

# El lenguaje corporal del profesor

Gilberto Martín Vicente<sup>1</sup>

Coral George<sup>2</sup>

Mariano Martín Isabel<sup>3</sup>

José Luis López-Menchero<sup>4</sup>

285

**Palabras claves:** comunicación, metacomunicación, expresión corporal, gesto, vivencia, modelo mental, proxémica, cuerpo, sentir.

## Resumen

Ante la compleja problemática educativa, se presenta necesaria la formación específica en la comunicación corporal del profesor. Se aprende lo que se vive. Y este concepto tiene validez tanto para el profesor como para el alumno. Somos un cuerpo que piensa, imagina y siente; y que genera una mente que nos permite representar un mundo de forma personal. El cuerpo, es el referente de comunicación principal, es un vehículo de expresión, fuente de sentimiento, y espejo de la salud a través de la vivacidad y la sensibilidad.

Defendemos la vivencia como elemento fundamental en la formación del docente presentándola en un clima de autonomía y libertad, facilitando contextos de comunicación con la utilización de los distintos lenguajes (verbal, motriz, plástico, musical...).

## Introducción

El lenguaje verbal es el medio de comunicación por excelencia entre las personas, pero no es el único, ni tampoco el primero, que está presente en un acto comunicativo. En los primeros momentos

---

<sup>1</sup> Universidad de Castilla La Mancha (España). neverogilber@gmail.com.

<sup>2</sup> coralgar@gmail.com.

<sup>3</sup> marianomartinisabel@hotmail.com.

<sup>4</sup> joseluis.lopez@uclm.com.

de comunicación humana el movimiento del cuerpo o una parte del mismo, perceptible desde el exterior, comienza a tener contexto de comunicación y que posteriormente va a configurar lo que denominamos el gesto.

Para Siguan (1978) los gestos “*son únicamente aquellos que tienen una relación con el modo de ser, el estado o las intenciones del sujeto que los realiza*”. La ambigüedad comparativa con el lenguaje verbal queda reflejada en que el significado corresponde a una ausencia de límites del significante.

### **Planteamiento ético - pedagógico del profesor**

Recogemos la reflexión de Bollnow (1979) sobre la dificultad de plasmar cuales deben ser las “virtudes” del profesor en el proceso educativo, pero consideramos importante hacer una reflexión sobre el modelo mental, “*supuestos hondamente arraigados que influyen sobre nuestro modo de comprender y actuar*” (Senge.2002), con que el profesor se enfrenta a su labor docente: su perspectiva del alumno; su consideración sobre la acción educativa; su preparación pedagógica y su proceso de selección metodológica; la percepción que tiene de sí mismo, tanto a nivel personal como, en definitiva, su grado de concepción democrática de la educación.

De significada relevancia es la percepción que tiene el profesor del alumno, porque condiciona la acción educativa. Tanto la literatura pedagógica, como nuestra propia experiencia, nos dice que un educador positivo es el que facilita al alumno el desenvolvimiento de sus fuerzas vitales y posibilita el desarrollo de su unicidad como persona.

La perspectiva de análisis sobre la disposición pedagógica del profesor hacia el alumno nos la muestran tanto F. Bollnow (1979), y posteriormente su discípulo Max van Manen (1998) cuando nos proponen algunos principios axiológicos básicos que en síntesis, con nuestras particulares interpretaciones, exponemos:

- *El amor y afecto educativo*, que el educador sienta cariño como es el alumno y su perspectiva de lo que positivamente puede llegar a ser.
- *La confianza y la esperanza*, facilitando un medio y un contexto en que el alumno se sienta seguro, se potencie su autonomía para, a través del compromiso y su propia convicción, poder juzgar y evaluar.
- *La responsabilidad*, de respetar y potenciar la individualidad de cada uno, facilitando que cada alumno pueda vivir su vida desde una postura creativa y no meramente reactiva.

Actuando con la práctica de actitudes como la paciencia y el saber esperar; mantener la fortaleza ante las contrariedades que presentan los propios alumnos, poder continuar y seguir intentando los objetivos marcados; el estar dispuesto a “jugársela” por los alumnos... Facilitar la comunicación en todos los contextos, y que esta tarea tenga sentido para él mismo. Todas estas acciones solo se pueden hacer desde la autenticidad, que al mismo tiempo facilita generar un estilo educativo personal y propio.

