



Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación.
Facultad de Artes y Educación Física.
Departamento de Educación Física, Deportes y Recreación.

**Propuesta educativa desde la Danza en el contexto escolar como
herramienta para el desarrollo de la Autoafirmación en estudiantes
de Educación Media.**

Memoria de Título para optar al Título de Profesor de Educación Física,
Deportes y Recreación.

FRANCISCA GARCÍA SAAVEDRA

MARCELA RIVEROS MORENO

Profesora: Elisa Araya Cortez

Julio, 2021.

2021, FRANCISCA GARCÍA SAAVEDRA Y MARCELA RIVEROS MORENO

Autorizan la reproducción total o parcial de este material, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, siempre que se haga la referencia bibliográfica que acredite el presente trabajo y sus autoras.

DEDICATORIAS

A mi familia, sobre todo mamá y papá, por alentarme en los momentos más difíciles, vivir conmigo este proceso tan importante y por motivarme a llegar hasta el final.

A Onnas, por ser las compañeras que me entregó Dios y la danza para acompañarme en este camino, su apoyo fue fundamental para mí.

A mi compañera de tesis por inspirarme desde el principio y por confiar en mí para poder sacar adelante juntas esta investigación.

Francisca García S.

Para mi familia y pareja, que me abrazaron en los momentos de decaimiento y aplaudieron mis pequeños logros.

A mi padre, especialmente, que se encargó de inculcarme que el esfuerzo trae frutos y que hasta el último día de su vida estuvo para entregarme sus palabras, su eterno e incondicional amor y sus experiencias de vida.

A todos quienes vieron en mí la capacidad de lograrlo, gracias.

Finalmente, a la danza que encendió mi alma.

Marcela Riveros M.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos en primer lugar a nuestra guía en este arduo proceso, por sus orientaciones, experticia y vocación por la docencia, a la profesora Elisa Araya.

A los participantes entrevistados, por interesarse y entregar su tiempo y voluntad a colaborar en esta investigación, en función de ser un aporte para la educación.

A todos los miembros de la Comunidad Universitaria, que se cruzaron en nuestro camino de formación y nos entregaron sus saberes, formas de ver el mundo y experiencias de vida.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	8
1 CAPÍTULO I.....	11
1.1 <i>Planteamiento del problema</i>	11
1.2 <i>Objetivos</i>	12
1.2.1 Objetivo General.	12
1.2.2 Objetivos Específicos:.....	12
1.3 <i>Justificación de la investigación</i>	12
2 CAPÍTULO II.....	14
2.1 <i>Antecedentes</i>	14
2.1.1 Crecimiento personal y Autoafirmación en la Escuela.	14
2.1.2 Danza para el crecimiento emocional:	18
2.1.3 Impacto de la danza en adolescentes.	23
2.1.4 Educación física, trabajo corporal y danza en la escuela.	29
2.2 <i>Marco teórico</i>	39
2.2.1 Bases Curriculares.	39
2.2.2 Autoafirmación y Crecimiento personal.....	44
2.2.3 Adolescencia.....	60
2.2.4 Teorías involucradas en el desarrollo de la Personalidad.	73
2.2.5 Danza.....	88
3 CAPÍTULO III: Marco Metodológico.....	100
3.1 <i>Tipo de investigación</i>	100
3.2 <i>Diseño de la investigación</i>	100
3.2.1 Etapas de la investigación.	100
3.2.2 Población y muestra.....	101
3.2.3 Panel de entrevistas.	102
3.2.4 Instrumentos de recolección de datos.....	102
3.2.5 Técnicas de análisis de datos.....	107
3.2.6 Ética de la investigación.	114
3.2.7 Confiabilidad.....	115
3.2.8 Limitaciones de la investigación.....	115
4 CAPÍTULO IV	117
4.1 <i>Presentación de resultados</i>	117
4.1.1 Entrevista a actores claves	117
4.1.2 Matriz descriptiva objetivos curriculares.	143
4.2 <i>Análisis de resultados</i>	145
4.2.1 Triangulación de la información.....	145
4.3 <i>Principios metodológicos para la Propuesta:</i>	154

4.4	<i>Propuesta de danza para el desarrollo de la autoafirmación</i>	156
5	CAPITULO V	182
5.1	<i>Conclusiones</i>	182
5.2	<i>Aportes y aprendizaje</i>	183
5.3	<i>Recomendaciones</i>	184
6	REFERENCIAS	186
7	ANEXOS	200
7.1	<i>Fichaje bibliográfico de antecedentes</i>	200
7.2	<i>Consentimiento informado para entrevistas</i>	203
7.2.1	Consentimiento a Psicólogos.....	203
7.2.2	Consentimiento Profesionales de la danza.	204
7.3	<i>Protocolo de validación de instrumento</i>	205
7.4	<i>Tablas de Análisis de discurso con categorías preestablecidas</i>	208
7.4.1	Tabla discurso A.T. (psicólogo).	208
7.4.2	Tabla discurso J.C. (psicólogo).	214
7.4.3	Tabla discurso C.D. (E. danza).....	221
7.4.4	Tabla discurso M.E. (E. danza).	230
7.4.5	Tabla discurso H.O. (E. danza).	235
7.4.6	Tabla discurso C.B. (E. danza).	241
7.4.7	Tabla discurso R.A. (E. danza).	246
7.5	<i>Codificaciones</i>	255
7.5.1	Codificación Psicólogos Categoría AP.....	255
7.5.2	Codificación Psicólogos Categoría AEDH.	257
7.5.3	Codificación Psicólogos Categoría CPAA.	260
7.5.4	Codificación Psicólogos Categoría REPSCA.....	263
7.5.5	Codificación Especialistas de la danza Categoría AYD.	265
7.5.6	Codificación Especialistas de la danza Categoría EDA.	272
7.5.7	Codificación Especialistas de la danza Categoría EDPA.....	282

ÍNDICE DE TABLAS.

Tabla 1.	Etapas de investigación	100
Tabla 2.	Tabla de entrevistados	102
Tabla 3.	Fichaje Biliográfico	102
Tabla 4.	Resultados esperados: Entrevista a Psicólogos.....	103
Tabla 5.	Resultados esperados: Entrevista a Profesionales de la danza.....	103
Tabla 6.	Planilla de objetivos curriculares.....	107
Tabla 7.	Análisis discurso psicólogos.....	107
Tabla 8.	Análisis discurso profesionales de la Danza	108
Tabla 9.	Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría AP.....	109

