

El lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva” en la psicología analítica

André Sassenfeld J.

Es sabido que una de las metas centrales de la psicoterapia de orientación jungiana corresponde al establecimiento de un diálogo entre el ego consciente y lo inconsciente –un diálogo que de modo gradual posibilita la constelación activa y consciente del eje ego-self y que, con ello, impulsa el proceso de individuación al abrir al ego a la influencia organizadora y directora más profunda del self. Tal como señala Stein (1995), la transformación terapéutica de la personalidad “*requiere enfrentar lo inconsciente, sus estructuras específicas y sus relaciones dinámicas con la consciencia en la medida en la que estas se vuelven accesibles en el transcurso del análisis*” (p. 33, cursiva del original), debido a lo cual implica un estado de relativa receptividad a los procesos inconscientes. En otras palabras, el “encuentro con lo inconsciente resulta ser central en el análisis jungiano [...]” (p. 40), sea por medio del análisis de sueños, la retirada de proyecciones transferenciales, la práctica de la imaginación activa o la reconstrucción genética de aspectos determinantes de la infancia del paciente. Como hemos dicho, todo esto involucra el establecimiento de una relación vital, consciente y recíproca del ego con lo inconsciente.

Dada la trascendental importancia clínica del contacto entre la consciencia y lo inconsciente, los psicoterapeutas jungianos han buscado articular diferentes modalidades a través de las cuales facilitar este encuentro, modalidades adicionales a los métodos tradicionales del análisis de los sueños, del análisis de la transferencia y de la imaginación activa desarrollados por el mismo Jung. En este sentido, en el trabajo psicoterapéutico de numerosos psicólogos analíticos las técnicas expresivas ocupan un lugar fundamental. La circunstancia mencionada se ve reflejada en la diversidad de procedimientos expresivos que han sido integrados a los procesos terapéuticos, abarcando desde técnicas clásicas como el dibujo o el modelado hasta formas alternativas vinculadas con la danza, la música, la caja de arena y otras. En el contexto de este trabajo, el término *técnicas expresivas* hace alusión de manera específica a procedimientos que posibilitan de alguna forma concreta la expresión de contenidos propiamente inconscientes o al menos en medida significativa determinados por lo inconsciente. Se trata de técnicas que ayudan al paciente a “establecer un contacto más cercano con lo inconsciente y a enfrentar su realidad y su potencial” (Stein, 1995, p. 41).

En términos generales,

puede considerarse que los psicólogos analíticos han sobrevalorado, incluso idealizado, la mente y lo que podríamos llamar ‘pensamiento’ y han descuidado tanto el cuerpo como, en particular, la contribución del lenguaje corporal a la comprensión de los pacientes que acuden a análisis. (Wiener, 1994, p. 331)

En particular, la “psicología jungiana parece estar marcada por una ambivalencia teórica respecto del cuerpo, mientras en gran parte lo ignora en términos clínicos” (Heuer, 2005, p. 106). Así, hasta la fecha la corporalidad tampoco ha podido ser considerada en cuanto vía potencial de diálogo con lo inconsciente –a pesar de que el lenguaje del cuerpo es, en esencia, un lenguaje expresivo y comunicativo por antonomasia y a pesar de que al menos en la cultura occidental el cuerpo tiende a estar ligado a múltiples aspectos inconscientes. Basta recordar que, en el marco de la teoría psicoanalítica, el cuerpo es consistentemente alineado con lo inconsciente (Krueger, 2002).

Tomando en consideración la cualidad expresiva básica del cuerpo, en este trabajo exploraremos la posibilidad de utilizar el lenguaje corporal como una especie de técnica expresiva. En primer lugar, a modo de fundamentación teórica resumiremos algunas de las ideas de Jung en torno a la relación entre psique y cuerpo presentadas de modo más sistemático en un trabajo anterior (Sassenfeld, 2006), enfatizando su concepción de la unidad de psique y cuerpo y algunas ideas sobre cuerpo, sombra y self. En segundo lugar, examinaremos un conjunto de hallazgos pertenecientes a diferentes campos de investigación que nos permiten conceptualizar efectivamente el lenguaje corporal como fenómeno expresivo, visualizarlo como vehículo de la expresión emocional y comprender su significación en las relaciones interpersonales, incluyendo la relación psicoterapéutica. A continuación, intentaremos mostrar algunos aspectos de la utilización clínica del lenguaje del cuerpo como vía de acceso a y contacto con lo inconsciente y ejemplificaremos esto a través de dos viñetas clínicas.