### **La comunicación en el aula**

La comunicación constituye un acto que participa en las relaciones como un proceso de interacción, en un complejo flujo circular en el contexto en que se determina. En una perspectiva sistémica se concibe como un modelo, como un circuito de eventos concatenados que incluyen a dos o más personas. Es un proceso multifacético, interactivo e informativo o expresivo, a través de los cuales se produce las relaciones interpersonales. Toda conducta es comunicación y por ende toda comunicación afecta a la conducta, viéndose afectada en el contexto en que se desarrolla.

Conforma una sistematización de la “particular” concepción del mundo. Los procesos de comunicación son una referencia de cómo nos relacionamos, como es nuestro contexto, como transferimos la información de una persona a otra. Representa un intercambio de informaciones que son

el reflejo de la realidad de las personas, de su formación y funcionamiento social. Nos permite ver que continuamente recibimos influencia de la realidad y ejercemos influencia sobre ella. Manifiesta una conducta, y los modelos alternativos de pensar en situaciones complejas. Podríamos concretar, siguiendo a Habermas, que es un proceso a lo largo del cual los seres humanos se convierten en constructores activos de su “mundo vital”, y por tanto de su sociedad.

Entre los distintos aspectos inherentes a la comunicación nos encontramos con la *información*, lo que trasmite el mensaje; *el lenguaje* empleado, donde nos una amplia gama: verbal, corporal, lógico-matemático, icónico...; *El estilo*, la manera en cómo se transmite el mensaje; y la *intencionalidad*, que es el objetivo que persigue el mensaje.

Aspectos relacionados con la comunicación:

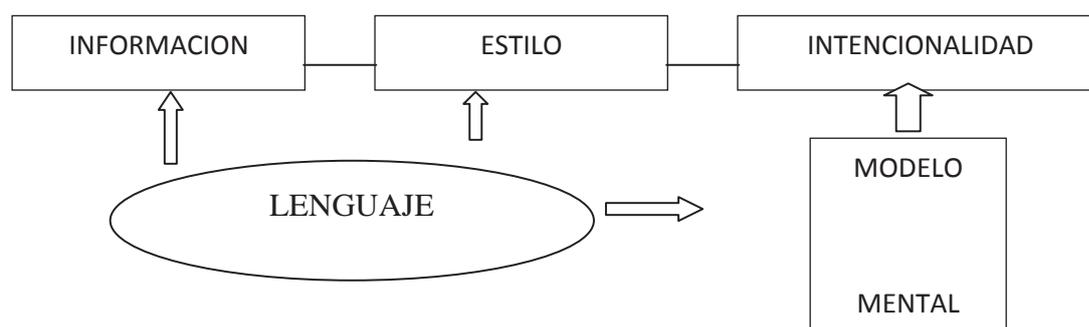


Figura 1. Aspectos relacionados con la comunicación.

Para que realmente exista una comunicación efectiva tiene que existir una concordancia entre lo que se manifiesta y lo que realmente se hace. De ahí la relevancia, en primer lugar, de tomar conciencia de que todo lo que hacemos toma significación como una forma de comunicación. Y, en segundo lugar, de adaptar un estilo de comunicación que se ajuste a las necesidades de los demás, utilizando símbolos que sean conocidos por todos y que puedan cumplir con la función de transmitir un significado determinado.

De estos dos aspectos, informativo y relacional, hacen posible lo que ha venido a denominarse “metacomunicación”, esto es, poder reflexionar sobre el contenido emitido y todos los procesos intervinientes en la comunicación (Watzlawick y otros. 1967). Estaríamos facilitando una epistemología de la comunicación desde una perspectiva cognitiva.

La relevancia que para nosotros tiene la comunicación, es decir la manera en que las personas se relacionan entre sí y comparten sus esfuerzos, nos ha llevado a concebir la educación *como el conocimiento y desarrollo de los procesos de comunicación que faciliten al alumno tomar decisiones, después de una reflexión sobre la información recibida, y tener propuestas propias* (G.Martín. 2002).

En nuestra labor docente, la experiencia nos ha venido a confirmar que el desarrollo de procesos comunicativos eficaces es el primer paso para la prevención de problemas.