Tabla 10. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría AEDH.....	109
Tabla 11. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría CPAA.	110
Tabla 12. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría REPSCA.....	110
Tabla 13. Codificación Entrevista a Profesionales de la Danza, Categoría AYD.	110
Tabla 14. Codificación Entrevista a Profesionales de la Danza, Categoría EDA.....	111
Tabla 15. Codificación Entrevista a Profesionales de la Danza, Categoría EDPA.....	111
Tabla 16. Asociación de datos de Psicólogos Categoría 1.....	111
Tabla 17. . Asociación de datos de Psicólogos Categoría 2.....	112
Tabla 18. . Asociación de datos de Psicólogos Categoría 3.....	112
Tabla 19. Asociación de datos de Psicólogos Categoría 4.....	112
Tabla 20. Asociación de datos de Profesionales de la Danza Categoría 1.	112
Tabla 21. Asociación de datos de Profesionales de la Danza Categoría 2.	113
Tabla 22. Asociación de datos de Profesionales de la Danza Categoría 3.	113
Tabla 23. Triangulación Autoafirmación.....	113
Tabla 24. Triangulación Danza para la autoafirmación.....	114
Tabla 25. Triangulación para Estrategias metodológicas.....	114
Tabla 26. Matriz comparativa de beneficios y riesgos.....	122
Tabla 27. Tabla comparativa de dificultades versus soluciones.	141
Tabla 28. Matriz descriptiva objetos curriculares.....	143

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Esquematización del desarrollo de la autoafirmación personal por etapas.....	121
Figura 2. Esquematización de la relación cuerpo y autoafirmación.	124
Figura 3. Mapa mental.....	128
Figura 4. Conductas que el docente debe evitar.	137
Figura 5. Cuidados importantes a considerar.....	139
Figura 6. Visualización de la relación de fuentes de datos.	146
Figura 7. Triangulación de fuentes para construir los datos.....	146

INTRODUCCIÓN

La siguiente investigación corresponde a un estudio cualitativo del tipo descriptivo exploratorio, bajo un paradigma constructivista en donde el foco de estudio está en la danza como formadora y potenciadora de diversos aprendizajes, específicamente la autoafirmación en estudiantes de educación media.

Se propone la danza como herramienta para apoyar la enseñanza de uno de los objetivos transversales de la dimensión afectiva que se considera relevante en la formación de los estudiantes (el desarrollo de la Autoafirmación Personal) y ser una instancia de crecimiento integral. Para esto se construye una propuesta educativa para ser implementada en establecimientos educacionales tradicionales para cursos desde 7mo a 4to medio, en donde la realidad evidencia una preferencia a los objetivos transversales que favorecen el desempeño académico. Es preciso mencionar que es común ver en clases de Orientación abordar temáticas con el foco en los OAT, pero siempre mediante charlas, a veces utilizando apoyo de material didáctico y de forma superficial, mas no a través de un curso netamente pensado para el desarrollo real de un concepto en los estudiantes.

La pedagogía en Educación Física tiene directa relación con el movimiento y actividades motrices, como docentes se debe estar en constante formación y actualización en todos los posibles métodos y herramientas con las cuales se puedan trabajar a favor de la labor como educadores y formadores de personas, para ello es preciso conocer e investigar en diversas aristas comprometidas con el área que ayuden a potenciar lo anteriormente dicho, en este caso se elige la danza como disciplina potenciadora debido a sus características, la que se utilizará como vía para el

aprendizaje y desarrollo de aspectos tan fundamentales en la vida como lo son el bienestar de la salud física, psicológica, social y como se muestra a continuación, emocional. Con esta investigación además se pretende dejar material a disposición de colegas que también estén en busca de otras opciones de enseñanza aparte de las tradicionalmente conocidas, con el objetivo de trabajar este OAT en específico.

Se cree necesaria la búsqueda de nuevas visiones y sobre todo de conexiones entre áreas como la Danza y la Actividad física en la escuela, que muy pocas veces se relacionan o se conectan, a pesar de tener más elementos en común de lo que se piensa, así además dar en la escuela un espacio necesario a la introspección personal que se trata muy descuidadamente, dejando en claro que los deportes no son la única vía efectiva para trabajar. Se busca finalmente, producir un cambio significativo en la enseñanza de un contenido transversal mediante el movimiento.

La propuesta se fue construyendo tras un proceso de investigación expuesto en este documento. En el capítulo I se presenta la problemática observada, lo que le dio inicio a este estudio, la justificación y los objetivos general y específicos.

En el Capítulo II se expone la recopilación de datos bibliográficos para la construcción del estudio, que corresponde a los antecedentes y marco teórico.

Posteriormente, el Capítulo III se compone de todos los pasos metodológicos que se utilizaron para la obtención y análisis de datos bibliográficos, de entrevistas y del marco curricular.

El Capítulo IV corresponde a la presentación y análisis de resultados, los principios creados como sustento para la propuesta metodológica y la propuesta como tal.

Finalmente, el Capítulo V concluye la memoria de título, presentando además los aportes del presente estudio, aprendizajes y recomendaciones a futuras investigaciones.

1 CAPÍTULO I

1.1 Planteamiento del problema

En Chile a la fecha, el currículo oficial que ofrece el Mineduc (2015) establece dentro de los OAT en la dimensión afectiva lo siguiente: “Construir un sentido positivo ante la vida, así como una autoestima y confianza en sí mismo(a) que favorezcan la autoafirmación personal, basándose en el conocimiento de sí y reconociendo tanto potencialidades como ámbitos de superación”.

Sin embargo, la realidad educativa de enseñanza media en Chile desplaza a los OAT y prioriza solo aquellos del ámbito intelectual y académico, integrando disciplinas artísticas y de movimiento como asignaturas o talleres de recreación que no incluyen de forma concreta el desarrollo de este OAT tan relevante para el crecimiento personal de los estudiantes. Esto se evidencia por los movimientos estudiantiles que desde el 2006, reclaman un cambio en el contenido de la Jornada Escolar Completa, lo cual da pie a suponer que lo más pertinente es agregar una instancia dedicada netamente a trabajar contenidos importantes de este ámbito.

Si bien en los colegios tradicionales se muestra como proyecto educativo una educación integral y completa para los estudiantes, existe una deficiencia en las estrategias para el desarrollo de un concepto clave para la formación personal del individuo, la autoafirmación, contenido transversal muy importante para el despliegue de una persona a lo largo de su vida, se limita a ser trabajado sólo en algunas clases de Orientación (que consta de una hora pedagógica semanal), muchas veces siendo desplazado por otros contenidos transversales considerados más relevantes en la formación de los estudiantes con el fin de favorecer el rendimiento académico como

el respeto, el trabajo grupal, responsabilidad y otros. Saavedra, P. (2017) indica que instituciones “acotan la acción docente en el aula a los OA disciplinares y al dominio cognitivo por sobre otros dominios prescritos para la formación escolar”. En ocasiones se ignora el contenido por completo, y no se ha considerado hasta el momento las posibilidades de ser abordado directamente a través de las artes y actividad física.

¿Cómo resaltar desde la danza una estrategia con gran potencial para el desarrollo de la autoafirmación personal en la educación media?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo General.

Generar una propuesta para el desarrollo de la autoafirmación personal por medio de la danza para ser implementada en Educación Media en colegios tradicionales.

1.2.2 Objetivos Específicos:

- Establecer los elementos de la Danza que favorecen al desarrollo de la Autoafirmación personal.

- Operacionalizar el concepto de autoafirmación relevando su relación entre el desarrollo de los estudiantes de enseñanza media y la danza en el contexto escolar.