Psique y cuerpo en las contribuciones de Jung a la psicología analítica

En sus seminarios sobre el *Zarathustra* de Nietzsche, Jung (1988 [1934-1939]) se pregunta: “¿qué es el cuerpo? El cuerpo es meramente la visibilidad del alma, de la psique; y el alma es la experiencia psicológica del cuerpo. De modo que es realmente una y la misma cosa” (p. 99). Algunas páginas más adelante indica:

Pero el cuerpo también es, por supuesto, una concretización, una función, de aquella cosa desconocida que produce tanto la psique como el cuerpo; la diferencia que hacemos entre psique y cuerpo es artificial. Se hace al servicio de una mejor comprensión. En realidad, no hay nada más que un cuerpo vivo. Ese es el hecho; y la psique es tanto un cuerpo vivo como el cuerpo es una psique viva: es lo mismo. (p. 114)

Esta aseveración deja inmediatamente claro que la concepción básica de Jung acerca del problema cuerpo-mente está ligada a la noción de una interconexión o interdependencia primordial de ambos (Chodorow, 1995; Greene, 2001; Heuer, 2005; McNeely, 1987).

Estas ideas fundamentales de Jung en torno a la unidad inseparable de psique y cuerpo se acercan en gran medida al concepto cardinal de Wilhelm Reich (1945 [1933]), el padre de la psicoterapia corporal, acerca de una

simultánea “antítesis e identidad funcional” entre procesos psíquicos y procesos somáticos. Más allá, tanto Jung como Reich piensan que cuerpo y psique son manifestaciones de un elemento unitario previo a tales diferenciaciones –“aquella cosa desconocida” para Jung¹, procesos bioenergéticos organísmicos para Reich– que nuestros sentidos y la estructura que adopta nuestra comprensión conceptual son incapaces de aprehender de modo adecuado. Desde esta perspectiva, si clínicamente se supone que el trabajo psicoterapéutico con una imagen psíquica proveniente de lo inconsciente constituye al menos de modo potencial una vía de diálogo entre el ego consciente y lo inconsciente, el intento de ser consecuente con la concepción junguiana de la relación cuerpo-psique conllevaría la paralela suposición de que una expresión corporal determinada por lo inconsciente también puede ser utilizada como forma de contacto de la consciencia con lo inconsciente.

En 1935, Jung relacionó explícitamente el cuerpo con la sombra y, por ende, con los elementos del inconsciente personal:

No nos gusta mirar nuestro lado sombrío; por lo tanto, existen muchas personas en nuestra sociedad civilizada que han perdido su sombra por completo, se han deshecho de ella. Tienen sólo dos dimensiones; han perdido la tercera dimensión y, con ella, habitualmente han perdido el cuerpo. El cuerpo es un amigo dudoso porque produce cosas que no nos gustan: existen demasiadas cosas relacionadas con el cuerpo que no pueden mencionarse. Muchas veces el cuerpo es la personificación de esta sombra del ego. (cit. en Greene, 2001, p. 568)

Desde entonces, algunos psicoterapeutas se han apropiado de la comprensión del cuerpo como sombra para trabajar con la corporalidad de sus pacientes (Conger, 2005; Heuer, 2005). Desde este punto de vista, puede considerarse que el trabajo con el cuerpo equivale en concreto al trabajo con la sombra y los aspectos inconscientes que contiene, pudiendo ser visualizado como vía clínica de acceso a lo inconsciente –y, de hecho, tal como señala Redfearn (1998), en la psicoterapia “la recuperación de partes perdidas del self siempre significa el restablecimiento de un lazo perdido entre el yo y una parte o una función del cuerpo” (p. 33).

