

Aurora Leal

Pensar el pensamiento

Un estudio sobre el respeto,
el reconocimiento y la
escucha mediante dibujo
y expresión corporal

Colección Horizontes Educación

Título: *Pensar el pensamiento. Un estudio sobre el respeto, el reconocimiento y la escucha mediante dibujo y expresión corporal*

Primera edición: diciembre de 2020

© Aurora Leal García

© De esta edición:

Ediciones OCTAEDRO, S.L.

Bailén, 5, pral. – 08010 Barcelona

Tel.: 93 246 40 02

octaedro@octaedro.com - www.octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-18348-89-1

Depósito legal: B 22272-2020

Diseño de la cubierta: Tomàs Capdevila

Fotografía de la cubierta: © Aurora Leal García

Realización y producción: Ediciones Octaedro

Impresión: Ulzama

Impreso en España - *Printed in Spain*

Sumario

Agradecimientos	9
Prólogo	11
1. Cómo sabemos lo que sabemos, lo que pensamos	15
2. El lenguaje del pensamiento	23
3. Representarse y pensar una idea. Qué pensamos y cómo lo hacemos	37
4. Exteriorizando el pensar, el hacer y el sentir	45
5. Relaciones personales para ser pensadas: respeto, reconocimiento, escucha	53
6. El respeto en la pareja: simbolización gráfica y movimiento	61
7. El reconocimiento: simbolización gráfica y movimiento	79
8. La escucha: simbolización gráfica y movimiento	91
9. Construyendo ideas, dialogando con símbolos	103
Anexo. Instrucciones generales	125
Bibliografía	127

Agradecimientos

Toda persona que ha venido ejerciendo la profesión de enseñar en el ámbito universitario a buen seguro puede reconocer el jugoso fruto que le ha podido proporcionar la escucha y el diálogo con las ideas del alumnado. Un intercambio social, intelectual, afectivo.

Me referiré, en primer lugar, al ámbito de la Facultad de Psicología de la UAB, aludiendo concretamente al de la asignatura que impartí durante años: *Imatges i símbols, relacions afectives i de gènere*. Tres estudiantes (Dídac Roig, Nuria Becerra, Rosa Anna Nieto), hoy ya profesionales de la psicología y la educación, colaboraron en aquel entonces en la elaboración de un estudio sobre el amor adolescente, en que se ponía de relevancia el dibujo, no como forma de expresión por parte de los adolescentes, sino, sobre todo, como forma de reflexión no solo para los mismos protagonistas que lo hacían, sino también para quienes tratábamos de analizar todo aquello que los dibujos expresaban.

Ya en la actualidad, respecto a esta misma asignatura, quiero agradecer a la profesora Núria Martorell el nuevo impulso, color e interés que le viene dando, ofreciendo al alumnado actual el estudio y acervo de formas simbólicas que expresan formas diversas de relación, de forma cultural, también personal.

Asimismo, en el marco de mis clases en el Máster de DMT (Danza Movimiento Terapia) tengo que agradecer a Heidrun Panhofer, su directora, los intercambios de ideas que hemos llevado a cabo y que nos han permitido elaborar algunos trabajos conjuntamente. Me siento afortunada de

seguir dando clases en este máster, ya que las reflexiones, el entusiasmo y trabajo de alumnas y alumnos del máster al realizar los trabajos de esta asignatura me ha ayudado a concienciarme, a reflexionar y a organizar muchas de las ideas de este libro. Por supuesto –y sobre todo–, quiero agradecer la generosidad de las seis personas que han otorgado su permiso para que su trabajo sobre dibujo y movimiento corporal apareciera en este libro como ejemplo de aquello que hemos denominado «pensar nuestro pensamiento».

Finalmente, quiero agradecer a Joan Fortuny, psicólogo, poeta y compañero de vida, una de sus frases que, si bien quizás le proviene de su hacer poético, también considero que atraviesa la filosofía de este libro: «El cómo forma parte del qué». En este contexto, diremos que el cómo pensamos forma parte del qué pensamos.