- Diseñar experiencias de enseñanza-aprendizaje en base a la práctica de la Danza en enseñanza media, que favorecen al desarrollo de la autoafirmación personal de los estudiantes.

1.3 Justificación de la investigación

El contenido del presente trabajo pretende ser un apoyo para los docentes e instituciones educacionales para ampliar las posibilidades de procesos de enseñanza aprendizaje , donde se trabaja desde el ser corpóreo la emocionalidad y aceptación del yo como individuo, integrando de manera concisa el objetivo transversal que propone el currículum del MINEDUC en la escuela y otorgando un fin con un trasfondo más significativo y profundo en base a una disciplina que en ocasiones es tratada como una herramienta superficial, la danza.

Se intenta que además de ayudar al desarrollo de la autoafirmación, generar una instancia más de movimiento dentro del contexto escolar que se caracteriza por mantener a los estudiantes una gran cantidad de horas “en reposo” e introducir la danza como un elemento pedagógico transformador. Con este material se beneficiarán los estudiantes de Educación media, que están pasando por la etapa de la adolescencia, etapa clave para el desarrollo de la autoafirmación que luego los acompañará durante el resto de sus vidas, siendo capaces de forjar una autoestima que les permita desenvolverse en sociedad y tener un sentido positivo ante la vida.

Generando este aprendizaje en los colegios los estudiantes podrán expresarse con confianza, conocer sus formas de ser en determinados escenarios, cómo resolver algunos conflictos internos, transformar emociones para no dejarlas en el interior con un mayor conocimiento de sí mismos, de sus fortalezas y aquellas áreas donde deben superarse, enfrentarse a cambios sin dejar de ser ellos mismos o influenciarse por otros de forma negativa. Es posible que a futuro exista una sociedad con adultos con mayores habilidades emocionales, con una mayor facilidad para presentarse ante el mundo y ser un aporte a este, tanto en el ámbito laboral, como social y afectivo.

2 CAPÍTULO II

2.1 Antecedentes

Para la elaboración de esta investigación no se encontraron trabajos previos con temática idéntica relacionada al desarrollo de la autoafirmación a través de la danza, pero si se encontraron estudios relacionados a los siguientes temas:

2.1.1 Crecimiento personal y Autoafirmación en la Escuela.

Medina en el 2012 realizó una propuesta educativa titulada “*Potenciando Crecimiento y Autoafirmación Personal en la Escuela a través de Actividades Artísticas*”.

La autora observó que las instituciones educativas básicas enfocan su atención en áreas distintas a los Objetivos Transversales, imposibilitando que los estudiantes reciban una educación realmente significativa (Medina, C. 2012, p.5). Se ha puesto todo el interés de parte de las escuelas en nutrir a los niños, niñas y jóvenes en contenidos, en formar su intelecto y expulsar a la vida en sociedad personas muy preparadas intelectualmente, pero que poco saben de cuidados del medio ambiente, expresión de sus emociones, habilidad reflexiva, adquisición de hábitos saludables, es decir los aprendizajes de la verdadera educación integral. Además, los métodos utilizados se resguardan en prácticas obsoletas, que no buscan el asombro o la motivación del educando (pp.5-6).

El proyecto se originó con el propósito de poner a disposición un espacio cómodo en donde los estudiantes puedan expresarse, relacionarse con sus pares, observar y exponer sus ideas, donde también puedan explorar su creatividad y sus

propias posibilidades de reflexión gracias a las cualidades del arte (pp.14-15). Para lo cual se expone el siguiente objetivo general: “Implementar un plan de trabajo, para promover el Crecimiento y la Autoafirmación Personal en la escuela, a partir del tercer ciclo de enseñanza básica” (Medina, C. 2012, p.30).

Este plan de trabajo es una intervención pedagógica para solucionar el abandono de la educación emocional, en la cual se levantan instancias de actividades asociadas a las artes para desarrollar el crecimiento personal y la autoafirmación, para ello se forma el “Taller Plástico de Expresión y Juego” el que tuvo una duración anual (mayo-noviembre de trabajo activo), con un total de 4 horas semanales (p.14). Vale decir que, para el desarrollo efectivo del taller, se involucró a toda la comunidad educativa incluyendo a los padres y apoderados. Los estudiantes participantes corresponden a niños y niñas de quinto y sexto básico (p.32).

Durante el proceso no se realizaron calificaciones, solo evaluaciones diagnósticas y autoevaluaciones respecto a conceptos y temáticas importantes tratados en clases. Dentro de las actividades planificadas se encontraba el trabajo en dúos y grupos, los ejercicios de improvisación, las dinámicas, las actividades expresivas, lúdicas, corporales, de lectura y verbales, mientras cada sesión era registrada al finalizar por escrito a modo individual (p.34).

Para el desarrollo del programa, la autora realizó ciertos pasos metodológicos, primero realizó un diagnóstico a la institución a la cual estaba dirigido el proyecto, para ello aplicó encuestas, entrevistas y realizó charlas. En segundo lugar, realizó la planificación del taller como tal, con las pautas evaluativas, el cronograma, etc.

Tras el análisis del programa ya realizado, la autora expresa que los estudiantes adquirieron nuevas habilidades asociadas a la autoafirmación y el crecimiento

personal, manifestaron interés por el aprender, se logró comprender mejor a los demás, reflexionar y tener una mejor comunicación. Añadido a esto se mostró la importancia del apoyo por parte de la comunidad educativa, pues facilita el desarrollo de la intervención (p.40).

La autora deja en evidencia la factibilidad de realizar un programa para el desarrollo de un OAT en la escuela, la implementación del arte es una oportunidad para mostrar nuevas alternativas educativas y fomentar de forma eficaz un verdadero desarrollo integral de los estudiantes. La relevancia de solucionar el problema que trajo la modernidad en cuanto a las relaciones intra e interpersonales se pone en palestra a la comunidad docente para encontrar soluciones y llevarlo adelante en diferentes proyectos que sean en función de remediarlo. Medina deja en claro que el arte es una herramienta para potenciar un camino que hasta ahora ha estado en el olvido.

En 2015 Monsalve, D. y Silva, S. publican su tesis profesional *“El rol docente y la Sistematización de los ámbitos Crecimiento y Autoafirmación Personal y Formación Ética en Educación Musical en dos segundos medios”*, la cual se centró en investigar cómo se estaba desarrollando el cultivo de valores en el sistema educativo chileno, si estaba siendo formado de manera efectiva, quienes eran los agentes encargados y de qué maneras se realizaba. Se centraron específicamente en el cultivo de valores dentro de las clases de Educación Musical en dos cursos de nivel Segundo Medio dentro de establecimientos subvencionados mediante un estudio de casos. Esta investigación se realiza con motivo de enriquecer las clases, en este caso de la asignatura de música, mediante diversas actividades las cuales van enfocada a un desarrollo íntegro, buscando una formación completa del ser. (p.9) Se destaca la

importancia que tiene la formación de valores en estudiantes por su rol fundamental a la hora de construir sus identidades.

