

## Entrevista a Trudy Schoop

American Journal of Dance therapy, Vol 6, 5-16. 1983

Susan Frieder Wallok, PhD,

Directora del máster en DMT de la Universidad de John F. Kennedy, USA.

Trudy Schoop es una mimo y bailarina internacionalmente aclamada así como una pionera en la danza terapia que ha sido innovadora e inspiradora. Nació en suiza y actuó en Europa y en los EE. UU, durante muchos años, después de la segunda guerra mundial vino a los EE.UU y trabajo como danzaterapeuta en el hospital Camarillo, en su primer libro "Porque no te unes a la danza", (1974) escribió en colaboración con Peggy Mitchell, y ahí ella ponía en claro su teoría y su filosofía y presentaba casos en los cuales ella trabajo en el hospital Camarillo, ahora conduce seminarios profesionales en los EE.UU, Suiza, Francia, Alemania e Italia. Así mismo provee entrenamientos para miembros de clínicas y hospitales y para gente que estudia danza terapia. Actualmente está terminando su segundo libro, el cual va a ser publicado en Suiza.

Schoop, tiene un talento especial para trabajar con poblaciones psicóticas, lo cual se puede relacionar con su carrera de artística tanto en mimo como en danza, donde ella creaba personajes, que expresaban sus sentimientos movimientos más internos y sus fantasías. Ella siente que es esencial sacar a la conciencia las fantasías ocultas y darle forma de un objeto físico, así el conflicto emocional puede ser percibido y manejado de una manera constructiva. Schoop cree que necesita volar con el paciente a su propio mundo, por un tiempo y después descender con él, promoviendo un aterrizaje seguro sobre la tierra. *"Así el finalmente le da forma a sus visiones, crea una producción que une fantasía con realidad."*

Schoop es, directa, energética, entusiasta, y sobre todo tiene un espíritu entusiasta, alegría de vivir y un magnifico sentido del humor. Es una mujer que se conoce a sí misma y que ha integrado todos los aspectos de su ser, su fortaleza, sus miedos, sus broncas, sus tristezas, lo que le permite ser empática con otros. Ha ayudado a muchas personas a transformar su manera de ver la vida, permitiéndoles generar en ellos sentimientos de autoestima, autoconfianza y de autoafirmación.

Durante nuestra entrevista, ella generalmente, salta de repente de la silla para demostrar los sentimientos de algún paciente en particular o alguno de sus personajes de mimo. Ella es capaz de capturar la esencia misma del comportamiento de una persona en un gesto. Ella cree que el terapeuta debería ser como un buen actor, el paciente va a responder al terapeuta si este está experimentando un sentimiento y lo está proyectando completamente, de la misma manera que un actor responde a los sentimientos que le ocurren a un buen actor.

En la primera entrevista que tuve con Schoop en 1977, ella me dijo: "A pesar de todas las dificultades y el drama, la vida es algo muy muy excitante, yo trato de comunicar ese sentimiento" y ella lo hace, y empieza aquí la entrevista:

Susan: - Trudy, me podrías describir algunas de las influencias que han afectado tu trabajo como una terapeuta de danza.

Trudy: - Creo en realidad que lo que me ha influenciado mas, aunque parezca gracioso, son los libros, cuando era muy joven me leí casi todos los filósofos, amaba la filosofía, la filosofía te provee una manera de comprender la vida. Por supuesto que más adelante estuve influenciada por bailarinas como Ellen Tells, que era una discípula de Isadora Duncan, ella no bailaba realmente, pero tenía una escuela y enseñaba movimiento fluido, el movimiento que ella buscaba o que nos hacia buscar era como el agua, absolutamente hermoso, me impresiono mucho. Yo sufría mucho en el ballet, yo era regordeta y un poco incordinada, era como un pato feo pero quería meterme en la belleza con lo que hacía. Hoy lo que realmente me gustaría hacer es traer esa belleza a los hospitales mentales, ese es mi deseo más profundo y también quiero que la gente se comprometa. Creo que la mayoría de la gente no está realmente comprometida con la vida, miran la vida. ellos viven, toman su café en la mañana, hacen plata, se compran un vestido, pero creo que la mayoría de la gente no siente que realmente está viviendo, no sienten que tienen una oportunidad para vivir, para ver, para oler, para tocar, con todos los sentidos, creo que la mayoría de la gente esta aburrida y con miedo. Cuanto más enseno más me doy cuenta que lo que me interesa es que el ser humano se comprometa con su vida, en el sufrimiento así como en la belleza y en la armonía, creo que seriamos todos más felices, y creo que los seres humanos somos infelices, por supuesto que hay momentos en la vida cuando la gente es realmente feliz, por ejemplo cuando una mujer tiene un hijo, cuando vez cuan triste y miserable se ven las caras de la gente en el pueblo , te das cuenta cuan raros son esos momentos de compromiso con la vida. Yo creo que cuando te moves te comprometes y aprendes a amate, y cuando te amas a vos mismo amas la vida, amas a los otros, amas, en general.

Cuando te movés te comprometes y aprendes a amarte y cuando te amas a vos mismo amas la vida amas a los otros, amas en general.

