

# psico-ballet: una experiencia

GEORGINA FARIÑAS

Desde el 21 de febrero de 1973, el Ballet Nacional de Cuba y muy especialmente su directora y primera bailarina, Alicia Alonso, viene llevando a cabo un plan experimental en coordinación con el departamento de Psiquiatría y Psicología del hospital "Ángel Arturo Aballí". Este plan denominado "psico-ballet", consiste en aplicar la psicoterapia, a través de la técnica del ballet, a niños que presentan alteraciones diversas de conducta, tales como reacciones de hiperactividad sobreansiosa, aislamiento, agresividad, tendencia masculina, asma, tics, ciclotipia, enuresis, reacciones psicofisiológicas, etcetera.

Los pequeños reciben sesiones semanales de psico-ballet en los salones del Ballet Nacional de Cuba, y a sus padres se les da la orientación necesaria en una escuela creada con este objeto en el Hospital "Aballí".

Los ejercicios que realizan los pequeños entre 2 y 11 años de edad, han sido reunidos, orientados y revisados por Alicia Alonso, tomando como base los que fueran elaborados con destino a los niños de los círculos infantiles. Como instrumento musical se utiliza el piano, interpretándose música extraída del ambiente infantil; esto es, pequeños conciertos que hablan de animales, de plantas y de la actividad creadora del hombre.

La música produce en los niños los siguientes efectos: atrae su atención, estimula sus reacciones, favorece el control muscular, provoca entusiasmo, alivia la tensión, suscita asociaciones, estimula la fantasía y facilita la expresión.

Sobre esta base, en las sesiones de psico-ballet los niños elaboran, por iniciativa propia, cuentos con música y baile, a manera de pequeñas coreografías que incluyen la pantomina. Esta actividad facilita el desarrollo del espíritu de creación, y promueve una mayor expresividad y espontaneidad en los niños, premisas indispensables para lograr una más rápida y duradera superación de las alteraciones de conducta que cada uno de ellos presenta.

El plan incluye la asistencia de los niños a funciones de ballet apropiadas a su corta edad, las cuales son disfrutadas en forma entusiasta tanto por los más pequeños como por los mayores.

Un caso interesante es el de la pequeña W.B.D., de 5 años, la cual suele presenciar de pie todas las funciones,





En las páginas siguientes: diversas presentaciones públicas de psico-ballet. (Fotos: Prensa Latina).

Abajo: durante una visita de Alicia Alonso.

Laura Alonso en una clase de psico-ballet.



desde el comienzo hasta que cae el último telón, incluso en obras complicadas, como **Edipo**, pues debido a su corta estatura, los espectadores que están delante de ella la molestan para ver bien. A esta niña, que presentaba una reacción autista por celos fraternales se la incorporó al plan con urgencia, por la gravedad del caso, y en sólo cuatro meses de tratamiento había superado de tal forma su conducta que fue capaz de participar espontáneamente en la primera función de psico-ballet celebrada en el anfiteatro del Hospital "Aballí", y fue en esta ocasión que comenzó a hablar de nuevo en público y relacionarse con sus compañeras. Como parte del plan, se celebran pequeñas funciones cada tres meses, y, al final del tratamiento, una gran psicofunción con varias coreografías interpretadas por los pequeños y elaboradas, en su mayoría, por Laura Alonso, solista del Ballet Nacional de Cuba y coordinadora de este maravilloso plan.

Los niños participan en estas funciones con entusiasmo y disciplina, realizando su mayor esfuerzo y ganando seguridad en sí mismos, a la vez que aprenden a actuar colectivamente, ya que, por exigencias de la coreografía, cada uno de ellos tiene que interpretar un papel en interacción con el resto del grupo.

Como ejemplo de la intensidad con que los niños disfrutan estos bailes, tenemos el caso del pequeño R.A.M., de 6 años, con el cual conversamos acerca de su mención en un número de la revista **Romances** y que nos dio la siguiente respuesta: "A mi no me importa que hablen de mí en la revista; lo que yo quiero es bailar". Otra prueba de este interés son las continuas peticiones de la inmensa mayoría de los niños, de que se creen nuevas coreografías para las cuales ellos mismos dan las ideas en múltiples ocasiones. Con frecuencia se oyen expresiones como ésta: "Dile a Laura que invente algún baile, que tengo muchas ganas de bailar."