La problemática postula la fisura existente entre discurso y praxis en establecimientos educacionales con respecto a la implementación de valores en sus estudiantes, si bien se establece en el discurso que el ámbito formativo y valórico son aspectos importantes y considerados dentro de la formación estudiantil, se expone en esta investigación que solo queda bajo el criterio de cada docente su real aplicación. Por lo anterior surge el dilema de cómo lograr una inserción efectiva de estos valores de manera sistematizada dentro de las clases, en este caso de educación musical, y resolver la forma en que docentes puedan llevarlo a cabo.

Los objetivos que se buscan con este estudio son el educar de manera integral a los estudiantes en las clases de Educación Musical, implementando de manera sistemática a través del docente las habilidades y destrezas, como la formación valórica, formando personas respetuosas consigo mismas, con los demás y su entorno, personas conscientes de su desarrollo personal, de la diversidad cultural con una visión crítica y constructiva de la sociedad e introducir y sistematizar de manera complementaria a la dimensión Cognitiva, los ámbitos Crecimiento y Autoafirmación Personal y Formación ética a través de la planificación, ejecución y evaluación en las clases de Educación Musical (Monsalve, D. y Silva, S. 2015, p.15).

Esta investigación presenta un enfoque cualitativo, de carácter interactivo, por lo cual se utilizan métodos como entrevistas a docentes de la asignatura de música para tomar sus testimonios con respecto a la temática abordada. Se utilizó la observación participante para poder interactuar con toda la comunidad educativa y Focus Group con estudiantes de segundo medio para registrar sus expresiones.

Por último, los resultados obtenidos en este estudio sirven de fundamento y apoyo a la hora de poner en práctica metodologías basadas en actividades lúdicas y de ámbito artístico para fomentar una educación integral en el sistema educativo actual, en el cual se implementó de manera sistemática una formación valórica a través de planificaciones y evaluaciones pensadas con ese enfoque. Las actividades ejecutadas lograron generar experiencias de carácter transformadoras en cuanto a sus procesos individuales y en sus relaciones sociales. Dentro de los beneficios para estos estudiantes fue el trabajo en la autoestima y seguridad en sí mismos, aspectos íntimamente relacionados con su autoafirmación. Por lo anterior se evidencia la viabilidad de utilizar elementos artísticos como herramientas factibles para implementar en el contexto escolar y lograr desarrollar aspectos formativos en estudiantes, tal y como se expresa dentro del Currículo y dentro de los discursos en las instituciones escolares.

2.1.2 Danza para el crecimiento emocional:

De Rueda y López (2013) realizan un programa con el nombre de “*Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones*” en donde se expone una propuesta metodológica y una evaluación final utilizando una batería de test para comprobar el nivel de éxito de la intervención.

Se observó que la sociedad moderna se encuentra en un constante estrés, baja de ánimo y conductas poco saludables que repercuten en el bienestar de todas las personas. Es un estado de decaimiento provocado por las exigencias del modo de vida, el mundo laboral, la globalización, los cambios sociales y demográficos, la economía, las demandas de cumplir con los cánones establecidos. El conflicto principal es que

esta forma de existencia ha formado personas de todas las edades y ocupaciones con síntomas depresivos, fatiga y ansiedad, con conductas violentas y sentimientos de inconformidad constante, signos propios de la emocionalidad que no ha sido correctamente gestionada (De Rueda Villén, et al., 2013, p.141).

Como dicen los autores, la emocionalidad ha sido estudiada por numerosos científicos por su importante relación con la sensación de bienestar y felicidad, componentes claves para mantener una salud estable y favorable. Es preciso tener presente que es el manejo de las emociones lo que determina la relación de una persona con su entorno y si mismo, el cómo maneja las situaciones, los problemas, las decisiones (p.141).

El objetivo del estudio es “Analizar la influencia del programa creativo dancístico-musical sobre el desarrollo de la percepción, comprensión y regulación emocional y valorar los efectos saludables que producen a nivel emocional en población de estudiantes universitarios”, para lograrlo fue seleccionado un grupo de 120 universitarios con edades entre 18 y 23 años, sin experiencia en las actividades a realizar, que no participen en otra actividad física mientras dura el programa, que no presenten enfermedades o trastornos asociados al área emocional.

Para la medición del impacto que generó el programa, se aplicó antes y después de la intervención un test propuesto por Salavey y Mayer (1997) modificado, el “Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)” evalúa tres áreas de la “inteligencia emocional”: la percepción emocional, la comprensión de sentimientos y la regulación emocional (p.145). Además, luego de cada sesión, los participantes debían responder un cuestionario sobre la actividad realizada a modo de control (p.146).

La duración del programa o de cada clase no fue especificada. Las actividades realizadas en ellas estaban orientadas a desarrollar el autoconocimiento, utilizando la música y la danza como recurso metodológico. Durante el programa se solicitó la participación activa de los estudiantes en las sesiones, que se involucren en el trabajo en totalidad. La única información que especifica el modo de trabajo durante la propuesta es que en primera instancia se llevó a cabo tareas más personales, enfocada en sí mismos y paulatinamente se generó el trabajo en parejas y luego grupales para primero comprenderse a sí mismos y luego poder entender las emociones de los otros (p.146).

Se obtuvo como resultado que existió una pequeña evolución en las dimensiones, 2,3% y un 4,9% en la percepción emocional y comprensión de sentimientos respectivamente, no obstante, ocurrió una disminución en un 1.1% en la Regulación emocional presumible debido a que es un proceso más complejo y las sesiones de intervención fueron escasas para elevar esta cifra (pp.146-147).

A modo de reflexión, se concluyó que el programa presentado cumplió con una estructura estable, con instrumentos de evaluación confiables y aprobados, además de poseer un vasto respaldo científico teórico. Las mejoras se aluden a que el trabajo realizado en las clases requería de un cierto grado de análisis respecto a las emociones, una comprensión de lo que se genera en el cuerpo y el entorno gracias a esas emociones y a manifestar por medio del lenguaje hablado u escrito las sensaciones que sintieron con las actividades, en el caso de la reducción de la regulación emocional. Las respuestas de cuestionarios post sesión fueron un instrumento valioso para recoger información relevante en cuanto a las mejores opciones para el desarrollo de una clase

de estas características. Con lo que se refiere al tiempo y muestreo de la intervención se cree que, si fuese más extenso, alcanzaría mejores resultados (p.147).

El contenido que obtuvo mayor asimilación fue lo relacionado con la expresión de emociones, pues a veces solo se puede manifestar algunos sentimientos a través del lenguaje corporal. No se puede negar el evidente lazo entre la música y la danza con la emocionalidad (De Rueda Villén, et al., 2013, p.147).

Este estudio logra captar sobre todo desde la teoría los grandes beneficios que posee la danza para el desarrollo emocional, retrata la realidad que hasta la fecha no ha cambiado demasiado e implementó un programa para dar una solución desde la utilización de la danza y la música, es decir las artes. Si bien el programa no es revelado, tiene un objetivo central muy acorde a la autoafirmación, concepto que es parte de la inteligencia emocional y que al igual que el manejo de ellas, la autoafirmación incide en la forma en que las personas ven la vida y toman decisiones.