AURORA LEAL

Prólogo

En ocasiones se nos puede despertar interés en indagar aquello que sabemos a ciencia cierta –o creemos saber– acerca de algún tema, algún concepto determinado que nos importa en un momento dado. Sin embargo, no siempre somos conscientes con exactitud de lo que sabemos acerca de ello; tampoco de cómo hemos llegado a saberlo o, mejor, de cómo lo vamos sabiendo, cómo lo pensamos. No solemos darnos cuenta de que lo que sabemos, lo que pensamos, constituye un continuo, un devenir constante. Así que, en lugar de decir *sabemos*, deberíamos decir *vamos sabiendo*.

En nuestra cultura las ideas de saber, conocer, también pensar, reflexionar, son ideas que se suelen situar en la mente, en nuestra cabeza. Decimos: *Pensamos con la cabeza*. Tenemos ideas *in mente*.

Sin embargo, no se suele saber si realmente pensamos y cómo lo hacemos al realizar alguna actividad; no obstante, esto es algo que, aun sin darnos cuenta, nos permite abordar una misma idea de formas distintas e ir reelaborando, descubriendo, relacionando aspectos quizá anteriormente no contemplados gracias a esa actividad, aunque en principio no lo consideremos así. En efecto, podemos pensar sobre una idea determinada en situación de quietud, también paseando, de forma distinta a cómo lo hacemos al estar ante una mesa escribiendo sobre ella, al intercambiar esa misma idea con otra persona, al reproducirla mediante un esquema gráfico sobre un papel, al expresarla sin palabras, mediante gestos o movimientos corporales, entre otras formas posibles. Cada

una de estas acciones puede convertirse también en un acto de pensamiento, ya que cada una de ellas nos permite descubrir y relacionar distintas ideas, distintas representaciones, distintos lenguajes.

Todo ello nos ha llevado a elaborar el presente estudio con el fin de indagar en cómo la expresión gráfica y corporal de una idea determinada, así como la observación de los distintos momentos que se van sucediendo al realizar dichas actividades –se puede decir que son también «pensantes»– permiten concienciar y descubrir los diversos significados culturales, también los particulares sentidos personales que cada individuo atribuye a esa idea determinada.

Para ello hemos recogido algunos ejemplos de trabajos llevados a cabo por un pequeño grupo de jóvenes¹ al reflexionar acerca de algunas ideas, conceptos referidos a algunas relaciones personales que se dan en la vida cotidiana; concretamente, acerca del **respeto en la pareja, el reconocimiento y la escucha**. La forma de llevar a cabo estas reflexiones, exploraciones a título individual, ha sido a través de la expresión gráfica y corporal. Sus reflexiones acerca de cómo sus ideas van, vienen, permanecen, cambian al realizar estas actividades nos permiten poner de relieve el amplio abanico, el –podríamos llamar– caleidoscopio en que se mueven las ideas, en este caso acerca de unos temas relacionales determinados.

El trabajo de expresión gráfica y corporal de las ideas y las particulares reflexiones que tienen lugar durante el proceso de realización de estos ejercicios permiten resaltar la importancia de cómo se van elaborando, construyendo, rectificando, ajustando las correspondientes representaciones, sus significados. Se resalta, pues, el proceso, el camino, y no solo el resultado, el final de sus elaboraciones. Todo ello nos remite al ámbito de la psicología y la educación, a la necesidad de elaborar planteamientos psicoeducativos

1. Estudiantes del Máster de Danza Terapia de la Universidad Autónoma de Barcelona.

favorecedores no ya acerca de conceptos, ideas que se piensan, se sienten, sino también favorecedores del cómo se va elaborando ese pensar, cómo se va pensando, sintiendo, y las diversas formas en que lo vamos haciendo. Podemos afirmar que el cómo se piensa forma parte del qué se piensa.