Chodorow (1995) nos recuerda que para Jung los símbolos del self emergen a partir de las profundidades del cuerpo humano, una noción que guarda relación con las ideas de Jung acerca de la localización anatómica del inconsciente colectivo en las áreas primitivas del sistema nervioso. Efectivamente, Jung (1988 [1934-1939]) asevera que no “habría sentido si no existiese consciencia y, dado que no hay consciencia sin cuerpo, no puede existir sentido sin el cuerpo” (p. 94). Así, puesto que la psicología analítica vincula la experiencia de sentido con la acción del self, además de constituir una vía fundamental de acceso a los contenidos de la sombra el cuerpo puede posibilitar la aparición de símbolos significativos que pueden contribuir al

¹ Siguiendo a Astor (1998), Fordham define el self primario como “entidad psicosomática, que tiene el potencial de formar un cuerpo y una psique” (p. 15). Desde esta perspectiva, podríamos aventurarnos a afirmar que “aquella cosa desconocida” a la que Jung hace referencia remite, en esencia, al self.

proceso de individuación del paciente. En sus comentarios sobre el *Zaratustra* de Nietzsche, Jung va aún más allá:

es un hecho que tenemos cuerpos que han sido creados por el self, de manera que debemos asumir que el self en realidad desea que vivamos en el cuerpo, que vivamos ese experimento, que vivamos nuestras vidas. [El] cuerpo es [...] uno de los experimentos de la visibilidad del self [...]. (pp. 120-123)

Desde esta perspectiva, es posible concebir que al menos algunas expresiones del organismo que se manifiestan a través del lenguaje del cuerpo pueden ser visualizadas como expresiones directas y “visibles” del self.

Chodorow (1995) piensa que Jung “tenía una aprehensión instintiva del movimiento como medio primordial de expresión y comunicación, pero le concedió relativamente poca atención en el desarrollo de la psicología analítica” (p. 392). De esta manera, como hemos mostrado en esta sección, en muchas de las ideas de Jung que él mismo no elaboró con mayor profundidad está implícita la posibilidad de contemplar los fenómenos somáticos como expresiones de lo inconsciente que, en cuanto tales, pueden ser empleados en términos clínicos con la finalidad de establecer y hacer progresar el encuentro y diálogo entre el ego consciente y lo inconsciente.

Algunas consideraciones sobre el lenguaje expresivo del cuerpo

Reich (1945 [1933]) fue uno de los primeros psicoterapeutas que enfatizaron la relevancia del lenguaje corporal en el campo de la psicología profunda y que comenzaron a utilizarlo como herramienta terapéutica capaz de abrir paso hacia contenidos inconscientes para el paciente. Al mismo tiempo, Reich tenía claridad respecto de la naturaleza intrínsecamente expresiva del cuerpo:

*lo vivo se expresa en movimientos, en ‘movimientos expresivos’. El movimiento expresivo es una característica inherente al protoplasma. Distingue estrictamente los sistemas vivos de los no vivos. El término significa, en sentido literal, que algo del sistema vivo ‘tiende hacia fuera’ y, en consecuencia, ‘se mueve’. [...] El significado literal de ‘emoción’ es ‘mover hacia fuera’, que equivale a ‘movimiento expresivo’. El proceso físico de la emoción protoplasmática o del movimiento expresivo va siempre unido a un significado comprensible en forma inmediata, al cual llamaremos *expresión emocional*. El movimiento del protoplasma posee, pues, una expresión en el sentido de una emoción, y la emoción o la expresión de un organismo está ligada al movimiento. (p. 364, cursivas del original)*

Reich no sólo destaca el carácter fundamentalmente expresivo del cuerpo, sino que además explicita que todo movimiento corporal de expresión está vinculado de modo directo con una expresión emocional que, a su vez, porta un significado que puede ser decodificado y reconocido por otros organismos. Es decir, la expresión corporal y emocional cumple también una función comunicativa a través de su percepción y decodificación por parte de otros.

Muchos investigadores contemporáneos pertenecientes a diferentes campos de estudio han retomado a lo largo de las últimas décadas la temática de los procesos no-verbales corporales de expresión y comunicación que Reich había explorado con mucha dedicación, pero sin que sus hallazgos hayan sido tomados mayormente en consideración por los círculos más amplios de la psicología y la psiquiatría. Por un lado, la teoría del apego describió la función relacional de muchas manifestaciones corporales del infante en el contexto del vínculo primario con un cuidador (Schachner, Shaver & Mikulincer, 2005). Así, por ejemplo, el llanto como fenómeno expresivo de un organismo cumple en determinadas circunstancias la función de supervivencia de atraer la atención del cuidador a una situación necesitada de su intervención y las conductas de seguimiento señalizan el deseo de mantener la cercanía física de manera que el cuidador pueda satisfacerlo. De este modo, puede suponerse que al menos algunas expresiones corporales y afectivas buscan de forma específica despertar ciertas reacciones por parte de otros significativos. Más allá, la teoría del apego muestra que el lenguaje del cuerpo a menudo actúa al servicio de necesidades de supervivencia (Bugental, 2005) y, por lo tanto, puede considerarse que es de origen filogenético.