## El cuerpo

El cuerpo es nuestra realidad visible de presencia en el mundo. Las diversas interpretaciones que se han hecho de esta realidad han generado una amplia diversidad de interpretaciones y connotaciones que condicionan tanto la propia concepción que se tiene del cuerpo, como de su devenir en la vida cotidiana.

Desde las perspectivas occidentales en sus distintas visiones de monoteísmos materialistas, dualismos de materia y espíritu, e incluso triadas de cuerpo – alma – y espíritu; a los contrastes de las corrientes filosóficas orientales, como por ejemplo la visión de la filosofía Vedanta, donde el cuerpo sutil engloba todas las formas de perfección, así como el espíritu, el intelecto y la sensibili-

dad que une los principios fisiológicos y psicológicos. O la perspectiva taoísta donde el cuerpo es considerado como un todo.

Actualmente se atribuye una amplia relación entre las ciencias de la mente y la experiencia humana. Las ciencias cognitivas ven los procesos cognitivos tanto como cognición como de experiencia. Desde un punto de vista **fisiológico**, las modernas técnicas de exploración que aporta la neurociencia, está demostrando que la actividad corporal genera cambios significativos en las distintas zonas cerebrales, “*cuando el cuerpo interactúa con su entorno, el intercambio hace que se produzcan cambios en los órganos sensoriales del cuerpo...*” (Damasio.2010); llegando a considerar como supuesto básico “*poder atribuir estructuras cerebrales específicas a cada forma de conducta y experiencia*” (Varela. 2005). Estas modificaciones no solo se generan con la actividad o el movimiento, sino con las condiciones en las que esta actividad o experiencia se realiza.

Reconoce la realidad de que poseemos un cuerpo que **siente**; con capacidad para percibir un estímulo exterior / interior, que ante su conocimiento genera una impresión, que no solo afecta a los procesos de respuesta, sino que le hace “sentir” su significación y le facilita aprehender la realidad.

Para que exista este “sentir” se precisa recibir, es decir: abrirme y por consiguiente darme. Como expresa Laín Entralgo (1987) “*sentir el cuerpo propio no es recibir el mensaje de un signo o un símbolo, no es afección o pasividad, es actividad, acto: el acto por el cual es posible mi participación en todo posible sentir, mediante el cual yo estoy abierto a mi existencia en el mundo, un fundamental extracto del sentir al que debe darse el nombre de ser –en-el-mundo*”.

Pero si importante y significativos son los aspectos anteriores, no podemos olvidar la existencia de un cuerpo **simbólico**, subjetivo y relacional de las personas que le permiten actuar con otros cuerpos, y por lo tanto con otras personas. En el que se incluyen las maneras de pensar, hacer y de sentir de una cultura determinada. Está relacionado con los valores, los símbolos, el lenguaje, los modelos...

288

Compartimos con Merleau-Ponty que la corporalidad tiene un doble sentido: Abarca el cuerpo como estructura experiencial vivida, y el cuerpo como el contexto o ámbito de los mecanismos cognitivos.

## La vivencia

En nuestra acción educativa pretendemos generar acciones en que dentro de un entorno concreto el propio organismo se ubique en situaciones concretas en un tiempo presente, que faciliten el momento de “sentir”. Y para ello utilizamos lo que venimos llamando propuestas de “vivencias”. Estas experiencias vivenciales “*espontáneas, sincrónicas, vividas y evocables funcionan como las unidades operativas que disciernen los extractos cruciales y las relaciones entre situaciones íntimas en el mundo del cerebro/mente*” (Villarroya. 2002), están compuestas por contenidos atendidos por el sistema cognitivo y generan huellas dinámicas.

Siguiendo la exposición del citado autor diremos que la vida en realidad es una concatenación continuada de vivencias que se realizan o se experimentan en un espacio –temporal concreto.

Su contenido tiene tanto elementos conscientes, aquellos que se pueden expresar, describir o delimitar, y elementos inconscientes, que no son incluso reconocidos por el propio experimentador, pero que subyacen e influyen sobre el individuo.

Los componentes son factores de carácter perceptual, emocional y conductual y donde todo su conjunto, no considerados de forma aislada, se desarrollan en un contexto espacio temporal concreto y determinado.