1. Cómo sabemos lo que sabemos, lo que pensamos

En nuestra cultura, tradicionalmente se considera que pensamos con la cabeza, que la mente es algo que radica en el cerebro. Acerca de algo que pensamos decimos que lo tenemos *in mente*. Además, a menudo el hecho de pensar se considera algo profundo, reservado, interno, importante, a veces complejo. A pesar de ello, al hablar, al movernos, al actuar, al hacer, al expresarnos con la voz, con el cuerpo exteriorizamos aquello que pensamos, aquello que se supone que tenemos en nuestro interior. A veces decimos: «No se me va de la cabeza». Todo ello se puede hacer visible, audible, tangible, comprensible para otros y también para nosotros mismos. Pero no siempre todo ello se considera que es pensar.

Tal como dice Ackermann,² damos forma o expresión a los sentimientos o ideas internas. Otorgamos existencia a lo que es imaginado.

Sin embargo, podemos también plantearnos si sabemos a ciencia cierta aquello que pensamos, cómo lo sabemos, cómo llegamos a saberlo; si solo podemos saberlo pensando, en quietud, con nuestra mente. Pongamos, por ejemplo, algunas ideas de vital importancia en la vida cotidiana como podrían ser las que tienen que ver con nuestra forma de vernos a nosotras o nosotros mismos, nuestras relaciones con otras personas: la manera en que se nos ve, se nos considera, se nos valora, se nos ignora. Cómo lo hacemos nosotros –y

2. Ackermann, E. (2007). Experience of artifacts. En: Von Glassersfeld, E. *Key works on radical constructivism*. Rotterdam, Taipei: Sense Publishers.

qué hacemos, cómo nos relacionamos— con el otro, la otra, los otros. O cómo pensamos que lo hacemos. Cómo consideramos que lo hace la gente, otras personas más o menos próximas. Todo ello nos permite, nos suscita un conocimiento propio, también un conocimiento de personas ajenas.

A través de unas determinadas situaciones planteadas como un medio de reflexión, de pensamiento, nos proponemos poner especial énfasis en algunas de las formas en que las personas llevamos a cabo eso que llamamos pensar, conocer algunas de nuestras propias ideas; qué y cómo se piensa, se reflexiona, se siente acerca de algunos temas determinados, en especial aquellos que atañen a nuestra forma de hacer, de actuar con nosotros mismos y con los demás. En el trabajo que nos ocupa hemos querido destacar algunas relaciones interpersonales cotidianas, aquellas que implican respeto —concretamente, respeto en la relación de pareja—, reconocimiento y escucha. Pero, además, consideramos importante poner de relieve las formas distintas en que se puede llevar a cabo esa progresiva y perenne construcción del pensamiento.

Para ello hemos acudido al uso de la expresión gráfica, el dibujo, como una forma de expresión que, como veremos, se puede llegar a convertir en un medio, una forma de pensar, ya que la necesidad de expresar, tratar de hacer visible una idea que se piensa y se siente mediante el dibujo requiere un espacio y un tiempo, unos momentos distintos, unos pasos necesarios que, tal como veremos, pueden ser tanto o quizá más importantes que el resultado final al que se llega. Dichos pasos, bocetos, cambios, rectificaciones nos ofrecen la posibilidad de observar y concienciar cómo conocemos, cómo pensamos; los diferentes significados, matices, sentidos personales que de este modo se van haciendo, rehaciendo, construyendo y reconstruyendo.

Otro de los medios al que hemos recurrido para poner de relieve una reflexión personal es el de la expresión corporal, el movimiento con el que nos comunicamos mediante el cuerpo.