Por otro lado, los estudiosos de la interacción temprana entre madre y bebé ampliaron las consideraciones de los teóricos del apego y constataron la existencia de un verdadero proto-diálogo emocional continuo mediado por las expresiones faciales, vocales, gestuales y corporales de sus participantes (Beebe et al., 2005; Pally, 2001; Schore, 2005). Las funciones de este proto-diálogo somático-afectivo son numerosas e incluyen la diferenciación de la afectividad del infante, la aparición de su sentido de identidad personal y la construcción de estructuras psíquicas capaces de procesar y regular sus propios estados emocionales y corporales. De modo interesante, tal como indica Schore (2005), la comunicación no-verbal descrita es visualizada como comunicación de hemisferio cerebral derecho a hemisferio cerebral derecho –es decir, se trata de un diálogo entre inconscientes, en el cual tanto la emisión como la decodificación de señales corporales comunicativas se producen de forma principalmente no consciente. Este “diálogo de acción” (Beebe, 2004) ha sido estudiado con mucha profundidad en la interacción temprana; sin embargo, ha quedado al descubierto que no desaparece con el paso del tiempo, sino que permanece como telón de fondo a la comunicación adulta.

Desde este punto de vista, los investigadores clínicos han empezado a reconocer que en la interacción psicoterapéutica también actúan de manera constante mecanismos relacionales no conscientes en alguna medida similares a aquellos de la interacción cuidador-infante (Beebe et al., 2005; Knoblauch, 2005; Pally, 2001; Sassenfeld, 2007; Schore, 2005). Así, en los últimos años se ha vuelto a pensar acerca del lugar del cuerpo y la acción en el contexto psicoterapéutico. Reemplazando el concepto tradicional del *acting-out*, que había adquirido un significado más peyorativo que descriptivo o explicativo, surgió el concepto del *enactment* o puesta en escena como conceptualización de la posibilidad clínica de que significados y contenidos inconscientes surjan a la consciencia siendo en primer lugar escenificados corporalmente en la relación terapéutica a través de

ciertas formas de interacción (Cambray, 2001; Sassenfeld, 2007). Knoblauch (2005) afirma, en este sentido, que la experiencia corporal y la comunicación no-verbal encarnada implicadas en las puestas en escena representa una puerta primordial de entrada a contenidos inconscientes de gran relevancia que muchas veces no han podido expresarse de ninguna otra manera. Destaca en esta concepción además que tanto paciente como terapeuta están involucrados de modo activo en el surgimiento de aspectos inconscientes a raíz de una experiencia interactiva diádica mediada por los cuerpos de ambos.

Como hemos visto en esta sección, puede afirmarse que el cuerpo es intrínsecamente expresivo y que la expresión corporal está siempre acompañada de una expresión emocional correspondiente. Asimismo, en la actualidad existe consenso respecto de que la expresión corporal-emocional cumple funciones relacionales fundamentales tanto en las interacciones tempranas entre los infantes y sus cuidadores como en las interacciones entre adultos. Por lo tanto, la comunicación no-verbal también se produce en la interacción psicoterapéutica, donde diversos investigadores clínicos han constatado que las puestas en escena, procesos vinculares mediados por interacciones entre cuerpos, constituyen una vía fundamental de acceso y exploración de contenidos inconscientes. De esta manera, las ideas de Jung que revisamos en la sección anterior reciben apoyo por parte de las perspectivas examinadas en lo que antecede. Por un lado, hemos clarificado tanto la relevancia como la necesidad de tomar en consideración el cuerpo y sus manifestaciones en el marco psicoterapéutico y, por otro lado, contamos con suficientes elementos conceptuales para entender el uso clínico del lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva”. En total, parece claro que existen vinculaciones entre la expresión corporal y lo inconsciente, el supuesto básico que en realidad nos permite aproximarnos a la corporalidad en cuanto “técnica expresiva”.

El lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva”

En “La función trascendente” (1957 [1916]), Jung especifica que existen personas “que internamente ni ven ni escuchan, pero sus *manos* tienen la capacidad de expresar contenidos del inconsciente. [...] Relativamente excepcionales son aquellas cuyos dones motrices posibilitan una expresión de lo inconsciente por medio del *movimiento* o la danza” (p. 100, cursivas del original). A la luz de las ideas que examinamos en la sección previa, esta observación de Jung requiere matización: en efecto, puede aseverarse que la expresión *intencional* de lo inconsciente a través de vías motrices resulta ser privilegio de algunos individuos dotados en este sentido. No obstante, la expresión *espontánea y no intencionada* de lo inconsciente a través de las expresiones corporales-emocionales no sólo no está limitada a ciertos pacientes sino que, más bien, su aparición es inevitable en todos los pacientes.

Se debe a esta distinción fundamental que he colocado a lo largo de este trabajo una parte de la noción del lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva” entre comillas. No me he estado refiriendo a la realización consciente de una

técnica de expresión corporal, como por ejemplo la psicodramatización o la danza, con la finalidad de que se pongan de manifiesto contenidos inconscientes a través de esta. En esencia, he estado haciendo referencia a las expresiones espontáneas y no deliberadas del cuerpo (miradas, gestos, movimientos, actitudes, etc.) que, en el contexto clínico, se producen de forma continua y cuya existencia puede ser utilizada *como si* se tratara de los productos de una técnica que apunta a la expresión de aspectos inconscientes. Tal como afirma Reich (1945 [1933]), "*Trabajamos con el lenguaje expresivo*" (p. 367, cursiva del original), en gran medida porque lo inconsciente se pone de manifiesto en él de modo directo e inmediato.

Existen al menos dos formas básicas de trabajar con el lenguaje del cuerpo en cuanto "técnica expresiva" –en el marco de una psicología individual de un cuerpo o en el marco de una psicología relacional de dos cuerpos (Aron, 1998; Sassenfeld, 2007)– y deseo ejemplificar ambas posibilidades a través de viñetas clínicas. En primer lugar, el marco de una psicología individual de un cuerpo remite principalmente a un paradigma intra-subjetivo, en el cual el foco de atención es el mundo interno del paciente sin que se enfatice la vinculación con el psicoterapeuta. En otras palabras, en esta primera modalidad de trabajo la expresión corporal es entendida como expresiva de aspectos inconscientes del mundo subjetivo del paciente sin que estos sean relacionados con la situación interactiva entre paciente y terapeuta.

Francisca es una mujer de 38 años que acude a psicoterapia porque percibe que se "auto-boicotea" en situaciones placenteras y constructivas, provocando peleas y, según relata, "haciendo pataletas de cinco años". Hacia la tercera sesión, cuando por primera vez surge con mayor detalle a un primer plano la relación con su madre, Francisca espontáneamente se saca los zapatos, sube ambas piernas y se sienta en el sillón con las piernas cruzadas. Junto con esto, dice: "Ay, me dieron ganas de hacer pipí". Mi propia sensación es de estar frente a una actitud algo infantil, una actitud semejante a la de una niña. Cuando le señalo a Francisca mi impresión acerca de lo ocurrido y se lo contextualizo con el contenido que había estado ocupando la sesión (la relación con su madre), se sorprende y asiente.

En términos del proceso terapéutico, esta expresión corporal anunció la progresiva elaboración de un vínculo conflictivo y muy doloroso de Francisca con su madre, en el cual ella a menudo se siente aún como una niña –de manera similar a como lo podría haber anunciado, por ejemplo, un sueño o un dibujo o una construcción en una caja de arena. Desde el punto de vista de la psicología analítica, podríamos tal vez señalar que el movimiento corporal descrito puso al descubierto la constelación de un complejo materno negativo. Cabe recordar que el mismo Jung, en sus experimentos tempranos con el test de asociación de palabras, ya había establecido la relación que existe entre la constelación de un complejo y ciertas reacciones corporales, incluyendo inquietud psicomotora, titubeo, silencios y otros aspectos ligados a la expresión corporal. En este sentido, el lenguaje expresivo del cuerpo nos permitió entrar en contacto con un aspecto significativo contenido en la sombra de Francisca y, con ello, iniciar el diálogo de su ego consciente con su inconsciente de modo directo.