Estas experiencias pasan a ser la base del conocimiento y la elaboración y construcción de contenidos; aquellos elementos que se pueden discriminar; y están definidos por el objeto, el entorno y la situación. Su comprensión implica que se puede transferir a otra vivencia y permite el análisis o la comprensión. Se desarrolla una aptitud para hallar parecidos, similitudes... y establecer conexiones entre vivencias actuales y pasadas. Este carácter contextual de poder establecer relaciones entre dos objetos o situaciones facilita la construcción del mapa mental cerebral.

Cada vivencia, aunque la propuesta sea general, es atendida de manera particular e indivi-

dual respondiendo a un proceso de independencia como desarrollo de una forma de autonomía del proceso sintiente de cada uno.

### **La comunicación no verbal: el lenguaje corporal**

El estudio de la comunicación no verbal, presenta numerosas categorías que pueden ser seleccionadas al presentar esferas de respuestas de comunicación. Desde la expresión facial, las verbalizaciones, los movimientos, las posturas, las sensaciones y actitudes, la edad, sexo, el estatus social ... El principio comunicativo nos muestra que unos son más significativos que otros de acuerdo con la situación, pero todos son componentes relevantes del acto de comunicación, y viene a representar más del sesenta por ciento de la comunicación.

La pregunta surge: ¿Cómo debería seleccionarse cada uno de estos elementos como una parte de la comunicación no verbal? ¿En que debe basarse esta selección? ¿Qué mensajes capta el alumno / profesor de la actitud corporal?

Siguiendo a Paloma Santiago (1985) establecemos la diferencia entre comunicación y expresión corporal. En la primera, siempre existe una intencionalidad, mientras que la expresión corporal no es premisa fundamental, dado que con frecuencia los actos expresivos se realizan de forma no consciente.

Los referentes de la comunicación no verbal la podemos establecer en tres aspectos fundamentales: la *capacidad de evaluación*, sobre el contenido y su comprensión y aceptación; la *fortaleza del estatus* con que se realiza y las *sensibilidades* que suscita.

Destacamos aspectos importantes a tener en cuenta como es la manifestación facial y las expresiones vocales; las posturas y sus diferentes posiciones; los gestos de las manos; los movimientos y sus implicaciones en los aspectos de verbalización; la relación de las personas con los objetos; el control espacial; su comportamiento con las otras personas...

289

### **Componentes de la expresión corporal**

La premisa fundamental a la hora de trabajar la expresión corporal es la concepción de que cuerpo y psique forman una totalidad indivisible, por lo que el practicante debe de trabajar con su cuerpo de una manera tal que ponga en juego la totalidad de su ser, prestando atención a las sensaciones que provienen de él; incluso aquellas que ofrecen resistencia a nuestras intenciones, pues también son instrumentos para mejorar la relación con su propio cuerpo.

Cada una de los ejercicios o actividades aportan una carga simbólica que le permite su integración en elementos conceptuales o actitudinales de la persona.

A manera de síntesis encontramos los siguientes bloques de trabajo:

- 1. Conocimiento del propio cuerpo. Reconocer las distintas partes de nuestro cuerpo: manos, piernas y pies, rostro, torso... ejes corporales.** Observación mediante los sentidos de las características capacidades y limitaciones de las distintas partes de nuestro cuerpo: a la mirada, al tacto, las posibilidades de sonido, de movilidad...
- 2. Experimentar los movimientos básicos, tanto dinámicos como estáticos.** Estudio de las posibilidades de ubicar nuestro cuerpo en posiciones estáticas, en situaciones de equilibrio-desequilibrios; así como su transición a posiciones dinámicas y las distintas formas de desplazamientos. Situaciones de equilibrio, impulsos, modos y formas de desplazamientos... Posiciones sentada tumbada, de pie...
- 3. La respiración y la relajación corporal.** Aunque la respiración se realiza de manera automática e inconsciente, es necesario aprender a realizar una respiración integrada que surja del interior de nuestro ser y facilite la respiración serena y regular; flexible y espontánea. La práctica respiratoria tiene una relación estrecha con la educación de la voz y la técnica de la palabra. En una situación emotiva conduce a la vociferación del grito. Aprender y vivenciar técnicas de relajación que permitan la alteridad psicofísica. Una postura relajada muestra fortaleza y capacidad de relación.

