

En cuanto a las posibilidades que abriría la conciencia corporal al momento de escuchar, resulta interesante la siguiente retroalimentación, que hace referencia al cuerpo completo, sin importar si se ve o no en la pantalla, pero que sí tiene efectos tanto para el terapeuta como para quien

consulta: “*Cuando cambias la postura a piernas paralelas, es como si dieras inicio a otro tipo de trabajo, distinto al inicial, donde retomas la conducción y la llevas hacia otro lugar, luego vuelves a cruzar las piernas, como volviendo al relato; muy linda esta disposición a la escucha y al trabajo, que van intercalándose. Hay validación, contención, intervención, indagación, simpatía, ligereza, logras mantener una amabilidad que transmite el mensaje de “podemos hablar de todo esto, por terrible que sea, con tranquilidad”*”. En esta retroalimentación se evidencia el efecto que produce la enacción en quien observa (Varela et. Al., 1993).

Un cuerpo que se moviliza de determinadas formas producen determinados efectos en la relación con quien observa-inter-actúa. Aun cuando no se vea a través de la pantalla todo el cuerpo, las acciones encarnadas por el terapeuta están en un constante diálogo con el *enactuar* de quien consulta, y se genera un espiral de influencias mutuas que favorece diversas posibilidades. De ahí la importancia de la conciencia corporal, de manera de favorecer actuaciones conscientes e intencionadas.

A través de diversas propuestas a lo largo de las escenas, se observa una intención por favorecer posturas y estrategias de escucha efectivas, como variar las posturas corporales hacia adelante o atrás en los momentos de escucha y de habla, hacer diversos movimientos con la mirada para entregar distintos mensajes como interés por lo que el consultante dice al mirarle directamente a los ojos, o expresar que se está perdiendo el interés o la conexión emocional al desviar la mirada hacia arriba o a los lados de la escena, entre otras acciones que entregan mensajes al consultante en momentos distintos a cuando el terapeuta toma la palabra. Para cada terapeuta las posturas de escucha tendrán distintos significados y serán realizadas de forma más o menos cómoda y armónica. Por ejemplo, una terapeuta en formación señala que su postura de escucha y conexión emocional es estar inclinada hacia adelante mientras el consultante habla, y al momento de tomar la palabra se inclina hacia atrás para “*dar espacio entre nosotros a lo que tengo para decir*”. Por el contrario, otra terapeuta señala que para ella prestar atención y conexión emocional con quien consulta significa estar inclinada hacia atrás, y al momento de intervenir y hablar, se inclina hacia adelante. Resulta interesante esta distinción si se toma en cuenta el cuerpo como objeto en sí mismo, siguiendo a Meralu-Ponty, y los aprendizajes que este cuerpo puede desarrollar a lo largo de su historia, generando un conocimiento absolutamente particular para cada quien. Tanto así que la misma acción física tiene significados totalmente opuestos para estas dos terapeutas, quienes actúan quizás la

misma acción pero con una intención completamente distinta. Por tanto, se podría pensar que ambas “enacciones” (Varela et. al, 1993), ambos cuerpos desplegados con sus historias de interacciones auestas, producirían efectos distintos en el sistema consultante y observador. De ahí la importancia de entrenar la conciencia corporal y emocional que estarían impulsando cada una de las actuaciones terapéuticas.

Además de la inclinación hacia adelante o hacia atrás, se proponen otras estrategias interesantes para escuchar de forma activa, como son los cambios entre los estatus altos y bajos. Existirían ciertas acciones corporales (unidas al todo de voz, la mirada y el uso del espacio) que entregan un mensaje determinado y la posibilidad de usar más o menos el espacio terapéutico de la sesión. Resulta interesante para los formandos ser vistos en estas actitudes, ya que no sólo interviene lo que se ve en la pantalla, sino, por ejemplo, cómo está la posición de los pies, el apoyo de la espalda en el respaldo de la silla, entre otros elementos. Resulta interesante leer en los auto-reportes, sobre todo en las auto entrevistas finales lo valioso que resultaría poseer una conciencia corporal efectiva, en tanto permite mantener un control sobre lo que se quiere lograr en sesión, más allá del mensaje que se entrega verbalmente. Por ejemplo, al momento de escuchar, y si se está escuchando algo que produce ternura (o quizás lo que dice el consultante debería producir ternura pero no lo expresa con su cuerpo), si el terapeuta inclina su cuerpo hacia adelante, junta las manos cerca de su cara y arquea la cabeza hacia un lado emitiendo una leve sonrisa, producirá en el consultante una sensación de ternura, lo que podría funcionar como una suerte de espejo emocional que puede favorecer una mayor comprensión emocional en quien consulta. Por otra parte, mantener una actitud de escucha activa estaría además teniendo la implicancia que haya cierta fluidez o variabilidad constante en las posturas y sobre todo el uso de las manos, especialmente en el trabajo online.

Ampliación/disminución de movimientos

Si bien esta dimensión se cruza prácticamente con todas las otras dimensiones emergentes en este estudio, resulta importante prestarle atención ya que como se señala en su definición, en la psicoterapia online estarían disminuidas de manera fundamental las posibilidades de intervenir y conducir la emocionalidad, al menos de la forma en que se acostumbra en la atención presencial. Quizás es precisamente por este motivo que todas las dimensiones se ven bastante entrecruzadas y

nos llevan por el camino de la teatralidad como una buena “caja de herramientas” a la que recurrir para producir cambios y así utilizar elementos como la voz, la expresión facial y el movimiento del tren superior del cuerpo de formas novedosas y desafiantes.

En las entrevistas y escenas iniciales aparecería como elemento común la poca observación (y, por tanto, poca conciencia) de todo el cuerpo que –supuestamente- no está presente en la sesión online: es decir, lo que no se ve. Sin embargo, a lo largo de la formación sería muy novedoso para las participantes el ser conscientes de cuán importante es poner a disposición de la conversación terapéutica el cuerpo en su totalidad. Para quienes sólo han tenido experiencia profesional telemática, hay ciertos elementos que se han asumido como “menos importantes”. Por ejemplo, en la pregunta inicial sobre el tipo de movimientos que genera la participante con el cuerpo en sesión y si le gustan o no, una de ellas señala lo siguiente: “*Lo desconozco. Por el momento no me gusta, porque no es visto en sesión. Por el momento no me ha traído problemas, porque no es visto*”. El cuerpo completo parecería importar e influir menos que, por ejemplo, la expresividad de la cara y las manos, que es una de las cualidades que expresa poseer la misma participante en su entrevista inicial. Asociado a esto, al momento de preguntarle cuáles cree que serán sus principales dificultades a lo largo de la formación, la terapeuta señala lo siguiente: “*Quizás lo más difícil sería mejorar el desplante, el atreverse a mostrar más mis emociones a través del cuerpo en la sesión, ya que soy muy tímida*”. Efectivamente, en el transcurso de la formación se observó que esta participante tenía amplias habilidades de escucha empática y activa, y a lo largo del proceso habría mejorado notoriamente las habilidades de intervención y amplió su repertorio de movimientos para expresar distintas emociones.

Como se señaló en la dimensión centrada en la voz, a lo largo de las retroalimentaciones no se hicieron tantas referencias directamente a los elementos vocales, pero sí hubo distinciones en cuanto a los movimientos del cuerpo y su relación con la expresión emocional, elementos con los que sí se podría trabajar en torno a la ampliación o disminución de movimientos para lograr mayor o menor “resonancia” emotiva.

Otro elemento importante que podría tener relación con lo vocal (aunque también con el cuerpo sin voz), es el ritmo. Ritmo, entendido como la suerte de baile que se genera entre lo hablado o actuado y los silencios o el no-movimiento. Se observó de manera muy importante que el ritmo

tendría una gran importancia en el peso emocional que pueden tomar las intervenciones y quizás es algo a lo que se pueda echar mano en la atención online como un entrenamiento de las capacidades del terapeuta de mantenerse en una suerte de comodidad-incomodidad y sostener o modificar intencionadamente los ritmos de escucha, de espera, de intervención o de guía de lo que el sistema consultante va presentando.

En este sentido, se presenta el siguiente extracto como una muestra de lo que ocurre cuando el ritmo y lo que se quiere expresar no van en la misma sintonía: *“Algunos movimientos están llenos de pequeños símbolos, pero al estar situados en una secuencia algo veloz, se puede perder su especificidad, algo así como cuando alguien habla demasiado rápido, perdiéndose la potencia de algunas palabras en medio”*. Quizás unos de los principales aprendizajes de todo terapeuta es la capacidad de sostener los silencios (tanto físicos como verbales) y elegir concienzudamente lo que sí se despliega en sesión para lograr efectos significativos. En este sentido, esta dimensión permitiría observar que además de los movimientos que se pudieran desplegar para tomar la palabra, espejar alguna emoción, interrumpir, preguntar, sugerir, etc., también sería de suma importancia lo que “no se hace”, en pos de mantener un ritmo adecuado en el despliegue y que lo que se comunique tenga sentido y no se pierda.

La habilidad de mantener el silencio y romperlo de formas más “teatrales” o marcadas que en la presencialidad (por ejemplo abrir mucho más los ojos, o amplificar con las manos lo que se dice, o interrumpir con la voz y el cuerpo juntos desplegando un movimiento inesperado, entre otras estrategias “exageradas”), en combinación con un buen uso de los silencios podría ser una habilidad propia de la psicoterapia online digna de trabajar con formaciones como ésta. Lograr quizás, que los silencios no representen para el sistema consultante una falta de atención o no se interpreten como una debilidad en la escucha sino como una profunda conexión emocional, es un gran desafío ya que la limitación que produce la pantalla podría afectar también la conexión entre consultante y terapeuta. Continuando con la importancia del “no hacer”, se podría decir que en esta actitud además de expresar adecuadamente el mensaje emocional al sistema consultante, también se posibilitaría un importante trabajo de toma de conciencia del propio terapeuta y su sentir. Así lo señala la siguiente retroalimentación: *“El gesto de escribir y tirar a un lado, se entiende que es dejar una carrera, pero el momento pasa muy rápido. En general, la secuencia está rápida, por lo que yo te recomendaría, que cuando uses tu cuerpo en un ejercicio físico futuro o en la vida, te des el tiempo de vivir lo que te*

sucede en el momento presente, y no correr ese momento. Y respirar, me pareció que estabas un poco tensa y no estabas respirando, manteniendo un mismo gesto facial en todo el ejercicio (tus manos incluso estaban un poco tensas, aunque expresivas)”. En este caso, la propuesta de respirar, no apurarse y vivir lo que sucede en el tiempo presente es tan valiosa para la terapia como saber intervenir adecuadamente. Se podría decir entonces, que recurrir por ejemplo a la disminución de movimientos en determinados momentos en pos de sentir de forma consciente las emociones que experimenta el terapeuta en el despliegue de la sesión, contribuirían a que éste reconozca su posición en el sistema y tome decisiones en cuanto al rol o roles que desea actuar y poner en tensión en el proceso terapéutico. Para esto es fundamental desarrollar cada vez más la conciencia corporal, pero también el poner atención a las emociones que se van viviendo y cómo éstas son expresadas por el terapeuta en la sesión. Y es en esta expresión en donde la ampliación o disminución de movimientos en compañía de lo que se dice tomaría una relevancia particular en la psicoterapia online. Por otra parte, el decidir disminuir los movimientos en ciertos momentos para poder “escuchar” las emociones que estarían atravesando el cuerpo, sería también una acción de autocuidado emocional al que se podría recurrir en sesiones online, y ayudaría a mantener el bienestar, según proponen Gastulo y Cervera.

En la misma línea, con la ampliación y disminución de movimientos, una de las propuestas que se trabajó en el proceso de formación fue ejercitar el balancín de estatus, una técnica actoral creada por Keith Johnstone para darle más credibilidad al desempeño de los personajes que consiste en visibilizar los status altos y bajos (o, en palabras del autor, cuando actuamos de una forma más dominante o sumisa) y poder movernos entre ellos de manera intencionada. El autor plantea que cada acto está enmarcado dentro de un estatus y que siempre será actuado en relación a lo que demuestran todos los participantes de la conversación. Aun cuando influyen muchos factores en el balancín de estatus, siempre se debe tener en cuenta la existencia de un estatus social y uno actuado. En este sentido, se podría decir que en una relación terapéutica se podría tener el prejuicio de que el terapeuta debería pertenecer a un estatus alto en relación al consultante o, en otras palabras, el terapeuta tendría el lugar dominante o alto y el consultante el bajo o de sumisión. Sin embargo, al tener conciencia de que los estatus están en un constante balancín entre todas las partes involucradas y que consisten en un conjunto de acciones que se actúan, se pueden poner a disposición del juego desplegado en sesión. Es así como algunas propuestas de las escenas consisten en hacer visibles los estatus y luego jugar con el balancín o transferencias, primero en un ejercicio en solitario y luego una improvisación en

parejas. En las propuestas se plantean distintas acciones corporales y verbales que permiten actuar los estatus e incorporarlos en el balancín.

A modo de ejemplo, se presenta el siguiente extracto de retroalimentación: *“Quizás faltó explorar más el estatus alto: la idea es jugar con los opuestos extremos para ir ampliando nuestro registro corporal, entonces cabe preguntarse ¿Te sientes cómoda con el estatus alto? ¿Has ocupado alguna vez una posición de poder, frente a un otro? En las relaciones humanas, e incluso como terapeuta, cuando ocupamos un rol específico, éste conlleva un estatus más o menos alto, por tanto ¿Cómo te relacionas en ese rol? Entendiendo que es un concepto dinámico, un balancín que una puede controlar, dentro de los límites de las circunstancias”*.

Resulta valiosa la retroalimentación antes señalada, en tanto hacerse estas preguntas sería fundamental para tener conciencia del rol que se habita como terapeuta y los efectos que esto conlleva. En relación al “situarse” de Bertrando y Lini, la conciencia de los estatus también conduciría a un trabajo más profesional y responsable, así como liberador y promovedor de novedad. Sería importante preguntarse si como terapeuta se estaría trabajando a conciencia el balancín de estatus, es decir, si la conciencia y la actuación de los distintos estatus otorga libertad al trabajo terapéutico, o más bien su poca conciencia o ejercicio intencionado se transforma en una limitación para dichos procesos. En este sentido, resulta interesante la siguiente retroalimentación: *“Aún cuando la posición de estatus bajo había sido planteada como una posición de subordinación, creo que tú logras imaginarla también como una posición que abre un espacio a lo lúdico, al juego, a tomar roles (la niña poniéndose la ropa de la mamá). Te imagino a ratos utilizando el estatus bajo en terapia para invitar a tus pacientes a “jugar” y desafiarse...”*. Para esta terapeuta, resulta estéticamente llamativo el uso del estatus bajo en tanto logra resignificarlo más allá de la subordinación, sino que en esta actitud parece lograr una invitación novedosa a quien consulta y promueve un desarrollo emocional que quizás desde una posición dominante no sería posible. Al menos no con todos los consultantes. Constituiría entonces esto un excelente ejemplo de cómo poner a disposición del terapeuta las distintas herramientas posibles para lograr diversos efectos, pero que también se acomoden al estilo propio de cada personaje terapéutico.

Por ejemplo, se ha señalado en varias ocasiones aspectos más “tiernos” en la voz o en la mirada, sobre todo de mujeres terapeutas y cómo esa ternura podría en ocasiones ser un

inconveniente cuando se requiere hacer intervenciones más directas o “fuertes”. En el caso de la retroalimentación anterior, se observa un ejemplo de que se pueden lograr efectos potentes desde diversos lugares. Es decir, un estatus bajo que podría caracterizarse por la ternura en la voz, la mirada, la inclinación de la cabeza, entre otros elementos, no necesariamente se asociaría a sumisión, sino que, como se señala en la retroalimentación, puede ser una invitación al cambio desde lo divertido, desde la invitación al consultante a jugar y divertirse en su camino de autoconocimiento y capacidad de situarse. Es decir, desde la ternura o las propias capacidades personales de cada terapeuta, se puede ejercer una buena dirección de la sesión y se pueden generar importantes efectos terapéuticos. Para esta participante, podría resultar sumamente importante validar su ternura y su actitud “juguetona” como una linda valentía para generar cambios terapéuticos y no sólo como una debilidad. El carácter liberador o limitante de cada acción desplegada en psicoterapia dependerá básicamente del nivel de conciencia que se tenga y del uso más o menos intencional que se haga y de lo que se quiere potenciar de cada personaje terapéutico en particular. Para ejemplificar un caso en el que la actitud corporal limita el despliegue, se señala la siguiente retroalimentación: “[...] *Esto sucede también, porque falta energía en la escucha y en la intervención; el cuerpo está levemente inclinado hacia abajo, el pecho, el cuello, por tanto, estás contraído. No hay un cambio notorio de posturas en la escena, según lo que vayas expresando y queriendo provocar en tu compañera. Incluso, me parece que te desconcertaste cuando preguntas “he, disculpa, has comentado...”*”.

Otra modalidad de dar cuenta de lo que se expresa al momento de hablar de balancín se apreciaría en la siguiente retroalimentación: *“ambos parten en un estado neutro, pero tu estatus comienza a bajar a medida que te va haciendo la crítica, es muy interesante verlo en esta toma porque te empiezas a ver más pequeña en el video, por el contrario en el punto en que te acuerdas de las gotas del gato cuando tomas el estatus alto para retarlo, tu corporalidad cambia y te empiezas a ver más grande. Además de un mayor uso de las manos para ser enfática en la discusión”*. En este caso, el verse más o menos pequeña en la pantalla podría ser una capacidad relativamente fácil de entrenar de manera de poder utilizarla cada vez que se necesite generar algún cambio en la atención online.

A continuación, se incluyen algunos extractos que aluden a los estatus en relación a la ampliación o disminución de movimientos: *“Tu actitud corporal, los hombros, los brazos y la mirada hacia abajo son bastante evidentes. Creo que eso es algo buscado y actuado, ya por eso me*

parece destacable. Ahora bien, de la misma forma, creo que acompañas bien con el tono de la voz, con el hecho de no cruzar la mirada con Pedro, salvo ocasiones contadas". Retroalimentación sobre una actuación de estatus bajo.

"Como se trata de un balancín de estatus, me parece también evidente que la segunda parte es más difícil para ti, como que el cuerpo se quisiera quedar en estatus bajo... "ahora que lo pienso" inaugura tu estatus alto y te alejas un poco de la cámara (cuestión que puede ser interesante de entrenar en atenciones en el planeta zoom). El tono de la voz no cambia tanto, sí el contenido, pero creo que ahí se puede trabajar un poco más el volumen, la velocidad del relato y algo más con las manos". En esta retroalimentación, se estarían haciendo interesantes aportes en cuanto al acompañamiento que puede hacer el cuerpo al mensaje hablado para lograr el cambio de estatus y cambiar la dirección de la conversación. Cabe señalar que esta retroalimentación corresponde a la misma participante anterior, donde se le propone ahondar en su propia forma de habitar el estatus alto y cómo se relaciona con posiciones de poder. Se señala esto ya que parece provocar la misma sensación de inseguridad o poca habitualidad en distintos observadores. Dentro de las sugerencias que se proponen el movimiento hacia atrás aparecería nuevamente como una herramienta que podría producir efectos útiles, como se ha señalado en otras dimensiones. En este caso, inclinarse hacia atrás demostraría cierto alejamiento emocional y la posibilidad de tomar otra actitud y, quizás, "tomar vuelo" para cambiar a estatus alto. Esto podría ser un elemento importante a tomar en cuenta en terapeutas que aun no tienen tanta experiencia y podría resultar efectivo como elemento para mediar y tomar conciencia de la emoción, para luego actuar. La capacidad de jugar con los movimientos hacia atrás y adelante aparece nuevamente como una de las habilidades a entrenar en la atención online. Las otras sugerencias tienen que ver con el uso de la voz desde la entonación, el volumen y el ritmo de lo dicho, elementos que de ser entrenados también podrían abrir muchas posibilidades en la atención online. Resulta interesante destacar varias retroalimentaciones que hacían alusión al hecho de "crecer" o "achicarse" en la pantalla, y los efectos que eso produciría en quien observa. Esto, sumado a los elementos vocales puede tener interesantes posibilidades. A continuación, se señala un extracto que tiene que ver con lo señalado: "[...] *pero luego, se notó claramente el cambio, tanto por el tono de voz, que aparece como un elemento fundamental al momento de modular los estatus, pero también en tu corporalidad, me pareció que "creciste" en un momento, tomaste un poco de distancia con la cámara, elevaste un poco tu cara y eso cambio completamente tu forma de estar en la escena*".

Otro elemento importante en la retroalimentación señalada es la rigidez o no concordancia entre todos los elementos, cuando se señala que *“como que tu cuerpo quisiera quedarse en estatus bajo”* lo que se hace es hacer notar esta rigidez y sus efectos, que podrían ser, por ejemplo, que el consultante se sienta incómodo o confundido con el mensaje entregado, o se genere cualquier otro efecto no deseado intencionalmente por el terapeuta. Sobre la importancia de la armonía y concordancia de todos los elementos desplegados en una sesión, se hablará en la siguiente dimensión.

Los elementos vocales corresponderían a una buena fuente de herramientas y variabilidad en el personaje terapéutico, y se invita a las y los participantes a mirar sus propias capacidades vocales y cómo se pueden potenciar. Es el caso de una de las participantes que al inicio del proceso expresó tener dificultades con su voz, como se señala en el siguiente extracto: *“Yo siento que tengo un volumen de voz más bien bajo, entonces acompañarlo de todo esto (la conciencia corporal) puede ayudar a reforzar lo que quiero decir”*. Efectivamente, a lo largo de la formación se observó una interesante toma de consciencia de sus capacidades y también de las estrategias que puede desplegar para que su voz no sea un impedimento, sino una oportunidad.