El mismo propósito investigativo lo expone en 2019 (Colombia) Bonilla en su tesis de pregrado llamada “El cuerpo primer instrumento de vida: La danza en el fortalecimiento de la autoestima de los jóvenes del IED Garcés Navas”, con el fin de suplir las necesidades de los adolescentes de mejorar su autoestima y solucionar dificultades en ámbitos personales y académicos. El grupo en el que se trabaja es en jóvenes entre 14 y 19 años, con muchas dificultades para integrarse e integrar a otros a su grupo, en la institución hay una compleja convivencia escolar, les cuesta mucho aceptar a otros y a sí mismos, se molestan y agreden verbalmente por su situación económica, sus características físicas o emocionales.

Existe entre los estudiantes inseguridad e inconformidad con ellos mismos sintiéndose desmotivados.

En la investigación se manifiesta la importancia de la autoestima en los jóvenes para su vida, pues la ausencia de esta puede conllevar a serios problemas de depresión, deserción de estudios, abusos e incluso suicidios.

Por ello se plantea como objetivo general “Fortalecer la autoestima en adolescentes de grado 10° y 11° del colegio Garcés Navas por medio de la danza como herramienta de aprendizaje emocional” (p.5). Se realizó por medio del enfoque cualitativo usando como línea de investigación la Evaluación, docencia y aprendizaje.

Para medir la afectación de la baja de autoestima en el desempeño social y académico se implementaron tres instrumentos: Inventario de autoestima de Coopersmith, adaptación del cuestionario Inventario de autoconcepto en el medio escolar (IAME), una reflexión teatral- entrevista y cuestionario basado en la escala de Likert”, los que fueron aplicados tras cada etapa de trabajo, se realizaron 6 sesiones (o etapas) de 4 horas cada una donde se llevaron a cabo una serie de actividades físico-expresivas.

En el estudio se concluyó que los estudiantes presentaron una mayor seguridad en sí mismos al finalizar la última etapa de trabajo, posterior a la presentación. Tras todo el proceso se fue notando un aumento creciente de autoconfianza, de reconocimiento corporal y recepción de estímulos, los jóvenes lograron apropiarse de sus cuerpos y expresarse (p. 27).

En la relación entre pares, se pudo observar un notorio avance, gracias a la autoaceptación se mostraron signos de tolerancia por el reflejo de la autoaceptación hacia los demás. Fueron capaces de apoyarse mutuamente (p. 27).

Esta investigación es un antecedente que afirma las propiedades de la danza con respecto a la mejora de un carácter emocional, que logra modificar la estructura de comportamiento en jóvenes de un rango etario muy similar al de los estudiantes de enseñanza media en Chile. Además, aporta con instrumentos evaluativos que con alguna modificación pueden ser claves para la propuesta.

2.1.3 Impacto de la danza en adolescentes.

En el 2018, se realizó un estudio con el título de *“La danza folclórica cómo formación integral de los niños, niñas y adolescentes de la institución educativa Temuey sede Fundación Levante en Marcha del Municipio de Guapi – Cauca”* para visualizar las influencias de las danzas folclóricas en la formación integral de adolescentes entre 13 y 18 años, identificando los aportes de esta actividad para los estudiantes de la Fundación en Colombia.

La investigación se basó en el paradigma interpretativo, donde se llevó a cabo una intervención metodológica para trabajar las danzas folclóricas del país con 11 estudiantes voluntarios que tenían como mínimo tres años de experiencia en un grupo folclórico, la duración de la intervención no fue especificada. El estudio de Reina (2018) se llevó a cabo utilizando tres tipos de instrumentos: la observación, la encuesta y la entrevista, los que fueron implementados durante el proceso en que desarrollaron las clases donde los jóvenes plasmaban cómo les ayudaba en su formación y posteriormente se realizó una triangulación de datos.

Los resultados son clasificados según las siguientes categorías seleccionadas previamente: lo Afectivo, lo Cognitivo, lo Corporal y lo Ético. Además, se agregaron

categorías “axiales” que se relacionan con las recién nombradas respectivamente: “reconociendo mis sentimientos y socializando como ser sociocultural”, “conociendo mi cultura y cambiando mi realidad étnica”, “la locomoción de mi cuerpo y explorar mis cualidades motrices” y “llevar a la práctica los valores aprendidos y la motivación de aprender la danza folclórica” (Reina, 2018).

Desde la observación de los resultados en la categoría *Afectivo*, se extrajo que los estudiantes que no poseían conocimientos previos de ciertas actividades se veían muy influenciados por el sentimiento de vergüenza, instando incluso a abandonar la propuesta ausentándose de las siguientes clases, sin embargo la práctica de la danza permitió que exista auto reconocimiento y por consecuencia aceptación de las propias virtudes alentando a continuar para mejorarlas (Reina, 2018, pp.53, 55), en la categoría *Reconociendo* mis sentimientos se obtuvo que los jóvenes manifestaban sus emociones durante la práctica y que eran capaces de reconocer aquellas emociones positivas y corregir aquellas negativas tanto personales como las de sus compañeros (Reina, 2018, p.53), en la categoría *Socializando* como ser sociocultural se observó que los participantes muchas veces se encontraban distraídos, inmersos en sus pensamientos presuntamente por preocupaciones, pero que el docente era quien lograba hacerlo partícipe activo, fue necesario otorgar seguridad y confianza para que los jóvenes sintieran mayor agrado por las clases, este entusiasmo se fue prolongando en el tiempo generando que ellos participaran con proactividad, se generó también un trato de agrado y respeto en la convivencia con los compañeros que culminó en amistad dentro y fuera de la sala con ideales grupales para ser un aporte en lo que respecta para las generaciones futuras (Reina, 2018, pp.53-54).

Desde lo cognitivo se hace referencia a la coordinación entre el movimiento y el ritmo musical siendo el docente un interviniente imprescindible en el proceso, hubo una valoración positiva al contenido de la actividad realizada, desde lo cultural hasta la necesidad de practicarla con el fin de evitar espacios vulnerables, también existió un aprendizaje en cuanto a la convivencia con un grupo y que existen otras posibilidades de modos de vivir o de proyectarse (Reina, 2018, pp.56, 58, 59). En la categoría *Conociendo mi cultura* se obtuvo apropiación cultural y sentimiento de identidad tras conocerla. En la categoría *Cambiando mi realidad étnica* los jóvenes fueron capaces de danzar diferentes bailes adoptando una actitud desde el conocimiento de la cultura que debían representar, tras esa comprensión se produce la necesidad de querer difundir el conocimiento adquirido (Reina, 2018, p.57).

Reina desde lo corporal expresa que se pudo captar que al inicio de las clases existían muchas diferencias en las habilidades de todos y todas, con la práctica se pudo integrar habilidades de locomoción y movimientos seguros, la categoría *La locomoción de mi cuerpo* muestra que adolescentes pudieron trasladarse de un lado a otro sin problema “conociendo su cuerpo como medio de comunicación no verbal”. En la categoría *Explorar mis cualidades motrices* la intervención permitió que pudieran desarrollar sus cualidades con agilidad, mejorar su disposición corporal, el equilibrio y la coordinación (2018, pp.60-62).