Veamos otro ejemplo en el paradigma individual de un solo cuerpo:

Carla es una secretaria y estudiante universitaria de 27 años que inició una psicoterapia por dificultades generales para expresarse frente a los demás y por la presencia de sentimientos de inseguridad y ansiedad. Alrededor del tercer mes de la terapia, Carla llega apurada y se sienta en el sillón. Al mismo tiempo que ella comienza a decir que la temática que quiere tratar en esa sesión es su inseguridad que ya la tiene agotada, mi mirada se fija en la forma en la que se sienta. Mantiene ambas piernas juntas, generando tensión en la parte superior de ambas piernas, y junta las manos sobre sus rodillas. Da la impresión de estar sentada como una niña inhibida y obediente que teme ocupar demasiado espacio. Le comunico la impresión que tengo, enfatizando la sensación de que parece temer ocupar más espacio, y le pregunto si ella percibe alguna relación entre esta forma de sentarse y la temática de la inseguridad. De inmediato, establece varias relaciones que nos aportan elementos nuevos y útiles.

En este caso, a Carla le surgen varios recuerdos en los que temió ser retada y castigada. Así, la postura de una niña obediente pudo entenderse como forma corporal de aplacar el reto y castigo que anticipaba de parte de sus padres y otras figuras significativas. Esto nos permitió comprender que muchas veces sus dificultades para expresarse son inhibidas precisamente por estos temores y, asimismo, nos permitió ahondar en cómo estas experiencias se vinculan de modo importante con sus vivencias de inseguridad. Nuevamente, el lenguaje del cuerpo posibilitó la toma de consciencia de contenidos que con anterioridad habían permanecido inconscientes.

En el marco de una psicología de dos cuerpos, la expresión del cuerpo es entendida como comunicación no-verbal de un aspecto inconsciente propio de la dinámica interactiva existente entre paciente y terapeuta. En este sentido, una psicología de dos cuerpos remite a un paradigma inter-subjetivo, en el cual el mundo interno del paciente no puede concebirse como independiente de la subjetividad del psicoterapeuta sino que debe ser comprendido en el contexto de esta. Las puestas en escena mencionadas con anterioridad, que involucran una interacción en la que están implicados de forma directa y personal tanto el paciente como el terapeuta, son un ejemplo de esto. En la viñeta que sigue, describo una secuencia interactiva que, a mi juicio, no alcanzó a conformarse como una puesta en escena propiamente tal porque se trató de una situación más circunscrita y también porque el terapeuta con rapidez advirtió lo que había ocurrido y lo explicitó.

Natalia es una estudiante universitaria de 22 años. Consulta por la aparición de un estado depresivo a raíz de un duelo reciente. Hacia el octavo mes del proceso psicoterapéutico, ha surgido la temática de cómo a menudo utiliza estados afectivos de resignación y desesperanza con fines defensivos, en especial como forma de no experimentar y expresar reacciones de protesta, rabia, molestia y desacuerdo. En una sesión durante el octavo mes, frente a varios de sus comentarios desesperanzados me mantengo en silencio, produciéndose espacios de silencio más largos de lo acostumbrado. Durante la siguiente sesión, nos comunicamos como de costumbre aunque Natalia mantiene los brazos firmemente cruzados a lo largo de gran parte de la sesión, un gesto que advierto y sobre el cual reflexiono en el transcurso de la semana. A la próxima sesión, nuevamente Natalia se mantiene los brazos cruzados. Le señalo lo que observo, le comento que he observado su gesto durante dos sesiones y le sugiero que podría estar molesta conmigo. En un primer momento, Natalia lo niega de una

manera que me parece exagerada y, en consecuencia, agregó que tal vez podría estar molesta porque, frente a la necesidad de que algunas sesiones atrás yo hiciera algún comentario útil en relación con su experiencia de desesperanza, me mantuve en silencio y con ello la dejé sola con su experiencia desesperanzada y no le ayudé a entenderla o transformarla. Reconoce que estoy en lo correcto de modo racional, aunque le cuesta sobremanera sentir efectivamente molestia o enojo.