De donde viene el miedo no lo sé, pero sufrí mucho tiempo de miedos, era un miedo realmente terrible, mas tarde decidí practicar danza terapia y mi primer intención fue trabajar con pacientes esquizofrénicos y creo que esto tiene que ver con el miedo que mencionaba. Si vos sentís que tenés que lograr algo en la vida, el miedo a la vida desaparece y yo estoy segura de que como niña tenía miedo a la muerte, pero ahora se ha ido. Creo que muchas veces la gente mayor piensan que ellos no tienen nada más que hacer, pero en realidad eso no es verdad, ellos tienen todavía un propósito que cumplir.

Tenía miedo de todo, de la noche, de estar sola, tenía que cruzar el bosque muchas veces para ir a la escuela, y detrás de cada árbol yo veía algo. Después empecé a conquistar este miedo, es muy difícil de describirlo para que tenga algún tipo de sentido, yo sentía o pensaba que el miedo era como un dios y tenía como que calmarlo.

Cuando mi esposo murió decidí quedarme en los estados unidos, sentí que no quería volver a actuar en un escenario nunca más, también tuve la sensación de que necesitaba encontrar otra forma de expresión, un día decidí que iría a trabajar con gente enferma y me acordé de que en mi juventud en Zúrich había un hospital grande en donde Blooble era el director y fue el justamente el que desarrollo la terminología esquizofrenia, el trabajo mucho con Jung. Blooble me había preguntado una vez cuando yo tenía dieciséis diecisiete años, si podía ir y bailar para sus pacientes y yo lo hice. Fue muy interesante, la verdad que me encantó, yo bailaba y a los pacientes les encantaba, después nos sentábamos juntos y me mostraban fotos de sus niños y de sus esposas y me incluían como si yo fuese un paciente...creo que es muy interesante que yo realmente conectaba inmediatamente con todas estas mujeres y hombres y eso me sigue pasando. No me gusta especialmente la gente neurótica pero amo la gente psicótica, ellos tienen fantasía, están en otro mundo, el cual es muy diferente...Hay un cosmos y nosotros pertenecemos a la totalidad de la vida, no solo a esta tierra. Yo trato, intento mucho en mis clases, en mis sesiones, de juntar estos dos mundos.

3

Cuando empecé el doctor de la guardia en donde trabajaba me dijo que si veía alguien que estaba alucinando o que se metía en la fantasía, debía tratar de traerlos, de bajarlos lo antes posible y yo pensé que sería mucho mejor si yo trataba de entrar en la fantasía del otro, de ir con la persona a la fantasía, tratar de comprender y hacerle a él comprender que todos tenemos pensamientos como esos. Teníamos que encontrar una manera de cambiar de un nivel de existencia al otro. Los artistas hacen eso y no tiene nada que ver con esquizofrenia o con estar loco, los niños también lo hacen, así que creo que no deberíamos tener miedo de este otro mundo, de este tiempo sin límites, del ritmo sin límites, del pensamiento sin límites, creo que de esta manera seríamos más felices.

¿CÓMO ESTO AFECTA TUS SESIONES?

¿CÓMO HACÉS PARA TRATAR DE ACERCAR ESTOS 2 MUNDOS?

-Trabajo con los CÍRCULOS.

Por ejemplo: una piedra en el agua, se tira y forma círculos, cuando cocinás: revolvés: se forman círculos.

Entonces en una sesión: "Hacemos todos una sopa" Algo interesante pasa con todos. La sopa se transforma en algo que contiene estos 2 mundos. Su realismo desaparece.

-Otra forma de trabajar: Les pido que bailen una historia que no pueden olvidar, una historia que está alrededor de ellos todo el tiempo. También la pueden escribir. Y después les pregunto: "¿Cómo resolvés esa historia?" Tenés que ir al mundo de la fantasía.

La danza es una manera de hacer esta conexión, porque vivimos la danza con todo nuestro ser, no sólo con una parte de nuestro ser.

¿CUÁL ES TU CONTEXTO TEÓRICO? TU FILOSOFÍA?

-DECIRLE SÍ A LA VIDA. Todos tienen derecho a vivir. Para cada uno hay un sentido para estar en esta vida. Tienen una razón muy importante para vivir.

-CON MOVIMIENTOS VOS PODÉS CAMBIARLE LA QUÍMICA A TU CUERPO.

Por ej. Cuando ves a una persona deprimida, la hacés caminar como quiere, después le decís que camine más rápido, hasta correr.

Después se sienten, hablan de manera diferente al principio. Si bailás incluí a todo el ser humano.

¿PORQUÉ TRABAJÁS EN GRUPOS?

-Encuentro 2 dificultades trabajando sola con una persona. De a 1 la terapeuta influye más. Yo lo ocupo todo. O al revés, el paciente lleva adelante todo.

En un grupo se comparte el liderazgo. Se ve cuán similares somos. Uno hace caras raras y todos las pueden hacer...

-La otra dificultad es que hay más presión cuando estás solo con la maestra. Te mira y pensás: ¿qué espera que haga? ¿Qué tengo que hacer?"

