

XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires. Asociación Latinoamericana de Sociología, Buenos Aires, 2009.

Circularidad emocional corporal e imaginal .

Martha Valadez Huizar.

Cita:

Martha Valadez Huizar (2009). *Circularidad emocional corporal e imaginal. XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires. Asociación Latinoamericana de Sociología, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-062/2108>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

Circularidad emocional corporal e imaginal

Martha Valdez Huizar

Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades

Departamento de Estudios en Educación

Universidad de Guadalajara

martha_vala@hotmail.com

Resumen

Es un producto parcial de investigación que tuvo por objetivo observar la producción imaginal, su expresión corporal y emocional para el desarrollo creativo de proyectos coreográficos en un grupo de bailarines de danza contemporánea de Guadalajara. Se revisa la relación tripartita cuerpo-emoción-imagen como categoría esencial para el detonante creativo; la imagen que despliega emociones llevadas al cuerpo y el cuerpo como reflejo del sentimiento que da vida a los elementos fundamentales de la idea del proyecto coreográfico. Se presenta el proceso de construcción narrativa de imágenes elaboradas por los bailarines, analizando los elementos sociales e individuales que las componen, dando cuenta de la ineludible relación entre ambos.

Palabras clave: proceso imaginal, corporalidad, creatividad, estados afectivos, proyectos coreográficos

Introducción

La investigación psicológica de los procesos cognitivos-afectivos en la producción científica y artística, revisa la relación de las imágenes mentales con las emociones. Estos estudios, realizados en el marco de la psicología de la ciencia y la psicología de la creatividad, han señalado la importancia de las imágenes como función cognitiva en la representación del conocimiento que facilita la comprensión de conocimientos compleja y la recuperación de información almacenada (de León, 1995). Señalan que dicha imágenes facilitan la conexión con las emociones y el pensamiento creativo, transcurriendo su función cognitiva con la afectiva. (Gruber, 1978, 1996; Miller, 1989; Holton, 1993; Preta, 1993)

En la realización de proyectos dancísticos, enfocados a la realización coreográficos, el binomio imagen-emoción se extiende a la corporeidad como aspecto esencial de la expresión cognitiva-afectiva, apareciendo la dinámica entre lo emocional, corporal e imaginal; relación recientemente estudiada en la neuropsicología (Damasio, 1994). El ámbito dancístico resulta un campo privilegiado para observar esta dinámica durante el proceso de construcción coreográfica, cuya circularidad expresiva representa un continuo constante y permanente entre el trinomio emocional-imaginal-corporal; girando alrededor de experiencias y conocimientos significativos, representados contextual y temporalmente.

La vinculación emocional–imaginal gira alrededor de experiencias y conocimientos socialmente compartidos que, filtrados emocionalmente a la representación individual, proporcionan un estilo personal de concebir la realidad al construir una idea, un proyecto científico y/o artístico; enlace documentado en estudios de caso de la producción creativa, que revisan la sujeción del contenido de la producción imaginal con vivencias del entorno y con estados afectivos, entre ellos Anaïs Nin, Einstein y Darwin (Wallace y Gruber, 1989), así como el de Jung (Valadez, 2001).

Esta investigación pretende explorar los beneficios cognitivos -producción imaginal- y afectivos – emociones, sentimientos- en la elaboración de proyectos científicos y artísticos. Se presenta resultados parciales del trabajo que realizan un grupo de bailarines con sus imágenes, incorporando la corporalidad y los estados afectivos. Se describe la utilidad de dichos beneficios en la elaboración de proyectos coreográficos, exponiendo los elementos de la construcción imaginal relacionados

con los referentes contextuales que la constituyen. El estudio se realiza con un grupo de danza contemporánea de la ciudad de Guadalajara que se propone realizar proyectos coreográficos como parte de su formación artística.