Coherencia/armonía

Esta dimensión es transversal a todas las anteriores, y surgió a partir de las observaciones que hacían los y las participantes al momento de ver las escenas. Pareciera ser importante al momento de observar que haya cierta armonía o concordancia entre los elementos desplegados, pero también pareciera agrandar el hecho de que el terapeuta se vea *“cómodo”* haciendo lo que hace, como se señala en la siguiente retroalimentación: *“en las posturas que implicaba mirar hacia lados muy lejanos de la cámara me quedaba la sensación que era algo a lo que no estás tan acostumbrada a hacer, como una falta de familiaridad con esa variación del foco de la mirada versus la que miras a la cámara que parece que va mucho más contigo, sale con mucha naturalidad”*. Luego, en la siguiente retroalimentación se señala como un elemento positivo el ser armónica en el desplante: *“Se te ve haciendo el ejercicio con mucha soltura y siento que, además, ocupas el humor en el desarrollo de tu escena. Me imagino que ese vínculo cómodo con tu corporalidad debe ser algo que puedes poner a disposición de tu trabajo clínico de múltiples maneras ¿Crees que tu experiencia en Siena te ha ayudado a hacer esto más consciente?”*. En relación a la de-formación del personaje terapéutico

(Martic, 2010), los señalamientos en torno a las “comodidades” o características personales que resultan naturales y se pueden poner al servicio del personaje (o los personajes) en desarrollo, constituyen un gran aporte al proceso formativo del terapeuta y se podría decir que las retroalimentaciones aportarían a hacer visible lo que ya existe, pero simultáneamente se van creando las habilidades por el simple hecho de ser vistas, o “miradas”, según la propuesta de Merleau Ponty. Es decir, si nadie hubiera señalado la soltura o el humor como algo propio de la terapeuta, quizás nunca hubiera sido visto y por tanto, no se tomaría como una posible herramienta que desarrollar.

Constituiría entonces una meta a lograr, el presentarse cómodo y coherente en la escena terapéutica. Esto es interesante ya que, por un lado, esto podría ser una meta a veces muy difícil de lograr, puesto que en la vida no siempre se actúa de forma cómoda ni coherente y, por otra parte, el presentarse como “incoherente” o desplegar movimientos inesperados o “poco adecuados” podría ser tomado como un mal desempeño profesional, y ya se mostró anteriormente que sería justo esta capacidad de interrumpir el curso de las conversaciones de forma teatralizada y poco habitual, una de las principales herramientas a las que se podría echar mano en la atención online. El desafío, quizás, sería lograr una profunda revisión de la propia corporalidad y de las cualidades naturales de cada terapeuta, y desde ahí atreverse a experimentar e innovar en las estrategias que se pueden desplegar en la atención online. En el caso de la retroalimentación anterior la terapeuta, gracias a que otra persona la “miró”, sabe que puede recurrir al humor y que la soltura de cuerpo es para ella una ventaja a la que puede echar mano en el despliegue de su personaje terapéutico. Por otra parte, el señalar las discordancias o incomodidades en determinadas escenas también puede entregar importante información sobre las capacidades y debilidades del terapeuta, lo que también contribuye fuertemente a la de-formación del personaje. Así se refleja en la siguiente retroalimentación: *“Lo que más me llamó la atención de tu ejercicio fue la aparente incomodidad que te causó realizar la segunda postura, te acomodaste en la silla un par de veces y desviaste el foco hacia arriba, cuando era mirada fija hacia adelante, esa postura desde su respiración y construcción física tiene un correlato con la emoción de la rabia o la confrontación, por lo que me preguntó cuánto te relacionas con esa emoción en tu vida cotidiana”*. Además de señalar las acciones corporales, la propuesta de reflexión emocional que se hace en esta (y muchas otras) retroalimentación aportaría a una profunda auto observación de la historia personal del terapeuta y sus emociones, lo que aportaría también como estrategia de autocuidado y conciencia emocional.

En esta retroalimentación, lo que sería importante es la mirada externa, seguramente fue una retroalimentación valiosa que ayudó a la terapeuta en formación a explorarse y ser consciente de sus emociones y cómo éstas se comunican a través del cuerpo. Y es un ejemplo de cómo la expresión emocional “reactiva” de todas maneras expresa, pero quizás no es lo que la terapeuta quisiera o debiera expresar en ese momento en específico. En este sentido, esta expresión corporal “poco consciente”, si no es abordada por la terapeuta podría transformarse en reacciones poco controladas y, por tanto, poco responsables, en el sentido que otorgan Bertando y Lini a este concepto. Es así, como nuevamente se pone en evidencia que el “mirar”, en el sentido que propone Merlau-Ponty ayuda a otorgar existencia y sentido a las enacciones de los formandos, por lo que el simple hecho de hacer señalamientos de este tipo en las retroalimentaciones estaría generando cambios inmediatos en quien recibe la retroalimentación, ya que es imposible, según plantea Varela, ser sólo un receptor. Más bien, en cada acción de presentar una escena, recibir la retroalimentación y también retroalimentar a los compañeros, se estarían produciendo interesantes transformaciones en la persona y personaje del terapeuta.

A continuación, se presentan algunos extractos en los que se alude a la coherencia o armonía: *“Me parece que sigue existiendo una suerte de dulzura en la voz que no me queda claro si es intencionado o es una reacción. Algunas intervenciones que haces en el trozo de intervención parecen reclamar un tipo de voz más firme, quizás menos acogedora, quizás más confrontadora”*. En este extracto, se observaría una discordancia entre lo que se expresa y lo que pareciera necesitar la situación terapéutica. Lo interesante sería cómo está planteada la interrogante, en tanto queda la duda de si esta discordancia es voluntaria o involuntaria. Y es que ahí está la gran diferencia y uno de los grandes aprendizajes esperados en formaciones como Escena Siena: el desplante en sesión debe dejar lo menos posible al azar, más bien se debe lograr un buen nivel de conciencia e intencionalidad que permita ejercer la labor terapéutica con libertad y responsabilidad, como se señaló en la dimensión anterior. En este sentido, si esta dulzura en la voz fuera una acción intencionada de la terapeuta para generar discordancia con lo que está diciendo y así favorecer un efecto esperado en su consultante, la “incoherencia” quedaría delimitada a la relación entre el mensaje y el tono de voz, pero habría consecuencia entre lo que se dice y lo que la terapeuta desearía provocar. Por tanto, la coherencia o armonía de los elementos desplegados podrían generar incomodidad en quien observa la escena, pero podría ser también algo intencionado por parte del terapeuta. La diferencia entre una y otra situación, estará dada por el nivel de conciencia que se tenga sobre lo que se hace. En esta dimensión lo que

parece ser fundamental es la diferencia entre una reacción o un movimiento intencionado, tal como se señala en la retroalimentación citada.

En cuanto a la formación o de-formación de personajes terapéuticos (Martic, 2010), el resaltar las incongruencias e incomodidades observadas en el desplante de los participantes promovería la auto observación de cualidades que podrían ser utilizadas en favor de tal o cual personaje desplegado en la conversación terapéutica. Al resaltar las disarmonías, lo que podría estar ocurriendo es que se evidencien distintos posibles personajes terapéuticos al que los formandos pueden recurrir y desarrollar, según la situación terapéutica en la que se encuentren.

El extracto señalado anteriormente resulta interesante en tanto se abriría la posibilidad de que esta discordancia entre voz y lo que “reclama” la intervención sea intencional, dejando la decisión al terapeuta en formación de ser más o menos coherente. Esto tiene que ver en gran medida con el desarrollo del personaje terapéutico y el nivel de experiencia que tenga el terapeuta. En la medida en que se tenga un buen nivel de conciencia corporal y emocional se podrá decidir libremente si actuar en coherencia o discordancia, por ejemplo, si es útil generar en el sistema consultante una suerte de eco emocional o más bien es necesario remover, confundir, incomodar con algún movimiento inesperado o discordante. Por ejemplo, y a diferencia de la retroalimentación anterior, los siguientes extractos representan un momento en el que la coherencia y armonía favorecieron la conversación terapéutica: *“Efectivamente se te ve cómoda escuchando, y la secuencia de gestos es orgánica (fluida y natural), haciendo también que M se sienta cómoda y exprese sus emociones e ideas respecto a su relato”*. *“Creo que tu cara expresaba muy bien la energía que había en el resto de tus movimientos, se valora la sonrisa y la actitud contenedora con que escuchaste a tu compañera”*.

La importancia de lograr coherencia y armonía entre los elementos desplegados en sesión no sólo tendrían que ver con el terapeuta, sino con la capacidad de lograr una armonía en la relación, tal como lo señalan las siguientes retroalimentaciones: *“Por otra parte, si bien parecías muy seria en tu rostro, tus manos decían lo que tu rostro no connotaba, sin embargo, sucedió que la mezcla entre rostro/mano permitieron que la postura fuera una acción en movimiento que dio continuidad al relato de la paciente, y esta última, muy rápidamente “sabía a qué se refería la acción”*. Esto haría pensar en lo importante que es el acoplamiento gestual/corporal entre pacientes y terapeutas, no se trataría sólo de entender el discurso, sino también de escuchar con los ojos y ver con los oídos.

Finalmente, se señala la siguiente retroalimentación como una hermosa forma de resumir la importancia de lograr una agradable armonía: *“me fije en un patrón que puede parecer evidente, pero que jamás había notado antes (la magia de separar las acciones, dirán por ahí los actores) y es que, al excluir la corporalidad de lo enunciado verbalmente, desaparece el "movimiento" de la voz, no hay cambios de tono, volumen, ritmo etc. y parece más bien un discurso robótico. En cambio, al momento de integrar tu corporalidad al acto de comunicar, aparece un discurso espontáneo y fluido (más parecido a la L que recordaba), siempre desde un tono "alegre", lo que no es malo en lo absoluto, pero sería interesante explorar otras formas que pudiesen entregar más solemnidad, por ejemplo, a un mensaje, poder agregar versatilidad en relación a la modulación afectiva por la que puede pasar una sesión.*

CONCLUSIONES

Si bien todas las dimensiones creadas para efectos de esta investigación resultaron profundamente entrecruzadas y muchos elementos se traslapan, se presentan a continuación los principales hallazgos de cada una de ellas para luego exponer ciertas conclusiones transversales.

En cuanto a la *voz y sus elementos musicales*, se valoró en el proceso de formación la capacidad de poner en juego una variedad cada vez más amplia de elementos vocales, en tanto abren posibilidades y enriquecen las conversaciones terapéuticas. Pareciera ser que mientras más intencionadamente se usan estos elementos musicales, más posibilidades se abrirían en el trabajo terapéutico, algo esperable en el desarrollo del personaje terapéutico. Todo esto asociado a una interacción entre las habilidades de escucha, la amplitud de movimientos y la sintonía entre todos los elementos involucrados. En el caso de la psicoterapia online la voz, lo dicho y el ritmo de la conversación toman una presencia fundamental como elemento de “anclaje” de la realidad compartida a través de la virtualidad y de cierta forma equiparan las falencias que se pudieran experimentar al limitarse los movimientos físicos y la atención a otras partes del cuerpo tanto de los y las terapeutas como de los y las consultantes.

La toma de conciencia sobre la importancia de la voz como un elemento más de la psicoterapia que también puede y debería ser entrenada y utilizada como una herramienta de trabajo más allá del volumen o del tono, podría ser una habilidad adquirida durante el proceso de formación que fue conducida desde un inicio cuando se hace alusión a la voz en las entrevistas iniciales, donde fue posible evidenciar la poca conciencia que se tenía de este elemento, sobretodo en terapeutas con poca experiencia clínica o que sólo hubieran desarrollado atenciones online. El poder “mirar” las habilidades vocales con las que se contaban en un inicio de la formación y evidenciar el desarrollo de éstas a través del camino de-formativo, fue un proceso facilitado en gran parte por las retroalimentaciones y lo que los observadores de las escenas miraron de los terapeutas. En este sentido, la formación no hubiera sido completa si no se le hubiera dado un lugar central a estos textos que finalmente permitieron la existencia de la voz como un elemento de peso dentro de las características de los personajes terapéuticos desarrollados.

Respecto del *uso del espacio* una habilidad valiosa que se desarrolló a lo largo del proceso formativo tiene que ver con tomar conciencia de las limitaciones que existen en la atención online en cuanto a la posibilidad de moverse por el espacio físico, ya que la pantalla delimita considerablemente lo que el sistema consultante puede percibir. Sin embargo, muchos de los ejercicios propuestos intencionaron la mirada sobre todo el cuerpo del terapeuta que se despliega en sesión, favoreciendo la conciencia corporal. Si todo esto se acopla con los conocimientos asociados a la importancia de desarrollar y acompasar la corporalidad a lo dicho en terapia, se estarían desarrollando habilidades en torno a poner en primer plano la necesidad de favorecer lo máximo posible la expresión corporal a través de la pantalla y tomar medidas para favorecer la visibilidad del cuerpo del terapeuta. No sería suficiente entonces sólo con que se vea nuestra cara y se escuche nuestra voz. Importaría mucho tomar especial cuidado con lo que permitimos que se vea a través de la pantalla. Esta capacidad de favorecer una “escena” lo más amplia posible de manera que se vea el cuerpo del terapeuta estaría contribuyendo de manera importante a formar profesionales más competentes en la atención online.

El mayor desafío de la terapia online es comprender que lo que más se tiene a la mano es la emocionalidad del terapeuta y la posibilidad de expresarla a través, principalmente, de su expresión vocal, facial y el movimiento de las manos. Posiblemente, movimientos más “teatrales” serán parte del repertorio al que las y los terapeutas podrán recurrir y adaptarse a estas formas, quizás, mucho más acentuadas y un poco alejadas de los movimientos cotidianos, lo que va a requerir que el terapeuta se familiarice y pierda el temor a ser aún más irreverente desde el cuerpo presentado en el rectángulo de la pantalla. Así como el terapeuta es cada vez más consciente de su completa corporalidad al servicio de la sesión online, también sabrá guiar lo mejor posible al consultante en su desplante a través de la pantalla, para así tener la mayor información emocional posible. Quizás esta habilidad excede los alcances esperados en la formación de Escena Siena, pero configura una valiosa consecuencia de los aprendizajes desarrollados en el contexto de la atención virtual.

En cuanto a la dimensión de *armonía/disarmonía*, para terapeutas en formación resultaría fundamental centrarse en lo que poseen como cualidades y desde ahí tomar decisiones de actuación. Si no se explicitan las disarmonías, tampoco se pueden ver las posibilidades. El hecho es que no necesariamente todos los personajes deben verse ni sentirse cómodos o armónicos, pero sí todas las actuaciones deben ser intencionadas y responsables. Entonces, ahondar en lo que resulta cómodo o

familiar para cada terapeuta es una reflexión profundamente personal que permitiría hacer consciente lo que se tiene a mano para desarrollar las distintas actuaciones en la escena terapéutica. Esta dimensión resulta interesante ya que permite abordar directamente los desarrollos de distintos personajes terapéuticos.

En cuanto a la *escucha como intervención*, dentro de la propuesta de vivenciar distintas posturas de escucha, resultaron más incómodas tanto por ser menos exploradas, pero también por ser consideradas como no favorecedoras de una escucha empática o contenedora emocionalmente, como lo es la postura de un cuerpo reclinado hacia atrás en el asiento, un brazo apoyado en el respaldo, las piernas más bien abiertas y la mirada variando entre el consultante y hacia arriba, como mostrando desconcentración, cansancio o desinterés en lo que se escucha. En este sentido, distinguir qué posturas de escucha resultan más cotidianas y cuáles más “profesionales”, es un gran aporte para el despliegue terapéutico de cada quien, en el sentido de disponer de una “caja de herramientas” posturales que podrían funcionar como marcas de contexto, en complemento con las marcas verbales o musicales que ayudan a generar el espacio particular de la terapia. Serían estas nuevas marcas de contexto las que funcionarían mejor en sesiones online, donde se hace necesario inventar estrategias para delimitar el espacio de terapia cuando las estrategias antiguas ya no existen.

En cuanto a la invitación en cada uno de los ejercicios a relatar cómo se sintieron desarrollando las escenas, se podría argumentar que propicia en los participantes una constante atención al mundo emocional que se va desplegando al interior del terapeuta a medida que va fluyendo la sesión, lo que significa una gran importancia para el trabajo, en el sentido que le permite a los terapeutas situarse, acto propuesto por Bertando y Lini (2018) que favorece la conciencia emocional y la pone al servicio de la intervención para ejercer libre y responsablemente el trabajo terapéutico.

En cuanto al desarrollo de los distintos personajes terapéuticos, pareciera ser un interesante camino el reconocerse en las habilidades propias y acomodar los aprendizajes adquiridos a este desarrollo personal. En este sentido fueron un gran aporte al conocimiento personal los ejercicios de balancín de estatus, ya que existen múltiples formas de dominar o subordinarse en la conversación terapéutica, y va a depender del nivel de conciencia corporal y emocional del terapeuta y de sus

habilidades para leer las dinámicas del sistema consultante, las decisiones que vaya tomando en cada momento.

En cuanto a la *ampliación o disminución de movimientos*, más allá de los movimientos desplegados, una novedad bastante interesante que surgió es la posibilidad que abre la conciencia corporal (a partir de la actuación de las escenas pero sobretodo de las retroalimentaciones) es el ampliar la “caja de herramientas” a utilizar y las decisiones posibles en el despliegue como, por ejemplo, disminuir quizás algunos movimientos o elegir desplegar una menor cantidad de elementos en la conversación para proteger el ritmo y la mejor entrega del mensaje por parte del terapeuta, así como una más eficiente actitud de escucha, según sean las necesidades del caso.

Para terapeutas en formación resulta fundamental centrarse en lo que poseen como cualidades, y desde ahí tomar decisiones de actuación. Si no se explicitan las *armonías/disarmonías*, tampoco se pueden ver las posibilidades. El hecho es que no necesariamente todos los personajes deben verse ni sentirse cómodos o armónicos, pero sí todas las actuaciones deben ser intencionadas y responsables. Entonces, ahondar en lo que resulta cómodo o familiar para cada terapeuta es una reflexión profundamente personal que permite hacer consciente lo que se tiene a mano para desarrollar las distintas actuaciones en la escena terapéutica. Esta dimensión resulta interesante ya que permite abordar directamente los desarrollos de distintos personajes terapéuticos.

Si se toman en cuenta las consideraciones de Cervera y Gastulo en cuanto a la conciencia corporal como promotora de bienestar personal y posibilitadora de una mejor calidad de aprendizaje, se podría considerar entonces, que las 8 propuestas formativas de *Escena Siena*, desde un punto de vista pedagógico, posibilitan un aprendizaje de alta calidad en tanto involucran completamente al cuerpo pero también promueven un excelente nivel de auto conocimiento co-construido entre los y las participantes a través de la invitación a comentar cómo se sintieron al realizar la escena y las retroalimentaciones, ya que estos escritos permiten la emergencia de características propias de cada terapeuta que quizás de otras formas hubiese sido imposible mirar, en el sentido propuesto por Merlau-Ponty. Resulta entonces valioso el incluir al cuerpo en la formación tanto como incluir el conocimiento colectivo que sólo es posible a partir de las retroalimentaciones centradas en la corporalidad puesta en escena.

Una mención especial en este apartado corresponde a las retroalimentaciones, ya que las apreciaciones escritas de las escenas en el proceso formativo traen un mensaje que deriva en un efecto acumulativo en el progreso de las escenas sucesivas, siendo parte fundamental de la implicación, continuidad y cierre del proceso, permitiendo tomar posición sobre la propia experiencia comunicativa corporal. Lo anterior implica específicamente decidir, en el sentido de que los ejercicios de *Escena Siena* llaman a adquirir (imitar) para luego diferenciarse (emular), operando como posibilidades que propician un aprendizaje de primer orden, es decir, los ejercicios en sí mismos y luego, la posibilidad de deuteroprender nuevas formas corporales.

Finalmente, se identifica como una característica provechosa de la formación la importancia de aprender en colectividad, toda vez que los terapeutas podrían desarrollar un diseño cada vez más definido de sí mismos gracias a la participación de otros, así como la posibilidad de que ese proceso sea inacabable y permanente, pues no hay un modelo último de “como ser” en términos corporales, sino justamente un “permanecer observando”, provisorio, no definitivo, en elaboración, pero igualmente fundamental en la praxis clínica.

Reflexiones finales, limitaciones, proyecciones

En cuanto a la formación o de-formación de habilidades útiles para cada personaje terapéutico, se podría establecer que el método propuesto por Escena Siena favorece múltiples aspectos principalmente por la forma en que está diseñado al poner al centro del trabajo la corporalidad a partir de los distintos ejercicios basados en técnicas teatrales y presentados por actores profesionales, pero también por fomentar cuidadosamente los espacios de auto observación al propiciar el relato emocional luego de cada escena por parte de quienes la realizaban, pero también al fomentar las retroalimentaciones escritas.

Todos los elementos que se han tenido en cuenta al diseñar la propuesta formativa podrían contribuir a desarrollar terapeutas cada vez más conscientes de las posibilidades que se abren con un trabajo corporal intencionado y responsable, que va muchísimo más allá de lo que se puede observar en el rectángulo de la pantalla donde ocurre la conversación terapéutica virtual.

Como hallazgo quizás inesperado, se identificó que el uso intencionado y responsable de los elementos vocales desplegados en sesión fueron valorados como una habilidad altamente significativa que se desarrolló a lo largo de la formación y que podría tomar más protagonismo en futuras formaciones.

Resulta interesante en un proceso futuro de formación incluir la voz y su entrenamiento de manera explícita, ya que es una de las herramientas que ganan protagonismo en la virtualidad, en tanto puede funcionar como un “anclaje”, un punto de encuentro entre las subjetividades de terapeuta y consultante. Sobre todo atendiendo a las dificultades técnicas que se pueden dar en el transcurso de la sesión online donde podría, por ejemplo, fallar la conectividad de internet. En casos como estos, a veces se hace necesario continuar el proceso sólo por llamada telefónica, por tanto los terapeutas deben estar conscientes de que es una posibilidad contar solamente con la palabra y la voz para guiar o cerrar una sesión de la mejor forma posible, sin dejar cabos sueltos o generar más malestar en quien consulta.

Por otro lado, la importancia de expresar adecuadamente la emocionalidad y lograr que el mensaje llegue de manera efectiva al sistema consultante es, además de una acción terapéutica

importante y muy necesaria de entrenar, un posicionamiento ético en tanto es imperativo ser lo más consciente posible del lugar en el que el sistema posiciona al terapeuta para tomar partido de forma consciente y “liberarse” en cierto sentido, de este mandato. Bertrando y Lini destacan la importancia del posicionamiento, pero agregan un elemento importante, y es que ese proceso tiene resultados significativos solo si se logra dar un sentido a cómo se siente el terapeuta en la posición en la que está. Los autores proponen que se debe desarrollar una doble actividad, que consiste ver esta posición y al mismo tiempo hacerse consciente de las emociones asociadas a habitar ese lugar. Es esto a lo que llaman “situarse”, al doble proceso de desarrollar conciencia emocional y posicionamiento en psicoterapia. En términos terapéuticos, *el terapeuta usa la propia capacidad de situarse para ayudar a los pacientes a situarse a su vez en los sistemas significativos de su vida. Se propone que, si el consultante adquiere la capacidad de situarse, también podrá fotografiarse en diferentes momentos, que le permitirán orientarse en un proceso fluido y en un continuo devenir, dándole un mejor sentido de sus posibilidades y elecciones* (Bertrando y Lini, 2018, p.11).

