

## **El Trabajo social holístico, una experiencia de trabajo con mujeres a través de la danza, el movimiento y la expresión.**

¡Para sentir algo hay que moverlo! “Quien no se mueve no siente las cadenas” (Rosa Luxemburgo). La intervención profesional desde el ser, una perspectiva para repensarnos.

*Lic. Di Gregorio, Carla Silvina<sup>1</sup>*

*Lic. Domínguez, Eva Daniela<sup>2</sup>*

Mail: [licdigregoriocarla@gmail.com](mailto:licdigregoriocarla@gmail.com)

En el presente vamos a elucidar sobre la intervención profesional desde una mirada holística, a partir de la experiencia con un grupo de mujeres del barrio Cildáñez de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. El trabajo social holístico es una posición metodológica y epistemológica que postula cómo los sistemas y sus propiedades deben ser analizados en su conjunto y no sólo a través de las partes que los componen. Es desde esta perspectiva que creemos que, al proponer mover el cuerpo físico, se producen cambios en los distintos planos (mental, espiritual, energético, emocional). Utilizamos el movimiento, la danza y la expresión como vehículo para conectarnos con quienes somos y poder proyectarnos con quién queremos ser. Es por esto, que vemos en el arte, el movimiento y la expresión, las herramientas para desarrollarlo.

Diversos autores afirman que la vida de una persona es la vida de su cuerpo. Entendemos por lo tanto a las personas como un todo bio psico social por lo cual consideramos que, cuando comenzamos a mover el cuerpo: sus huesos, las articulaciones, los músculos, nos movilizamos íntegramente. La

---

<sup>1</sup> Licenciada en Trabajo Social UBA. Especialista en Abordaje Integral de las Problemáticas Sociales en el Ámbito Comunitario UNLa. Docente Carrera de Trabajo Social, UBA. Ministerio de Desarrollo Social de la Nación.

<sup>2</sup> Licenciada en Trabajo Social UBA. Bailarina por opción, creadora Tango Solista; Grupo de baile: Mujeres Danzantes. Autora del libro: “Historias que Emergen”. Ministerio de Desarrollo Social de la Nación.

música es un instrumento que nos acompaña en este movimiento; al seguir una música y ponerle intención, conexión, emoción, todo “nosotros” entramos en esa sintonía. A partir de los estímulos externos (música, silencios, consignas) nos movemos y expresamos sin mediar un proceso de racionalización y es ahí donde pueden aflorar otras expresiones por fuera de la razón.

A partir de nuestra experiencia de abordaje territorial pudimos observar que las situaciones de violencia y exclusión, las “necesidades insatisfechas” pueden leerse más allá de la carencia material (que se abordan con gestión de recursos), ya que en estas problemáticas los factores culturales, biográficos y subjetivos cobran mayor relevancia. Por esto consideramos que para potenciar un proceso de liberación y cambio integral en las personas es imprescindible abordar los aspectos subjetivos. La diversidad espiritual se considera como un componente importante para la experiencia humana, y por lo tanto como una competencia cultural que debería contemplarse en la reflexión y la práctica de Trabajo Social (Gimenez y De Ieso, 2011).

Desde esta perspectiva iniciamos nuestro abordaje de las problemáticas sociales complejas a través del arte y movimiento, como un modo de trabajar diferente a lo mayormente observable. Cuando hablamos de arte lo hacemos entendiendo al mismo como la *“capacidad de todo humano de expresarse, a través de la música, el teatro, la pintura, la danza u otras formas de expresión consideradas artísticas”* (Matos-Silveira, et al., 2016: 319).

### **Nuestra forma de intervenir**

En la búsqueda de formas de intervención que tomen a las problemáticas de las mujeres desde su integralidad y principalmente sus subjetividades abordamos nuestro trabajo tomando técnicas de distintas disciplinas como la biodanza, bioenergética, danza comunitaria, ejercicios de teatro y clown, entre otras. Técnicas que utilizamos según la temática que abordemos. Estas disciplinas cuentan con una trayectoria incipiente en nuestro

país, y su acceso es complejo, debido a sus costos y poca oferta, lo que dificulta el acercamiento de las mujeres del barrio Cildáñez a las mismas.