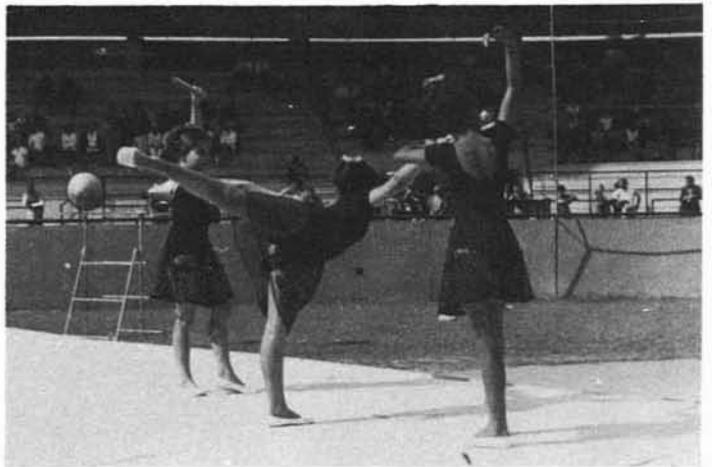
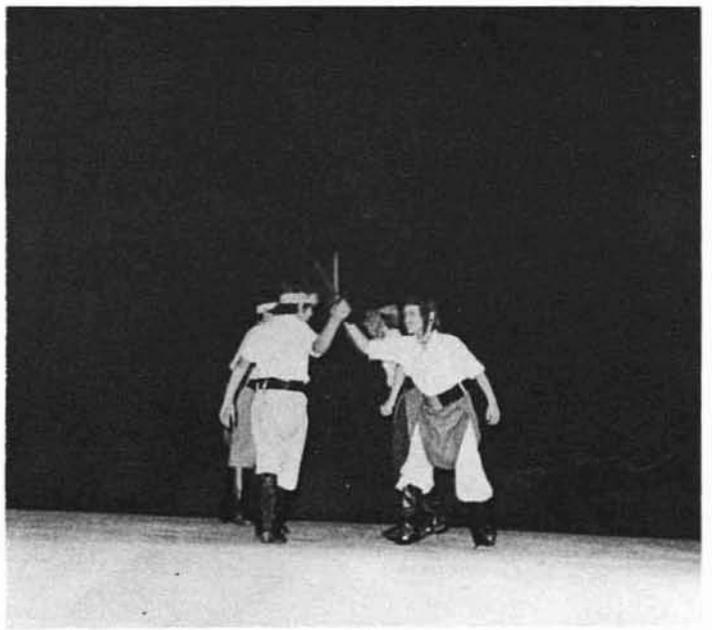
Nuestra querida Alicia ha conversado con estos pequeños pacientes en varias ocasiones, hablándoles del ballet y dándoles a conocer los problemas y dificultades que ella padeció de pequeña; contándoles de qué forma el ballet la ayudó a superar todo esto.

Los niños admiran y quieren entrañablemente a Alicia, por lo que estas charlas tienen un carácter espontáneo que facilita a los pequeños la libre manifestación de sus experiencias y preocupaciones.

Refiriéndose a estas conversaciones, Alicia nos expresó:

"La espontaneidad en el niño es muy amplia y debe aprovecharse en todos los sentidos para lograr a tiempo superar sus problemas y prevenir los que que puedan surgir, ya que, a medida que el niño crece, esta expresividad espontánea se va rodeando de pequeños muros, quedando bloqueada al llegar a adulto".

Esto es enteramente cierto. El niño, por la represión familiar y social de que es objeto, va dejando poco a poco de expresarse libremente; se va guardando cosas que lo traumatizan, pero que se ve imposibilitado de expresar, por temor a la crítica o al regaño, por falta





de iniciativa o por cualquier otro motivo. Todo esto contribuye a que el baile se convierta en un medio ideal para la expresión de las ideas retenidas por el niño, que realiza una especie de "catarsis" que lo libera de sus tensiones emocionales, canalizando de esta forma su problemática individual.

Como ejemplo de esto citaremos el caso de APN, niña de 9 años, la cual manifestaba retraimiento social. Como estaba criada sola con sus padres, los cuales, sobreprotegiéndola, no la permitían salir de la casa a jugar, la niña presentaba una conducta rara, según la madre. Hablaba sola, continuamente y con cuanto objeto se encontraba: muebles, cajones, árboles, paredes, etcétera. Siendo hiperactiva, éste era su único medio de expresión. Se la incorporó al psico-ballet, y al conocer del caso, Alicia decidió: "Desde ahora bailará". Y así fue, en efecto. La niña baila, y disfruta con esto de tal forma que está mucho más tranquila y ha perdido totalmente el retraimiento, a tal extremo, que después de darle el alta por haber superado su patología, enseña todo lo que aprendió con nosotros a las amiguitas que se ha creado y entre las cuales goza ya de prestigio por esta causa, allá en Santiago de Cuba, su ciudad natal.