Por todo lo señalado anteriormente, se podría pensar que formaciones como la propuesta por *Escena Siena* donde se entrenan habilidades corporales para ser desplegadas especialmente en la psicoterapia online aportan en gran medida a mejorar las habilidades clínicas de este tipo de atención y favorecen un trabajo más profesional y ético, ya que atender a distancia podría confundirse quizás con una posible flexibilización de los estándares de calidad, pero también la formación profesional a distancia podría correr el riesgo de dejar de lado aspectos tan importantes como la ética y la responsabilidad de los y las terapeutas.

Por otra parte, parece ser un interesante desafío el integrar los diversos elementos desarrollados a lo largo de la formación en conjuntos de acciones cada vez más armónicas y naturalizadas, como lo señala el siguiente auto-reporte: “el mayor desafío fue que fuese armónico y que se viera realmente lo que uno quiere transmitir. Siento que yo he explorado cada uno de los elementos propuestos, pero por separado. El desafío fue utilizarlos de una manera fluida”.

En general y atendiendo a las entrevistas finales de quienes terminaron el proceso formativo, el participar de *Escena Siena* resultó muy provechoso principalmente en el auto conocimiento de habilidades y posibilidades de mejorar la conciencia corporal y emocional, sobre todo para terapeutas con poca experiencia clínica, y particularmente para quienes sólo tenían experiencia en atención

online. En este sentido, sería interesante ahondar más detalladamente en los relatos de participantes con mayor experiencia clínica, de manera de definir el público objetivo que más se beneficiaría de formaciones de este estilo. Por otra parte, siempre se tendrá la limitación al acceso que define el poseer una buena calidad de internet, dispositivos de grabación pertinentes y, finalmente, experiencia y habilidades para el uso de las tecnologías, lo que podría también presentar un obstáculo en la participación de personas mayores, si es que no se evalúan y nivelan las habilidades necesarias para desarrollar el proceso.

Referencias bibliográficas

- Anderson, H. (2000). Conversación, lenguaje y posibilidades, un enfoque posmoderno de la terapia. Buenos Aires: Amorrortu.
- Andrade, J. y Egas, V. (2022). El lugar del Cuerpo y su impacto en las sesiones de psicoterapia con modalidad virtual: Desafíos de la Psicoterapia virtual con orientación psicoanalítica. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud "GESTAR"*. 5, (9). 58-76. DOI <https://doi.org/10.46296/gt.v5i9edespmar.0054>
- Bertrando, Py Lini, C. (2018). Situarsi: posizionamento ed emozioni in terapia sistemica. Situarsi: posizionamentoedemozioni in terapia sistemica , 9-28.
- Bianciardi, M. (2002). Sull'insegnamento della pratica clinica [Sobre la enseñanza de la práctica clínica], *Connessioni*, 11, pp.25-35. Traducción Marcelo Bustos.
- Bonelli, C., Gálvez, F. (2004). La construcción del espejo milanés. De familias y terapias, *Revista del Instituto Chileno de terapia familiar*, N. 18 pág. 7-15.
- Calventus, J. (2008) Una aproximación al análisis de datos cualitativos textuales. Documento de trabajo 2008. Profesor de la carrera de Socioeconomía, Universidad de Valparaíso.
- Calventus, J. (2000). Acerca de la relación entre el fundamento epistemológico y el enfoque metodológico de la investigación social: la controversia "cualitativo vs. cuantitativo". *Revista de Ciencias Sociales*, 1(2), 7-16
- Ceberio, M., Moreno, J., Des Champs, C. (2000). La formación y el estilo del terapeuta. La nueva Comunicación, Artículos en línea, *Perspectivas Sistémicas*.
- Gastulo, M.E y Cervera, J. L. (2017). Conciencia corporal en el proceso de la formación Profesional. *Cuid salud, ene-jun 2017*; 3(1) p. 296-302. Extraído desde https://revistas.urp.edu.pe/index.php/Cuidado_y_salud/article/view/1426#:~:text=La%20conciencia%20corporal%20es%20el,ser%20percibidos%20por%20uno%20mismo.
- González, F. (2000) Investigación Cualitativa en Psicología: rumbos y desafíos. México: International Thomson Editores
- Haley, J. (1997). Aprender y enseñar terapia. Amorrortu, Buenos Aires, Argentina. Jutorán, S. (2005). ¿Formación o entrenamiento en terapia sistémica?. *Revista de la Universidad del Azuay*, N° 35, p. 53-71
- Kouro, P. (2017). La escena del performer en terapia: Diálogo entre el modelo

sistémico relacional y las artes escénicas. Tesis/Actividad formativa equivalente para optar al grado de Magister en Psicología Clínica de Adultos, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/159343>

- Martic D., Muñoz, J. (2010). Hacia la Construcción de Personajes Terapéuticos: Experiencia de un taller piloto en la formación de terapeutas desde una mirada sistémica posmoderna. Memoria para optar al título de Psicóloga, Universidad de Chile
- Martínez, M. (2006) *La Investigación Cualitativa (Síntesis Conceptual) Revista de Psicología* 9, (1) . pp 123 – 146
- McNamee, S. y Gergen, K. (1996) *La terapia como construcción social*. Barcelona: Paidós.
- Mella, O. (1998). Naturaleza y Orientaciones teóricas-metodológicas de la investigación cualitativa.
- Mendoza, L. (2020). Lo que la pandemia nos enseñó sobre la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, L, (Esp.), pp. 343-352
DOI: <https://doi.org/10.48102/rlee.2020.50.ESPECIAL.119>
- Merleau-Ponty, M. 1970. *Lo visible y lo invisible*. Trad. J. Escudé. Barcelona: Editorial Seix Barral.
- Merleau-Ponty, M. (1975). *Fenomenología de la percepción* (p. 475). Barcelona: Península.
- Morales, E. (2013). Cogito y corporalidad: conciencia corporal en Bergson y Merleau-Ponty. *ENDOXA. Series Filosóficas, n° 32, 2013*, pp. 89 -106. UNED, Madrid. Extraído desde <https://revistas.uned.es/index.php/endoxa/article/view/11195/10704>
- Restrepo, E y Restrepo V., (2008) *El cuerpo virtual. Una mirada psicoanalítica desde la teoría lacaniana*. Trabajo de grado para optar al título de Psicólogos, Institución Universitaria de Envigado, Facultad de Ciencias Sociales, Programa de Psicología. Extraído desde https://bibliotecadigital.iue.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12717/1093/1/iue_rep_pre_psi_restrepo_2018_cuerpo_virtual_art.pdf&cd=2&hl=es-419&ct=clnk&gl=cl
- Siles, I., (2005). Internet, virtualidad y comunidad. *Revista de Ciencias Sociales (Cr)*, II(108),55-69. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15310805>
- Stanislavsky, K. (1975). *La construcción del personaje*. Madrid: Alianza.
- Stanislavsky, K. (1992). *Un actor se prepara*. Madrid: García Verdugo
- Tomicic, A., Bauer, S., Martínez, C., Reinoso, A., & Guzmán, M. (2009). La Voz como una Herramienta Psicoterapéutica: La perspectiva de los terapeutas. *Revista Argentina de Clínica*

Psicológica, XVIII(3),197-207. ISSN: 0327-6716. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921775001>

- Varela, F., Thompson, E. & Rosch, E. (1993) *De Cuerpo Presente*. Las ciencias cognitivas y la experiencia humana. Barcelona: Editorial Gedisa.

Anexos

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO PROGRAMA FORMATIVO Y DE INVESTIGACIÓN ESCENA SIENA

Información relevante del Programa

En la línea sistémico relacional, dentro del ámbito de psicología clínica y salud mental, se ha hecho casi imposible cumplir con los procesos que favorecen la generación de competencias en los estudiantes de pre y posgrado, sin el uso del espejo unidireccional como elemento que proporcionaba la estrecha relación que se tenía con CAPs (Centro de Psicología Aplicada). La imposibilidad de contar con un escenario de formación que permite la atención directa de pacientes, los espacios de observación y supervisión del trabajo a los propios formandos, así como la ausencia en el mostrar el trabajo clínico de parte de los propios docentes, obligan a generar nuevas estrategias para la formación de un terapeuta.

Por todo lo anterior es que se ha trabajado en la creación de una nueva experiencia pedagógica, como respuesta a la imperiosa necesidad de ir logrando metodologías de aprendizaje que se adecuen de mejor manera a las condiciones de no presencialidad y al trabajo con otras estructuras formativas. Se trata de un programa formativo para la diversificación y mejoramiento del personaje terapéutico a través de un método de actuación teatral, realizado en una plataforma digital especialmente diseñada para ello, o sea en un software.

Se trata entonces de una experiencia que se ha estructurado como un proceso de investigación que contiene un sustento teórico en el cual está basado el programa formativo; cada uno de los pasos metodológicos a cumplir; y por cierto una muestra controlada con la cual iniciar esta actividad con todas las normativas éticas y consentimientos requeridos. Una vez realizada y evaluada, podrá contar con mejoramientos y eventuales ampliaciones a otros ámbitos formativos. El hecho de que sea un proceso de investigación también tiene que ver con que la formación de profesionales en psicología clínica es una de nuestras líneas de investigación, que se viene desarrollando desde hace varios años y es de nuestro interés llevar a cabo procesos de productividad académica en este sentido, a saber, sistematizaciones y publicaciones pertinentes al área.

Propósito del consentimiento

El propósito de esta ficha de consentimiento es comprometer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de esta, así como de su rol en ella como participantes. Si accedes a participar de este estudio, serás parte de un programa formativo, el cual implica un trabajo durante el segundo semestre del 2021 con el objetivo de la diversificación del personaje terapéutico a través de una metodología de actuación desde la disciplina teatral por medio de la ampliación de la conciencia corporal.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, toda la información proporcionada estará dentro del software especialmente dedicado al trabajo formativo, tendrá un carácter confidencial y estará bajo los resguardos de la formación, lo que quiere decir que no se usará para ningún otro propósito fuera de los de este trabajo formativo y de investigación.

CONSENTIMIENTO

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, la cual es conducida por Daniela Lagos Contreras y Felipe Gálvez Sánchez, ambos miembros del cuerpo docente del Diplomado en Psicoterapia Sistémico Familiar y co-investigadores del Proyecto *Escena Siena* reconocido como FPCI + ID de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Chile.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de este proceso formativo y de investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado además de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona, ni tampoco para mi desempeño en el programa que actualmente estoy cursando.

Entiendo que conservaré una copia de este documento firmado del consentimiento y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido.

Nombre	Firma	Fecha

De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, me podré contactar al email:

escena.siena@gmail.com

NOMBRE	FIRMA	FECHA
DANIELA LAGOS CONTRERAS		JUNIO 2021

NOMBRE	FIRMA	FECHA
FELIPE GÁLVEZ SÁNCHEZ		JUNIO 2021

Firmas responsables del proyecto formativo y de investigación

Participante 1

Escena 1-Biografía Corporal

Hola C, gracias por compartir parte de tu historia. Si bien en la explicación de tu narrativa, expresas que te costo usar la creatividad a nivel corporal, a mi juicio la selección de movimientos permite representar muy bien tus hitos. Conecto con tu experiencia de confusión de carrera (también me paso) en la transición a la otra escena, al estar en un plano bajo me hacía pensar en la idea de un nuevo despertar en el cual parecía todo muy nuevo, pero había una seguridad en tu postura y marcha hacia delante, al parecer estas construyendo tu camino con pasos de seguridad. Saludos!!!

Hola C! Super completa tu primera escena, incluyó ejecución, explicación de tus hitos y el cómo experimentaste esta primera experiencia. Se perciben con claridad tus tres hitos, el uso del espacio y las sombras aportaron algo teatral. Tu cuerpo me habló de desorientación, antes de escucharte, lo cual me hace pensar en una sintonía con dicha sensación, al respecto me preguntaba ¿Cómo acompañas la desorientación en otros? Cuando te observaba pensaba en un cuerpo que se enfrentó a mucho, se presentan lágrimas, mano que se sueltan, cuerpos que se caen... como una especie de derrumbe que puede haber movilizadado muchas emociones en ti. Es bonito el movimiento de desplazar a un lado cuando haces alusión a tu cambio de carrera, se siente un movimiento fuerte -casi como si tuviese sonido- y en donde rápidamente miras en dirección contraria. Cuando comentas al final sobre “lo corporal” como aquello menos trabajado, yo percibía lo contrario, que hablas mucho con el cuerpo, mueves las manos y expresas con la cara, pareciera ser un cuerpo sabio en eso que llamas “lo corporal”. Quizás la invitación es abrazar aquello como lo haces contigo misma al final de la escena. Excelente trabajo!

Hola C, encuentro que tu escena expresa muy bien la historia que relatas, tanto por las transiciones que marcas entre cada hito por la forma en la que expresas lo sentido, sobre todo a través del movimiento de tus brazos y el uso de diferentes alturas en el espacio, que marcan la forma en la que abordaste cada evento en lo emocional. Gracias por compartir!

Es una escena muy bien lograda, con desplazamientos importantes a pesar del reducido espacio, eso habla bien de lo que logras en términos de expresión general del cuerpo y sobre todo en relación al espacio. Quizás contribuye también un juego con la sombra de tus movimientos que pudo haber sido casualidad, pero definitivamente aporta. Algunos movimientos están llenos de pequeños símbolos, pero al estar situados en una secuencia algo veloz, se puede perder su especificidad, algo así como cuando alguien habla demasiado rápido, perdiéndose la potencia de algunas palabras en medio. En escenas venideras podrás ir calibrando mejor los tiempos de tus movimientos seguramente. Cuando comentas los hitos de tu biografía continuas haciendo algunos gestos que acompañas tu habla y pareciera que está muy "incorporado" en tiesto de sumar los brazos y manos en tu intento por comunicar. Me parece que hay en tu forma de desplazarte una cierta suavidad que se parece a tu voz, pero que quizás no se parezca tanto a tu historia que podría no ser tan dulce en algunos aspectos. Se te ve segura y disfrutando de una relación con tu expresión corporal. Un muy importante primer paso.

Hola C: primero que todo, gracias por participar en Escena Siena. De tu biografía corporal, te comento que logro entender los hitos que explicas a través de tu secuencia física. El uso del espacio, de la esquina de la habitación también narra, cómo naces desde ese lugar. El uso de la pantomima es efectivo, cuando subes escaleras nos representas el crecimiento, pero en general queda sólo en el uso de las manos y brazos; en general el uso de niveles de altura está en el nivel medio (de pie normal), salvo cuando caes y golpeas al suelo y luego vas subiendo lentamente mirando hacia los lados, apareciendo, que es un gesto que transmites con claridad. El gesto de la mano despidiéndose y de las lágrimas que te limpias del rostro, transmite la separación de tus padres. El gesto de escribir y tirar a un lado, se entiende que es dejar una carrera, pero el momento pasa muy rápido. En general, la secuencia está rápida, por lo que yo te recomendaría, que cuando uses tu cuerpo en un ejercicio físico futuro o en la vida, te des el tiempo de vivir lo que te sucede en el momento presente, y no correr ese momento. Y respirar, me pareció que estabas un poco tensa y no estabas respirando, manteniendo un mismo gesto facial en todo el ejercicio (tu manos incluso estaban un poco tensas, aunque expresivas). Esto es entendible en el primer ejercicio, ya que es un instante de exposición, que provoca nerviosismo. Igualmente, el uso del ritmo puedes usarlo a tu favor, variarlo (ir rápido o lento según lo que quieras expresar).

El foco visual está perdido; recomiendo siempre establecer un punto claro de mirada cuando realices una acción física (esto se recomienda para no marearse, pero también porque otorga precisión para transmitir una emoción o idea), se entiende que el gesto de mirar sin un foco viene del hecho de “estar perdido”, pero cuidado, que eso no haga que quede ambiguo (en un momento señalas hacia delante, pero igual se pierde la mirada al instante siguiente). Falta proyectar más energía (con mayor intensidad) y vivir lo que se transmite, los gestos están bien escogidos, pero pueden exagerarse más, para que el espectador los diferencie. Hay una idea de las reacciones emocionales, que recuerdas de aquellos hitos, pero sólo quedan dibujados en los gestos, y no transmites hacia nosotros qué sentiste en ese momento (es también entendible, ya que si bien hacemos uso de la memoria emocional en este ejercicio, hay un espacio de tiempo que nos distancia de lo sucedido; pero igualmente hay una reacción en el ahora, la C de hoy 2021, en cómo revive esos hitos). Bien el gesto de las manos en el pecho, que expresa ese descubrimiento que detallas al final. Lo que comento son detalles que uno podría seguir trabajando, si siguiéramos haciendo este ejercicio, pero me parece un buen inicio en este proceso, de a poco iremos viendo distintas herramientas para ampliar la expresión corporal y transmitir con mayor eficacia y energía vuestras acciones. Siempre el método para encontrar un paso de baile o una acción corporal para traducir una idea o sentimiento, varía según la persona, lo va encontrando en la medida que trabaja físicamente, por lo que te felicito por enfrentarte al desafío de este ejercicio situándote desde la creatividad.

Escena 2 - Secuencia postural de escucha

Hola C: Felicidades por el ejercicio, se ve todo clarito y con lujo de detalles. Además de la ejecución, siento que también te comprometiste mucho con el sentir de la actividad y lograste conectar con las claves corporales para entender qué tipo de emoción evocaban en ti. En general te vi muy cómoda y tranquila. Me llamó mucho la intensidad que logras transmitir con tu mirada, la sentí curiosa y atenta... a ratos escrutadora también. Encuentro súper interesante la frase/reflexión que compartes cuando señalas que una buena postura de atención en terapia debe incorporar el balance entre la comodidad y la incomodidad... me parece una frase muy buena y me hace mucho sentido. Saludos!

C se te observa muy relajada y precisamente la postura que te hace sentir más cómoda se manifiesta en el ejercicio.

Muchas gracias C, muy buen trabajo. En general te noté muy expresiva en cada postura, sentí que la intencionalidad de la posición se la ibas dando tú con la mirada, los gestos. Me pareció fascinante cuando intentabas mostrar interés y atención, pero a la vez me pareció que pensabas muchas cosas mientras hacías la postura. Por momentos te noté seria y pensé ¿qué emoción me despierta su seriedad cuando me escucha? Veo que la postura de escucha es una tremenda aliada para ti, en materias de transmitir e intencionar una relación en terapia. Felicidades!!

Hola C, espero te encuentres muy bien. En primer lugar, te felicito por el ejercicio, las primeras cinco posturas son muy precisas, todas transmiten cosas diferentes y de una manera muy clara. Destaco la capacidad que tienes de armonizar todos los elementos solicitados: tu respiración, la mirada, la postura de brazos y piernas, columna, etc.; todo funcionaba en conjunto y de una manera muy fluida, incluso aquellas posturas poco naturales o habitadas. ¡Creo que fue un excelente ejercicio! Por lo que entiendo, la inclinación hacia adelante para ti transmite atención plena, situación que buscas en los contextos terapéuticos. En este sentido, como desafío me gustaría invitarte a pensar en qué situaciones sería una buena estrategia utilizar otros tipos de inclinación, por ejemplo, hacia atrás. Así también, te invito a habitar estas nuevas posturas -que quizá en principio no transmiten tanta atención como otras- en armonía con movimientos de cabeza (asintiendo, inclinándola y transmitiendo ternura, etc.) Espero verte pronto en otra escena ¡fue un excelente ejercicio! felicidades.

Hola C ¿cómo te va? Creo que entiendes muy bien el ejercicio, haces la mimesis de las distintas posturas de forma correcta. Y sobre todo haces una buena reflexión sobre que expresa cada cual. En efecto la primera es una postura que no suele usarse en una conversación y muestra desinterés total, porque no solo la mirada está mirando poco al frente, sino que el cuerpo completo está en otra dirección (el dorso está más hacia atrás que hacía el frente) se podría decir que es una postura más bien de descanso o relajó. Identificas bien que la postura con la cabeza inclinada hacia un lado está ligada a la expresión de la ternura, mencionas que la sueles usar en el cotidiano por lo que pienso que estás bastante conectada a la emoción de la ternura. Hace sentido cuando mencionas que te sientes más cómoda en terapia con las posturas que eran hacia adelante pues justamente están ligadas a una mayor cercanía e interés hacia la persona con quien estamos hablando. Muy buen

ejercicio, la invitación sería a probar ir cambiando de posturas en una conversación, ahora que tienes esta conciencia de lo que van expresando, se puede ir cambiando de una a otra para dar ciertas señales. En el cotidiano uno no suele escuchar en una postura fija, sino que va teniendo ciertas variaciones inconscientes, desviar la mirada, cambiar el dorso hacia atrás o hacia adelante etcétera. La invitación es a hacer esta secuencia de escucha esta vez de forma consciente.

Escena 3 - Secuencia postural de escucha en duplas

Sin retroalimentaciones

Escena 4 - Secuencia física Estatus

Hola C! que buen ejercicio. Me habría encantado verlo más pausado solo porque tu actuación fue precisa y también muy veloz. Creo que el estatus alto parecía algo más ajeno, como una posición más incómoda, te hace sentido en tu experiencia que así haya sido? Creo que el movernos y desplazarnos como terapeutas es algo que observamos menos, aún cuando en la práctica presencial son movimientos que hacemos, excelente poder verte en esta actuación.

Hola C del ejercicio puedo comentar lo siguiente. Es un ejercicio logrado, ya que se cumple la premisa de entrar en un estatus en este caso bajo, luego invertirlo en la silla y salir en estatus opuesto (en tu caso alto). También estuvo muy interesante tu reflexión porque te valiste de tu imaginación para hacer que el ejercicio tuviera una lógica. Creo eso sí que fue demasiado breve y por lo mismo no pudiste utilizar muchos recursos físicos. Pienso que el estatus alto pudo desplegarse más, por ejemplo en la forma de mirar luego de sentarte en la silla o caminar sintiéndote la dueña del mundo etcétera, dicho de otra forma pudo extremarse más, pudiste salir físicamente como una reina, más que solo como una persona que se quitó un peso de encima. En términos corporales es más fácil aprender esta clase de conceptos llevándolas al chanco, se aprecia que buscaste acercar los conceptos al cotidiano y trabajaste desde ese lugar. Se podría concluir que hay distintos niveles en status bajo y alto, un nivel más sutil o cotidiano de trabajarlo o un nivel más llevado al chanco pensando en situaciones o personajes que tengan el nivel máximo de estatus o por el contrario el mínimo. En términos generales fue un buen ejercicio trabajado más desde lo sutil, te propondría trabajar en próximos ejercicios con gestos y movimientos más llevados al chanco para explorar también ese lugar.