1. Antecedentes

Las investigaciones que reportan el uso de las imágenes mentales en la formación dancística se enfocan fundamentalmente al desarrollo de habilidades motoras, la expresión y creación artística. La búsqueda de la perfección del movimiento es propósito básico en la danza, supone el desarrollo motor que magnifique la capacidad interpretativa de sentimientos y emociones. La utilización de imágenes mentales es considerada una excelente alternativa por los bailarines profesionales para trabajar de manera integral cuerpo emoción y movimiento. Por ejemplo, para la corrección motora que incluye los defectos posturales, el desequilibrio del cuerpo o la fineza motriz; así como para la interpretación en la cual se contempla la creación de atmósferas mentales que ayudan a la relajación y preparación para la realización de ensayos, bailes y la composición coreográfica.

Corrección motora. Los beneficios de la utilización de las imágenes para lograr la perfección del movimiento se han realizado mediante la observación e investigación de la técnica de ideokinesis (Taber, 2002), la cual busca desarrollar el trabajo corporal adecuado para inducir el renacimiento del cuerpo y la mente. Estudiando la fusión poética cuerpo-mente, buscan los movimientos óptimos para eliminar tensiones musculares, la armonización de posturas naturales para la expresión corporal.

Esta técnica utiliza imágenes idiokinéticas para la alineación de la columna vertebral y bajar el dolor muscular; a través de estos resultados deviene en herramienta psicológica para la corrección postural, como tal, su efectividad radica en que “es más fácil recordar una imagen que las instrucciones pertinentes para mover varias partes del cuerpo. (Hanrahan y Salmela, 1990)

Se subraya que la efectividad de esta técnica se sostiene en revisar los siguientes aspectos: las diferentes capacidades individuales para generar imágenes; la práctica sistemática y continua, saber específicamente qué es lo que se quiere ensayar para crear la imagen apropiada del movimiento o corrección postural buscada; por último, el seguimiento adecuado de la visualización del movimiento corporal cuidando que el modelo de la imagen sea el correcto.

Interpretación dancística. En la formación artística la necesidad de una integración cuerpo, mente y emociones es esencial. El movimiento corporal va ligado a las emociones, con la posibilidad de trascender hasta la experiencia estética del movimiento. Se ha observado que la preparación mental es fundamental para crear estados de concentración y relajación que permitan el mejoramiento de la calidad de ejecución corporal y actuación. Por un lado, la concentración permite introducirse en su “ser” bailarín, visualizar las presentaciones antes de su realización, prepararse tanto para el desgaste emocional de la ejecución como para la demanda crítica del público. Por el otro, la relajación facilita crear estados de conciencia y aclarar la mente para nuevos aprendizajes; así como disminuir la tensión emocional.

La integración del cuerpo, mente y emociones mediante el eje de la producción imaginal, es objeto de investigación de Hanrahan y Vergeer (2001/2002); quienes han realizado estudios cualitativos para analizar las imágenes generadas por bailarines profesionales durante el momento de su actuación. Sus trabajos han permitido describir e identificar imágenes que benefician el movimiento y su utilización particular para lograr objetivos específicos. Han logrado agrupar treinta y nueve tipos de imágenes que en su totalidad detallan la función particular que tienen durante el trabajo dancístico. Asimismo, dan cuenta de la creación de los estados afectivos provocados por cada imagen como ayuda ineludible al trabajo de los bailarines.

El trabajo de Hanrahan y Vergeer representa un gran aporte para el estudio de las imágenes durante el proceso de la ejecución de los movimientos. Proporcionan un método de análisis para estudiar las imágenes mentales y sus diferentes cualidades, en tanto su experiencia a través de los sentidos, (multisensorial) o más allá de ellos, abarcando no sólo la dimensión del cuerpo sino también de la mente y el espíritu (multidimensional); también identifican el alcance de las imágenes, interno, al interior del bailarín, o externo, que incluye personas del exterior; finalmente, describen las formas de expresión mental, es decir, cómo son percibidas y en qué momentos.

La imagen, para ellas, posibilita la construcción de un eje integrador de las diferentes capacidades humanas: la mente, el cuerpo y el espíritu; la imagen como creadora de conocimiento al redimensionar las experiencias pasadas, poniéndolas en la vigencia que les da el presente.

El objetivo de esta ponencia es mostrar aspectos encontrados de esta redimensión de las experiencias pasadas, recuperadas mediante una estrategia para generar imágenes que permitan

recuperar su significado afectivo y convertirlas en elementos de composición coreográfica y base de exploración creativa del movimiento.