4. **Conocimiento del espacio.** Ya estudiado por la proxémica, que tiene por objeto el estudio de la estructuración que hace el ser humano de la organización del espacio que le rodea. Tenemos en cuenta tanto el espacio personal, interior de cómo se percibe el sujeto, así como del espacio parcial o propio de su entorno cercano; el espacio de la sala; y el espacio social de la comunicación con los demás.
5. **Organización espacio- temporal, ritmo y música.** La alternancia de duración, estímulo, rapidez o lentitud. La importancia de la música en el desarrollo de las situaciones y su implicación cerebral.
6. **Relación con los objetos.** Su utilización práctica se realiza desde el descubrimiento de sus características físicas, toma de conciencia de su textura, color, forma... y sus posibilidades para la acción y la relación.
7. **La comunicación interpersonal y la construcción social.** La comunicación interpersonal se construye por la interacción de los mensajes verbales y no verbales que se dan entre los interlocutores. La capacidad de emitir o recibir mensajes condicionará la comunicación de cada uno. Teniendo en cuenta la premisa de que si no hay buena comunicación consigo mismo no puede darse una comunicación con los otros, exige una aceptación personal, ser uno mismo, sinceridad y autenticidad, desarrollado en un contexto de libertad.
8. **El cuerpo que siente.** Ser capaz de sentir y expresar sentimientos, favoreciendo su experimentación, sin recibir censuras por ello. Esto posibilita vivenciar situaciones de angustia, miedo, sufrimiento, hostilidad, agresividad, modelos de situaciones repetitivas, etc.
9. **El cuerpo que crea.** Se trata de vivenciar nuevos gestos, posturas, imágenes mentales. Posibilitar la confianza a lo nuevo y desconocido y crear modelos diferentes dentro de la espontaneidad creadora, generando formas expresivas que tengan significación en sí mismas.

290

### **La formación del profesor. Propuesta de trabajo**

La propuesta de formación que se expone a continuación es el resultado de más de veinte años de trabajo en universidades y centros de formación del profesorado en España. Este trabajo fue encuestado en la elaboración de una tesis doctoral sobre la influencia de las corrientes de formación de expresión corporal del profesor y su posterior puesta en práctica en la labor docente cotidiana en la Comunidad de Madrid, con una valoración muy positiva.

El objetivo que se pretende con este trabajo es el de a través de un proceso cinético posibilitar desde el lenguaje corporal personal y cotidiano hacer una reflexión sobre el propio lenguaje corporal y generar un lenguaje corporal expresivo de acuerdo a las necesidades individuales y del contexto.

Por ampliación, el curso pretende ser una reflexión para el docente sobre su planteamiento personal y su modelo de actuación en la labor educativa, mediante las actividades y vivencias que la expresión corporal aporta.

Para ello planteamos los siguientes objetivos:

- Descubrir, explorar y analizar las posibilidades y recursos expresivos y sensitivos del propio cuerpo.
- Sensibilizar al docente hacia la necesidad de servirse de la expresión corporal para facilitar y desarrollar los procesos de comunicación.
- Integrar estos conocimientos en el proceso metodológico facilitando nuevos aprendizajes; la integración en el contexto cultural; la socialización del grupo de clase, la flexibilidad psicofísica y la creatividad.

La realización práctica del programa debe realizarse en un clima de libertad y confianza, que posibilite la ausencia de mecanismos de autodefensa por parte del practicante.

El volumen horario de estos cursos, para obtener el fin propuesto, oscila entre veinte y cuarenta horas, en sesiones de dos a tres horas.

La estructura de trabajo que se plantea debe reunir una serie de condiciones básicas para poder obtener los objetivos previstos.

- La actividad debes ser abierta y flexible.
- Que facilite la actividad específica de cada uno.
- Que admita lo discontinuo.
- Que permita la improvisación.
- Que posibilite la creación.
- Enfocada a la personalización y no a la instrumentalización.
- Que posibilite la realización personal y no la sumisión o la sublimación.

Las propuestas prácticas de trabajo son presentadas en una forma general buscando la mayor amplitud en su interpretación y evitar presentarlo como si fuese un ejercicio de trabajo. Posee una importante relevancia la interpretación del tiempo tanto en la realización de la actividad, permitiendo vivenciar con profundidad la actividad propuesta, como la posterior toma de conciencia del mismo a través de las sensaciones del practicante.

Todas las sesiones se trabaja con música en sus diversas acepciones, tanto generada por los mismos practicantes, como de apoyo a las actividades propuestas, así como jugar con factores como el silencio, el ritmo, la onomatopeya, la síncope... sonoras.