Hola C; de tu escena, puedo comentarte que está precisa la secuencia y es claro el cambio de estatus bajo a alto, si bien está un poco breve. Conectaste qué representa para ti cada estatus, la “falta de confianza” frente a una situación nueva, versus “salir con más certezas”, a una situación o circunstancia imaginaria, que determinó el comportamiento de tu corporalidad, apareciendo además el gesto de la cabeza asintiendo en el alto, y el moverse en círculo en el bajo (que denota la ansiedad o el miedo ligado a este estatus). Quizás faltó explorar más el estatus alto: la idea es jugar con los opuestos extremos para ir ampliando nuestro registro corporal, entonces cabe preguntarse ¿Te sientes cómoda con el estatus alto? ¿Has ocupado alguna vez una posición de poder, frente a un otro? En las relaciones humanas, e incluso como terapeuta, cuando ocupamos un rol específico, éste conlleva un estatus más o menos alto, por tanto ¿Cómo te relacionas en ese rol? Entendiendo que es un concepto dinámico, un balancín que una puede controlar, dentro de los límites de las circunstancias.

Escena 5 - Improvisación Estatus

Me parece que logras llevar a cabo el ejercicio en términos generales. Tu actitud corporal, los hombros, los brazos y la mirada hacia abajo son bastante evidentes. Creo que eso es algo buscado y actuado, ya por eso me parece destacable. Ahora bien, de la misma forma, creo que acompañas bien con el tono de la voz, con el hecho de no cruzar la mirada con Pedro, salvo ocasiones contadas. Como se trata de un balancín de estatus, me parece también evidente que la segunda parte es más difícil para ti, como que el cuerpo se quisiera quedar en estatus bajo... "ahora que lo pienso" inaugura tu estatus alto y te alejas un poco de la cámara (cuestión que puede ser interesante de entrenar en atenciones en el planeta zoom). El tono de la voz no cambia tanto, sí el contenido, pero creo que ahí se puede trabajar un poco más el volumen, la velocidad del relato y algo más con las manos. En el video de ejemplo los actores trabajan muy bien levantar el mentón, cosa que también podrías entrenar, intentar. De todas formas insisto que fue un gran despliegue, sin duda un mejoramiento en cada escena, felicitaciones.

Hola C Muchas gracias por continuar participando de este espacio!. Lo primero que me paso con la escena fue que me costó un poco al principio entender en que estatus estaba cada uno, fue con el discurso y tu silencio que me quedo claro, es decir, lo verbal fue lo principal en la primera parte del video. Mientras eso sucedía pensaba "quizás el plano

medio de la cámara dificulta que lo corporal pueda mostrar el estatus "pero luego, se notó claramente el cambio, tanto por el tono de voz, que aparece como un elemento fundamental al momento de modular los estatus, pero también en tu corporalidad, me pareció que "creciste" en un momento, tomaste un poco de distancia con la cámara, elevaste un poco tu cara y eso cambio completamente tu forma de estar en la escena. Gracias otra vez!

Hola C: Muy interesante y bien lograda la escena. Los felicito, pues esta prueba incluía un trabajo de improvisación de duplas! Considero que se ve muy claramente el cambio de estatus por los que van pasando, a través de la conversación, con tu compañero. No entendí muy bien cuál era el vínculo entre ustedes dos, pero creo que eso transformó el desarrollo del ejercicio en algo bien interesante. Pues, al comienzo, cuando estás en un estatus más bajo, te sentí más en un rol de "hija" y luego, cuando cambias el tema y comienzas a recriminarle a tu compañero el poco cuidado hacia el gato, los imaginé más bien como en una discusión de pareja... lo cual me da a entender que lograste bien poder verte "más pequeña" o "más grande" a través del sólo uso de tu corporalidad y voz. Felicidades nuevamente por lo bien logrado de esta escena!!Saludos!

Estimada C: Me encantó el ejercicio con Pedro, se notó el cambio de estatus claramente. Tu gestualidad y tu tono de voz fueron acertadas a la hora de expresar este balancín de estatus propuestos. Te felicito, un abrazo Jimena.

¡Hola C! iniciaré mi retroalimentación tomando la pregunta final que quedó pendiente de tu compañero ¿Cómo habrá quedado? Yo diría que bien logrado! En general sentí que la escena fue fluida y natural, lo cual proyectó seguridad y confianza en la representación de ambos. Lo anterior, se ve reflejado en la claridad del balancín de estatus, en donde hubo una selección de buenos elementos transicionales; tono de voz, miradas altas y bajas y el tono corporal. Me quedé con la sensación de que lo pasaron bien y esa finalmente era la invitación! Saludos

Hola C, de tu escena con Pedro, te comento que comprendes corporalmente el balancín de estatus, ya que realizas claramente el cambio del estatus bajo a alto del rol de hija; comprimes el pecho y los brazos cuando pides disculpas para ser desordenada, para luego abrirte, enderezar tu columna y proponer una postura más relajada, aunque manteniendo un poco la rabia al enfrentar al padre por el cuidado del gatito. Además, expresas emociones ligadas a esos estatus según la circunstancia que improvisaron, por

ejemplo, la culpa y la rabia. Faltó proponer un beat más con Pedro, para que probaran cómo subir y bajar de estatus más de una vez, pero la escena funciona y hay escucha activa entre ambos. Tienes facilidad para proponer variaciones de estatus corporalmente.

Hola C. Buenas noches. De tu ejercicio puedo decir que está muy bien logrado, ambos parten en un estado neutro, pero tu estatus comienza a bajar a medida que te va haciendo la crítica, es muy interesante verlo en esta toma porque te empiezas a ver más pequeña en el video, por el contrario en el punto en que te acuerdas de las gotas del gato cuando tomas el estatus alto para retarlo, tu corporalidad cambia y te empiezas a ver más grande. Además de un mayor uso de las manos para ser enfática en la discusión. Otro aspecto interesante es que al cambiar de estatus tomas un estatus mayor al que tenía tu compañero cuando estaba en el estatus alto, porque te da más rabia que te haya criticado luego de mandarse ese descuido con la mascota, gran ejercicio se cumplen los objetivos de aplicar el concepto de estatus a una situación particular y tienes un buen uso de expresión corporal para pasar de una estatus bajo a uno alto. Felicidades

Hola C, respecto al ejercicio me parece que hubo un cambio de estatus, no obstante, súper bien logrado como realizaste el cambio, se ve una clara transición desde lo verbal, postura corporal y gestualidad. Me dio la impresión que lograste mantener el estatus alto por más tiempo, te observe más natural en esos momentos, lo que me llevó a preguntar ¿es una postura con la cual te sientes cómoda? Lo habías visto??Saludos!

Escena 6 - Acciones verbales

Hola C, un gusto ver el lo delicado de tu trabajo en esta escena. Es evidente que comprendiste la esencia del ejercicio y creo que lograste una ejecución muy clara en cada parte. Es interesante ver cómo tanto tus acciones verbales como las físicas se acentúan al presentarse juntas. Quiero destacar también que además de tus brazos, manos y movimientos de cabeza, usaras expresiones faciales acorde a cada mensaje. En cuanto a las acciones físicas en sí, te invitaría a observar tu rango de movimiento y probar con algunos más expansivos.

Hola C, creo que entiendes muy bien de lo que trata este ejercicio, tanto en el paso a paso, cómo en el objetivo final, veo la intencionalidad expresiva de tus palabras, lo bonito de hablarte con seguridad, con certezas, habiendo aprendido y entendido lo importante, invitándote a no traicionarte, a observar y confiaren cuándo sí ha resultado, a

no olvidarte de ello y tomar fuerza y seguridad desde ahí. No me cabe duda que si lo hubieras podido hacer con mayor libertad de movimiento, jugando más con los planos, lo hubieras hecho. Creo que logras transmitir las emociones en este plano medio, cosa muy difícil, desde mi punto de vista. A lo mejor una recomendación que te podría dar es jugar más con el tronco, hacia adelante y hacia atrás, o inclinado por ejemplo. Felicitaciones C, que lindo trabajo el que desarrollaste. Muy emotivo y técnicamente impecable. Me sorprendió cómo las acciones verbales las utilizaste a tu favor como una especie de contención al discurso, pero al mismo tiempo giros que conducían el mensaje... creo que tus cambios de comportamiento fueron notable, se sincronizó movimiento, palabra y gestos cargados de sensibilidad, empatía ¿fuiste capaz de notar tu intensidad, tus formas de modelar el mensaje, los gestos de tu rostro y mirada cuando advertías, interpelabas, burlabas o proponías? mientras te miraba, imaginé qué podrían decir tus consultantes. Casi al finalizar me dio la sensación de que estaba observando un cierre de proceso terapéutico, o incluso, cierre de una sesión intensísima. No dejes de seguir entrenando tus acciones verbales, lo haces muy bien!

Hola C, con respecto a las acciones verbales, me parece que logras ir ubicándote desde distintos lugares para establecer la conversación contigo misma, si bien es cierto, comparten una temporalidad común, es como si lograras dejar aparecer distintas voces, distintas expectativas, distintos motivos que orientan la acción desde esta coordenada pasada. Hay un cambio evidente en la transmisión de tu mensaje, desde la pura oralidad, hasta la actuación de un mensaje en su totalidad, me llega de un modo distinto como espectadora cuando lo veo, siento el énfasis que proviene desde ti e hipotetizo que tu también crees más en lo que estás diciendo cuando aparece esta sintonía entre pensamientos, palabras y cuerpo. Se siente la presencia de quién enuncia y quién recibe el mensaje, como si el cuerpo dejara aparecer de manera más nítida a ti misma y también a un eventual otro que escucha el mensaje. El cuerpo hace vívida la relación más que sólo la enunciación. Muy buena escena!

Hola C, de tu escena 6 te comento que hay una diferencia sustancial de expresividad entre la primera y la tercera versión. Logras conectar ambos lenguajes (verbal y no verbal), y los gestos te ayudan a acentuar las palabras o verbos importantes de lo que dices. Sólo te diría que cuides la mirada, ya que sueles bajarla en la tercera (dando la

impresión de que estuvieras leyendo con la mirada), y la idea es que esto le dices a tu yo del pasado; esa baja de la mirada intermitente provoca que la fluidez del texto a veces se pierda, por tanto el objetivo central que quieres lograr con el relato queda menos claro. Pero las acciones verbales en lo físico están precisas, recomendaría indagar en distintas intensidades. La burla a ti misma queda un poco superficial, más marcada que reírte realmente de ti misma. Pero felicitaciones, porque la escena está lograda. Dejo a reflexionar, ¿Sueles pensar en acciones cuando diriges una sesión terapéutica?

Hola C, muy buen ejercicio. Realizaste cada parte del video de forma clara y precisa. Muestras además un buen manejo corporal y un amplio despliegue de acciones físicas para reemplazar las acciones verbales del relato, hay uso del rostro y manos que se diferencian entre si dependiendo de la acción verbal que realizas. Además me da la impresión que entiendes muy bien el objetivo del ejercicio que es usar los gestos y acciones físicas complementando el discurso. Lo que se aprecia muy bien en la parte final cuando se juntan palabra y expresión física. En definitiva un muy buen trabajo, nos vemos en futuras retroalimentaciones.

Hola C! Me parece que realizaste un buen ejercicio, en tanto aprecio una comunicación más efectiva de las distintas intenciones de tu discurso en la tercera parte. Resalto además de tu expresión corporal, el uso de la mirada, las manos y la sonrisa, como complementos clave de aquello que ibas verbalizando.

Escena 7 - Intervención

Hola C: Encuentro muy bueno el desarrollo de tu escena. Destaca la manera en la que intentas incorporar distintas acciones, movimientos y elementos a tu escena terapéutica de intervención. Asimismo, se aprecia un buen nivel de fluidez y naturalidad en el ejercicio de integrar. Hay una clara diferencia entre tu actitud/postura de escucha activa y la energía que adoptas para "avisar" que vas a hacer una intervención (para ello haces uso del tono de voz, del uso de tus manos y torso). Creo que eso ayuda a que tu paciente entienda con claridad hacia dónde vas maniobrando y te permite conducir la sesión de una buena manera. Se ve claramente la incorporación del balancín de estatus y, al final, bajas un poco más y suavizas tu tono y expresión corporal para hacer el cierre-devolución de la sesión. Muchas felicitaciones por tu muy bien logrado ejercicio. Asimismo, nos alegra que sigas participando de este proyecto y nos acompañes hasta la recta final. Saludos!

Hola C! Lo primero es agradecer que sigas comprometida con el proyecto. Lo primero que llamó mi atención es la postura de escucha, el asentir constantemente, la mano en el mentón me recordó mucho a mi propia postura. Da la sensación de tratar de comprender lo que el otro tiene para contarme. Luego de eso, aparece una acción corporal que "anuncia " que algo va a pasar, y luego de eso intervienes y ahí aparece esta especie de baile terapéutico, ya que luego de realizar tu intervención, vuelves a la misma postura de escucha. Este juego de movimientos permite una coordinación donde el otro comienza a percibir cuando viene una intervención y mientras avanza el dialogo, el paciente va dejando un espacio para que eso suceda y la conversación comienza a ser más fluida. Es esa coordinación la que da la sensación (o por lo menos así me pasa a mi), de que la terapia tiene un ritmo...por eso es que hablaba antes de un baile. Gracias por compartir tu escena!

Es muy interesante apreciar cómo ha ido evolucionando el personaje que despliega Cecilia, parece estar en pleno proceso de crecimiento, pero no lo digo sólo en términos formativos, sino que parece que su cuerpo ha crecido, en cuanto tal, se ve ahora ocupando mucho más lugar y ese aporte a la presencia, contribuye de manera directa en la performance. Me parece que sigue existiendo una suerte de dulzura en la voz que no me queda claro si es intencionado o es una reacción. Algunas intervenciones que haces en el trozo de intervención parecen reclamar un tipo de voz más firme, quizás menos acogedora, quizás más confrontadora. Hay algunos quiebres interesantes en la escucha, pero ayudaría si hubiesen movimientos del cuerpo, de los brazos, no sólo al momento de hablar, sino que también al momento de escuchar (sin hablar)precisamente para recuperar o tomar -si es que se quiere- la palabra. Hay algunos gestos repetitivos, un fruncimiento de las cejas que tampoco pareciera ser una intención y se parece más bien a una reacción, sobre eso hay que trabajar en la conciencia corporal (eso sobre todo cuando está escuchando partes difíciles del relato de Pedro) Algunos quiebres del movimiento permiten interrumpir de manera muy adecuada, con un tono bastante insistente y fuerte, también cuando las manos miman la idea que está queriendo entregar. Es una muy buen escena, ejercicio muy bien logrado, sólo sugiero trabajar el hecho de que no haya tanta diferencia entre la Cecilia que escucha más pasiva y la Cecilia que habla, más expresiva y más intensa. Muy buen avance.

Hola C! En general creo que es una escena bien lograda, en donde se destaca la fluidez de tus movimientos. Pese a que el inicio estuvo algo titubeante, cuando observaba tu

escena una de las primeras palabra que pensé fue “solida”, dado que proyectaste comodidad y seguridad. Sin embargo, pese a que pones en el lenguaje el “sentir”, me quedé con la sensación de que el relato que trajo tu compañero invitaba a territorios complejos del vínculo fraterno, dado que aparecían conceptos como distancia, dolido, traición, entre otros. Quizás en el marco de aquello, hubiese sido bonito generar diferencia al convocar posturas que invitaran un poco más a la contención, quizás aproximarse un poco más a la cama, inclinar la cabeza y apoyarla en tu mano, así como una invitación más afectiva a la reflexión de esas emociones. Me hacías pensar cuando te observaba, que es importante considerar que el discurso puede ser perturbado desde los afectos. Gracias por seguir participando del proyecto!

Hola C buenos días. De tu escena puedo decir que está muy bien lograda. Tienes escucha activa, pruebas distintas posturas y sobre todo eres capaz de usar tu cuerpo de forma coherente con tu intervención. Hay algo interesante del trabajo del dorso, hay momentos dónde vas hacia adelante con el cuerpo, da la impresión que es cuando buscas conectarte más, interpelarlo, buscar alguna respuesta. En otros momentos vas hacia atrás y te alejas un poco, me da la impresión que te alejas buscando una reflexión o un procesamiento de lo que va sucediendo, como una ola que se acerca y retrocede, para volver a acercarse. Pienso que es una secuencia muy coherente y que tiene estos dos niveles de una sesión terapéutica por un lado establecer la relación con el consultante y del otro lado reflexionando sobre lo que va aconteciendo y evaluando hacia donde proponer que siga la conversación. Con el uso de tus manos también haces un buen trabajo, vas construyendo con ellas, haces relaciones, en un momento incluso eres capaz de detener a tu compañero para tomar la palabra con esa acción física. En definitiva un muy buen ejercicio, se aprecia bastante conciencia corporal y un amplio abanico de recursos verbales y físicos que aplicas a la terapia.

C noto que como terapeuta te mantienes en el relato del consultante, eres asertiva en cuanto a las preguntas, no pierdes el hilo de la narración y demuestras interés . Respecto al uso del cuerpo la postura de escucha en diagonal proyecta seguridad, cuando te inclinas hacia delante lo interpreto como una postura de prestar atención a un otro y cuando te echas hacia atrás me da la impresión de que tomas distancia del relato. Por último pienso que la

relación terapéutica que se está construyendo logra formar una alianza así que eso es muy positivo.

Hola C, de tu escena como terapeuta de Pedro, te comento que has encontrado una manera precisa de intervenir, logrando que Pedro pueda confiar en ti y profundizar en el relato que expresa, nombrando la decepción como emoción imperante. Creo que, de todas las veces que hablas, la más débil es cuando inicias, ya que la invitación está un poco insegura, pero luego vas tomando fuerza. Tienes una postura básica de escucha activa, que es sentada en diagonal (la cabeza levemente hacia un lado), apoyando la mano en el mentón y asentir con la cabeza, que te da energía. Bien cuando logras interrumpir a través del cuerpo a Pedro, cuando haces el círculo en tus manos “tú conversaste el tema”, llamaste su atención. Cuando le preguntas sobre el conflicto como familia con el hermano, modificas tu postura hacia atrás, ¿Cuál es la acción ahí? no me queda tan claro. Luego, a partir de que le dices “hoy sientes”, vas expresando distintas imágenes vocalmente y con las manos. Y vas hacia delante cuando le preguntas “que te conflictúa, no estás seguro o no te gustaría”, hay claridad y aciertas porque logras que el otro nombre la decepción y la traición. Finalmente, en la entrega que das, te acercas y te afirmas en la medida que vas hablando, a partir de “es importante hacer consciente”. Destaco estos momentos, porque me parece que son los más claros de tu escena, incluso me parece que cuando te vas adelante eres más clara y enfática mientras que cuando te vas hacia atrás, pierde fuerza la intervención y no tengo claridad de cuál es la acción de esa pregunta en esa postura. Pero bien en general, me parece que eres efectiva y expresas corporalmente lo que quieres del otro. A manera de consejo, trabajaría un poco más lo vocal, de repente hablas un poco rápido (se pierde la dicción) y no alcanzo a entender todo lo que dices, no así cuando te das el tiempo y queda más claro. Si pudieras nombrar las acciones que están debajo de cada una de tus preguntas ¿Cuáles serían; son distintas, están encadenadas, es decir, son acumulativas

Escena 8 – Interpelación

Hola C, gracias por completar el proceso y permitirnos acompañarte en esto. En general como video de sesión me parece que la interacción se ve fluida y tus movimientos acorde a tu expresión y a lo que va ocurriendo en la interacción. Me gustan mucho tus comentarios finales porque se evidencia ahí lo que has incorporado del proceso. En ese sentido, apoyo tus auto observaciones sobre la posibilidad de aumentar tu consciencia sobre

las acciones físicas con que acompañas tus acciones verbales, así como el uso del cuerpo en su conjunto. Considero también que sería interesante que pruebes a ver qué pasa cuando escuchas con la espalda en el respaldo e intervienes con el cuerpo hacia adelante, de modo de ampliar tu repertorio.

Me pareció muy buen ejercicio. Tus intervenciones apuntan a contener, cuidando el vínculo. Creo que transmites muy asertivamente un balancín de equilibrio entre estatus, sin embargo, no me quedó tan clara cuál fue la interpelación, aspecto que lo connoto positivamente ya que si hubo una pequeña discontinuidad por parte del paciente, esa fue muy rápidamente incorporada por ti y devuelta en una propuesta de conversación orientada a los desafíos del proceso. Felicitaciones.

Bien C!! completaste tus 8 escenas, felicitaciones! tu desplante terapéutico en términos físicos e interventivos me parece impecable. La atención al contenido y tus gestos en escucha e intervención son claros y diferenciados. EXCELENTE!

Hola C, primero que nada muchas gracias por participar en todos los ejercicios de escena siena. De esta octava escena puedo decir que es un ejercicio muy bien logrado. Tienes un personaje terapéutico muy claro y eres capaz de usar tu cuerpo y tu voz de forma coherente con tus intervenciones. En primer lugar tienes una escucha activa muy sólida, eres capaz de escuchar con atención, pienso que es bueno este gesto base de la mano en la barbilla que luego va moviéndose dependiendo de lo que vas expresando. Hay un momento en particular que me llamó la atención, cuando tu compañera dice que podría quemar las cosas de su ex, tú te inclinas hacia adelante te das una pausa y dices “porque pensabas que quemar sus cosas era una opción”, pienso que fue un muy buen momento, porque tanto acercarte como darte esa pausa, refuerzan la idea que quieres expresar, subrayaste la frase con el apoyo de tu corporalidad. De hecho la consultante leyó muy bien que lo considerabas importante porque se desdijo de sus palabras yendo a otro tema. Lo único que me gustaría mencionar en este punto que podría ser algo a mejorar es que al acercarte en el primer plano se pierde parte de tu cara, entonces creo que la posición de la cámara debiera considerar que el enfoque te sirva tanto cuando estás lejos como cuando estás cerca de la cámara. Respecto al uso que le das a tus manos me parece que son gestos bastante orgánicos y apoyan lo que expresas en tus palabras, en cierto sentido tus manos conducen la sesión como si fueras una directora de orquesta. Finalmente ya a la mitad del video cuando

aparece la interpelación de tu consultante, eres capaz de aceptar la petición que hace de sacar a los hombres como tema en la terapia, luego de asegurarte que no esté metiendo los temas bajo la alfombra, sino que se deba a un avance. Cabe mencionar que en este cierre de la sesión fuiste particularmente clara al expresarte y tus manos jugaron un rol muy importante sobre todo al hacer el gesto de debajo de la alfombra, mostrando cosas que van por debajo y cosas que van por arriba, cosas ocultas y cosas visibles. En resumen un muy buen trabajo felicidades.