EXPRESIÓN DE EMOCIONES. MANERA DE EXPRESAR POLARIDADES.

-No hay un ESTILO en la educación del cuerpo. El ballet es un estilo. NO la danza en sí misma.

Un niño no debería aprender un estilo.

¿QUÉ RECOMENDÁS EN CUÁNTO EDUCACIÓN DEL MOVIMIENTO PARA UN NIÑO?

-Danza moderna, como se la entiende hoy. El cuerpo se expresa a sí mismo. No está en un concert.

-Mezcla entre danza moderna y gimnasia. Saltar, caer sin lastimarse, escalar, girar de distintas maneras. Todo lo que el cuerpo puede hacer.

TRABAJAR CON OJOS ABIERTOS O CERRADOS.

-Hacer las 2 cosas: capacidad de ir hacia adentro, de uno mismo, y también hacia afuera, el mundo. Para saber dónde estamos parados.

-Trabajo de a dos: uno cierra los otros y el otro lo guía. Poder confiar en la persona que lo guía.

¿QUÉ ES LO QUE VES CUANDO OBSERVÁS A ALGUIEN?

-LA ALINEACIÓN DEL CUERPO: la pelvis comprimida hacia adelante o hacia atrás dice mucho.

-EL RITMO.

-LAS TENSIONES: es adónde no llega la vida.

-CONTRADICCIONES en un mismo cuerpo. Por ejemplo: cara que sonríe y pie enojado, dedo que presiona con mucha fuerza a otro, mano tensa.

Frente a esto le pido a la persona que ponga la misma fuerza que pone en la mano, en todo el cuerpo. Para tener la totalidad y no cortado. Tensión fuerte en todo el cuerpo. Y después

le digo que afloje. Hasta el punto que desee. No tenemos una sola idea en nuestro cuerpo. Tenemos muchas. También la música ayuda a llevar el cuerpo a un mismo nivel de tensión.

¿CUÁL ES LA MEJOR MANERA PARA ENTRENAR A UNA PERSONA A SER DANZATERAPISTA?

-En los primeros años estar en contacto con mucha gente. Cambiar de MAESTROS: tai chi, danza moderna, ballet, etc. Cambiar de puntos de vista, saber cómo la gente baila y/o pelea...

-Después elegir la teoría que va con vos. Tenés que confiar en vos mismo siempre. Aprender a partir de tus errores. Yo aprendí a partir de mis errores.

-Adquirir una formación humanista: cómo se escribe, cómo se pinta, cómo se crían niños, etc.

¿QUÉ ACONSEJARÍAS SOBRE LA DANZA TERAPIA?

No tener miedo: saltar al agua helada y nadar.

AMARLA. Cuando no la amás más abandonarla.

¿HAY ALGO QUE NO HAYAS DICHO QUE PUEDA SER VALIOSO PARA NOSOTROS?

-Mis días más felices fueron desde mi nacimiento hasta 1914, el ppio de la guerra. Esto fue el cielo, era como vivir en un paraíso.

Lentamente fui saliendo de este paraíso. Fue un comprender gradual.

Deseo que el niño pueda tener algo así.

Nunca olvidé este paraíso. Fue una fortaleza para mí.

Cuando estoy con pacientes les paso algo de esta fortaleza.

¿CÓMO CAMBIÓ TU TRABAJO CON LOS AÑOS?

-Antes era muy cuidadosa, ahora no tengo tanto miedo de hacer algo mal.

Si alguien lloraba.. decía "¿Qué hice?"

Hoy , estoy feliz si alguien llora. Que lloren, que golpeen, cualquier expresión que venga de estas personas muy enfermas es buena. Porque en general en vez de expresar tragan. Que puedan expresarse en la caminata, con gestos, que se expresen a sí mismos-

¿CUÁL ES TU MAYOR ENTUSIASMO O PROYECTO EN ESTE MOMENTO?

Me gustaría ir a las instituciones, hospitales, y trabajar con los empleados. Para después trabajar juntos pacientes y empleados para que tengan una relación diferente con la población psicótica. En Europa lo estoy haciendo.

Todas las personas: mujeres, hombres y niños pueden ser artistas. Los enfermos tienen que tener la oportunidad de poder CREAR. Nuestra naturaleza es algo increíblemente hermoso y artístico.

#### BIBLIOGRAFÍA

Laban, R y Lawrence, C. *Effort*. London: McDonald and Evans, 1947.

Laban, R. *The Mastery of Movement*. L. Ullman (ed) London: McDonald and Evans, 1966.

Laban, R. *Principles of dance and movement notation*. McDonald and Evans, 1956.

Schoop, T. y Mitchell, P. *Won't you join the dance? A dancer's essay into the treatment of psychosis*. Palo Alto, CA: National Press, 1974.

Wallock, S.F. *Dance/movement therapy: a survey of philosophy and practice*. Unpublished doctoral dissertation, United States International University at San Diego, 1977.

Wigman, M. *Language of the dance*. Middletown, CT.: Wesleyan University Press, 1963.