A modo de ilustración y para que se comprenda de lo que hablamos, presentaremos sintéticamente las ideas centrales sobre la bioenergética, biodanza y danza comunitaria, disciplinas que nos brindan herramientas para desarrollar los encuentros grupales de Mujeres en Movimiento.

La bioenergética postula, por una parte, que todo organismo viviente, especialmente el ser humano, capta y emite una energía que le es propia. Segundo, que dicha energía puede estar orientada hacia la propia destrucción del organismo o bien hacia su pleno desarrollo. Por último, que es posible, mediante técnicas especiales, canalizar la energía en forma adecuada de tal manera que influya positivamente en los trastornos energéticos del cuerpo, y que afecten tanto la salud mental como la física. Sobre este último punto trabajamos en los talleres a fin de que las mujeres puedan leer su lenguaje corporal, observando su propia postura, reflexionando sobre cómo habla nuestro cuerpo, que expresa.

Lo que un sujeto siente se puede ver y leer en la expresión de su cuerpo, la actitud o estilo individual se reflejan en la forma en que uno se mueve. Creemos que para que las mujeres tengan una vida plena deben estar en armonía consigo mismas y no tratar de imponerse al cuerpo, frenando y coartando su espontánea expresividad. Los conflictos surgen al no poder expresarse total y libremente, es por esto que a partir de las actividades planificadas en los talleres buscamos que, a través del arte, cada una pueda expresarse.

Por su parte, la biodanza nos permite a través de vivencias armonizadoras, reencontrarnos con la alegría y el placer de vivir. Recuperar la capacidad de sentir y maravillarse con la vida, con la música, el movimiento y ejercicios de comunicación grupal como motor de la acción.

La danza comunitaria, por su parte, tiene una finalidad social. Busca promover la participación y persigue un desarrollo abierto e inclusivo,

contribuyendo al desarrollo personal y social. Aquí la danza es considerada un derecho y no un don o talento para unos pocos.

Cabe destacar que la experiencia de intervención a través del arte tiene sus orígenes en 1884 con el movimiento Settlement House en EEUU, vinculada a la integración de la población migrante. Rescatar los valores, la cultura, la artesanía de cada grupo inmigratorio, como modo de entender y transmitir la enseñanza de los procesos de creación, eran sus ejes rectores. El acercamiento al arte fue uno de los principales valores de la Hull-House.

Jane Addams, una de las precursoras, destacaba la importancia de los clubes y las actividades culturales de los distintos países de origen de la población del barrio y, de forma específica, los deportes, la música y la cocina. Siendo la creación en 1898 del Jane Club para jóvenes trabajadoras y de una galería de arte, un hito histórico en este movimiento.

### **Breve relato de nuestra experiencia.**

Desde el año 2012 trabajamos territorialmente en el Barrio Cildáñez, ubicado en la zona sur de la Ciudad de Buenos Aires. A partir del año 2015 con la asunción de la gestión macrista, el trabajo en territorio se vio modificado frente a la escasez de recursos materiales para afrontar las necesidades y demandas de la población. Teniendo en cuenta la nueva coyuntura empezamos a repensarnos y repensar nuestro ejercicio profesional.

Una entrevista puntual con una mujer del barrio, nos hizo reflexionar por dónde podría ser la propuesta de intervención. A lo largo de la entrevista se observó que la mujer presentaba un discurso repetitivo, cíclico, con cierto grado de depresión, angustia, pensamiento pesimista recurrente. Por ello comenzamos a ver la necesidad de promover en ella mayor confianza en sí misma, mayor autoestima, de reconectarse con quién es y con lo que quiere ser. Los encuentros y las entrevistas no estaban generando en ella cambios, si bien lograba desahogarse en las mismas, a los días sus sentimientos volvían a ser los mismos.