Hola C, gracias por tu escena. Me parece que realizas un muy buen rol de psicoterapeuta, en donde tanto guías lo que la consultante te trae, y logras conducir con respuestas reflexivas el tono de la conversación. Noto el estatus base alto constante, pareces ser alguien que está en control del espacio y discurso. Noto muy bien tu postura del cuerpo de escucha, y me parece muy interesantes y ad hoc los comentarios que haces al final del video. Saludos.

Hola C; te felicito por completar los 8 movimientos del proyecto Escena Siena, cuyo trabajo es posible visualizar en esta última escena de interpelación a nivel corporal. De tu escena como terapeuta con Lau, me parece que eres bastante efectiva para conducirla y usas activamente todo tu cuerpo para expresar con claridad cada una de tus intervenciones, especialmente tus manos. Efectivamente, como mencionas, con tus manos “delimitas” en forma o contenido, señalizas... pero cada gesto en realidad simboliza una acción en particular. Reflexiona bien cuál fue la intención de cada gesto, acompañado con las palabras que diste. Si bien mantienes un estatus alto en la sesión (pecho abierto, cabeza erguida y torso alineado) empiezas en estatus bajo al acomodarte cuando la saludas e inicias la sesión; es el momento menos preciso del video. Me parece que tienes un personaje muy específico para abordar la terapia, que está en este rol de “detectadora”, muy conectado con tus manos, de estado de alerta. Es un personaje que te ayuda a estar en presente con tu compañera, está bien escogido, pero creo que profundizar en las acciones verbales podría ayudarte a ampliar tu espectro de terapeuta, encontrar más roles, y a quebrar y respirar “esta forma” que has encontrado, de alejarte cuando vas a intervenir (es bueno eso de “dar espacio y ganar seguridad”, pero a veces debes intervenir de manera veloz, por ejemplo, y puedes hablar estando cerca, explorar otros ritmos, experimentar). Sales bien de la interpelación, aunque tu compañera te proponga una interpelación bastante ambigua, de la

pregunta “porqué me preguntas eso”, y falta darte una pausa para reaccionar a lo que dice. Pero la reconoces como interpelación y tomas luego el momento para reconducirla. Para seguir profundizando en acciones verbales, te recomendaría hacer una lista de las distintas acciones que sueles hacer en una sesión terapéutica con tus pacientes ¿Ofrecer, insistir, señalar, informar, reflexionar, detener, despertar, provocar, divertir.....? Hay miles de opciones a elegir, pero te recomiendo sentarte y analizarlas, nombrarlas, y hacer consciente qué haces cuando las utilizas, y en qué circunstancias, con qué personas, en qué tipo de sesiones, y cómo te has sentido antes y después de ellas (cansada o motivada, entristecida, enrabiada o normal). ¿Cuál es la energía, la sensación física de cada circunstancia, o con cada paciente? Esto varía en presencial a lo online, pero puedes ir explorando, ya que siento que estás en una misma sintonía todo el video, pero puedes ir modificándote también, así como lo hace tu paciente. Y en torno al tren inferior, me parece que estando online, deberías observar cuál es tu postura sentada; si son estas dos, de estar hacia atrás erguida al hablar, y escuchar más de cerca, hacia delante... ¿Cómo están tus pies? Experimenta cuánta energía tienes en tus pies, si están en el aire o en el suelo, si estás sentada en la punta de la silla o toda la espalda apoyada, cuerpo completo... si te quedan en el aire, poner una caja que te los suba, por ejemplo. El ejercicio del barco a vapor, que está en la página de preparación, es bastante bueno para despertarse energéticamente y practicar el poner los pies en la tierra, reciclar la energía del suelo. Pero te felicito por tu escena y tu constancia en el proyecto.

Participante 2

E.1

Hola J, ver tu biografía es una linda experiencia, te lo agradezco. Me sorprende sobre todo tu expresión facial y cómo usas tus manos y hombros, logras comunicar una liviana alegría y curiosidad infantil, desconcierto y luego se hace más difícil de precisar (quizás precisamente porque son afectos difíciles de atravesar), hasta llegar a la calma y una nueva alegría. Me gusta que tus hitos que dan hilados de forma fluida, es como ver una historia de inicio a fin, aunque con ésta transmitas más la relación con los eventos que los eventos en sí.

Hola J: Qué emotivo el viaje al que nos invitaste con tu propuesta... Si tuviera que ponerle un título, lo llamaría "El viaje de las 3 mochilas" Me imaginaba el comienzo de

tu historia, como la niña, con su mochila de colegio, llena de libros, magia, cosas deslumbrantes y novedosas. La segunda "mochila" era la del dolor, pesada y aplastante. La tercera era ma mochila de la viajera, la que sale, toma fotos, hace trekking, la que conecta otra vez con el mundo y sale de su encierro a vivir y disfrutar. Me imagino que la novedad, la aventura y lo desconocido son cosas importantes para ti. Contagiaste súper bien las emociones, en verdad eres muy expresiva y sensible. Fue bonito verte fluir y transitar entre las distintas escenas, acompañándolas con el uso de tu cuerpo que transitaba entre lo liviano y lo denso. Saludos!

Lo que más destaco de tu biografía personal es la emocionalidad que transmiten tus movimientos, incluso cuando no se ve tu rostro, me hace pensar que evocaste las emociones a medida que las ibas personificando y lo noto en tu respiración luego del hito que representa "angustia", como intenta ser profunda para recuperar la calma. Note armonía en tus movimientos y comodidad al compartirlos, gracias Javiera!

Es interesante como se expresa lo corporal ya que a pesar que puede ser una sola experiencia, se puede observar las expectativas y descubrir una verdad que causa frustración y mucho dolor, sin embargo, es un momento y se observa que esos hechos dolorosos quedan en el pasado y se vuelve a iniciar la vida.

Hola J. El objetivo del ejercicio se cumple, se logra expresar con el cuerpo los diferentes hitos de la biografía corporal. Además se pasa de un hito a otro de forma fluida lo que permite sentir la continuidad de los hitos. Se aprecia un gran sentido lúdico y dominio corporal, y el uso de varios recursos como niveles(piso y plano medio), foco de la mirada y emoción. Muy buen trabajo. Sin más que agregar nos vemos en próximas retroalimentaciones.

Creo que a través de tu lenguaje y expresión corporal logras expresar emociones intensas, e incluso transmitir las. Me dio la sensación de que al comienzo querías expresar sensaciones de apertura o maravilla, quizás por estudiar o conocer cosas nuevas. Luego angustia, quizás mucha carga en la mochila. Para después, al parecer la carga de la mochila no era tan pesada. Muy interesante el trabajo corporal. Gracias Javiera!

E.2

Hola J! Para haber resultado ser un desafío como refieres, obtuviste un muy buen resultado! Tu análisis final refleja una completa reflexión en torno al ejercicio. Me gusta el

concepto que utilizas de armonía y la búsqueda de esta, pensaba a propósito de tu circunstancia recreativa que en los juegos con pelota resulta evidente la necesidad de armonía entre las jugadoras y la ínter-vinculación de las acciones. Sobre lo anterior me preguntaba si esa búsqueda de la armonía en tu ejercicio clínico, es algo heredado por la J desde esta otra disciplinas. Un abrazo

Hola J se agradece la naturalidad con la cual realizaste tus ejercicios, refieres que algunos son más incómodos que otros pero No se aprecia, no demuestras mayor incomodidad con los cuales no te manejas. Me gusto la sensación de tranquilidad te vi relajada y pausada.

Hola J! primero agradecerte tu vídeo, se nota que detrás de este hay gran compromiso y preparación para la ejecución. Las posturas que propones tú siento que son muy cercanas a las que yo también recurro en terapia, al verte ejecutarlas me deja la sensación que transmiten una escucha muy activa y un interés sumamente genuino a lo que la otra persona podría estar hablando o mostrando. En tu reflexión final das cuenta de pequeños detalles que son muy coherentes a lo que se ve en tu vídeo, sobre todo el tema de la mirada, en las posturas que implicaba mirar hacia lados muy lejanos de la cámara me quedaba la sensación que era algo a lo que no estás tan acostumbrada a hacer, como una falta de familiaridad con esa variación del foco de la mirada versus la que miras a la cámara que parece que va mucho más contigo, sale con mucha naturalidad. En general, si bien, mencionas que todos los detalles de una postura no es algo a lo que prestes atención conscientemente, o a menudo, a lo largo del vídeo (y sobre todo en las posturas que propones tú) se nota gran armonía entre todos los elementos y se transmite muy bien a través de la corporalidad ese interés y atención que buscas. Gracias por tu vídeo, que estés bien!

Hola J; de la ejecución de las primeras cinco posturas, te comento que están muy bien ejecutadas, de manera precisa y te das el tiempo de habitarlas. Te felicito por enfrentarte a este desafío, efectivamente la idea es que realices ese tipo de reflexión que te lleve a activar la conciencia corporal cuando se escucha aun otro. De tu postura libre final, puedo comentarte que es un aporte que hayas reconocido que tu postura es dinámica y tiene variantes, ya que las posturas anteriores están más dirigidas a obligarlos a habitar ciertas emociones (lo que requiere que sean ejecutadas de manera estática por más tiempo, pero no

significa que son completamente “estáticas”, ya que estás respirando en ellas, y siempre van a ir modificándose). Tu postura es dinámica porque estás en acción, y ello te empuja a ir modificándola según lo que quieras de un otro: es como una “danza”, en la que te vas moviendo según el impulso que vayas sintiendo (el cual te genera quien te habla). Efectivamente, la mirada puede ser una herramienta concreta para conectar con el paciente, y que esquives la mirada hacia un lado brevemente y no hacia abajo u arriba te ayuda a que el paciente no interprete que no lo estás escuchando. La postura de brazos cruzados, que comentas que expresa poco compromiso, está ligada a la molestia o la tristeza (según la intensidad que se presente), y va hacia el interno, es decir, tiende a ensimismar a la persona ejecutante, por lo que por ello deja de prestar atención al otro. Respecto a tu postura “dinámica”, me parece asertiva e interesante, ya que presentas cierta diagonalidad en ella (es, de hecho, cercana a las posturas tres, de “ternura”, y a la quinta, de “reflexión”), y cuando quizás piensas cómo intervenir en la consulta, vas hacia delante. Además, reconociste un gesto base que realizas, que es el de tocarte el mentón. Para finalizar, te invitaría a reflexionar qué otra variante podría, a tu juicio, ayudarte a ampliar esta postura dinámica que ya tienes concretizada, por ejemplo, el rostro, qué sucede si sonríes versus la seriedad.

E.3

Hola J, me gustó mucho observar el trabajo que pudieron realizar junto a tu compañera! Efectivamente como refieres en tu reflexión te percibías bastante cómoda, lo cual proyectó fluidez en los movimientos. Mientras te observaba sentía que, pese a que la ejecución de las posturas era correcta, lo más relevante era que daba la impresión que cada una de ellas tenía algo propio que pudiste aportarle. Pensaba que lo anterior puede tener que ver con como tu cara estaba al servicio de la escucha y el encuentro con el otro, pudiendo acoger y devolver cierta emotividad del relato que tu compañera te compartía ¿Es el rostro un elemento que sueles considerar/potenciar a la hora de pensar en tu estilo terapéutico? Gracias por participar de esta tercera escena!

Hola J! Felicidades por tu ejercicio, muy interesante ver lo que ya había aparecido en tus escenas ahora puesto en juego con Myriam, se nota tu comodidad dado que transmites mucha disposición e interés en lo que escuchas. Cuando mencionas que te costaba escoger el momento yo creo que eso es lo enriquecedor de practicar estas posturas

que ayudan a expresar corporalmente cuando unx quiere decir algo, porque se hace de manera respetuosa como pidiendo por favor el espacio para hacerlo, así que creo que puedes confiar en que transmites eso para encontrar el momento adecuado para decir lo que tengas pensado, gracias por tu video!

Hola J: Ciertamente se te vio muy cómoda haciendo los ejercicios de posturas. El verles hacer esta clase de dinámicas me ha permitido pensar en la cantidad de movimiento/gestos que quedan fuera de la pantalla y que no alcanzamos a ver o mostrar a través de las sesiones online. Sin embargo, aún cuando éstas no sean visibles, se logran proyectar a través de nuestra cara y mirada. Me quedó eso muy grabado al ver tu ejercicio, creo que tu cara expresaba muy bien la energía que había en el resto de tus movimientos, se valora la sonrisa y la actitud contenedora con que escuchaste a tu compañera. Aún cuando no hubo palabras de tu parte, se sentía que había una comunicación e intercambio fluyendo entre ambas. En el trabajo de psicoterapia, me parece que es de gran importancia el saber "anticiparle" al otro el momento en que uno va a intervenir. Creo que los gestos del ejercicio te los apropiaste súper bien y, efectivamente, lograban darle cierto "dramatismo" al momento en que ibas a hacer una intervención. Felicitaciones por haber completado esta escena, que igual era más desafiante que las anteriores, pues había que hacerla en duplas. Saludos!

E.4

Hola J, me gustó mucho observar el trabajo que pudieron realizar junto a tu compañera! Efectivamente como refieres en tu reflexión te percibías bastante cómoda, lo cual proyectó fluidez en los movimientos. Mientras te observaba sentía que, pese a que la ejecución de las posturas era correcta, lo más relevante era que daba la impresión que cada una de ellas tenía algo propio que pudiste aportarle. Pensaba que lo anterior puede tener que ver con como tu cara estaba al servicio de la escucha y el encuentro con el otro, pudiendo acoger y devolver cierta emotividad del relato que tu compañera te compartía ¿Es el rostro un elemento que sueles considerar/potenciar a la hora de pensar en tu estilo terapéutico? Gracias por participar de esta tercera escena!

Hola J! Felicitaciones por tu ejercicio, muy interesante ver lo que ya había aparecido en tus escenas ahora puesto en juego con Myriam, se nota tu comodidad dado que transmites mucha disposición e interés en lo que escuchas. Cuando mencionas que te

costaba escoger el momento yo creo que eso es lo enriquecedor de practicar estas posturas que ayudan a expresar corporalmente cuando unx quiere decir algo, porque se hace de manera respetuosa como pidiendo por favor el espacio para hacerlo, así que creo que puedes confiar en que transmites eso para encontrar el momento adecuado para decir lo que tengas pensado, gracias por tu video!

Hola J: Ciertamente se te vio muy cómoda haciendo los ejercicios de posturas. El verles hacer esta clase de dinámicas me ha permitido pensar en la cantidad de movimiento/gestos que quedan fuera de la pantalla y que no alcanzamos a ver o mostrar a través de las sesiones online. Sin embargo, aún cuando éstas no sean visibles, se logran proyectar a través de nuestra cara y mirada. Me quedó eso muy grabado al ver tu ejercicio, creo que tu cara expresaba muy bien la energía que había en el resto de tus movimientos, se valora la sonrisa y la actitud contenedora con que escuchaste a tu compañera. Aún cuando no hubo palabras de tu parte, se sentía que había una comunicación e intercambio fluyendo entre ambas. En el trabajo de psicoterapia, me parece que es de gran importancia el saber "anticiparle" al otro el momento en que uno va a intervenir. Creo que los gestos del ejercicio te los apropiaste súper bien y, efectivamente, lograban darle cierto "dramatismo" al momento en que ibas a hacer una intervención. Felicitaciones por haber completado esta escena, que igual era más desafiante que las anteriores, pues había que hacerla en duplas. Saludos!

Hola J, te felicito por proponer que cada cambio de postura surgiera de las pausas o el relato de Myriam, en los que ponías especial atención. Efectivamente se te ve cómoda escuchando, y la secuencia de gestos es orgánica (fluida y natural), haciendo también que Myriam se sienta cómoda y exprese sus emociones e ideas respecto a su relato. Comprendiste a cabalidad que el movimiento debe surgir de un impulso específico, que puede provenir de una reacción (de lo que nos cuenta el otro) y/o acción (lo que queremos del otro, por ejemplo, conducirlo o profundizar en un tema específico). El objetivo de este ejercicio es que puedas dilucidar que también puedes intervenir a través del movimiento corporal al paciente, y ello se complementa con lo que le digas verbalmente. Además agregaste una sonrisa y un leve movimiento de cabeza, que es probablemente natural en tu práctica, lo cual es una buena señal de que no estabas sólo enfocada en hacer bien el

movimiento, sino que te pusiste en “circunstancia”, y además mantuviste la mirada en M: a ambas se les veía muy conectadas.

E.5

Es muy interesante ver cómo el despliegue de las escenas, como esta, van incluyendo cuestiones que ya han sido trabajada antes. El relato (reto) de tu "madre" pareciera que te empujara de algo que no quieres escuchar, a un estatus bajo de aceptación. Se aprecia bien en tus hombros, en la mirada, quizás habría sido bueno sostenerlo un ratito más y decir más varias veces que estabas de acuerdo con el reto, porque efectivamente tu corporalidad mostraba aceptación ¿Habrías podido sostenerla en el tiempo? yo creo que sí. Luego la solicitud de ayuda nuevamente te lleva un cambio de estatus, que no lo produces de inmediato, como que te negaras inicialmente (ese trocito de improvisación me pareció bastante destacado). Una vez que aceptas, te pones cerca de la cámara, eso parece hacer la diferencia, cuestión que habría que trabajaren terapia en el planeta zoom. El estatus alto me parece todavía breve y quizás era bueno que te mantuvieras ahí, que fueras la experta, que miraras desde arriba. Estar en un estatus alto es una tarea entonces para Javiera. Pasar a asumir la culpa del error, nuevamente te lleva al estatus bajo, nuevamente los hombros, la mirada, etc. Todo esto muestra que comprendes muy bien el balancín de estatus y que logras de verdad pasar bastante bien de uno a otro, quizás si esto tiene en el trabajo una intención y no sólo una reacción estamos frente al nacimiento de un recurso. Mantener el estatus por más tiempo en las escenas terapéuticas, a probar.

Hola J! Gracias por continuar participando de este proyecto. Lo primero que quiero destacar de tu escena, es el uso de tu corporalidad, no necesitaste decir casi nada para que quedara claro desde que estatus estabas hablando. Me llamó la atención el lugar desde donde parecía movilizarse el estatus alto, que si bien tiene que ver con la escena, también nos invita a reflexionar que busco entregar desde ese lugar. En este caso, el estatus alto parecía tener que ver con la distancia emocional, con castigar al otro, recobrar un lugar perdido, entonces, si nos volcamos a la idea del ejercicio terapéutico de los estatus, es interesante explorar que busco generar en el otro, porque quiero estar en determinado estatus. Otro elemento que me parece interesante es el uso de la voz, desde una voz muy apagada a un tono claramente desafiante. Muchas Gracias!

Hola J ¡bien lograda la escena! Me parece que entendiste muy bien el ejercicio y eso se proyecta por la fluidez y naturalidad en el desarrollo del mismo. En general todos los elementos solicitados se logran visualizar; el balancín en el cambio de estatus, el trabajo en dupla, el uso de distintos elementos como la corporalidad, el tono de voz, las miradas (bajas, altas), etc. Destaco el humor al servicio de la escena, me pregunto si ¿reconoces dicho aspecto como un elemento disponible en tu personaje terapéutico? ¿En qué contextos o situación particular es utilizado? Saludos

De tu ejercicio puedo decir que está bien logrado, están los cambios de estatus y puedes expresarlos físicamente. Pasas por un estatus bajo mientras estás siendo retada, que se aprecia físicamente sobre todo en tu cabeza inclinada y tu voz suave y en volumen bajo. En seguida subes el estatus cuando Myriam te pide el favor y la confrontas enojada, tu actitud corporal cambia en el uso de las manos, una voz más firme y una postura más recta, sigues en estatus alto cuando abandonas la rabia y aceptas hacer el favor, lo que se ve en la confianza y soltura de tu cuerpo mientras manejas el celular. Ya finalizando el ejercicio cuando borras las fotos vuelves a un estatus bajo, más bajo que al empezar el ejercicio, lo que también logras expresar corporalmente en el vaivén de tu cuerpo en gestos nerviosos con las manos etcétera. Este último momento es muy ilustrativo de que ni el estatus alto ni el bajo serían funcionales si se mantuvieran de forma constante en nuestro día a día, es necesario subir o bajar dependiendo del contexto, en este ejercicio por ejemplo Myriam pasa de retarte por el error de las fotos a decir que no te preocupes reaccionando a tu bajada de estatus, imagina que pasaría si después de cometer un error siguieras con tu estatus alto probablemente se convertiría en una pelea. En definitiva un ejercicio muy bien logrado, felicidades.

Hola J: Muy bien logrado el ejercicio en esta escena. Se nota que logran una buena comunicación con tu compañera, se escuchan y se van complementando. Imagino que hacer un trabajo de improvisación en duplas debe haber sido bastante desafiante. Se aprecia claramente el movimiento de balancín al pasar por los distintos estatus. Es muy simpático ver cómo agarras "el sartén por el mango" una vez que tu "mamá" te pide que le hagas un favor, respecto a eso, me dio risa cuando le preguntas ¿y por qué tendría que ayudarte después que me retai y me retai? Se te ve haciendo el ejercicio con mucha soltura y siento que, además, ocupas el humor en el desarrollo de tu escena. Me imagino que ese

vínculo cómodo con tu corporalidad debe ser algo que puedes poner a disposición de tu trabajo clínico de múltiples maneras ¿Crees que tu experiencia en Siena te ha ayudado a hacer esto más consciente? Saludos!