2. Metodología

Participantes

Participación voluntaria del grupo de bailarines de danza (7) contemporánea de la ciudad de Guadalajara, Jalisco.

Procedimiento.

Se diseña una estrategia que posibilite la generación de imágenes mentales para la apertura emocional y cognitiva que permita recoger conocimientos, experiencias y estados afectivos útiles para la elaboración de una coreografía dancística. Se aplica en cuatro semanas (dos sesiones por semana) con una duración de dos a tres horas por sesión. En cada sesión se aplica la estrategia, y se graban los testimonios de los participantes al término de cada una, Se les entrega por escrito los resultados a la siguiente sesión, sirviendo de material de trabajo para analizar la relación de los componentes de las imágenes con su proyecto; al terminar las ocho sesiones se aplica un cuestionario que tiene dos propósitos, ayudar al participante a resumir y analizar la utilidad de la estrategia y conocer la síntesis personal y del grupo en general. Finalmente se analiza el material de investigación y se hace una entrevista para reafirmar datos y profundizar en aspectos particulares del proceso personal del caso.

Métodos y técnicas

Se utiliza la metodología cualitativa, mediante el método de estudio de caso, observado la producción imaginal de cada participante. Se realizan entrevistas con enfoque clínico; se aplican dos cuestionarios semiestructurados; 1) para el análisis de aspectos propios de la producción imaginal relacionados al proyecto; 2) para recoger experiencias personales de la estrategia y evaluación de su utilidad creativa. Se utilizan técnicas de relajación y visualización para facilitar la generación de imágenes, para su interpretación, se utiliza el método de imaginación activa de Carl G. Jung. (Jung, 1993,1994; Sharp, 1994).

3. Resultados

Se observa un eje fundamental de análisis, la imagen como función simbólica, es decir, la imagen como núcleo de información susceptible sólo por el que la imagina; desprendiéndose dos categorías de análisis relacionadas con los componentes y elementos significativos de la imagen; el transcurrir

imaginale al corporal y el componente afectivo como filtro selectivo de eventos del entorno, convertidos en elementos de composición coreográfica.

3.1. Del transcurrir imaginale al corporal

El análisis del proceso de construcción coreográfica mediante la producción imaginale evidencia las capacidades intelectuales, perceptivas y emocionales individuales. La predominancia de una u otra se refleja en los participantes del grupo de danza; algunos comienzan con ideas, otros con emociones y/o percepciones, mismas que representan la base para la exploración del tema del proyecto y sus componentes. Partiendo de dicha base, sucede el transcurrir de lo imaginale al corporal, paso de vivencias emocionales, perceptivas y sensoriales vinculados en cadena y ocurriendo circularmente; abriéndose diversos caminos de diseño y composición creativa.

3.1.2. Cuando la imagen lleva la reflexión. Camino resultante de la predominancia reflexiva de los participantes, las ideas son conducidas hacia la generación de imágenes para reflejarlas visualmente. Esta vía muestra la recuperación de imágenes conocidas, resultado de experiencias y recuerdos, renovando la información ya conocida. Se observa que la permanencia duradera en las ideas inhibe la conexión emocional, limitando su arribo corporal. Es decir, el producto imaginale se reconoce pero no se reconvierte, inhibiendo la generación de nuevas imágenes; el proyecto coreográfico se orienta hacia la revisión de textos e ideas de otros, no se muestran evidencias de la conexión afectiva con las imágenes.

La implicación emocional como detonante importante para desarrollar la creatividad es un aspecto por demás señalado en la literatura al respecto. La idea sin emoción imposibilita su traducción corporal. El camino del trabajo imaginale viaja hacia las ideas sin encontrar todavía, la apertura emocional hacia la reconstrucción y reelaboración de nuevas imágenes.

3.1.3. Cuando la imagen lleva a las sensaciones. Encontramos dos vías de búsqueda de las sensaciones para introducirla corporalmente. Primero, cuando la producción imaginale intenta traducir la visualización en movimiento, pero se ve impedido por la necesidad de conectar con las sensaciones generadas por las imágenes; expresándose el requerimiento de “percibir los sentidos” de “sentir sensaciones”. Contacto que requiere la apertura afectiva para encadenar el proceso hacia el descubrimiento del movimiento y expresión adecuada en la coreografía.

