

# El análisis de las **emociones** y el trabajo **corporal** como terapia

El próximo mes de agosto se iniciará en Vigo un curso para formar **terapeutas morfoanalistas**

En este tipo de terapia psicocorporal, el cuerpo es fuente de información y **transformación**

NATALIA ÁLVAREZ Vigo

El próximo 14 de noviembre el salón de actos del Centro Social de Coia acogerá la charla informativa "El cuerpo como eje fundamental y guía en el proceso terapéutico", ofrecida por Josep María García, supervisor de terapeutas y miembro del equipo de formación en Terapia Morfoanalítica.

En este acto se presentará además el curso de formación de esta terapia, que dará comienzo en Vigo el próximo mes de agosto.

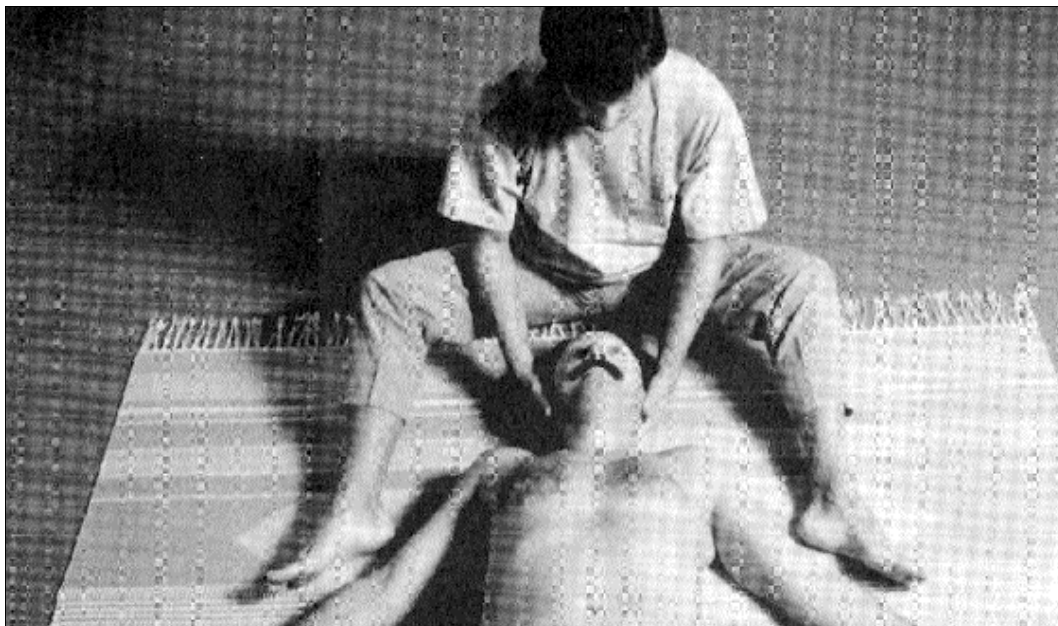
La terapia morfoanalítica fue creada en 1985 por el fisioterapeuta y psicoterapeuta francés Serge Peyrot tras tratar a pacientes con patologías musculares, articulares o posturales en las que el componente psicoemocional era determinante en la aparición del síntoma. "Muchos eran considerados incurables mientras sólo se trataba la parte fisiológica y biomecánica [corporal] del sufrimiento", explica García.

La morfoanalítica, como terapia psicocorporal, no separa el trabajo corporal del psicoemocional, "ya que son dos aspectos de la misma realidad". Para los terapeutas psicocorporales, el cuerpo, aunque sea de forma inconsciente, siempre manifiesta el estado de funcionamiento del paciente en un momento determinado. "En este sentido, la salud es el resultado de la armonización entre las tensiones físicas, emocionales y mentales".

## Trabajar el cuerpo

Una de las características que diferencia a la morfoanalítica del resto de terapias psicocorporales es que, a nivel práctico, no sólo trabaja con el cuerpo. "Trabajamos el cuerpo directamente. Disponemos de técnicas que nos permiten trabajar en el sistema muscular, de las fascias, etc. Así, el cuerpo es fuente de información y transformación, y no solamente objeto de reflexión y elaboración".

Durante el proceso terapéutico, el morfoanalista mantiene en cada momento el contacto psíquico con el pa-



Durante la terapia, el morfoanalista mantiene el contacto **psíquico** con el paciente.

ciente, que participa activamente de las propuestas del terapeuta. "Éste siente y sigue lo que el paciente vive, comprendiéndolo y aceptándolo. Analiza el sentido del síntoma y, cuando llega el momento, ayuda al paciente a tomar conciencia de su significado inconsciente. Además introduce elementos de trabajo corporal, respiratorio, postural, masaje, etc. que facilitan el desbloqueo de tensiones en los tejidos. Esto libera emociones, que son la expresión del contenido inconsciente que las mantiene crónicamente".

Para los morfoanalistas, al trabajar en el cuerpo liberando sus tensiones, se está favoreciendo la liberación y expresión de la energía emocional contenida en dichas tensiones. "La terapia morfoanalítica aprovecha esta característica natural ayudando al pa-

ciente en la elaboración e integración de los contenidos emocionales así liberados".

Josep María García afirma que una de las enfermedades más perniciosas de las sociedades occidentales es la pérdida de contacto con uno mismo. "Esta es la causa de muchos problemas en la salud física y psíquica. El cuerpo y la mente han sido creados para funcionar en constante comunicación y esto es, ante todo, lo que ayudamos a nuestros pacientes a recuperar". En este sentido, explica que esta terapia permite tratar tanto trastornos psíquicos (ansiedad, estrés, insomnio...) como trastornos físicos (dolores musculares, problemas respiratorios, motores,...), ya que "siempre hay un componente psicocorporal que la persona sabe más o menos conscientemente".

## Formación dirigida a todos los profesionales de la salud

El próximo mes de agosto de 2004 dará comienzo en Vigo el curso de formación de Terapeutas Psicocorporales Morfoanalistas. Hasta el momento, en España dicho curso sólo se ha impartido en Barcelona. Esta formación, dirigida a los profesionales de la salud física y psíquica y en general a todo profesional interesado en profundizar en su desarrollo personal, consta de un primer ciclo de 600 horas que se desarrollará durante dos años y medio. El segundo ciclo, reservado a las personas que quieren ejercer como terapeutas morfoanalistas, se desarrollará a lo largo de un año (160 horas). Parte importante del curso es el conocimiento profundo de la anatomía y biomecánica de la estructura corporal, ya que el cuerpo es el eje fundamental y guía del proceso terapéutico. "La forma de transmitir este conocimiento no es solo teórica", explica Josep María García. "Los trabajos de conciencia corporal anteceden siempre a la teoría. 'Primero sentir, después teorizar' es la filosofía que dirige todo el proceso de formación".

¿Nunca has pensado que la vida puede ser más fácil?



as fogatas

muebles de cocina y baño

C/ Gran Vía, 122 . VIGO

