

## **SENTIR, PENSAR, ACTUAR, REFLEXIONAR**

Sobre dos conceptos clave han construido Àngels Domingo y M. Victoria Gómez, las autoras de este libro, su mensaje: **reflexión y práctica**. Ambos dan mucho de sí a la hora de analizar en perspectiva lo que somos y lo que hacemos.

Dice el diccionario que reflexionar es pensar o considerar una cosa con detenimiento y cuidado. Dice, también, que se trata del proceso que permite analizar detenidamente algo con la finalidad de sacar conclusiones. En Física, la reflexión tiene que ver con los efectos de la luz: los rayos de luz se proyectan sobre una superficie que hace que se refleje allí su contenido. Todo ello está presente en la reflexión, analizada como esa cualidad que se atribuye a los buenos profesionales y a la buena gente, en general: pensar con detenimiento las cosas; pensarlas para sacar conclusiones y mejorar lo que se es o lo que se hace; poner en marcha un mecanismo emocional y cognitivo donde se pueda reflejar, como en un espejo, lo que ocurre y nos preocupa.

Sobre la PRÁCTICA hay mucha cosa dicha. Practicar es sinónimo de hacer, pero es una palabra mejor armada semánticamente. La etimología la define como “aquello relacionado con la acción” y la emparenta con vocablos de tanto fuerza como *pragma* o *praxis*. Si Watzlawick decía que “no se puede no comunicar”, también podría decirse que “no se puede no practicar” porque, en definitiva, toda conducta es práctica y es la práctica la que nos vincula a la existencia como seres humanos que actúan.

La cosa es que la tradición del pensamiento idealista y sus querencias por el dualismo entre opuestos fue asentando la idea de que los seres humanos somos una conjunción de elementos diversos que se mueven en un equilibrio inestable. Y esa dualidad se proyecta y multiplica en las diversas dimensiones y niveles de la existencia humana: somos ying y yang, cuerpo y alma, pensamiento y acción, biología y psique, sentimiento y conducta. El ser humano y sus acciones concebidos como entidades disociadas internamente en una permanente búsqueda de reconciliación entre contrarios. Este preconceito se ha ido diseminando como una evidencia incontestable en la forma que tenemos de percibir lo que son y lo que hacen las personas.

Algo de eso ha sucedido, también, en el mundo de la actividad profesional. Saber es distinto de hacer; teoría y práctica andan en desencuentros constantes; el pensar se desvincula del actuar y con ello el conocimiento se aleja de la experiencia. Afortunadamente fue Dewey el primero en rebelarse a esta dicotomía insufrible. Planteó pensamiento y acción como procesos que están intrínsecamente vinculados. Ambos se necesitan mutuamente para construirse y, sobre todo, para darse significado y coherencia. El pensamiento necesita de la acción para convertirse en conocimiento. Y en esa vinculación, la reflexión (como la consideración activa y persistente de los motivos por los que se piensa o se hace algo y de los resultados a los que se tiende) juega un papel esencial. Por eso, verán que se repite en este libro la idea de que el conocimiento profesional se produce solo cuando la práctica es una práctica pensada, cuando la reflexión hace que la práctica se proyecte sobre el espejo del pensamiento para analizarla y reajustarla.

*No recuerdo donde leí la anécdota de un profesor inglés de la Open University que daba una conferencia sobre la docencia universitaria. Uno de los asistentes, avanzada la conferencia, le interrumpió para protestar diciéndole que todo aquello que les estaba señalando resultaba innecesario, que él (y como él buen parte de sus colegas allí presentes) tenían ya muchos años de profesores, 25 en su caso, y que todo lo que había que saber sobre enseñanza ya lo sabían. El conferenciante, que tampoco se mordía la lengua, le respondió preguntándole si estaba seguro de tener 25 años de experiencia; si no sería que tenía un año de experiencia repetido 24 veces.*

La moraleja es clara. No es la simple actividad (menos aún si se concibe como simple actuación, es decir, desligada del pensamiento) la que nos da conocimiento. Mucha gente cargada de años de actuación en diversos campos sigue siendo una inexperta o actuando como tal. Lo vemos cada día en la conducción de automóviles, en el comportamiento con nuestro propio cuerpo, en las actuaciones sociales o políticas. La acción te da tablas, te descubre triquiñuelas, te permite establecer rutinas. Pero nada de eso es conocimiento. Y, menos aún, conocimiento valioso.