Finalmente, desde lo *Ético* el autor manifiesta que se muestra una formación de valores como el compañerismo, la tolerancia, el respeto, la responsabilidad, amistad, amor, solidaridad, además permite que los jóvenes sepan comportarse con otros (2018, p. 62). En la categoría *Llevar a la práctica los valores aprendidos* no existe un resultado claro de qué se adquirió, pero fue manifestado en el discurso que sí se

manifestó aquel rasgo. La categoría de La motivación de aprender la danza folclórica expresa que aquellas danzas que les son familiar por la música que escuchan, les motiva aprender a bailar. (Reina, 2018, p.63).

Se concluye que, desde todos los ámbitos observados, los estudiantes tuvieron un gran impacto desde la danza, resaltando el conocimiento de sí mismos y la apropiación de la identidad cultural, “dejaron de lado la timidez”, expresándose con libertad. (Reina, 2018, p.65).

Esta investigación es relevante por los resultados que deja en evidencia los beneficios que la práctica de la danza en adolescentes es capaz de generar incluso sin tener estos beneficios como un enfoque claro u objetivo pues la orientación del taller solo fue de enseñar danzas folclóricas, asimismo el hecho de que la recolección de datos haya sido por medio de entrevistas y cuestionarios refleja con credibilidad las sensaciones y aprendizajes de los jóvenes, sin supuestos teóricos. Este antecedente es una muestra desde la naturalidad del aprendizaje integral.

Una revisión bibliográfica realizada por autores de diversas Universidades del país con el título de: “*Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: Una revisión*” (Vergara, et al., 2021), es una muestra clara y objetiva de los grandes beneficios de la disciplina, pero también de la escasa investigación que existe sobre el tema.

La adolescencia es una etapa en la vida de las personas con muchos altibajos, en que hay una constante búsqueda de la identidad, de autoconocimiento y entendimiento, existen muchos cambios hormonales y físicos que condicionan y dirigen de cierto modo las relaciones con su entorno y si mismos, haciendo relevantes para el desarrollo dentro de esta etapa al Autoestima y Autoconcepto, surgiendo la

danza como una posibilidad de abordar aquellos temas en el aula (Vergara, et al., 2021, pp.385-386).

El contexto formal educativo es una instancia de generación de aprendizajes y transformación para la vida, no obstante, también puede ser un ambiente potenciador de inseguridades, mala convivencia, desinterés de participación en actividades y baja de autoestima a consecuencia de prácticas que no son tratadas con el suficiente cuidado de parte de la comunidad institucional. Generalmente los docentes se enfocan en dirigir la atención al rendimiento académico de los estudiantes y han eludido la importancia de la autoestima y el autoconcepto en la enseñanza (pp. 386-387).

Para esto es importante que los jóvenes realicen todo tipo de actividades que creen el espacio para desarrollarlos de forma integral, siendo la actividad física una de las mejores opciones cuidando las praxis competitivas. La danza toma un papel protagónico en las posibilidades de aprendizaje para el desarrollo humano por las diferentes dimensiones que esta alcanza (p. 387).

Con esta premisa, se formuló como objetivo de la revisión:

Identificar a través de una búsqueda bibliográfica, programas de intervención y/o experiencias pedagógicas que nos permitan mirar desde lo experiencial, el efecto de la danza en el autoconcepto y autoestima en niños, niñas y adolescentes, que nos orienten en el ejercicio de este tipo de propuesta y aplicarla sobre la base de la experiencia que nos permita respetar el contexto escolar (Vergara, et al., 2021, p.388).

Para el estudio se recopiló información desde las siguientes bases de datos: Wos, Scielo, PubMed y Scopus. Fueron integrados documentos en español e inglés,

con las siguientes palabras clave: “«Dancing» AND («Adolescent» OR «Child») AND «self conception» OR «self perception» OR « self esteem» OR «self confidence» OR «self efficacy»” (Vergara Vilches, et al., 2021. pp.385) (“Baile” y [“Adolescente” o “niño/a”] y “Autoconcepción” o “Autopercepción” o “Autoestima” o “Autoconfianza” o “Autoeficacia”). Además, fueron integrados al registro referencias a las que se hacía mención en aquellos textos y eran pertinentes para la revisión, luego se realizó una búsqueda “informal” de contenido. Todo lo seleccionado cumplió con ser investigaciones de intervención para que la visión sea siempre enfocada desde la experiencia.

Los artículos excluidos fueron todos en los que se integraran a personas menores de 11 años y mayores de 18 años con alguna discapacidad y personas que se dediquen a la danza de forma profesional, deportistas o practicantes de una actividad física dirigida del tipo Fitness. Fueron excluidos también revisiones sistemáticas, meta-análisis, casos clínicos, estudios cuasiexperimentales y capítulos de libros. Tras el proceso de selección, 5 artículos son los que se utilizaron para esta revisión (p. 388).

Se obtuvo como resultado que posterior a las intervenciones existió un aumento significativo en los niveles de autoconfianza, autoestima y satisfacción, hubo una mejora en la apreciación en sí mismo acerca de la salud de estudiantes con problemas emocionales y en las relaciones interpersonales (y/o sociales), además de un aumento de la motivación en clases de educación física, donde fue implementado el programa, relacionado a la motivación intrínseca de la actividad. Al mismo tiempo se evidenció una importante disminución en los niveles de ansiedad (p. 389).

Por último, se presenta un valor añadido de la práctica de la danza desde áreas diferentes a la autoestima, autoimagen y autoconcepto, pero no ajenos a ella. La danza

puede ayudar en las relaciones sociales al crear nuevas amistades con gustos a fines, a relacionarse con los pares de forma más amable, tener una mejor expresión corporal. Este último concepto relacionado directamente al desarrollo motriz y habilidades corporales que también son favorecidas con la disciplina, es posible mejorar la condición física y mantener una salud adecuada gracias a la actividad, incluso es posible adquirir hábitos de alimentación.

Se concluye que “la danza es una herramienta confiable y viable para desarrollar y potenciar la autoestima, la seguridad en sí mismo y mejorar las relaciones humanas entre los niños, las niñas y los adolescentes enmarcada en el contexto escolar” (p. 390).

Es enriquecedora, pues es primordial el proceso de enseñanza-aprendizaje donde se pone a disposición de los estudiantes la experimentación de situaciones y experiencias nuevas (p. 391).

Este estudio aporta valiosos datos sobre el estudio de la danza en el ámbito del desarrollo personal que se ha realizado en el último tiempo, da cuenta acerca del poco protagonismo que se le ha otorgado a una disciplina que tiene mucho que ofrecer en el ámbito educativo. Los resultados obtenidos son muy relevantes para confirmar la utilidad del arte corporal desde el movimiento en factores emocionales y sociales.