En las sesiones se retira la palabra como tal durante la práctica. Su objetivo es reforzar el lenguaje corporal e ir conociendo sus interpretaciones, así como facilitar una mayor interiorización personal en sus acciones. Aunque se pueden emitir sonidos, voces...

Al termino de la reunión, en la aplicación de la dinámica de grupos, se verbalizan las sensaciones, impresiones... vividas por los componentes del grupo e intercambian sus impresiones. La verbalización facilita la toma de conciencia y posterior cognición de las experiencias vividas. Esta práctica se realiza desde el profundo respeto a las expresiones sobre las vivencias realizadas por cada uno.

La programación de las sesiones pretende recoger y organizar las vivencias que posibiliten al practicante:

- Conocer su propio cuerpo, sus sensaciones, y descubrir sus posibilidades corporales.
- El espacio. Investigación del espacio próximo, lejano, personal...
- Conocimiento de las estructuras del movimiento y el ritmo.
- Descubrir el lenguaje corporal y la vivencia simbólica del cuerpo.
- La relación con los objetos.
- Valores y carencias.
- La relación con el otro. la integración y participación social. El trabajo en grupo.

291

En la exposición se visiona ejemplo práctico de práctica con docentes.

## Bibliografía

- Birdwhistell, R. L. (1979): *El lenguaje de la expresión corporal*. Barcelona. Gustavo Gili.
- Bollnow, O.F. (1979): Sobre las virtudes del educador. *Educación*, 20, 48-58.
- Damasio, A. (2010): *Y el cerebro creó al hombre*. Barcelona. Ed. Destino.
- Davis, F. (1976): *La comunicación no verbal*. Madrid. Alianza.
- Edelman, G. M.; Tononi, G. (2005): *El universo de la conciencia*. Barcelona. Crítica.
- Ekman, P. (2004): *¿Qué dice ese gesto?* Barcelona. RBA. Libros.
- Habermas, J. (2003): *Teoría de la acción comunicativa*. (2 vol.) Madrid. Taurus.
- Gazzaniga, M. S. (2010): *¿Qué nos hace humanos?* Barcelona. Paidós.
- Goddard, S. (2005): *Reflejos, aprendizaje y comportamiento*. Barcelona. Vida Kinesiología.
- Knapp, M. L. (1992): *La comunicación no verbal. El cuerpo y el entorno*. Barcelona. Paidós.
- Laín Entralgo, P. (1989): *El cuerpo humano* (2 vol.). Madrid. Espasa Calpe.
- Le Breton, D. (2002): *La sociología del cuerpo*. B. Aires. Nueva Visión Argentina.
- Lowen, A. (1988): *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona. Herder.
- Marina, J. A. (1998): *La selva del Lenguaje*. Barcelona. Anagrama.
- Martín Vicente, G. (2002): Aprender a pensar desde el cuerpo. *Ciclo de conferencias "la Escuela ante el nuevo milenio"*. E.U. Magisterio. Ciudad Real.

- Mora, F. (2005): *Como funciona el cerebro*. Madrid. Alianza Ed.
- Muñoz Gutiérrez, C.: *La disolución del problema mente - cuerpo*. A Parte Rey, 31. <http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/carlos31.pdf>
- Ortiz, T. (2009): *Neurociencia y educación*. Madrid. Alianza.
- Santiago, P. (1985): *De la expresión corporal a la comunicación interpersonal*. Madrid. Narcea Ediciones.
- Senger, P. M. (2002): *La quinta disciplina*. Barcelona. Granica
- Van Manen, M. (1998): *El tacto en la enseñanza. El significado de la sensibilidad pedagógica*. Barcelona. Paidós.
- Varela, J.V.; Thompson, E; Rosch, E. (2005): *De cuerpo presente*. Barcelona. Ed. Gedisa.
- Velasco Maillo; Honorio M. (2010): *Cuerpo y Espacio. Símbolos y metáforas, representación y expresividad en las culturas*. Madrid. Fundación Ramón Areces.
- Vilarroya, O. (2002): *La disolución de la mente*. Barcelona. Tusquets.
- Watzlawick, P. y col. (2002): *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona. Ed. Herder.
- Zubiri, X. (2004): *Inteligencia sentiente*. Madrid. Tecnos.