Hace unos años, un candidato a profesor universitario insistía ante el tribunal que lo evaluaba en que él reflexionaba mucho, que se encerraba en su habitación y les daba infinitas vueltas a las cosas antes de decidirse por alguna. Pero, en mi opinión, no había entendido bien lo que significa reflexionar; lo que hacía era “comerse el coco”. Reflexionar no es hacer introspección, no es dar vueltas a nuestras propias ideas. Es analizar nuestra experiencia a la luz de las evidencias recogidas y, después, valorarlas mediante el contraste con referentes pertinentes (la experiencia de otros, los avances del conocimiento, la literatura especializada, etc.)

La reflexión nos debe ayudar a entender lo que hacemos (a verlo en perspectiva). De ahí que suele exigir momentos de salida de la acción, de descentramiento de uno mismo para convertir lo que somos, lo que pensamos y lo que hacemos en objeto de nuestro propio análisis y valoración. La reflexión genera un bucle de *feedback* autosuministrado que nos permite aprender y progresar. Se trata de usar la experiencia para convertirla en un recurso para el propio crecimiento. Por eso la reflexión no solamente acaba mejorando lo que hacemos, sino lo que somos; supone un crecimiento de la autoconciencia y de la sensibilidad por la propia experiencia y sus consecuencias. Y si nuestra reflexión es capaz de abrir el foco para incluir en la perspectiva analítica no solo nuestra persona o nuestro círculo más próximo sino un espacio más amplio que incluya el contexto en el que vivimos y las personas a las que afectan nuestras acciones, la reflexión puede convertir nuestra práctica en praxis, en fuerza de transformación de la realidad en la que vivimos. Ésa es una de las consecuencias más ricas y potentes de la reflexión.

En el caso de los profesores, la reflexión es una de sus herramientas profesionales básicas. Lo es para cualquier profesional, pero en nuestro caso, con un valor aún mayor. Al final, la enseñanza se sustancia en una permanente toma de decisiones. Decisiones que deben estar bien fundamentadas y orientadas, es decir sabiendo el por qué y el para qué de cada una de ellas. Y como trabajamos con sujetos, heterogéneos por naturaleza tanto en sus capacidades como en sus intereses y en sus estilos conductuales, el valor clave del trabajo de un profesor es saber adecuarse al conjunto de sujetos con los que desarrolla su acción educativa. Un buen profesor no puede poner el piloto automático, no puede echar mano de su librito de cabecera

ni justificarse con la aplicación de un protocolo estándar. Esa versatilidad inherente a la función docente solo se logra a través de una adecuada combinación de acción y reflexión.

La reflexión también tiene que ver con la ética profesional. Los códigos éticos profesionales nos vinculan a compromisos que tienen que ver con nuestro propio desarrollo, con las aportaciones y apoyos que prestamos a nuestros compañeros/as de trabajo (la construcción de significados comunes), con el nuevo conocimiento que ayudamos a generar en nuestro ámbito profesional (la conversión de nuestra experiencia en conocimiento compartido). Ninguno de esos compromisos podría desarrollarse sin un claro empeño en documentar y revisar nuestro trabajo.

Una parte no menos importante de este compromiso ético es la necesidad de orientar la reflexión hacia nosotros mismos. Con frecuencia la investigación pedagógica se ha construido con referencia a los otros: analizamos, documentamos, valoramos lo que hacen los otros pero nos resistimos a orientar el foco de análisis hacia lo que hacemos nosotros mismos. Y, sin embargo, necesitamos de ese esfuerzo metacognitivo y de autoevaluación para poder mejorar. Se le ha denominado “sensibilidad cognitiva”, entendiéndola como la disposición de los individuos a reflexionar sobre los porqués de sus acciones y a utilizar esa reflexión para mejorarlas.

De esta manera, la reflexión genera un contexto especialmente propicio para un ejercicio profesional bien articulado. Así lo han planteado Àngels y M. Victoria en su nuevo libro. La reflexión como una de las competencias básicas del perfil de los docentes, como una herramienta fundamental para convertir la experiencia en aprendizaje, como una técnica que posee su propia lógica y cuyo buen uso requiere de un proceso formativo y un entrenamiento adecuado. Todo eso lo encontrarán perfectamente desarrollado en las páginas que siguen. Mi sincera felicitación a las autoras por este estupendo trabajo.

Miguel A. Zabalza

Universidad de Santiago de Compostela

#### **Referencia bibliográfica**

A. Domingo y M.V. Gómez (2014). *La Páctica Reflexiva. Bases, modelos e instrumentos*. Madrid: Narcea Ed.