El abordaje profesional desde lo material, como ayudas económicas o de mejoramiento de vivienda, no lograban resolver las necesidades que nos presentaba. Era necesario que algo se moviera, que modifique el modo de pensar y de pensarse, la forma en que ella se posicionaba frente a la vida.

Es importante destacar que no se evaluaba una problemática compleja como para derivarla a un especialista de la salud mental, donde debería esperar conseguir un turno. Todos los que trabajamos en territorio sabemos lo complejo que es acceder a un tratamiento psicológico gratuito y el tiempo de espera que esto implica. Esto requiere de mucha paciencia por parte de los sujetos y de las habilidades de los profesionales para transitar por un laberinto de contactos (intervenciones laberínticas) para conseguir, “de favor”, el acceso a un derecho.

Es así que pensamos en intervenir desde otra perspectiva, mover el cuerpo para mover la mente y conectarse con las propias emociones, liberando tensiones físicas para así modificar otros aspectos de su cotidianidad.

Por nuestra experiencia en el territorio sabíamos que esta situación no era exclusiva de la señora entrevistada, por lo que pensamos que era posible una propuesta grupal para todas las mujeres del barrio. Así dimos comienzo en el Club Cildañez con nuestros encuentros semanales de “Mujeres en Movimiento”, donde la danza, el movimiento y la expresión eran el eje central, acompañado por actividades y disparadores que lleven a la reflexión individual y grupal. El objetivo no era moverse por moverse, sino impactar integralmente en las distintas dimensiones del ser: física, emocional, mental, social, valórica y espiritual. Entendemos que somos parte de un todo, y que produciendo cambios en una dimensión se puede producir cambios integrales.

Los encuentros se fueron sucediendo, las mujeres que participaban se animaban de a poco a moverse, bailar, crear, relajarse y pensarse, todo esto a través de un dispositivo grupal con participación activa de las profesionales. Fuimos escuchando sus sentires en cada uno de los encuentros, “*me acabo de sacar una mochila súper pesada, me siento más liviana*”, nos dijo una de las mujeres, lo que dio cuenta de los procesos que íbamos realizando.

A modo de ilustración, para el día del niño/niña, propusimos a las mujeres que se animaran a jugar a lo que “no pudieron jugar cuando eran chicas por tener que ayudar en su casa o por tener que trabajar”. Durante el taller saltaron a la soga, al elástico y trajeron distintos juegos activos. De esta manera, a lo largo del encuentro, pudieron conectarse con la alegría que da el jugar y sanar. Sanar esas emociones reprimidas durante la infancia entre todas en un espacio propio e íntimo, en el taller de “Mujeres en Movimiento”.

Fuimos desarrollando diferentes técnicas para que las mujeres puedan conectarse con su cuerpo desde el placer de bailar, moverse, jugar y no sólo acordarse del propio cuerpo cuando hay dolor. De esta manera buscamos que ellas puedan redefinir la funcionalidad de su cuerpo, dar un salto cualitativo, dejar de pensarlo desde una mirada mecanicista, donde sirve sólo para trabajar y producir. Para así concebirlo, desde una mirada más amplia, entendiendo el cuerpo como el lugar que habitamos y que además puede experimentar situaciones placenteras y creativas.

Todo esto permitió que las mujeres se apropiaran del espacio, reconociéndose y autodefiniéndose como “Mujeres en Movimiento”. Los talleres se transformaron en un espacio de encuentro, de mutua motivación, donde lo que se pone en movimiento es mucho más que el cuerpo físico. Ellas mismas lo definen como su lugar de referencia, como el lugar donde son escuchadas, y a la vez escuchan y asesoran a otras mujeres.