2.1.4 Educación física, trabajo corporal y danza en la escuela.

En 2015 Vega, A. publicó su trabajo de fin de grado titulado “*La danza como herramienta para la integración y el aprendizaje integral del alumnado con Necesidades Educativas Especiales en Educación.*”

Tal como se aprecia en el título, esta investigación busca desarrollar una propuesta basada en la danza como propuesta para su aplicación en la asignatura de Educación Física. Se evidencia la danza como herramienta educativa de grandes potenciales para diversas habilidades y capacidades en estudiantes sin importar su condición física ni cognitiva, puesto que la propuesta a evaluar debe ser de carácter integral y capaz de ser implementada en todo el alumnado.

La autora expone que el Currículo de Educación Primaria en Madrid incluye como contenido importante la danza y que además busca con esta una formación integral para la comunidad escolar, sin embargo, la teoría no se aplica en la práctica, pues también señala que es poco común su desarrollo (de la danza) en el área de Educación Física (p.7), justifica que dentro del sistema educativo la danza ha ido perdiendo importancia y no es una opción muy recurrente utilizada en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en esta investigación se evidencia una vez más como los sistemas educativos llevan su foco a una educación mucho más racional, priorizando el rendimiento académico, mientras que la clase de Educación Física también se ha vuelto conocida por fomentar sólo el rendimiento físico mediante deportes y ejercicio, siendo que el currículo apunta en igual medida tanto a las actividades deportivas como artísticas. (p.12) Además la necesidad de aportar estrategias y metodologías para ayudar a estudiantes con necesidades educativas especiales también fue un punto influyente para esta propuesta pues se plantea como un tema difícil a la hora de buscar un plan de acción y que este sea efectivo. Es por todo lo anterior que este proyecto educativo lo que busca es proponer la danza para integrar y ayudar a mejorar a nivel motor, cognitivo y personal a todo tipo de alumnado, incluso aquellos con necesidades educativas especiales, presentar una propuesta didáctica útil y eficaz para todos y cada uno de nuestros alumnos en el área de Educación Física y mostrar los beneficios y la

importancia del desarrollo de la danza dentro de la Educación Primaria. (Vega, A. 2015, p.8)

Se señala que hay dos tipos de escenarios en donde la danza se presenta como herramienta de aprendizaje dentro del contexto escolar, uno como opción dentro de las clases de Educación Física y, por otro lado, dentro de las actividades extracurriculares como expresión artística y de manera voluntaria. El proceso por el cual se debería basar esta enseñanza constaría de distintas etapas, como inicio se debería trabajar con la educación ritmo-corporal, después poner énfasis en la iniciación a la danza como tal y para finalizar diferentes frases coreográficas o pequeños montajes. (p.15) Lo que se busca fomentar son la coordinación, trabajar distintas habilidades motrices básicas, trabajar en torno a la relación espacio-cuerpo y además, agrega, la educación auditiva.

La metodología en cuestión utilizada en este proyecto va dirigida a estudiantes de Primero de Primaria, es decir, entre 6 a 7 años. Cada sesión tiene una duración de 1 hora y diez minutos, y se enfoca en el desarrollo de habilidades artístico-expresivas. Las didácticas para este programa se orientan en utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas. (Vega, A. 2015, p.26) Como enfoque metodológico la danza educativa es la base junto con los principios metodológicos de la atención a la diversidad. Se emplea, además, un foco investigativo, lo cual apunta a dejar que el niño o niña sea libre de su propia acción motriz, y evitar que se vuelva un simple ejecutor de movimiento, imitando sólo lo que se le muestre. Se les da su espacio para poder experimentar y explorar como ellos mejor consideren y como tenga más sentido para su expresión, igualmente se les provee de guía u orientación.

El trabajo en agrupación también se muestra como gran protagonista, realizando trabajos individuales, por parejas, y en pequeños a grandes grupos (p.27). Se utiliza una sala de Psicomotricidad y la sesión se divide en una parte central o principal, y en la parte final o reflexiva. Las evaluaciones ocurren mediante observación directa, ya que cada sesión es de carácter práctico, también mediante conversaciones con los mismos estudiantes y una ficha para evaluar aspectos de carácter teórico. La autora señala que además se debe ir manejando un registro anecdótico con los acontecimientos más relevantes, pues puede a la larga servir como método de evaluación igualmente. Los estudiantes también tienen un rol en su propia evaluación para evidenciar su proceso personal al rellenar una ficha donde se registra que tan grata ha sido su experiencia.

Como conclusión de esta investigación se llega a resultados positivos evidenciando que, efectivamente, la danza funciona como método integrador y logra una mejoría en las habilidades motoras y cognitivas. Además, el aspecto social en estudiantes se vio potenciado al trabajar en equipo y fomentar la colaboración con otros.

En nuestra realidad la danza educativa como asignatura aparece de forma específica el 15 de junio del año 2020, que por Decreto Exento N° 496 se aprobó en Chile para los cursos de tercero y cuarto medio un programa de estudio electivo (Formación diferenciada de Educación Física) de “expresión corporal y danza”.

Fue publicado en febrero del año 2021 por el Equipo de Desarrollo Curricular Unidad de Currículum y Evaluación del Ministerio de Educación.

Este programa es uno de los tres electivos para incentivar la práctica de actividad física debido a que la asignatura de Educación Física y Salud ya no es

obligatoria para esos niveles. Si bien la mejora de la condición física y adoptar un estilo de vida activa y saludable es el objetivo principal del curso (gran parte de los objetivos de aprendizaje [OA] apuntan a ello), también se encontraron algunos OA y Unidades cuya orientación se relaciona con la presente investigación.

Se compone de cuatro Unidades (p.26):

- Unidad 1: Conciencia corporal: sensación y percepción.
- Unidad 2: Agilidad y Expresividad.
- Unidad 3: Lenguaje corporal.
- Unidad 4: Expresión y creación en danza.

Además de cuatro objetivos de aprendizaje (p.25):

- OA1: Manifiestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.
- OA2: Descubrir un lenguaje corporal propio, a través del movimiento, utilizando la improvisación y la creación.
- OA3: Utilizar las leyes del movimiento y las fuerzas externas como tiempo, espacio, peso, flujo y energía, para crear a través de su corporalidad, diferentes posibilidades de movimiento.
- OA4: Manejar la conciencia de su propia corporalidad, a partir del desarrollo de la condición física y su eficiencia en la acción motriz.

Dentro del programa se sugieren cuatro actividades de doce horas por unidad, también se ofrecen evaluaciones con su respectivo instrumento e indicadores de evaluación para cada unidad de aprendizaje, recursos digitales y música, resultando una guía bastante completa para los docentes.

A modo de incluir nuevas estrategias y situaciones de enseñanza aprendizaje, se plantean actividades de creación e implantación de proyectos dentro de la comunidad educativa, de carácter interdisciplinarios.

Si bien el uso de esta disciplina no tiene la orientación de la propuesta que se pretende mostrar en la investigación, muestra la posibilidad de implementar la danza en la educación chilena, además la estructura del programa, con los componentes que contiene, es una opción que concuerda con lo que se sugiere mostrar y puede ser fácilmente una guía para el producto de este trabajo.