Otro caso interesante es el de I.T.P., niño de 11 años, el cual recibía tratamiento psiquiátrico desde los siete años por presentar conducta sociopática en general (faltas de respeto graves, desobediencia, indisciplina escolar, agresividad, etcétera). Se le incorpora al psico-ballet, ya que muestra gran interés desde el inicio. Reconocemos que teníamos poca fe en cualquier tratamiento con este caso, porque ya habíamos ensayado varios, sin resultado (medicamentos, psicoterapia de grupo, psicoterapia individual, psicopedagogía).

Ensayaríamos, pues, el psico-ballet como último método, pues el niño iba en camino de franco impulso hacia la psicopatía y la delincuencia.

Nuestro pequeño paciente disfrutó tanto de las sesiones, expresó y canalizó de tal forma sus problemas, que acabó pidiéndonos entrar en la Escuela de Ballet; ya que tenía gran interés en llegar a ser un buen bailarín. Los padres accedieron, y tras las pruebas de rigor se incorporó a la Escuela Provincial de Ballet, de L y 19, y después de un período problemático de adaptación, ya que hasta ese momento carecía totalmente de disciplina y equilibrio escolar, comenzó a presentar una conducta adecuada, pasó de grado con muy buenas notas en escolaridad y ballet, y actualmente se halla en la enseñanza secundaria e incorporado con su grupo a la escuela al campo.

Su profesora nos decía: "Está muy bien, muy adaptado. Disfruta las clases e inclusive el trabajo en el campo; mantiene muy buenas relaciones y trata siempre de ayudar a los demás compañeros".

Los niños hiperactivos, que necesitan gastar más energías que en el resto de los niños, por lo que no pueden estar quietos mucho rato y causan dificultades continuas en las escuelas, manifiestan una gran preferencia por el baile como medio de expresión. Ya son nueve los varones que por propia iniciativa se hallan incorporados a la escuela provincial. A pesar de tener bajo

nivel cultural en su mayoría, los padres de estos niños no se opusieron a su decisión, como temíamos al principio, basándonos en la concepción anticientífica, tan arraigada en nuestro pueblo, de que el ballet afemina a los hombres; concepción nacida del estado de subdesarrollo en que nos mantuvieron durante los años que precedieron al triunfo de nuestra Revolución.

Actualmente nos encontramos trabajando con el III grupo de tratamiento, al cual se hallaban incorporados 135 niños, distribuidos en 11 grupos.

De los dos grupos anteriores hemos logrado la curación de 96 niños, alcanzando el mayor éxito con el grupo de tics, del cual fueron considerados altas todos sus miembros, por haber superado los distintos y múltiples tics que presentaban.

En cuatro meses de tratamiento se han celebrado dos psico-funciones o funciones terapéuticas de psico-ballet; la primera, el 17 de julio de 1973, en el anfiteatro del Hospital "Aballí"; y la segunda, en el estadiun del Hospital Psiquiátrico de La Habana, el 15 de diciembre del mismo año. En dichas funciones se presentaron las siguientes coreografías, pequeñas adaptaciones de ballet, y obras creadas especialmente para tal fin: **Clases demostrativas, Pulpería, Minuet, fragmento de El Flautista de Hamelin. Todos los niños del mundo, El globo, La Adelita, El zapateo, Contradanza, Baile de las sombrillas, etcétera.**

El pasado mes de diciembre se celebró la tercera función desde el escenario flotante del Parque Lenin y recientemente una presentación especial, para todo el país a través del programa Ballet-Visión, que se transmite por el Canal 6 de la televisión nacional.

Hacemos, además, pequeños ensayos para incorporar la pintura a estas sesiones de psico-ballet (integradas hasta ahora por la danza y la música), con el propósito de determinar en qué forma influyen las artes unidas en el tratamiento y curación de las alteraciones de conducta en los niños, y en la formación integral del ser humano, ya que en cuanto dispongamos de las condiciones necesarias incorporaremos a nuestras sesiones a niños menores de tres años, y adolescentes. Al mismo tiempo, nos encontramos en la fase organizativa de un plan coordinado con el Hospital Psiquiátrico de La Habana, especialmente con su director, comandante Ordaz, el cual nos ha brindado el máximo de entusiasmo y cooperación. Esta vez pretendemos utilizar la técnica del ballet como un medio de rehabilitación en pacientes psicóticos, crónicos y agudos, con el fin de lograr una más rápida incorporación del paciente a su comunidad. Hacemos notar que a pesar de múltiples búsquedas en bibliotecas y centros de documentación, e indagaciones realizadas por la propia Alicia en los países que ha visitado, no tenemos conocimiento de que el ballet se haya utilizado como método psicoterapéutico en otra parte del mundo.

Y para concluir, dejamos constancia de los brillantes resultados alcanzados en este plan experimental, los cuales esperamos sean cada vez más satisfactorios, en la medida en que logremos un mayor perfeccionamiento de nuestros métodos, y la reunión de todas las condiciones necesarias para continuar exitosamente adelante.