Hola J, te felicito junto con tu compañera, ya que está bien lograda la improvisación de estatus, logran instalar el balancín a partir de varios beat y en tu caso, está precisa y clara la modificación de estatus corporalmente. Trabajas a cabalidad la diferencia de extensión y contracción cuando subes y bajas, y reconoces el cambio en base a una acción específica (al pedir perdón, bajas la mirada y el cuerpo, y te enfrentas a la “madre” en defensa con el “último favor”, pero baja de nuevo al borrar las fotos). Hay escucha activa entre ambas, y se modifican mutuamente con cada texto, siendo una escena divertida de presenciar. Hay facilidad para improvisar y modificar corporalmente según el estatus que vas adoptando. A modo de reflexión, ¿Cómo se podría proponer ese nivel de variación de estatus, que logras en esta improvisación, porejemplo, en una sesión con una paciente, con un fin terapéutico?

E.6

Hola J, te agradezco que eligieras compartir esta experiencia con nosotros. Pienso que ante relatos dolorosos las acciones físicas pueden tener el efecto de amplificar también la experiencia afectiva al expresarnos. Imagino, por lo mismo, que sería presumible que ante otro tipo de relato tu relación con tus acciones físicas podría haber sido distinta. Quedo con esa inquietud y desde ahí te invito a explorar con movimientos que incorporen hombros, cabeza, etc.

Hola J, buenas noches. De tu ejercicio puedo decir que está bastante bien logrado. Logras establecer distintas acciones verbales y físicas que finalmente confluyen en la parte final. Tus acciones y tu relato buscan movilizar a la persona que te escucha (en este caso la tu del pasado), eso está logrado logras comprender lo que significan los conceptos y aplicarlos. Creo que el desafío que viene por delante es buscar una mayor cantidad de recursos para hacerlo desde lo corporal buscar utilizar más el cuerpo, en general te quedas sólo con tus manos y tu expresión facial, pero podrías incorporar tu dorso, a inclinación de tu cabeza etcétera. En lo vocal pasa similar se logra apreciar diferencias de inflexiones dependiendo del uso de una acción u otra, pero en una línea similar, podrías ganar mayor

efectividad si usaras más elementos vocales, pausas, respiración, volumen. Entre otras. Un ejercicio bien hecho pero aún puedes explorar más de tu expresión vocal y física.

Hola J!, no nos había tocado encontrarnos antes en este espacio. Que triste la historia que compartes, gracias por compartirla, me puedo imaginar como esa experiencia marcó tu vida, tú historia, tus elecciones. Sin duda la voz de ese profesor frustrado te permitió ser quien eres y no permitir que sus consignas te hicieran dudar de tí y de tus posibilidades. Creo que esta escena ponía una gran dificultad pues era una escena de un evento muy doloroso y eso sin duda es más difícil expresarlo, en un ejercicio de este tipo. Pero fuiste capaz de conectarla con la historia de superación, de fortaleza y encuentro con la vocación, que como dices te hará profundamente feliz. Yo te sugeriría que usaras más los hombros y cabeza para poder dar mayor variabilidad a lo que expresas, pues le exigiste especialmente a tus manos el esfuerzo expresivo. Muy bien!

Hola J, ¡qué sentido y emotivo monólogo! Creo que logras muy rápidamente integrar discurso y cuerpo, veo acciones verbales intensas, me pareció muy conmovedor cuando dices "tan fácil es convencerte?". Es que tu tono, tus gestos logran provocar ¿es fácil para ti provocar a las personas, llevarlas a un territorio incómodo? sea cual sea la respuesta, en este video queda claro ese potencial, porque se dice que los terapeutas sistémicos tendríamos que tener desarrollada esa habilidad "perturbar el sistema" y una forma (entre otras tantas) es provocando. Felicitaciones!

Hola J. Qué difíciles acciones representaste a través de tu relato, quizás tener que leer el relato dificultó un poco dejar fluir en la comunicación una versión más emocionada con esa historia. No tengo dudas de que lo escogiste por ser un hecho sentido. Se ve el cambio desde la primera parte hasta la tercera, hay una integración del cuerpo y del discurso. Es un ejercicio muy complejo, cuando llegas a la pregunta de "¿tan fácil es convencerte?" creo que alcanzas una buena integración entre cuerpo y narración de tus acciones, es decir logras la actuación de ese fragmento. Extraño ver aparecer más el movimiento del resto de tu cuerpo, más allá de tus manos que logran expresar, pero que serían muy bien acompañadas por el tronco, la cabeza, y la altura de tus brazos. Definitivamente aparece una expresividad más enriquecida en la incorporación de tus acciones verbales, bien!

E.7

Hola J, he tenido la suerte de retroalimentar alguna otra escena tuya y es muy bonito ver tu evolución. En esta escena veo algo de tu propio estilo terapéutico: una calidez apoyada por la sonrisa e inclinación de la cabeza, también un ritmo más bien pausado y a la vez una intención de perturbación en la seriedad que anticipa a algunas intervenciones y cambios en posiciones corporales. También veo aquí cómo has ido incorporando elementos de escenas anteriores y logras integrarlos en tus propias formas. Diría que has encontrado un camino y que en la medida que lo sigas observando e integrando se irá afinando.

J, muy bien! me gustó mucho!, en ambos planos de tu cámara se logran ver muchos aspectos de tu "corporalidad", haces un movimiento con tu tronco, muy acorde con lo que dices, es un movimiento muy expresivo y que acompaña muy bien tu texto. Ocurre lo mismo con tu rostro, como mueves tu boca, toda la gesticulación que haces con ella es muy acorde y natural. Las manos de pronto me pareció que "se mandaban solas" pondría más atención para que se acoplaran con todo lo otro que te comento. Tienes una posición de escucha acogedora y calma, muy bien. Creo así mismo que haces intervenciones verbales precisas y eficaces, tanto que la paciente dice "espera un poco déjame procesarlo", son intervenciones que danzan muy armoniosamente entre cuerpo y texto. Te felicito

Hola J, me encantó el plano que lograste tomar de tu imagen completa, parecía estar viendo una sesión presencial. Te sientas con una postura tranquila, para una consultante que hace su narración más bien veloz, agitada, como si quisiera abordar muchos temas. ME parece que sea tu ritmo, que tu escucha activa, propician que esa velocidad se vuelva una posibilidad de decantar información en menos aspectos, más abordable para la propia consultante y por ti misma. Muy hábil en la conducción J. Cuando cambias la postura a piernas paralelas, es como si dieras inicio a otro tipo de trabajo, distinto al inicial, donde retomas la conducción y la llevas hacia otro lugar, luego vuelves a cruzar las piernas, como volviendo al relato; muy linda esta disposición a la escucha y al trabajo, que van intercalándose. Hay validación, contención, intervención, indagación, simpatía, ligereza, logras mantener una amabilidad que transmite el mensaje de "podemos hablar de todo esto, por terrible que sea, con tranquilidad". Excelente!

Hola J buenas noches, de tu ejercicio puedo comentar que está bastante bien logrado. Hay un aspecto que me llama mucho la atención sobre todo que es el ritmo interno

con que viene la consultante (acelerado) y el ritmo con el que te desenvuelves en la sesión que es más bien calmado y tranquilo, más lento, más quieto. En el nivel de ritmo en que habla y se mueve eres capaz en la sesión de que vaya poco a poco a un estado más neutro, logras calmarla (si bien en ciertos momentos vuelve a un ritmo acelerado pero vuelve finalmente a un ritmo más lento) tuviste un muy buen acierto aquí en no dejarte llevar por el ritmo de tu compañera, sino que mantenerte en tu ritmo propio. Lo que sumado a la forma en que guías la sesión abrevarías reflexiones para la consultante. Al respecto pensaba que hubiera pasado si tuvieras una consultante opuesta, más apagada, de ritmo lento. En un caso opuesto pudiera ser pertinente tomar un rol más activo, más ágil, de un ritmo rápido. El otro aspecto que me parece importante comentar es el uso de tus manos, hay gestos (la mayoría) que son orgánicos donde aprovechas tus manos para señalar o comparar a la madre, al pololo, y al hermano. Pero hay otros gestos con las manos que quedan inorgánicos como cuando dices “voy entendiendo un poco la situación vale” aquí empiezas un movimiento con las manos que no se desarrolla, dicho en otra forma es un gesto que queda “marcado” pero no hecho con propiedad. Pienso que una buena forma de entender porque hay gestos con las manos que funcionan y otros que no es el concepto de una “acción concreta” ¿para qué usas las manos? ¿Qué acción estás realizando? Puede ser ejemplificar, comparar, contrastar, detener etcétera, hay muchas acciones que pudieran ser, lo importante es que sea por una acción y no sólo por usar las manos. Sin más que agregar nos vemos en el último ejercicio.

J, me encanta tu disposición: atenta, escuchado, tratando de captar el 'pulso de sentido de la paciente' respecto a lo que dice y lo que le aqueja. Tu postura de escucha es notable. En relación a tus intervenciones, me parece que son resúmenes de lo que dice la paciente, pero que operaban como andamios para tus siguientes intervenciones. Claramente el tema central de la paciente era su "orientación al rendimiento" y los efectos que ha tenido en su vida. Por otra parte, otra vía era la relación con su hermano, su madre, su pareja y amigas. Hay una frase notable que dice la consultante sobre la mamá "No lo pide, pero siento que lo necesita, yo me ofrezco a cuidar al cabo". Habían muchas llaves y vías de acceso al relato de la paciente, y creo que tu tomaste muy respetuosamente el camino de ayudarla a ordenar, e incluso a devolverle con la misma lógica una buena idea "y si tuvieses menos cosas que hacer, espacios donde rendir ¿te sentirías un poco más eficiente? ¿te

alcanzaría esa eficiencia para más lugares si fueran menos cosas?" Creo que muy hábilmente trazas una distinción que perturba el tono de la conversación. Una pregunta que guarda entrelíneas una solución y que genera andamios para nuevas reflexiones sobre cómo la paciente se vincula con el rendimiento. ¡Muy buen ejercicio!

Hola J, de tu escena como terapeuta con Valeria, me parece que eres eficaz para conducirla a los temas que quieres llegar. Siento que escuchas de manera activa, estás cómoda en la sesión y te activas corporalmente cuando vas a intervenir, usando las manos para aclarar tus ideas y enumerar relaciones, personas. Consejo: Hay que cuidar que el uso de las manos no te quede externo; esto sucede sólo la primera vez que lo haces, posteriormente logras que se vea más natural. Hay que cuidar que el acomodarse en el asiento como impulso para intervenir no te insegurice tampoco, o tener un vaivén hacia atrás y delante, lo cual sucede dos veces, pero retomas luego la pregunta con fuerza. Bien acercarse y cambiar la postura cuando le preguntas "si tuvieses menos cosas". Te felicito porque aplicas la materia de los movimientos anteriores y hay acciones verbales diversas en cada pregunta que realizas, y es interesante la circunstancia que te plantea Valeria, del no tener tiempo para la sesión: cómo conllevas esa situación que establece una resistencia, y la utilizas para su favor en la sesión. Dejo para reflexionar ¿Podrías describir como terminaste la escena, en comparación a como la iniciaste, en sensación corporal y en acción?

E.8

Hola J, creo que tu comentario final da cuenta con claridad de tu proceso y una auto observación enriquecida por este. Coincido en lo que dices sobre la voz y creo que es un desafío que puedes plantearte justamente porque se evidencia ya una mayor consciencia corporal. Te invitaría también a seguir poniendo atención en las acciones físicas y la altura del movimiento de tus manos según el plano de la cámara en las sesiones online. Gracias por tu compromiso!

J, muchas gracias por tu trabajo. Creo que hay una articulación entre corporalidad y tus opciones de expresar con tu cuerpo, es decir, creo que has tomado mayor conciencia de cómo te mueves y para qué te mueves cómo te mueves, lo explicas muy bien en tus comentarios finales. Creo que la interpelación logró ser contenida, desde un estatus bajo, pero me surge la pregunta ¿cómo habría sido contenerlo desde un estatus alto? ¿qué habría cambiado en ti? Tu voz sin duda es un elemento a trabajar, parece que fuese el

mismo tono todo el tiempo, te invito a explorar distintas entonaciones, modos de enunciación. Me parece fascinante tu capacidad de detectar desafíos y retroalimentarte a ti misma desde tu experiencia situada. ¡Felicitaciones!

Hola J! A primera vista siento que en todo momento ocupas todo tu cuerpo, cuestión que a veces es difícil online, ya que principalmente se ocupa el torso. También siento que ocupas tus expresiones verbales para responder a quien hace de consultante, y eso hace sentir más acogida, ya que refleja cierto grado de empatía con la consultante. También se nota la respuesta que das cuando ella te interpela, y también la autocrítica, ya que denota sensibilidad necesaria en el terapeuta.

Hola J buenas noches, primero que todo muchas gracias por completar todas las escenas de escena siena, gracias por la constancia. De tu escena puedo comentar que es una escena muy bien resuelta. Creo que trabajas todos los elementos vistos en el curso, tienes bastantes recursos expresivos y tienes la conciencia suficiente para irlos empleando en la sesión. Respecto a la interpelación pienso que la resuelves bastante bien, para empezar tienes un rostro muy expresivo y es un elemento que te sirve mucho al momento donde estas en escucha activa, pues el consultante ve en tus gestos que estás pendiente de su relato. Cuando aparece la interpelación de tu compañera reclamando ese espacio en terapia para decir que no le gusta su cuerpo sin que le digan que ya sabía que cambiaría con su embarazo eres capaz de modificarte aceptar su cuestionamiento y permitir que ese espacio pueda emerger. Y en este lugar tu corporalidad va muy de la mano con este cambio de enfoque de la sesión entre antes de la interpelación y después, esto tanto desde tus gestos con las manos como el trabajo del tronco. Respecto a tus comentarios del ejercicio, concuerdo contigo eres muy eficiente y consiente a la hora de trabajar en terapia. Eres muy coherente y orgánica con tus recursos actuales de cuerpo y voz pero podrías buscar diversificar aún más, tienes un volumen parejo, podrías probar hablar más bajo en ciertas circunstancias para conectar con los consultantes desde otro lugar o probar cambios de ritmos más lentos o más rápidos a la hora de hablar o hacer gestos. Como sea vas muy bien encaminada, muchas felicidades.

Hola J, espero que estés muy bien! Mirando tu escena me parece que tu personaje terapéutico escucha muy atentamente lo que la consultante trae a la sesión, me da la sensación de una escucha activa permanente en tu trabajo. Me parece que al momento de

recibir la interpelación y hacer el acto de tomar cuenta de ella, pierdes la mirada, eso me hace acordar cuando a veces explicamos algo que resulta incómodo de explicar, aunque logras transmitir calma y disposición de apertura al planteamiento de tu paciente. Gracias por vuestro trabajo!

Hola J, me parece que en esta escena de interpelación logras ubicar la demanda de la consultante en un lugar legítimo, al reconocer que es posible que en tu propia experiencia su queja tenga lugar, además le explicas cómo crees que puede haber sucedido eso restituyendo tu propia legitimidad en la comunicación. Me parece que esa disposición comunicativa logra un tipo de objetivo terapéutico que pueda tener que ver con la dimensión de la reparación. Transmitir el mensaje de que es posible ver las cosas desde otro lugar y admitir que en el reporte de daño, por parte de la otra persona, es una opción buscar nuevas maneras. Buena escena. bien!

Hola J!! :Te felicito por tu postura corporal y tu mirada, habla de alguien que está genuinamente atenta a lo que la paciente está relatando. Se percibe comprensión y naturalidad en tu tono de voz, tu mirada y tus movimientos. Te felicito! Saludos J.

Hola J, creo que logras súper bien la escena. El movimiento corporal, tus gestos, el acercarse y alejarse de la cámara, se te ve muy cómoda. En el momento de la interpelación estás tranquila y lo supiste abordar dejando a la paciente con expectativas positivas en las próximas atenciones.

Hola J; antes que todo, felicitarte por completar los ocho movimientos del proyecto Escena Siena, por la perseverancia y el espacio que te diste para experimentar y aprender en esta instancia, lo cual se ve reflejado en estas últimas escenas. De tu escena como terapeuta con Valeria, me parece que eres efectiva para recibir su interpelación, la cual es bastante amable, y reconducirla... de repente faltó darle más espacio a ella, ya que tu disculpa se alarga un poco y la perdemos a ella. Pero funciona, y efectivamente, pones “caras” cuando escuchas... cuando ella te interpela, pones cara de extrañeza, frunces el ceño, pero es una reacción más facial que corporal, probablemente te dirán que eres una persona que reacciona con el rostro en distintas circunstancias. Si bien esbozas que tienes un estatus más dominante en la terapia, y creo que efectivamente lo utilizas, las acciones de validar y agradecer a tu paciente expresan que eres capaz de jugar con el balancín de estatus, al menos en lo verbal, de darle espacio y estatus al paciente cuando lo requiere, por lo que

me parece una buena estrategia, y por ello, la interpelación se resuelve rápidamente (tal vez, con una interpelación de una persona más agresiva, podría ser más lento salir de ella, pero como tienes una escucha activa bien desarrollada y puedes variar tu estatus con facilidad, me parece que no tendrías mayor dificultad). Recomendaría evitar acomodarte cuando vas a hablar, si lo haces, hacerlo antes de intervenir, ya que lo haces al inicio y cuando dices “no te estás dando cuenta”, y ese ruido corporal no ayuda a lo que estás haciendo. Me parece que por lo mismo, inicias la sesión con menos energía pero te activas cuando pides disculpas. Según tus palabras, y lo que puedo ver en las escenas terapéuticas, tienes instaurado un personaje terapéutico que, como dices, tiene una voz firme y tiende a quedarse en un estatus alto a nivel corporal. Me parece que este personaje funciona, pero te va a ser provechoso ampliar el abanico de personajes o acciones que puedas desarrollar en la terapia, y evitar que este personaje empiece a tensionarse. Para ir más allá de la firmeza, sin perder energía en ello, te recomiendo experimentar en base a diversas acciones verbales, para variar matices, por ejemplo, tienes esta acción que es validar... pero también podría ser atesorar (nostalgia), engrandecer (alegría), felicitar (ternura)... que las acciones que escojas pueden ser la variante de una misma, pero tenga una cualidad energética o emocional distinta. De hecho, empiezas la sesión desde la ternura, porque hablan de la maternidad, que naturalmente te pone en un lugar de empatía femenino cómodo, tu cuerpo tiende a la diagonalidad, estás más suave, y con menos energía... pero luego, cuando ella te interpela, la extrañeza de tu rostro, entras en un segundo en el miedo, la sensación de rechazo... por tanto entras en tu personaje, la performance que has encontrado. También puedes trabajar directamente en las cualidades, por ejemplo, hoy vas a trabajar con la suavidad, conectada a la ternura... o con la seducción, conectada al erotismo... o con la firmeza, conectada a la rabia... experimentar adónde te lleva cada cualidad... ¿Y cómo encontrar estas cualidades, por ejemplo, de manera física? Puedes trabajar con la imaginación, imaginarte una situación que te lleve a esa cualidad/emoción... o llevar tu cuerpo a representar esa cualidad... por ejemplo, en base a los estados de la materia: agua, tierra, aire, fuego... Esa es una vía. La otra, para variar tu ritmo y tono vocal, un factor de la expresividad que no hemos visto en este proyecto, podría ser a través del tono, qué sucede en el paciente si le hablas un poco más agudo, o un poco más grave... o del cuerpo, según lo que te digo, provocar que tu voz se vea modificada si estás en lo suave o lo firme,

en alguna emoción en particular... pero nunca abandonando por completo el cuerpo, para que te quedes baja energéticamente, y el paciente no logre entender lo que dices porque estás hablando muy despacio o sin dicción. Puedes jugar con las posturas corporales, y respirarlas, adónde te llevan.. Pero siempre estar sintiendo que estás liberando energía, y no reteniéndola, que me parece que tu percepción de la firmeza puede estar reteniendo tu energía, y cerrando nuevas posibilidades. Pero felicitaciones por tu proceso y lo que has logrado hasta ahora, que sea el primer paso para que sigas desarrollando lo que has ido encontrando como terapeuta.

Hola J! Un agrado haber compartido esta escena contigo! me enseñaste mucho durante el proceso. Me gusta la manera en que tu cuerpo comunica y se expresa durante la sesión; la inclinación de tu torso cambia a medida que el relato de la paciente avanza, acompañado de caras que demuestran escucha. Así también, durante la interpelación tu cuerpo te acompañó en tus palabras, demostrando la escucha de la queja de la paciente inclinándote hacia un lado, haciendo contacto visual (dentro de lo posible virtualmente) y con harto movimiento de manos. Gracias por tu escena!

Participante 3

E.1

Hola L! Muchas gracias por tu escena, verte representando tus hitos biográficos fue una experiencia muy inmersiva e interesante. Me llamó mucho la atención la forma en la que te movías por el espacio, tanto que me di cuenta en un momento en que estaba tan inmersa en descifrar las formas que ni me había detenido a pensar en el contenido de lo que hacías (me disculpo por eso). Lo primero que llamó mi atención sobre las formas, fue la simetría del espacio que escogiste, simetría que apareció mucho también en el recorrido que hiciste por dicho espacio, muchos movimientos en circulo que se repetían y mucho de estar justo en el centro de la imagen, viéndose tu silueta también muy simétrica. Pensé que existían muchas líneas rectas en tu escena junto con mucha definición en cada movimiento, y lo que parecía ser una planificación meticulosa de cada paso que dabas.

Hola L, gracias por tu escena. Debo admitir que me sorprendió mucho esta, no pensé que iba a ser de esta manera, la verdad no sé qué esperaba, pero me pareció algo muy estético e incluso artístico. El juego de sombra y luz nos permite dar otra apreciación de la historia que nos cuentas, y rellenar con nuestras propias imágenes esos espacios que tú vas

dejando. Utilizaste muy bien los momentos de silencio, de pausa y de observación. A su vez, considero que es una nueva faceta que conozco de ti y nutre mucho tu identidad... me hubiera gustado que nos contaras de tu historia (explicación pos escena) aun así, te doy las gracias por tu gran trabajo.

Hola L, me gusta mucho la toma general que utilizaste y la iluminación, que pone énfasis en tu silueta y movimientos, me parece una escena muy teatral y expresiva a través de los movimientos donde es posible apreciar de manera palpable la emotividad detrás de tus acciones, se ve un aislamiento en un principio y un deseo de salir de ahí, mismo que se logró a través de las relaciones interpersonales con otras personas, especialmente una romántica, o al menos eso es lo que interpreté, al final me parece que hay un quiebre y en el silencio de la escena se siente desolador. Mi mayor crítica podría ser que falta aterrizar los movimientos y la historia a través de una explicación, sin embargo, también me gusta la ambigüedad de todo que permite proyectarse uno mismo en la situación como espectador, pensé en vivencias personales mientras te veía.