En este caso, la expresión corporal pudo ser comprendida de modo clínicamente útil en el marco de una psicología de dos cuerpos y nos permitió por un lado elaborar la temática del uso defensivo de la desesperanza a partir de una experiencia directa y, por otro lado, nos permitió la profundización en aspectos inconscientes de su funcionamiento. Por ejemplo, quedó al descubierto que sus dificultades para la manifestación de molestia, protesta y desacuerdo estaban principalmente vinculadas con figuras investidas de autoridad y esto, a su vez, hizo posible la exploración de aspectos hasta ese momento inconscientes de la dificultosa relación con su padre, el cual había estado en gran medida idealizado. El lenguaje del cuerpo actuó, una vez más, como “técnica expresiva” cuyos productos enriquecieron e impulsaron el proceso psicoterapéutico y, al mismo tiempo, resultó ser de utilidad a la hora de facilitar el diálogo entre el ego consciente y contenidos provenientes de lo inconsciente.

Reflexiones finales

Hemos intentado describir el uso clínico del lenguaje del cuerpo como una especie de “técnica expresiva”. Fundamentamos teóricamente este concepto recurriendo a diferentes ideas de Jung sobre la relación entre cuerpo y psique y sobre cuerpo, sombra y self y, asimismo, apoyamos estas ideas de Jung con hallazgos acerca del lugar del cuerpo y la expresión no-verbal provenientes de la teoría del apego, la investigación de infantes y el estudio clínico de las puestas en escena. Finalmente, explicamos el uso terapéutico del lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva” en el paradigma de un cuerpo individual y en el paradigma relacional de dos cuerpos y ejemplificamos ambas modalidades mediante viñetas. Para concluir, deseamos ofrecer algunas últimas reflexiones sobre la temática tratada en este trabajo.

En los ejemplos clínicos presentados, el empleo del lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva” dio acceso a contenidos pertenecientes al inconsciente personal del paciente. La idea de Jung en torno a la relación de la corporalidad con la aparición de símbolos del self puede ser entendida en este contexto en el sentido de que el self posibilita al individuo integrar aspectos significativos de la sombra al ego consciente. Sin embargo, resulta más difícil dar cuenta de la posibilidad de que a través de la expresión espontánea del cuerpo emerja una vía de contacto con contenidos del inconsciente colectivo. Boadella (2006) ha descrito lo que denomina “posturas del alma” y también ciertas formas de movimiento que, desde el punto de vista de la psicología analítica, pueden ser consideradas arquetípicas. También las llamadas *asanas* o posturas de la tradición del yoga remiten a expresiones corporales que parecen vinculadas con

elementos inconscientes colectivos. No obstante, por lo común la utilización clínica de los conceptos de Boadella o de las posturas del yoga no hace referencia a manifestaciones somáticas espontáneas, como la noción aquí examinada del lenguaje del cuerpo como “técnica expresiva”, sino más bien a manifestaciones corporales planificadas y deliberadas.

Una idea que sí parece franquear este vacío es el concepto de las puestas en escena arquetípicas formulado por Cambray (2001). Con esto, Cambray refiere a la posibilidad de que en la interacción psicoterapéutica se escenifique corporalmente un motivo mítico entre paciente y terapeuta. Dado que las puestas en escena surgen de forma espontánea y no planificada ni deliberada, este fenómeno interactivo podría entenderse como vía de encuentro de los egos conscientes de paciente y psicoterapeuta con contenidos arquetípicos. Ahora bien, cabe recordar que en sentido estricto los contenidos inconscientes no pueden ser claramente diferenciados en personales y colectivos, conteniendo más bien mezclas variables de ambos. Desde esta perspectiva, parece claro que el lenguaje del cuerpo puede efectivamente actuar como potencial canal de encuentro y diálogo del ego consciente con lo inconsciente, un proceso que como mencionamos en la introducción corresponde a uno de los objetivos fundamentales de la psicoterapia de orientación jungiana.