## **Conclusiones**

Durante nuestra experiencia profesional transitamos lo que damos por llamar intervenciones laberínticas. Llamamos así a aquellas intervenciones donde el profesional se sumerge en una suerte de laberinto para poder dar una respuesta y derivación a los consultantes, “sujeto de derecho”. En estas intervenciones los derechos de las personas quedan supeditados a diferentes variables; los contactos personales de los profesionales, su “recurso personal”; el cumplimiento de las indicaciones para poder acceder al recurso

(como concurrir días y horarios específicos donde puede acceder al contacto). Y, por último, y no por ello el menos importante, poder demostrar que su carencia, su necesidad es mayor que la de otros. En estas situaciones claramente se desdibuja la noción de “Derecho Universal” quedando supeditada su suerte al profesional que lo recibe y a poder demostrar que es el más pobre de los pobres.

Nosotras buscamos salir de este laberinto y nos propusimos trabajar desde una mirada holística, utilizando saberes de otras disciplinas para complementar la formación profesional, buscando así intervenciones transformadoras. Los trabajadores sociales tenemos el desafío de abrirnos a nuevas intervenciones que puedan abordar a la integralidad del ser.

Estos nuevos retos nos llevan a profundizar nuestra creativas para resaltar las potencialidades de sujetos para transformar sus subjetividades, sin dejar de transitar estas intervenciones laberínticas para garantizar los derechos de los mismos. Buscamos que las personas se reconozcan con habilidades, herramientas, saberes, que se visualicen empoderadas, que rompan con la lógica perversa del sistema que las posiciona en un lugar de carencias, que no las reconoce desde su integralidad como sujetos.

El trabajo social puede y debe abrir el juego, interpelarse y saber que todos tenemos algo para aportar desde los propios saberes más allá de los recursos institucionales de los que dispongamos o los laberintos que armemos para garantizar derechos.

Esta pequeña experiencia busca resaltar la importancia del trabajo social holístico, poder pensarlo como un *“espacio de expresión, herramienta para activar itinerarios de inclusión y camino para la transformación social, en un contexto de crisis que reclama identificar nuevas posibilidades de intervención e incidencia.”* (Castillo et al., 2012: 6). Esta manera de abordar da herramientas que permiten a las personas trascender barreras, dificultades y comunicar socialmente, de manera eficaz, situaciones injustas que vulneran sus derechos.

Buscamos trascender la idea del trabajador social que evalúa carencias para resaltar virtudes y fomentar el desarrollo integral de los sujetos. Donde el movimiento, danza y expresión son el vehículo para conectarnos con nuestras emociones, dolencias, sensaciones, mostrarlas, vehiculizarlas, y de ser posible transformarlas.

## **Bibliografía**

- Barquero, V. R. (2008). El mejoramiento de la salud a través de la expresión corporal: un enfoque holístico. *Reflexiones*, 87(1), 127-137.
- Castillo, R., Sostengo, R. y López-Arostegi, R. (2012). Arte para la inclusión y la transformación social. Observatorio del Tercer Sector de Bizkaia. Septiembre 2012
- Chillemi, A. (2015). Danza comunitaria y desarrollo social: movimiento poético del encuentro. Ediciones Artes Escénicas.
- Giménez, A. V., & De Ieso, L. C. (2011). Territorio, diversidad cultural y religiosidad: una perspectiva de Trabajo Social. *Trabajo social (Universidad Nacional de Colombia)*, (13), 143-152.
- González, M. C. G., & Guerrero, S. (2019). Jane Addams y el llanto de la ciudad amarga. *URBS: Revista de estudios urbanos y ciencias sociales*, 9(1), 115-132.
- Matos-Silveira, R., Cano, Y., & Mouton, S. (2016). Movimiento arte del cambio: una iniciativa del trabajo social antiopresivo. *Cuadernos de Trabajo Social*, 29(2), 309.



- Parra Ramajo, B. (2017). El trabajo social de grupo en la actualidad: La utilización de los vínculos para la promoción del cambio social.
  
- Pavón Rico, P. D., & Chávez, N. S. (2018). Trabajo Social Holístico, volviendo al Ser. Ed. Fundación La Hendija, Buenos Aires, Capital Federal.