Hola I, considero que tus hitos son bien expresivos en cuanto tus movimientos, en la primera escena veo un intento y deseo de levantarte y salir de un ensimismamiento que te sujeta desde abajo. Posteriormente te levantas e inmediatamente apuntas hacia arriba, comienza una búsqueda hasta que encuentras una compañía y afecto, luego se perciben vivencias y alegrías en esa relación amorosa. No logré comprender la última parte, hubiese sido bueno contar con un relato de tus hitos. Saludos

Quizás una de las escenas más "teatrales" que se han presentado hasta ahora, muy probablemente tributando a tu experiencia teatral, según se lee en tus dimensiones. El espacio dispuesto para ello provocó que pudieras hacer un desplazamiento y una ocupación mayor y mejor, estirando el cuerpo hacia arriba, hacia los costados. Los hitos son difíciles de distinguir por momentos porque son o demasiados o hiper ligados entre sí. Ahora bien, más allá de que sean distinguibles, permiten hipotetizar sobre alegría, serenidad, avances, pero también rupturas y distancias. Lo que más llama mi atención es el uso de los brazos que frecuentemente está ahí para mimar acciones en las cuales estás con alguien, a veces acompañando, a veces acompañado, a veces sosteniendo a otra/o. Esto de estar en relación muestra una serie de emociones, pero que siempre están marcando más que tu estado singular, una cualidad compartida de aquella relación. Creo que podrás avanzar muy bien y

velozmente en las siguientes escenas, probablemente entrando en cuestiones específicas como la mirada y la voz: articular aquello con movimientos del cuerpo que parecen ya estar bien dispuestos será el desafío. Un cuidador.

L usaste todo el espacio disponible, el suelo, los muros, el techo, como si todo ahí estuviera dispuesto para tu propia actuación. Tu sentido de la vista parece ser predominante, la necesidad de ver, de mirar, de reafirmar un entorno que después recorres con tu cuerpo, primero ver, después tocar, luego sentir, más tarde habitar. Tengo la sensación de ver una persona que se entrega en un recorrido de historias, expresas perfectamente una noción de continuo, incluso la manera que puede ser casual, en la que terminas la escena la pienso como un anhelo, de pronto querer salir de escena. Escena que, de todos modos, has construido muy bien. La extensión de tus movimientos me hace pensar en tu entrega ¿cómo te llevas con el ahorro y la inversión de tu propia energía? Tus acciones corporales emergen desde un núcleo que pudiera situarse en el pecho, interesante pensar en cómo tomas tus decisiones. Nos dejaste con ganas de saber de tus hitos, no los comentaste, pero creo que era en la intención de no dejarlo dicho con palabras después de haber dicho tanto con tu cuerpo. Bien Leonel, buena primera escena.

Hola L, que poética tu historia. Quedé intrigada sobre cuales momentos/hitos de tu vida, nos quisiste compartir. Aún así, expresaste mucho. Además me pareció bien tierna tu forma de preparar tu escenario, te habla como una persona dedicada.

Participante 4

E.2

Hola F, como estas?, espero que bien comenzando la apertura de volver a conectarnos quizás con otros de manera presencial. Bueno voy por mi retro. Me quedo impresionada con el nivel de escucha que me transmitiste, a decir verdad, intente escuchar tu audio del final, pero no se que ocurrió que no lo logre, puse audífonos, sin audífonos, con todo el volumen y no lo logre :(, quizás mi pc esta un poco mal, o quizás estaba grabado muy bajito, no lo sé, pero lo que resalto de tus posturas son más que nada lo que transmites. Saludos!!

Hola F! respecto al ejercicio la cuarta postura que despliegas en la escena me transmite interés sobre todo con tu mirada me da la sensación de que estas divagando en el relato de los consultantes.

Hola F, me dan ganas de saber qué otras cosas experimentaste además del nerviosismo que relatas al final. Todo el ejercicio imaginativo de estar escuchando puesto en una postura efectiva de escucha seguramente genera algún resultado distinto a otras escenas de la vida. Me parece que naturalmente tienes una posición cálida de escucha, logras el ejercicio, a pesar de la incomodidad que pueda generar. Bien!

Si bien es probable que la incomodidad sea el término que mejor le queda a esta escena, me parece igualmente que es un ejercicio muy bien logrado. Y claro, porque esta escena está trabajada la imitación para lograr unas posturas de escucha que se aprecia que son muy diferentes a las que usas tu (o al menos esa impresión da). Por otro lado la silla parece no quedarte tan cómoda, la distancia tampoco y entonces se aprecia un cuerpo tratando de situarse frente a una nueva forma de escucha. La atención telemática es una nueva forma de escucha y según veo en tus dimensiones estás desde hace poco trabajando, pero no tengo claro si te las tienes que ver con el planeta zoom. Todo lo anterior tributa hacia un ejercicio complejo de diversificación que me parece que dará resultados. Tienes además la capacidad de sostener la postura algunos segundos una vez que la llevas a cabo, casi congelando la imagen... eso hace hipotetizar sobre la firmeza, sobre la persistencia, sobre el carácter que puedes llegar a actuar. Quizás pueda tener que ver esta actuación con tu propia forma de llevar a cabo las tareas, las responsabilidades, los mandamientos. De cualquier manera, para lo que refiere a este proceso, me parece que es un logro, que incomoda, pero un logro. La expresión facial está menos trabajada, porque parece que hay más dedicación a las manos, que delicadamente acompañan cada movimiento, sobre todo, los dos movimientos finales. Pedregoso el camino, pero definitivamente un avance.

Impresionante como las posturas pueden mostrar diferentes "disposiciones" a escuchar. Por ejemplo, para mí cuando estabas más inclinada hacia adelante y con la cabeza hacia al lado, reflejabas una disposición de escucha muy receptiva. Gracias por mostrarlo de manera tan gráfica!!

Hola F ¿Cómo te va? Pienso que hiciste un ejercicio muy bien logrado, en general realizas las posturas de forma bastante precisa, incorporando el foco de la mirada y la respiración, hay ciertas diferencias pero son más bien menores. De ver este ejercicio y tu biografía corporal me da la sensación que tienes un camino avanzado en cuanto a la conciencia y la expresión corporal, felicidades por eso. Lo que más me llamó la atención de

tu ejercicio fue la aparente incomodidad que te causó realizar la segunda postura, te acomodaste en la silla un par de veces y desviaste el foco hacía arriba, cuando era mirada fija hacía adelante, esa postura desde su respiración y construcción física, tiene un correlato con la emoción de la rabia o la confrontación, por lo que me preguntó cuánto te relacionas con esa emoción en tu vida cotidiana. Respecto a tus comentarios del ejercicio es muy comprensible que den nervios, al grabarse puede ser también que la forma de respirar en el ejercicio pueda haberte llevado a ese lugar, respirar de cierta forma específica nos conecta con determinados estados de ánimo, es lo que se trabaja en la técnica del Albaemoting, me pregunto si esos nervios fueron por hacer el video o por la respiración o a lo mejor por ambas. Sin más que agregar nos vemos en futuras retroalimentaciones.

Hola F, se me hace difícil comentar este ejercicio, me deja una sensación inquietante en el sentido de ir conectándonos con lo que puede comunicar nuestro cuerpo desde diferentes posturas (posiciones) y actitudes en la interacción con otr@s... No sé que más decir, dado que es un ejercicio pauteado, se me ocurre que logra el objetivo de incomodar en ciertos aspectos y de poner atención en otros a la hora de hacer nuestro trabajo..

Participante 5

E.3

Hola C, se observan súper sincronizadas, es posible dar cuenta del esfuerzo por lograr desarrollar el objetivo del ejercicio, en relación al rol que cumple nuestra gestualidad y corporalidad al momento de realizar una intervención. Se nota que la compañera estaba atenta a lo que tu corporalidad iba enfatizando. De tal forma, que le da mucha naturalidad al ejercicio. Me llamó la atención la latencia del impulso de la postura dos, cuando puntualizas con el dedo índice de la mano derecha, lo que llevaba a preguntar ¿en qué habrá querido enfatizar o comunicar? Conuerdo con Dave, respecto a la seriedad de tu rostro pero a nivel corporal se ve fluida y dominio sobre la puesta en escena de las posturas. Saludos!!

Hola C!, me pareció que había una coordinación con la compañera respecto de lo que te decía y como puntualizabas con tus gestos y cuerpo, había una conexión. Encuentro que a pesar de que faltaron algunas posturas lograste el objetivo de que el otro te sienta presente a través de las posturas.

C, muchas gracias por el trabajo que desarrollaste junto a tu compañera. Se notó que hubo un intento de LIGAR tus gestos, con el relato de quien personificaba a la paciente. Había una pauta lingüística, algo así como "palabra clave" que muy rápidamente fue posible detectar en el relato. Sentí que tus "modos gestuales" cumplían el propósito de intentar decir algo, señalarlo como importante e incluso devolviéndole con tus gestos, aquello que era lo que "se venía trabajando en terapia": la cuestión del cumplimiento, del compromiso. Por otra parte, si bien parecías muy seria en tu rostro, tus manos decían lo que tu rostro no connotaba, sin embargo, sucedió que la mezcla entre rostro/mano permitieron que la postura fuera una acción en movimiento que dio continuidad al relato de la paciente, y esta última, muy rápidamente "sabía a qué se refería acción". Esto me llevó a pensar sobre lo importante es el acoplamiento gestual/corporal entre pacientes y terapeutas, no se trata solo de entender el discurso, sino también de escuchar con los ojos y ver con los oídos. Se trata de jugar con los sentidos. Muchas gracias de nuevo por el hermoso trabajo y proceso reflexivo que me invitan a partir de vuestro ejercicio.

Hola C: de la tercera escena en duplas, te comento que la secuencia fue realizada con precisión, logrando intervenir en el relato de tu compañera. Está integrado cada gesto, resultando natural, y encuentras un ritmo personal en la escucha, pero hay que tener cuidado con un par de detalles: los dos gestos que involucran ambas manos, si bien fueron visualizados por tu compañera, en el primer plano quedan un poco fuera de la cámara, y luego al inclinarte hacia atrás, sólo se veía tu rostro, perdiendo el espectador la noción de tu pecho y tronco; si sueles atender online, debes cuidar eso, y también tratar que te llegue luz de manera frontal, para que no se pierdan tus ojos (se comprende que la actividad está hecha ya de noche, por lo que una se adapta a las condiciones lumínicas del hogar, pero de repente perdía un poco el detalle de tu mirada, al estar la luz cenital desde arriba). El otro detalle a considerar es el tiempo que dura un gesto o postura: hubieron dos gestos que mantuviste por demasiado tiempo, el de señalar con el dedo índice y el gesto de hacer el círculo con las manos: está bien querer recalcar el gesto, pero ya habías logrado redirigir a tu compañera (ella reaccionó a lo que hiciste); la idea es que encuentres la intención del gesto, pero estar atenta también a cómo reacciona tu compañera, ahí hay una pequeña lentitud para reaccionar, y que no quede formal el gesto. Y por último, faltó mirar hacia la izquierda en el gesto de morderse el labio, que eso te ayuda como impulso para el gesto

siguiente para llamar la atención. Pero felicitaciones por enfrentarte a este desafío, y comprender que el cuerpo puede también expresar una idea, que vaya acorde a lo que acontece en la escena.

Participante 6

E.4

Hola C: Muy bien logrados ambos estatus en la escena que nos muestras ahora. Se nota claramente el estatus bajo con que entras a la sala, viéndote claramente inquieta e insegura. Luego de eso, se ve cómo realizas la transición al segundo estatus, aunque ahí me quedé con gusto a poco... Me hubiera encantado verte desplazándote más por la sala en medio de este aire de seguridad y confianza. Me parece muy interesante tu reflexión respecto de cómo estamos a diario transitando por estos estatus y no somos conscientes de ello. Hacer estos ejercicios de híper consciencia corporal, nos permite e invita a pensar en estos temas... Pensaba en que durante la formación universitaria se nos enseña tanto a pensar en cómo la manera de ser de nuestros pacientes nos afecta o afecta a su entorno, pero pocas veces pensamos en la manera en que nosotros y nuestra corporalidad también impacta a nuestros consultantes. Al respecto, también destaco tu idea de que siempre estamos moviéndonos en ambos estatus (bajo y alto), pues no se trata de posiciones rígidas o estáticas. Felicitaciones por tu trabajo!

C, me parece que tu escena está impresionantemente lograda. Es muy interesante ver cómo, con cada movimiento, puedes alcanzar una actuación que diferencia estatus bajo de estatus alto. Lo que muestras cuando estás entrando a la sala está representado en tus movimientos con la cabeza, con la mirada, con los hombros, excelente. Luego cuando te levantas, te ves más grande, te ves imponente y dominando el espacio que se hace pequeño justamente producto de cuánto logras estar ahí presente. Es muy interesante además lo que comentas de cuánto este pasar de un estatus a otros, probablemente es algo que hacemos frecuentemente y en el despliegue del personaje terapéutico y cómo ese pasar de uno a otro, debiera ser un acto a lo menos consciente y ojalá ubicado en un formato donde los movimientos sean propios. Creo que además de contar con una consciencia mayor de si estoy o no en ese estatus, la gracia podría estar en articular aquello con "qué estoy buscando"... pero me parece que una C, que declara estar más bien familiarizada con el estatus alto, pero que puede llevar a cabo también la actuación del estatus bajo, habla de

una terapeuta que puede hacer prácticamente lo que quiera si puede percibir dónde está en cada uno de estos ciclos que se presentan en la terapia, eso es una siguiente tarea, dado que este fue un obstáculo que C ha saltado con creces. Que se venga la siguiente, mientras tanto: felicitaciones!

Hola C; de tu cuarta escena, te comento que la secuencia está bien realizada, está claro el cambio de estatus, y ambos estatus están precisos (estatus bajo en la entrada insegura, mirada a ambos lados, tener cuidado; y estatus alto en la calma al salir). De pronto faltó exagerar más el estatus alto, ya que quedó la caminata a la puerta muy neutra (y se te veía a contraluz en el video). Bien el balancín o beat de estatus, te diste el tiempo de vivirlo al sentarte, fuiste de a poco soltando el movimiento de los dedos de las manos, relajaste los pies (de puntillas a estar totalmente apoyados en el suelo) y te apoyaste completamente en lasilla con la espalda, viéndose que tu respiración se volvió más pausada. Encontraste un gesto personal de estatus alto, de ponerte las manos en las caderas. Efectivamente, según comentas, el estatus es muy variable, y de hecho, es un constante balancín en equilibrio (que va a tender siempre hacia un estatus, pero se ve constantemente modificado por el otro). A modo de reflexión, si te identificas más con el estatus alto, ¿Esto es más en la vida cotidiana o en la terapia? ¿Y en qué podría ayudarte en la terapia usar un estatus alto, versus uno bajo?

C, me gustó mucho tu escena, sobre todo como te tomaste el tiempo de pasar de un estatus a otro, eso fue super natural, no te vi incomoda, lo que me hace suponer que eres una persona muy tranquila y calmada. Me hubiese gustado más iluminación para ver tu rostro, pero como el ejercicio era corporal, puedo ver que se nota mucho que manejas ambos estatus y que tienes una buena comunicación con tu cuerpo. por compartir =)

Hola C buenas tardes, de tu ejercicio puedo mencionar que eres muy nítida al expresar los status. La forma en que entras a la habitación con tu cuerpo contraído, mirando hacía todos lados, con las manos juntas, se ve intranquilidad y nerviosismo que es muy propio del status bajo. En la silla se ve claramente cuando cambias tu status, cuando abres tu pecho, piernas y brazos, tomando una posición más expansiva, es interesante el gesto que haces de mirar tu reloj cuando estás en status alto, pero no considerarlo, esta noción de tener todo el tiempo del mundo es muy propio del status alto. Finalmente cuando dejas la habitación te marchas en otro ritmo, con el cuerpo abierto y en un ritmo lento y pausado

“tranquila”. En definitiva es un ejercicio muy bien logrado, ambos status se distinguen claramente y usas varios recursos físicos para mostrarlos la contracción o expansión de tu dorso, el uso de brazos y piernas, la mirada y el ritmo para hacer los gestos rápido o lento. De tu reflexión rescato que hables de ser consciente físicamente al hacer el ejercicio, efectivamente en nuestro día a día lo hacemos inconscientemente dependiendo de las circunstancias y de con quién nos relacionemos. Vas en muy buen camino en este trabajo de consciencia corporal felicidades.

Participante 7

E.5

Sin duda estamos acá frente a una escena muy interesante que refleja muchas cosas, tal como se puede apreciar en los múltiples comentarios que estás recibiendo. La voz es algo que está algo apurada en un inicio y eso hace, a mi juicio, que haya mucha concentración por el relato y un poco menos por el cuerpo. Luego vas soltando algo y entonces asumes una postura más declaradamente alta, de hecho hasta te sientas mejor. Esos pequeños cambios que logras ya actuar, me parece que sería interesante que inicies aprobarlos ya en el escenario terapéutico real. SI tuviera que interpretar, me parece que lo que no se nota tanto en la escena es el balancín de estatus, precisamente porque el inicio en el que aceptas el relato de tu compañera es demasiado breve y entonces luego rápidamente pasas al estatus alto, cuando cambias de opinión en el minuto 0. antes de eso jugaste a bajar la mirada y todo, pero en todo el resto de la escena estás en estatus alto ¿Será que es el estatus que más te acomoda? o simplemente es el juego que te ofreció tu compañera y del cual no pudiste salir, sea como sea, me parece que vale la pena que tú misma encuentres una respuesta. Demanda instalada. Será entonces que

Hola F Primero, muchas gracias por continuar participando de este ejercicio. Me pareció que el trabajo de la corporalidad estaba un poco "estático" y desde ese lugar me surge una pregunta y a la vez una invitación, ¿cómo podemos explorar los estatus (en la corporalidad) al momento de estar escuchando?. El discurso permite aclarar con mayor facilidad desde que lugar se estaba hablando, además que de forma natural utilizamos más el cuerpo al momento de hablar, pero al momento de escuchar solemos "silenciar" el cuerpo, cuando podría ser muy interesante el indagar como quiero que el otro se sienta escuchado. Espero abrir tu curiosidad con estas observaciones. Gracias!

Hola F: Me parece bien interesante la manera en la que tomaste el ejercicio, fíjate que me deja intrigada... Si tuviera que definir tu estatus predominante, diría que es algo así como "un estatus mixto". Al verte, me pasó que no encontré este balancín en que tu compañera y tú van subiendo y bajando y modificando de manera complementaria sus respectivos estatus. No obstante, creo que tuviste un estatus bajo al principio (cuando te posicionabas en relación al "jefe" como esta figura de autoridad imaginaria). Sin embargo, cuando tuviste que negociar con tu compañera y desde el momento en que dices "merezco más el puesto" entras en un estatus alto y me da la impresión de que no aflojaste mucho ahí (yo pensaba "de verdad esta mujer quiere el puesto" jaja)... A partir de ahí viene lo que más me llamó la atención, porque creo que hiciste amagues de bajar de estatus (como inclinar la cabeza o endulzar el tono de voz), pero, en el fondo, no bajabas (nunca soltaste el premio). Era una especie de actitud tierna y firme... Mi impresión es que siempre estuviste convencida de que tu argumento era el más fuerte entre ambas posturas, entonces siento que tu estilo fue "mixto" y con ello lograste una cualidad de persuasión muy muuuuy interesante. Me hiciste reflexionar respecto a cómo uno puede intencionar este estatus intermedio y lograr cosas "pasando piola". Creo que el objetivo concreto del ejercicio no se logró tanto, pero apareció una buena sorpresa entre medio. Saludos!

Hola F! Me da la impresión de que el estatus alto fue el protagonista de la escena representada con tu compañera, me preguntaba al respecto si en tu ejercicio profesional ¿resulta ser un lugar que sueles habitar? ¿Cómo te relacionas con una posición de estatus bajo? Si bien es cierto el estatus alto aparece, medio la impresión que apareció más bien a nivel argumental y por medio de algunas acentuaciones en la entonación de voz, sin embargo, me quedé con la sensación de que lo corporal no estaba tan al servicio del ejercicio, lo cual puede haber generado condiciones para que no fuese posible observar el balancín de estatus de forma clara. Quizás la invitación que dejar la escena es a fortalecer la expresión corporal a fin de que sea más afectiva y efectiva la representación de ciertas emociones. Saludos!

Hola F, de tu ejercicio puedo comentar que si bien no aparece el balancín de estatus en el ejercicio, es decir que suban y bajen de estatus con tu compañera. Logras proponer un estatus alto de manera constante durante todo el ejercicio, me parece interesante la forma en que lo haces, porque cuando usas el argumento de que tú te lo

mereces porque el beneficio va a ser para tu familia, no lo haces desde un estatus bajo, tratando de conmovier a tu compañera, sino desde un estatus alto, poniéndote en una mayor altura moral. Fue una elección interesante y muestra lo plástico del concepto incluso mismos argumentos pueden ser usados desde estatus distintos. Pienso que faltó trabajar el balancín del estatus, es decir probar distintos estatus y argumentos para convencer a tu compañera y una mayor expresión corporal, ¿Cómo podrías desde el cuerpo haber sido más efectiva en esta argumentación?, usaste básicamente el tronco solamente, me faltó un mayor uso de las manos en el ejercicio, para que lo tengas presente en el próximo ejercicio.

Hola F, de tu escena con Bárbara, les comento que no alcanza a instalarse el balancín de estatus, porque no hay más de un beat, si bien tú varías tu estatus de manera precisa en una ocasión, pero quedas mayormente instalada en estatus alto. En el primer beat, cuando propones quedarte con el puesto de trabajo, modificas tu postura y abres el pecho, expresando que te “mereces” el rol por tu situación. Está muy claro el cambio a cómo partiste en la conversación, ya que realizas un leve vaivén del cuerpo contraído (bajo) en “me cuesta”, para luego quedar hacia atrás, inmóvil y tranquila en “merezco más”, en una postura abierta, creciendo en la imagen. Tienes facilidad para modificar corporalmente el estatus. Pero luego no logras bajar tu estatus, o elevar el de Bárbara, quedando constantemente en estatus alto. No alcanza a convertirse en un beat o balancín cuando Bárbara habla de querer estudiar afuera, porque tú no te modificas en favor de ella, y ella tampoco logra imponerse corporalmente. Es muy normal que suceda esto, ya que la escena es corta, y escogieron la opción más difícil de improvisación, de dos amigas-colegas, que parten en un estatus similar. Pero me parece que comprendes corporalmente cómo modificar tu postura y acciones para modificar tu estatus en relación a otra persona, que es el desafío de esta escena, en complemento a la escena anterior, que tiene relación con el espacio.