La expresión a través del cuerpo (movimientos, posturas, actitudes) de unas determinadas formas de relación personal permite concienciarse de las formas y el sentido de los propios movimientos y posturas, cuales son sus patrones y el significado de los mismos. El mundo interior se hace más asequible, se encuentran significados en determinados gestos y cualidades del movimiento; y todo ello permite mostrar los modelos personales de relación con otras personas. Asimismo, es importante la toma de conciencia y la reflexión acerca de la forma en que se llevan a cabo y se muestran dichos movimientos, y los significados que expresan o sugieren.

Saber lo que pensamos

En nuestra cultura, en nuestros lenguajes cotidianos, para expresar situaciones que impliquen la idea de pensar se suele recurrir a usos metafóricos; son comunes en especial dos de ellos: pensar es *very* también pensar es *coger*. Estos diferentes recursos («no veo claro lo que me dices»; «no lo capto, no lo cojo») nos llevan a situar la idea de pensamiento de forma muy ligada a los sentidos de la vista y a la del tacto o a la acción de tomar, coger con la mano.³

Posiblemente creemos saber lo que pensamos acerca de una idea determinada, pero quizá no sabemos a ciencia cierta cómo lo hacemos, cómo lo vamos haciendo o cómo hemos llegado a ello. Incluso podemos decir que no siempre sabemos si vamos o no variando nuestra forma de pensar esa idea, de entenderla, de sentirla, de proyectarla en acción, en actuación.

Davidson⁴ se pregunta: ¿Cómo puedo saber lo que pienso antes de decirlo? Podemos decir que el uso de unas u

3. Chamizo Domínguez, P. J. (1992). Procesos mentales y metáforas corporales. *Anales del Seminario de Metafísica* (n.º extra: Homenaje a S. Rábade). Madrid: Complutense.

4. Davidson, D. (2005). *Conocer la propia mente* (pp. 85-111). Madrid: Universidad Complutense de Madrid.

otras palabras es en buena medida aquello que nos conduce a considerar que pensamos de una determinada manera, tal como lo hacen quienes utilizan esas mismas palabras. Es así como creemos que sabemos lo que pensamos. Pero ¿son las palabras, sus significados –los que generalmente se utilizan– únicamente aquello que nos permite saber lo que pensamos?

También podemos aducir que son los factores externos los que nos permiten saber lo que pensamos. Pero ¿cuáles son esos factores externos?

Se considera que conocemos el mundo a partir de la observación, de la recogida de información directa o indirecta; la elaboramos y vamos configurando nuestro mundo interior, nuestra interpretación interna del mundo que nos rodea. Configuramos el mundo exterior a partir de nuestro mundo interior. Y a la inversa, configuramos nuestro mundo interior a partir del mundo exterior. Se produce un diálogo, un intercambio interior-exterior.

Podemos pensar también que el conocimiento es el resultado de aquello que hace el individuo con lo que el medio quiere hacer de él. En este caso, el medio podrían ser las creencias, las normas, o lo que se considera plausible, seguro, necesario para un conocimiento que dé lugar a un bienestar, una aceptación personal y social.

El estudio sobre la propia persona, sobre el Yo –que desde una perspectiva cultural lleva a cabo Bruner–⁵ nos permite afirmar que el conocimiento individual no se encuentra simplemente en la cabeza, en la mente, sino también en diversos lugares, en distintos ámbitos: en las anotaciones que se realizan, por ejemplo, en cuadernos, los subrayados en libros, manuales consultados, fuentes de información, amigos a los que se acude en busca de referencia o consejo, etc. Todos estos elementos son parte del flujo de conocimiento del que una persona llega a formar parte.

5. Bruner, J. (1990). *Actos de significado. Más allá de la revolución cognitiva*. Barcelona: Gedisa.

Puig de la Bellacasa⁶ alude a la idea de «pensar con», creando patrones nuevos a partir de multiplicidades previas, adicionando capas de sentido, más que deconstruir o adaptarse a categorías anteriores

Llegar a saber algo es, pues, una acción a la vez situada y distribuida. Todo ello muestra la naturaleza cultural del conocimiento, pero también la naturaleza cultural de su adquisición. La persona debe concebirse como la suma y enjambre de participaciones. Podemos añadir a ello que dichas participaciones tienen lugar mediante acciones, actuaciones, actividades, expresiones diversas.

