

Experiencia de expresión psico-corporal

Mónica García Lois

En esta propuesta realizada, cuyo objeto facilitador fue el trabajo con una silla, se fueron recorriendo distintos momentos.

Uno, en forma individual, estuvo relacionado con la exploración del espacio en donde se encontraba la silla, con distintas aproximaciones en cuanto a distancia, dirección, y también buscando maneras de colocar el cuerpo sobre ella.

Luego se trabajó la actividad psicofuncional, estimulando diferentes canales perceptivos intentando descubrir todas las cualidades del objeto (tocar, mirar, golpear, etc.) ampliando así su conocimiento.

La exploración de distintos apoyos, tanto del cuerpo como de la silla, acercaron los primeros recursos creativos.

Después se trabajó en parejas, generando –mediante la ubicación de las sillas enfrentadas- la imitación de movimientos espontáneos realizados por el compañero y el cambio de rol, como también diferentes alternativas de movimientos, complementándose, diferenciándose, caminando alrededor del objeto o sin salir de él, y otros, de acuerdo a la consigna.

Finalmente, para estimular una mayor integración grupal, se dispusieron los integrantes con sus sillas en ronda, para que a la orden, y una por vez, fueran generando variados movimientos con el objeto o fuera de él, par ser imitados por el resto, favoreciendo una improvisación de todo lo experimentado, como síntesis de lo realizado en el encuentro.

Todo ello se desarrolló en un fluido intercambio social, siempre dentro de un clima grato y distendido.