Participante 8

E.6

Hola L. De tu ejercicio puedo decir que está bastante bien logrado. Primero que nada muy interesante el que hayas elegido hablarle a tu yo del futuro. Cumples con el ejercicio en todas las etapas, acciones verbales, acciones físicas e integración. Creo que

tienes un buen uso de tu expresión verbal y física. Sería interesante que pusieras más a prueba esa expresividad, que probaras otro tipo de acciones, por ejemplo burlarte o advertir, te sientes muy cómoda en tus acciones, me hubiera gustado verte más desafiada al comunicar. Desplegar otro tipo de emociones o ideas que transmitir. En cualquier caso muy buen ejercicio, nos vemos en las escenas finales del curso.

¡Hola L! Lo primero que me llamó la atención fue tu dialogo con la Laura del futuro (no tuve la oportunidad de encontrarme con más retroalimentaciones así). Sobre aquello, si me permito jugar respecto al motivo, me da la impresión que puede tener que ver con que quizás eres alguien que se permite tener un pie puesto en el devenir, lo cual podríamos pensar te da la oportunidad de proyectar tu habitar en nuevos espacios (tu yo es invitada a eso...). En caso contrario, quizás vale la pena preguntarse si ese pie en el futuro y con ello la posibilidad de proyección, es reciente y como puede contribuir aquello en tu acompañamiento de procesos terapéuticos. En términos de ejecución de la escena, cuando te observaba me proyectabas corporal y verbalmente mucha ilusión, emoción que debe ser movilizaba al pensar en un anhelo, por lo que desde ahí es un elemento ganado. Que interesante la posición de la cámara y la relación que estableces contigo misma al hablarte. En el cine esa modalidad se utiliza para proyectar una figura/imagen grande y con amplitud, por lo que al ver tu escena, es como que estuvieras (y nos invitaras a ello) viendo de lo pequeño a lo más grande... como si vieras al futuro desde y con la grandeza. Muchas gracias por tu video, un abrazo!

L, lamentablemente quedaste un poquito oscurecida en la imagen, pero logras verte igual. Como te conozco en otros ámbitos (supervisión) y he escuchado antes de algunas cosas, me llama mucho la atención tu texto. Tus acciones son bastante decidoras, son breves pero punzantes y por ello se logra seguramente apelar a esa Laura del futuro. Sería tan interesante que te vieras en esto. Luego los movimientos son muy intensos, son muy especialmente orientados a los brazos y a las manos. Es muy importante como juntas las manos, pero también como las abres, lo que ofreces, lo que tratas de expresar. Tu trayectoria pasada no pareciera estar tanto acá, pero sí el plan Italia toma fuerza casi como un compromiso contigo misma. ¿Es el personaje de Laura así de acelerada? ¿Es el personaje de Laura así de acelerada? Creo que lo que hay que lograr es llevar esta tercera parte en la que juntas acciones verbales con movimientos hacia el escenario de la terapia.

Una vez ahí, con ese ritmo que tiene ese contexto, se hará más clara tu tarea. Por ahora lo que queda claro, es que hay movimientos, hay texto, hay recursos cuando los articulas, pero probablemente tienes camino todavía para no parecerte tanto a ti misma... y acá es justamente dónde estás avanzando. No aflojes.

Hola L! Muchas gracias por tu video. Como este es el último video que retroalimento de esta escena, me fije en un patrón que puede parecer evidente, pero que jamás había notado antes (la magia de separar las acciones, dirán por ahí los actores) y es que al excluir la corporalidad de lo enunciado verbalmente, desaparece el "movimiento" de la voz, no hay cambios de tono, volumen, ritmo etc. y parece más bien un discurso robótico. En cambio al momento de integrar tu corporalidad al acto de comunicar, aparece un discurso espontáneo y fluido (más parecido a la Laura que recordaba), siempre desde un tono "alegre", lo que no es malo en lo absoluto, pero sería interesante explorar otras formas que pudiesen entregar más solemnidad, por ejemplo, a un mensaje, poder agregar versatilidad en relación a la modulación afectiva por la que puede pasar una sesión. Y un detalle, tienes una muletilla de juntar los dedos de las manos a la altura de tu guata, lo habías notado?. Un abrazo y gracias por continuar participando en este proyecto!

Participante 9

E.7

Hola Y! En primer lugar, muchas gracias por continuar participando en escena. Lo primero que note de tu escena, fue la energía en tu saludo, me gustó jajajaja. Sin embargo me comenzó a pasar que la energía inicial se comenzó a diluir, en las intervenciones tu corporalidad era muy estática, casi no aparecieron tus manos, lo que hacía un gran contraste con un tono tu de voz y una forma de comunicar muy cálida y relajada, versus esta corporalidad tan rígida. Otro elemento que pude notar, fue que las intervenciones solo sucedieron en los momentos de silencio de la "paciente", lo mencioné en otro video, pero creo que aprender y agarrarle el gustito a interrumpir es fundamental, sobre todo en lo que respecta a la terapia familiar donde tienes muchas voces, todas quieren hablar y a todas hay que darles un espacio. Tenemos esa cultura de que interrumpir es de mala educación (por lo menos para mí era así), entonces es un proceso interesante de desconstruir y hacer funcional algo que en algún momento no era permitido o valorado. espero estas observaciones te sean de ayuda. Gracias por compartir tu escena!

La escena de Y inicia con una voz bastante invitante, con un tono motivador, con una especie de agrado del estar ahí en aquel encuentro. Eso contrasta un poco con la falta de movimiento en la escucha, haces un intento con las manos, con el tomarte el mentón y breves movimientos, creo que esos pueden aumentar revisando la escena ejemplo, donde hay varios otros, con el tronco, la mirada y algunas acciones verbales. Queda claro que si hicieras más gestos en la escucha también permitiría que Yerko tomara más la palabra o pudiera interrumpir en cada momento que le parezca oportuno. Hay un gesto de escucha bastante escucha, mirada atenta, pero que habría que preguntarle a la consultante qué le provoca. Sí existen varias acciones verbales muy bien logradas, para intervenir, buenas preguntas, buen ritmo de la conversación, pero que se vería muy favorecido con una mayor ritualización que la da precisamente el cuerpo que está algo des-utilizado. Si se mira la cámara en la que aparece tu cuerpo de costado, verás que hay una suerte de quietud del tronco que está ahí esperando para ser usado. Viene una nueva y última escena que tiene todas las condiciones para variar esto y complementar el trabajo que hasta aquí va. Un buen avance y claridad de lo que requiere, para diversificar y hacer crecer ese personaje, lo demás ya está. Soltar.

Hola Y! gracias por tu vídeo, me parece que se te ve muy concentrado y atento a lo que tu compañera está contando, el gesto de la mano en el mentón creo que ayuda a tener esa sensación y tus movimientos al asentir con la cabeza. Sin embargo, creo que hay mayor rigidez corporal, hipotetizo que puede haber algo de nerviosismo por el uso de la cámara, ya que podría ser nuevo para ti el grabarte mientras atiendes, sobre todo con dos cámaras, eso explicaría para mí ciertos movimientos de tus manos en tus piernas o tu leve risa en un par de momentos. Yo creo que corrigiendo esto podrías tener un gran desplante gestual/corporal ya que identifico una intención de tu parte de apoderarte del espacio pero que parece que le falta fuerza y confianza de aparecer. Te invitaría a confiar en esas ganas o intenciones de enfatizar tus palabras con un acompañamiento corporal ya que podrían tener un gran efecto en la persona que te está escuchando. Saludos! :)

Hola Y: Respecto de tu ejercicio, lo primero que noté fue tu tono de voz y actitud más bien informal. Al respecto, eso me hizo pensar más bien en una conversación con una amiga o familiar. Si bien creo que cada cual desarrolla su propio estilo de terapia, a título muuuy personal, considero que es útil y necesario que existan algunas marcas de contexto o

de la estética misma de la conversación, que le puedan dar a entender al otro (nuestro consultante) que la conversación terapéutica es una conversación que ocurre en un espacio” diferente. Sobre tu corporalidad, siento que usaste poco tu cuerpo. Mantuviste una postura de estatus bajo constantemente, usando tu mano izquierda en algunas intervenciones. En la cámara lateral se podía apreciar que durante tus intervenciones hacías mucho más uso de tus manos, sin embargo esto ocurría en un plano muy bajo y quedaba fuera del plano general frontal (que es aquel en el cual tu consultante puede observarte). Me imagino que el haberte grabado realizando un ejercicio de intervención de psicoterapia debe haber sido un desafío importante y, seguramente, debe haber habido algo de nervios al momento de grabar esta cena. Incluso sentía que en momentos no pestañeabas en mucho rato o te imaginaba teniendo una respiración alta y corta, con una corporalidad bien rígida. Es probable que fuera de un ejercicio grabado tú puedas moverte más fluidamente. La parte de la risa no le entendí mucho, me quedo dando vueltas esa parte...Viendo tus escenas anteriores, noto que tienes una gran capacidad para comunicar con tu cuerpo. Por lo mismo considero que hay mucho potencial corporal que puedes incorporar y poner al servicio de tu personaje terapéutico. Así que te invito a seguir experimentando. Un abrazo!

Hola Y buenas noches. De tu video puedo mencionar que se sigue desde lo vocal la intervención, pero se aprecia muy poco uso de la expresión física apoyando la sesión. En este proceso de escena sienta en las distintas escenas se han practicado y trabajado distintos conceptos como escucha activa, estatus, acciones físicas, acciones verbales y conciencia corporal. Partiendo de ejercicios corporales con mucho movimiento para pasar a ejercicios con un trabajo más sutil. Partiendo de ejercicios de expresión física más generales a las escenas 7 y 8 donde se vuelve a un espacio acotado a la aplicación en sesiones terapéuticas. El cuerpo puede apoyarnos mucho al expresarnos en terapia, en tu video uno de los niveles que pudo explorarse fue el trabajo de nuestro dorso, no es lo mismo escuchar a una persona con nuestro dorso hacia atrás o hacia adelante. Cuando escuchamos con atención a otra persona o queremos dar la señal de que lo estamos haciendo, ponemos nuestro cuerpo adelante, disminuyendo las distancias. Si bien este ejercicio es por zoom y a la distancia, este cambio de postura es visible y puede ser percibido por el consultante de todas formas. Respecto a otros elementos físicos como el uso de las manos se aprecie de forma tenue, hay ciertos gestos apoyando tus palabras pero no logran desplegarse salvo en un par de

momentos donde haces un mayor uso de gestos y logra causar un mayor efecto en tu dupla. Me da la impresión luego de revisar tus primeras escenas donde logras una buena expresión corporal y compararlas con ésta donde se aprecia poco, que tuvieras la noción o la impresión de que un terapeuta no debiera moverse, en esta escena se ve con claridad la diferencia en el uso del cuerpo de Camila con la tuya. La invitación es buscar trabajar y explorar el trabajo del cuerpo apoyando las ideas que se expresan vocalmente. Hay un momento de la escena un poco extraño. Digo extraño porque no pareciera ser una reacción a lo que dice tu compañera o a su estado emocional, Camila te estaba diciendo que le costaba mucho dormirse pero que estaba agotada de todas formas y entonces te ríes y pides disculpa, la risa puede usarse para romper el hielo o para provocar un cambio en la sesión, pero en este ejercicio no se ve coherente cuando aparece, me da la impresión que te dio risa por nervios o algo externo al ejercicio. En resumen falta una mayor búsqueda del uso del cuerpo, espero que puedas integrar la expresión corporal de mejor forma en el siguiente ejercicio.

Hola Y, de tu escena como terapeuta con Camila, te comento que escuchas de manera activa a tu compañera, asintiendo con la cabeza y mirándola constantemente. Sin embargo, te muestras inseguro y es poco el uso que le entregas a tu cuerpo, no veo aplicado ninguno de los conceptos vistos en los movimientos anteriores, de estatus, acciones verbales y posturas físicas. Es muy sutil el gesto que realizas con la mano izquierda cada vez que quieres esbozar una idea, y a veces queda fuera del plano frontal (si esto fuera una sesión terapéutica online real). Hay un leve gesto en tu boca que denota inseguridad, y sueles alargar las vocales cuando intervienes, evidencias que estás pensando la respuesta y no veo una acción verbal específica en cada pregunta. Esto sucede también, porque falta energía en la escucha y en la intervención; el cuerpo está levemente inclinado hacia abajo, el pecho, el cuello, por tanto estás contraído. No hay un cambio notorio de posturas en la escena, según lo que vayas expresando y queriendo provocar en tu compañera. Incluso, me parece que te desconcertaste cuando preguntas “he, disculpa, has comentado...”. Para la siguiente escena, te invitaría a revisar los videos de instrucciones de los movimientos anteriores, para que reflexiones qué te podría servir para ocupar más el cuerpo en una sesión terapéutica, qué podría ayudarte para aumentar tu seguridad (a veces grabarse

también provoca algo de nervios, por tanto quizás no te vemos tal cual eres en una sesión real), en tema de estatus.

Participante 10

E.8

Hola V buenas noches, primero que todo muchas gracias por llegar hasta el final del proceso de escena siena. De tu ejercicio puedo comentar que está muy bien logrado, de forma particular quería destacar tu trabajo de escucha en la escena, siento que recibiste una interpelación bastante dura y eres bastante empática a la hora de reestablecer este vínculo que queda un tanto dañado. Lo que te permite redirigir la sesión y seguir ahondando en el tema de lo que tuvo que pasar la madre. Creo que eres capaz de usar todos los elementos trabajados en el curso para esta escena terapéutica, el uso de las manos, el tronco, las acciones verbales, trabajas de forma muy coherente y orgánica, diría que dentro de los principales atributos de tu personaje terapéutico es que eres muy receptiva y eso genera confianza en los consultantes así que felicidades por la escena y tu proceso en el curso.

Para ser la escena final, me pasa al verla que es una escena muy bonita, quizás de esos finales inquietantes, de verdad muy bien lograda por ambas. En términos del personaje de Valeria, pensé que podría ser en inicio una especie de escucha muy, pero muy, conectada con la persona que le habla. Como si hubiese una especie de sufrimiento con ella. Esto me lo hace pensar tu postura (que si la observas en el video en que se ve tu cuerpo entero) que está muy puesta encima de la pantalla, postura que creo que no serías capaz de sostener durante tanto tiempo. La interpelación es seria, sólida, no puede ser respondida con una sonrisa ni nada por el estilo. Lo logras, parece que lo primera era tener una disculpa y es lo que haces. Luego, con una cierta cautela logras instalar una pregunta, como una suerte de invitación a situar el contenido en la terapia, cuestión que ella acepta. Ojo con la expresión facial que por momentos muestra una cierta tristeza, casi dolor, que no tengo claro si es lo que quieres provocar. Te invito a mirar atentamente tu expresión facial cuando escuchas para que luego te preguntes ¿Esa expresión es la que me gustaría tener a mí misma si fuese una Valeria terapeuta la que me está escuchando? Lo demás es un despliegue muy interesante, muy emotivo diría, con un juego de estatus que se aprecia que ha puesto en juego lo que se ha visto en escenas anteriores y luego tu comentario final lo confirma. Estás muy dentro de la conversación, muy dentro de la escena, muy incorporada

y esta vez logrando ocupar menos espacio, sin amenazar devuelta, si eso es el primer logro, los que vienen luego son mejoras que llegarán cuando se siga jugando. ¿En qué está ahora entonces tu diversificación? Constituyendo, deformando, articulando.

Hola V! En primer lugar, muchas gracias por llegar hasta el final de esta primera versión de escena siena. En general (y pese a tus reflexiones finales), tuviste un buen manejo de la interpelación, ya que la lograste llevar a pensar en el malestar en si mismo, a cuestionarse respecto del sentirse cuestionada, porque por ejemplo, nos pueden tocar casos donde el paciente se siente cuestionado y atacado todo el tiempo "huir" de los momentos de tensión volvería la terapia un espacio donde no se puede profundizar nada. En este sentido, vale la pena destacar y recordar que el espacio terapéutico es en si mismo un espacio muy incomodo, por lo que amigarse con incomodar al otro para poder generar novedad es fundamental para el proceso. También quiero destacar que quedarte y explorar, no fue tu único movimiento, ya que también pudiste reparar (fundamental en todas las relaciones) en un inicio, creando el mensaje de..."si te molesto lo siento mucho, pero te voy a preguntar igual jajajaj". Muchas gracias por compartir tu escena!

Hola V! primero que todo agradecer tu participación en esta última escena. Coincido con los comentarios de les colegas cuando refieren proyección de congoja y tristeza, como si tu posición en el espacio bajara significativamente ante la interpelación. Creo que parte del motivo de aquello queda claro en tu feedback final. Por lo anterior, es importante volver a destacar 1. las posibilidades que entregan los balancines de postura (permitirse jugar con ellos) y 2. preguntarnos ¿Cómo podemos conciliar la postura de una escucha activa y comprensiva que no signifique necesariamente asumir un lugar que debilite tu posición como terapeuta? Creo que es relevante el foco que pones en conservar el vínculo -sobre todo en la atención de adolescente- y el cuidado con el maltrato a los consultantes en espacios de atención públicas, pero acompañar adecuadamente aquello, no significa necesariamente ver debilitada nuestra posición como terapeutas. Nos vemos!!!!

V al ver tu escena me da la impresión de que cuando sensibilizas con lo que trae tu consultante intentas acercarte inclinando tu tronco hacia la pantalla para mostrar interés. Noto que el estatus general que despliegas en la sesión terapéutica es bajo pero yo pienso que lo haces para escuchar desde la empatía y la humildad. También noto que recibes con mucha calidez los sentimientos que muestra tu compañera, no te pierdes en el relato, por lo

que pienso que tu estilo está inclinado hacia la escucha activa creo que logras que tus consultantes se abran fácilmente contigo siendo un punto de partida para comenzar a trabajar desde la emocionalidad.

Hola V: Primero, quisiera agradecer tu participación y haber podido lograr llegar a estas últimas escenas. Sobre tu ejercicio, me llamó mucho la atención tu postura. Me dan muchas ganas de sugerirte que busques una manera de levantar tu computador y así no debas agacharte tanto en las sesiones. Es muy agotador sostener esa postura encorvada durante horas. Sobre tu ejercicio, siento que eres muy receptiva, acogedora y respetuosa al escuchar, vas asintiendo con la cabeza para entregarle feedback al otro. Al momento de la interpelación, creo que vi en tus cejas y tu boca, cierto gesto de congoja, una parte de mí sentía que estabas asustada con lo que estabas sucediendo. Comienzas la interpelación pidiendo disculpas, aclarando las cosas y acogiendo la molestia de tu paciente. Luego de eso intentas tomar esta interpelación como una oportunidad para hablar de un tema más genérico “el cuestionamiento a la maternidad” y eso le permite hablar a tu paciente de varios temas que están concatenados. Creo que en ese momento haces un giro muy interesante y que transforma la molestia de tu paciente en algo útil para ella. Aún así me queda la duda ¿por qué era importante la pregunta de si se trataba del hijo de 2 o de 5 años? Tu paciente te lo preguntó, pero no le respondiste eso. Le dices a tu paciente que no estabas juzgando, pero tampoco aclaraste la intención de aquella pregunta. Me parece bien interesante lo consciente que eres de cómo tu estatus afecta a tus pacientes y sus familias. Encuentro un tremendo ejercicio reflexivo y honesto la manera en la que vinculas tu gran cuidado por la adherencia con la dificultad para increpar o asumir una posición más dura en sesiones. Siento que al final, integras todo lo que has ido recibiendo de la experiencia en Siena, espero que ahora puedas ser más consciente de tu personaje terapéutico. Siento que este ejercicio muestra algo de ti que es bien importante, el miedo a perder al paciente y las posibilidades que se bloquean al actuar desde ese lugar... creo que el tema no se agota aquí, imagino que vas a tener mucho que procesar. Pero siento que has asumido este desafío con una actitud bien honesta y reflexiva, así que confío en que vasa saber encausar tus inquietudes. Un abrazo!

Hola V, creo que si bien partiste más pasiva después tuviste una participación más activa. Reaccionaste muy bien a la interpelación y se te ve segura y cómoda. No vi

mucho lenguaje corporal pero tu posición y gesticulación muestra que estabas muy atenta al relato. Saludos

Hola V! Espero esté todo bien. Respecto a la escena, fue muy grato poder compartir este espacio contigo, me hiciste sentir muy cómoda y al interpelarte sentí que tu cuerpo adoptó forma de escucha, comprensión y aceptación. El movimiento de tus manos acompañaba la intención que tenías en la esfera verbal, sin embargo, en algunos momentos la cámara no alcanzaba a captar estos movimientos, quizá sería importante ajustar la cámara para aprovechar de mejor manera este gran recurso. Eres muy cálida y lograste conducir la interpelación a nuevos espacios ¡me quedo con ello! Aprendí mucho de ti.

Hola V, se agradece que pudiste realizar las dos últimas escenas del Proyecto Escena Siena, ligados a la práctica terapéutica, y espero que hayan podido serte útiles para hacer consciente lo que nos cuentas. Las acciones que nombras, de validar, reforzar, agradecer están presentes en tu reacción a la interpelación, lo que vuelve eficiente la instancia de ser cuestionada por Javiera. Me parece acertado que bajes tu estatus cuando ella te interpela, y logres darle el espacio para que reflexione. Sí hay que cuidar que el gesto de la boca que haces, no provoque que la paciente decodifique tristeza; me da la impresión que la interpelación te genera decepción o tristeza, al menos en el rostro, por tanto, para sobrellevar esa reacción, hay que dejarse llevar por la acción que quieres hacer con tu compañera. Es desafiante estar en un oficio donde te ves expuesta continuamente a ser abandonada por tus pacientes, por tanto, esta escena puede ayudarte a comprender ese miedo y tener estrategias para vencerlo. ¿Cómo puedes reconducir una sesión, enfrentando al paciente sin que desee abandonar la terapia? ¿Y cómo puedes interpelar también al paciente, para que no tengas que actuar bajo el miedo? A mi juicio, tienes que confiar en tus herramientas y en la cualidad particular que tienes para intervenir, de mucho respeto y serenidad, pero también ampliar tu registro sin temer que ello provoque descontento; de repente es bueno medir intensidades, probar diversas cualidades de manera sutil desde lo corporal, y ver qué reacciones recibes, sin tener que modificar verbalmente tus palabras.