Siguiendo a W. B. Pearce,⁷ consideramos que en lugar de aspirar al conocimiento que desde nuestra cultura podemos llamar verdadero, tenemos que aspirar a lo que él denomina *frónesis*, es decir, a conocer cómo funcionan las cosas en el mundo. Sugiere que no solo tratemos de indagar lo que sabemos, sino también cuál es – o cual debería ser– la forma de nuestro conocimiento; de ahí que destaque el cómo conocemos, sin reducirlo al qué conocemos. Pone de relieve el cómo llegamos, cómo construimos un conocimiento para saber realmente cómo es ese mismo conocimiento.

Así pues, situándonos en los temas de nuestro interés, para ver qué pensamos sobre el respeto, sobre el reconocimiento y la escucha, sobre ciertas relaciones que nos afectan, nos plantearemos sobre todo cómo lo pensamos, cómo llegamos a pensarlo y, consecuentemente, cómo lo sentimos y cómo vamos sintiéndolo mientras lo pensamos. Un ejercicio de hacer, pensar y sentir. Qué se piensa al ir pensando, qué se siente al ir sintiendo.

Nos proponemos mostrar cómo se producen los procesos de elaboración, de construcción significativa; en nuestro caso, de las ideas de respeto en la pareja, de reconocimiento

6. Puig de la Bellacasa, M. (2017). Pensar despacio. *Revista Concreta*, 9, 26-47.

7. Barnett Pearce, W. (1994). Nuevos modelos y metáforas comunicacionales: el pasaje de la teoría a la praxis, del objetivismo al construccionismo social y de la representación a la reflexividad. En: *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad* (p. 281). Barcelona: Paidós.

y de escucha. Esas ideas, tal como se nos presentan en forma verbal, constituyen conceptos genéricos, culturales, conocidos; es necesario abrirlas, descomponerlas, obtener distintas contextualizaciones a fin de revisar, reconstruir y precisar sus significados.

Para ello podremos ver cómo unas personas jóvenes, estudiantes de másteres universitarios, reflexionan sobre sus propias ideas, las elaboran, las reconstruyen mediante dos actividades: la expresión gráfica, el dibujo, y mediante el movimiento corporal, la expresión corporal. Actividades que no solo se llevan a cabo en acción, sino que, además, permiten tomar conciencia y transcribir el propio proceso de elaboración, los diferentes momentos, los cambios, las intenciones, las rectificaciones, sus motivos y sus significados, así como los posibles sentimientos y emociones que se generan.

Concienciarse de ese proceso constituye un diálogo entre lo que se piensa y se siente de forma interna –que se desea exteriorizar– y el proceso de elaboración mediante un sistema de simbolización cualquiera. Todo ello constituye una actividad que ayuda a pensar, repensar, sentir y reorganizar aquello que se ve como interno.

Existirán tantos mundos y significados como personas, ya que el significado de las cosas se encuentra predefinido por la organización de conocimiento de cada uno. Según Castelaró,⁸ el concepto de una realidad pierde su carácter ordenado y jerárquico para interpretarse como una red de suma complejidad, conformada por sistemas ubicados en múltiples niveles interconectados.

Todas las formas de expresión y de exteriorización remiten a la idea de representación, entendida como algo mental, interno; remiten también a otra realidad, son objetos representativos, formas representativas. Por ejemplo, las marcas de la escritura remiten al lenguaje oral. No así el dibujo o

8. Castelaró, M. (2011). El concepto de representación mental como fundamento epistemológico de la psicología. *Límite. Revista de Filosofía y Psicología*, 6 (24), 55-67.

los mapas, que remiten a otras representaciones internas, visuales sí, pero no totalmente reproductoras de imagen.