La segunda se expresa cuando las imágenes tienen respuesta corporal directa, manifestándose particularmente en determinados miembros, pies, manos, cabeza, cadera, etc., es decir, la imagen transcurre con el cuerpo, experimentándose sensaciones y sentimientos llevados al movimiento. Este proceso vivencial imaginal- corporal, puede ser enriquecedor y creativo, sin embargo requiere posteriormente un análisis de la vivencia para recuperar la idea del sentimiento y expresión corporal, para reelaborar el proceso creativo experimentado.

3.1.4. Cuando la imagen lleva a la emoción. La conexión emocional de las imágenes propicia la vivencia de la composición coreográfica en un continuo de imágenes que muestran el desarrollo general de la coreografía. Se observa una producción imaginal inagotable que dificulta la recuperación global de elementos compositivos para estudiarlos tal como se experimentaron visualmente. El trabajo posterior a la producción imaginal se enfoca en la revisión constante de la experiencia para estudiar los componentes específicos del proyecto, es decir, un trabajo más reflexivo de lo emocionalmente vivido.

3.2. Lo afectivo como filtro selectivo de eventos del entorno y su conversión compositiva.

La indisoluble conexión imaginal-afectiva para la generación creativa, conduce a la recuperación de eventos y experiencias significativas que, al recoger los estados afectivos, logran su conversión en elementos compositivos tomando como referencia la vivencia de sensaciones, percepciones y emociones que posteriormente representan la infraestructura del movimiento. A continuación se presentan tres casos.

3.2.1. La *percepción* del “azul”. La percepción de color azul es el referente de exploración de una participante que le facilita la identificación de los componentes esenciales de su proyecto coreográfico. El proceso de trabajo imaginal con este color la orienta al descubrimiento de un recuerdo de su niñez con un vestido azul, conduciéndola al momento de su nacimiento y evolución como mujer en distintos planos de su vida. Ella refiere la percepción del color azul en su cuerpo, sin encontrar la traducción corporal hasta que descubre el origen de su imagen. El repaso de su evolución como mujer la lleva a la apertura emocional que la conecta con el tema de su proyecto coreográfico, logrando encontrar el sentido abstracto del color en producto material compositivo.

3.2.2. La *sensación* corporal en piernas. La imagen de una campamocha lleva a la experimentación de sensaciones en las piernas de la participante, conduciéndola al trabajo de reconversión imaginal constante en una mujer agachada, que la lleva al trabajo corporal en posición de cunclillas. Durante la experiencia circulante entre imagen-sensación cuerpo, llega al descubrimiento que las sensaciones tiene relación con la experiencias de dar a luz, la maternidad recientemente experimentada, la cual se convierte en la base creativa de su proyecto. En la revisión del proceso imaginal para el estudio de los elementos coreográficos, incorpora otra imagen significativa que contribuye en esta composición, la escultura de Rodin, llamada “la mujer agachada”. De esta manera, la interacción entre imágenes externas y experiencias personales filtradas afectivamente, proporciona la apertura sensitiva y corporal para descubrir elementos básicos de la composición coreográfica.

3.2.3. Las *emociones* y la estética. La conexión directa de la producción imaginal con las experiencias del participante con el tarot, cartas de significación surrealista y espiritual para el participante, produce la inmediata reacción emocional de miedo y estados placenteros que lo llevan a la experiencia estética al experimentar el cúmulo de imágenes que le permiten visualizar la coreografía en sus diversos componentes, musicales, personajes, materiales, bailarines etc., incluso, su puesta en escena. La vivencia la describe como experiencia creativa y espiritual, facilitándole la integración de diversos elementos de su contexto, vagamente contemplados. El trabajo que posteriormente desarrolla es la recuperación de imágenes significativas, llevadas al movimiento mediante ensayos permanentes hasta encontrar la expresión y composición general visualizada.