Referencias

- Aron, L. (1998). The clinical body and the reflexive mind. En L. Aron & F. Sommer (Eds.), *Relational Perspectives on the Body* (pp. 3-37). New Jersey: The Analytic Press.
- Astor, J. (1998). Fordham's developments of Jung in the context of infancy and childhood. En I. Alister & C. Hauke (Eds.), *Contemporary Jungian Analysis: Post-Jungian Perspectives from the Society of Analytical Psychology* (pp. 7-16). New York: Routledge.
- Beebe, B. (2004). Faces in relation: A case study. *Psychoanalytic Dialogues*, 14 (1), 1-51.
- Beebe, B., Knoblauch, S., Rustin, J. & Sorter, D. (2005). *Forms of Intersubjectivity in Infant Research and Adult Treatment*. New York: Other Press.
- Boadella, D. (2006). Shape postures and postures of the soul: The biosynthesis concept of motoric fields. *The USA Body Psychotherapy Journal*, 5 (1), 53-65.
- Bugental, D. (2005). Interdisciplinary insights on nonverbal responses within attachment relations. *Journal of Nonverbal Behavior*, 29 (3), 177-186.

- Cambray, J. (2001). Enactments and amplification. *Journal of Analytical Psychology*, 46, 275-303.
- Chodorow, N. (1995). Dance/movement and body experience in analysis. En M. Stein (Ed.), *Jungian Analysis* (2. Ed.) (pp. 391-404). Chicago: Open Court.
- Conger, J. (2005). *Jung & Reich: The Body as Shadow* (2. Ed.). Berkeley: North Atlantic Books.
- Greene, A. (2001). Conscious mind–Conscious body. *Journal of Analytical Psychology*, 46, 565-590.
- Heuer, G. (2005). “In my flesh I shall see god”: Jungian body psychotherapy. En N. Totton (Ed.), *New Dimensions in Body Psychotherapy* (pp. 102-114). New York: Open University Press.
- Jung, C. G. (1957 [1916]). Die transzendente Funktion. En C. G. Jung, *Die Dynamik des Unbewussten* (pp. 79-108). Düsseldorf: Walter Verlag.
- Jung, C. G. (1988 [1934-1939]). *Jung’s Seminar on Nietzsche’s Zarathustra* (Ed. J. Jarrett). New Jersey: Princeton University Press.
- Knoblauch, S. (2005). Body rhythms and the unconscious: Toward an expanding of clinical attention. *Psychoanalytic Dialogues*, 15 (6), 807-827.
- Krueger, D. (2002). *Integrating Body Self and Psychological Self: Creating a New Story in Psychoanalysis and Psychotherapy*. New York: Brunner-Routledge.
- McNeely, D. (1987). *Touching: Body Therapy and Depth Psychology*. Toronto: Inner City Books.
- Pally, R. (2001). A primary role for nonverbal communication in psychoanalysis. *Psychoanalytic Inquiry*, 21 (1), 71-93.
- Redfearn, J. (1998). The body-self relationship. En I. Alister & C. Hauke (Eds.), *Contemporary Jungian Analysis: Post-Jungian Perspectives from the Society of Analytical Psychology* (pp. 29-43). New York: Routledge.
- Reich, W. (1945 [1933]). *Análisis del carácter*. Buenos Aires: Paidós.
- Sassenfeld, A. (2006). Consideraciones sobre el lugar del cuerpo en la obra de Jung: Elementos básicos para una teoría de la técnica. Trabajo final para el seminario Teoría de la Técnica, Programa de Magíster en Psicología Analítica Jungiana, Universidad Adolfo Ibáñez.

- Sassenfeld, A. (2007). Del cuerpo individual a un cuerpo relacional: Dimensión somática, interacción y cambio en psicoterapia. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*, 3 (2), .
- Schachner, D., Shaver, P. & Mikulincer, M. (2005). Patterns of nonverbal behavior and sensitivity in the context of attachment relationships. *Journal of Nonverbal Behavior*, 29 (3), 141-169.
- Schore, A. (2005). A neuropsychanalytic viewpoint: Commentary on paper by Steven H. Knoblauch. *Psychoanalytic Dialogues*, 15 (6), 829-854.
- Stein, M. (1995). The aims and goal of Jungian analysis. En M. Stein (Ed.), *Jungian Analysis* (2. Ed.) (pp. 29-49). Chicago: Open Court.
- Wiener, J. (1994). Looking out and looking in: Some reflections on 'body talk' in the consulting room. *Journal of Analytical Psychology*, 39, 331-350.
- Wyman-McGinty, W. (1998). The body in analysis: Authentic movement and witnessing in analytic practice. *Journal of Analytical Psychology*, 43, 239-260.