Las formas de expresión y de representación constituyen sistemas y aspectos esenciales de conocimiento y de cultura. Sin embargo, es necesario tener en cuenta el proceso de producción, de elaboración de esas formas de expresión que hace un individuo de forma cultural, pero también de forma personal: la intención individual, el objetivo, el momento, el contexto en que se produce. Es importante diferenciar estos aspectos, a veces particulares, con el fin de conocer cómo tiene lugar la elaboración y reelaboración de los significados atribuidos a unas ideas determinadas como las que estamos planteando.

A este respecto, resulta de sumo interés aproximarnos a algunos escritos de Wittgenstein, tal como los comenta Carmona:⁹

Wittgenstein comparaba su labor filosófica con la de un dibujante. En el prólogo de las *Investigaciones* presentaba sus anotaciones como un conjunto de bocetos de paisajes. Los recorridos por su propio pensamiento. Decía no poder escribir ordenando sus ideas en una sola dirección. Por esa razón escribía observaciones en párrafos breves que admiten muchos recorridos. Eso le parecía más coherente con la naturaleza del pensamiento, que a menudo procede a saltos, que se despliega en múltiples direcciones, que es amigo de la pirueta y el zigzag. Porque para hacer correctamente su dibujo ha de estudiar el objeto en cuestión desde todos los puntos de vista posibles y de alguna forma de recogerlos en el papel.

9. Carmona, C. (2015). *La consciencia del límite* (p. 106). Valencia: Batiscafo.

Índice

Agradecimientos	9
Prólogo	11
1. Cómo sabemos lo que sabemos, lo que pensamos	15
Saber lo que pensamos	17
2. El lenguaje del pensamiento	23
La metáfora	25
Espacios mentales	26
El discurso	28
La concepción lingüística e icónica del pensamiento	30
Lenguaje, expresión y motor de emociones	31
Significado y sentido	32
La estabilidad y el cambio en el lenguaje	33
Pensar entre las cosas	34
3. Representarse y pensar una idea. Qué pensamos y cómo lo hacemos	37
Lo que pensamos. Lo que nos representamos	39
Modelos de representación: dinámica de elaboración	41
Formas simbólicas de hacer y pensar	43
4. Exteriorizando el pensar, el hacer y el sentir	45
Pensar la escritura o escribiendo el pensar	47
Pensar el dibujo o dibujando el pensar	49

Pensar el movimiento o moviendo el pensar	51
5. Relaciones personales para ser pensadas: respeto, reconocimiento, escucha	53
6. El respeto en la pareja: simbolización gráfica y movimiento	61
Ejemplo 1 (participante A1)	61
Proceso de elaboración	61
Movimiento y expresión corporal	69
Ejemplo 2 (participante A2)	73
Proceso de elaboración	73
Movimiento y expresión corporal	76
7. El reconocimiento: simbolización gráfica y movimiento	79
Ejemplo 1 (participante B1)	79
Proceso de elaboración	79
Movimiento y expresión corporal	84
Ejemplo 2 (participante B2)	87
Proceso de elaboración	87
Movimiento y expresión corporal	89
8. La escucha: simbolización gráfica y movimiento	91
Ejemplo 1 (participante C1)	91
Proceso de elaboración	91
Movimiento y expresión corporal	94
Ejemplo 2 (participante C2)	96
Proceso de elaboración	96
9. Construyendo ideas, dialogando con símbolos	103
Diferentes significados, diferentes sentidos	104
Formas de pensar: proceso y tránsito de ideas	109
El recurso particular a unos u otros símbolos	110
Dibujando el pensar	110
Moviendo el pensar	113
La conciencia de lo expresado	115

Conocimiento propio. Pensar y saber subjetivo	118
La educación del pensar y del saber	119
Anexo. Instrucciones generales	125
Bibliografía	127

Si desea más información
o adquirir el libro
diríjase a:

www.octaedro.com