4. Revisión preliminar.

Los primeros resultados mostraron que los 7 bailarines del grupo de danza obtuvieron los beneficios cognitivos- afectivos proporcionados por la estrategia aplicada para generar imágenes, lográndose el objetivo propuesto, la recuperación y redimensión de experiencias pasadas mediante el encuentro del significado afectivo, para posibilitar su conversión hacia la estructura de composición coreográfica, como base para la exploración creativa del movimiento.

La producción imaginal proporciona una vía de exploración creativa para el reconocimiento de las posibilidades de expresión predominante, sensitiva, emocional, intelectual, que sirve de identificación del estilo personal creativo cuya utilidad es: reconocer las fortalezas y debilidades de

su capacidad expresiva; la necesaria estructuración de la idea coreográfica, en el caso de los emocionales, o desestructuración, en el caso de los intelectuales etcétera,

La apertura emocional como filtro de los estados afectivos para llegar al encuentro de experiencias y conocimientos del entorno y comprensión de significados de la realidad, es indispensable para su reelaboración y reconversión de imágenes estáticas e incluso negativas y dolorosas, en imágenes de aporte estético y compositivo que posibilita el estudio de la perfección poética del movimiento. Trabajo que requiere una continua reconstrucción y revisión de la circularidad imaginal, afectiva y corporal.

Referencias bibliográficas

- Damasio, Antonio, R. El error de Descartes, trad. Joandomènec Roc, Barcelona: Crítica, Biblioteca de Bolsillo 2003 (2a ed.)
- de León, José, "Neuropsicología de las imágenes mentales" en: Manual de neuropsicología humana. Madrid: Siglo XXI Editores, pp. 412-427, 1995.
- Gruber, Howard E. "The Life Space of Scientist: The Visionary Functions and Other Aspect of Jean Piaget's Thinking" Creative Research Journal vol 9, nos. 2 y 3, 1996 pp. 251-265.
- Gruber, Howard E. "Darwin's irregularly braching 'tree of nature' and other images" of wide scope", en Judith Wechsler (Coord.) On aesthetic in science, pp. 121-142. Cambridge, MA: MIT Press 1978.
- Gruber Howard, E. y Davis, S.N., "Inching our way up Mount Olympus:the envolving-systems approach to creative thinking", en Sternberg, Robert J.(comp.)The nature of creativity. Cambridge: University Press 1988.
- Hanrahan, Cristine, y Salmela,J.H. "Dance images: Do They Really Work or ar We just Imagining Things" Journal of Physical Education Recreation & Dance. vol. 61, no.2, 1990, pp.18-21.
- Hanrahan, Cristine, Ineke Vergeer, "Multiple uses of Mental Imagery by Profesional Modern Dancers. Imagination, Cognition and Personality, Vol. 20, no. 3, 2001/2002; Biblioteca de Investigación Académica. Pp. 231-255
- Holton, Gerald, "La imaginación en la ciencia", en: Preta, Lorena (Coord.) Imágenes y metáforas de la ciencia trad. Natividad Sánchez Saínez-Trapaga, Madrid: Alianza, 1993.
- Jung, Carl. G. Las relaciones entre el yo y el inconsciente Barcelona: Paidós, 1993.
- Jung, Carl. G. Arquetipos e Inconsciente Colectivo. Barcelona
- Millar, Arthur I. "Imagery Intuition in Creative Scientific Thinking: Albert Einstein's Invention of the Special Theory of Relativity", en: Wallace, Doris B. y Howard Gruber (coords.) Creative People at Work. Oxford: University Press: 1989.
- Preta, Lorena (Coord.),Imágenes y metáforas de la ciencia, trad. Natividad Sánchez Saínez-Trapaga, Madrid:Alianza,1993.
- Sharp, Daryl. Lexicon Junguiano.Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos, 1994.
- Taber,Judith " Mental Maneuvers. Idiokinesis Link your Mind" Junior Quest Magazines ,diciembre, 2002, pp.31-32.
- Valadez, Martha, La relación de la emoción con la cognición en la creatividad: Estudio del caso Carl Gustavo Jung (tesis doctoral no publicada), 2001.
- Wallace, Doris B. y Howard Gruber (Coord.) Creative People at Work, Oxford: University Press, 1989.