Para terminar, el último antecedente corresponde al artículo de revista “*La danza en el ámbito educativo*” (Vicente, et al., 2010). En él se expone una visión panorámica acerca de la danza en el ámbito educativo. Dentro de las definiciones de la danza como tal existe una variedad de puntos de vista, entendiéndose esta como una actividad con un mayor enfoque motriz o como un fenómeno que reside su objetivo en la emocionalidad o, que va cambiando según las épocas (Vicente, et al., 2010, p.42).

La danza abarca dimensiones del ser humano y su entorno, pues diversos autores han orientado su concepción de la danza donde queda expuesta la multidimensionalidad que comprende la disciplina. La dimensión más evidente es la física, Vicente, et al. citan a Laban (1978) donde expresa que “La danza puede ser considerada como la poesía de las acciones corporales en el espacio” (p.42). Así se le otorga a la danza un origen en los movimientos que siguen la música, el cuerpo es el motor y objetivo, son varios movimientos que se juntan en una coherencia y sincronía, “su finalidad es el control y dominio corporal tanto a nivel físico como comunicativo” (Vicente, et al., 2010, p.42 citando a González, 1994). Esta última idea reúne un elemento de la que emerge una nueva dimensión, la social. También se mencionan

otros elementos, estéticos, hedonistas y el más destacado, el afectivo y/o emocional que parece ser un área más trascendental, aparecen conceptos como la espiritualidad, donde se hacen presente desde un inicio las emociones y sentimientos que necesitan ser expresados por el medio físico, ocupando al cuerpo como un vehículo, en resumen, la danza es una actividad integradora.

Si bien algunos autores son claros en precisar que el objetivo principal de ella es comunicar algo con pasos y movimientos determinados, otros hacen énfasis en la expresión desde lo emocional, lo cierto es que la danza abarca todos los componentes, estos a su vez se desarrollan en el conjunto y son parte del mismo fenómeno haciéndose presente la biología, la cognición, las emociones, la utilización del entorno tridimensional, los estímulos externos, la estética y el contacto con otros. Esta manifestación es tan global que puede ocupar diferentes espacios, como una pieza artística, educativa, de recreación o terapia, puede ser de diferentes estilos y bajo diferentes esencias, puede ser ejecutada por diferentes personas, de distintas edades, épocas, sexos, etnias y culturas (Vicente, et al., 2010, p.43).

En el ámbito educativo el papel de la danza no ha podido tomar un puesto notable debido a los prejuicios de roles de género, durante décadas ha sido considerada como una actividad exclusiva para damas, existen religiones que prohíben la práctica de ella, hay falta de formación del profesorado, escasas investigaciones del tema que deriva al desconocimiento de lo que la danza puede facilitar en el contexto educacional para la formación de los estudiantes. Efectivamente la ignorancia al respecto de parte de las instituciones y quienes se encargan de crear los currículums educacionales aun cuando tras los años se conocen los beneficios que aporta, provoca en efecto dominó que se ausenten los espacios adecuados para la realización de la actividad, así como

las oportunidades de ser parte de una clase especializada y no parte de un programa extracurricular u otra asignatura (Vicente, et al., 2010, p.43).

Dentro de las escuelas, colegios y liceos la danza es un aporte para la educación holística de los niños, niñas y jóvenes. En el ámbito de la educación física la danza aporta para la adquisición de habilidades motrices básicas y específicas, desarrollo de la percepción y control corporal, la coordinación, la percepción, el sentido cinestésico desde la naturalidad de la danza donde el estímulo del movimiento logra mover los pensamientos, es un desarrollo físico sin formar competencias que conlleven a conductas negativas. Al mismo tiempo ayuda a la socialización, no solo por el contacto corporal y seguimiento de un mismo ritmo, sino que además porque se genera una comunidad con una relación de armonía. La danza también contribuye al conocimiento de los contextos, su historia, su arte, la cultura, además de todos los elementos que hacen parte de ella. Finalmente, la dimensión expresiva – creativa que se nutre de la manifestación de las emociones, en la danza se puede ser libre y manifestar con tranquilidad, se generan sensaciones positivas, se pueden representar todo tipo de sentimientos, ideas o experiencias, es un acto que no puede ser juzgado posterior a la acción, pues cuando finaliza la danza entonces esta desaparece (Vicente, et al., 2010, pp.43-44).

Seleccionando las opiniones de los autores, Vicente, et al., llegaron a la deducción que las condiciones para la realización de clases de danza en centros educativos es que se cumpla con los siguientes objetivos:

“Explorar las posibilidades de movimiento para favorecer el dominio corporal y la expresión a través del cuerpo.

- Experimentar los diferentes elementos de la danza: cuerpo, espacio, energía y tiempo.
- Comprender y utilizar el movimiento y la danza como medio de representación y expresión de percepciones, imágenes, ideas, sentimientos.
- Desarrollar la capacidad de creación y espontaneidad en el movimiento.
- Conocer a través de la danza los elementos históricos, sociales, culturales y artísticos que la constituyen” (2010, p.44).

Con respecto a la forma de danza refiriéndose al estilo o técnica, se sugiere que se otorgue énfasis sobre todo en las etapas iniciales a un estilo neutro, a la danza que permita el conocimiento corporal, que ayude a entender los movimientos y esté libre de estructuras. Para la enseñanza es posible utilizar dos estrategias que se van a potenciar entre ellas, la primera es de imitación, donde los estudiantes deben copiar al docente y conocer sus posibilidades. Para esta estrategia además de la danza libre de estilo, también se recomiendan las danzas tradicionales por el componente cultural que estas poseen, que pueden ayudar a comprender a la sociedad y ser adoptada con familiaridad. La segunda estrategia corresponde a una fase más exploratoria, en la que los estudiantes deben expresar su propia danza, se utiliza la improvisación y fomenta la creatividad, para trabajarla se sugiere el uso de estímulos rítmicos con ausencia de música. Con esta “forma espontánea” los estudiantes tomarán conciencia de sus propias capacidades y potenciará en proceso reflexivo y creativo, lo que finalmente se puede materializar de forma grupal en la elaboración de una coreografía (Vicente, et al., 2010, pp.44-45).

A modo de cierre el artículo indica que los aportes de la danza en la educación son un hecho, es necesario que los docentes integren las herramientas que tengan a su alcance en sus planificaciones y programas para que sea fructífero. Para la investigación que se lleva a cabo este trabajo reafirma la idea original de que la danza es capaz de generar un desarrollo personal transversal, y que las técnicas y metodologías que se utilicen serán relevantes en los aspectos que se potenciarán en quienes la practiquen.

2.2 Marco teórico

El desarrollo de esta propuesta escolar implica realizar un recorrido para su fundamentación e introducción basada en una reflexión pedagógica y curricular.

2.2.1 Bases Curriculares.

Las bases curriculares vigentes en nuestro país corresponden a lo que ha establecido el Ministerio de Educación (MINEDUC) el año 2015, documento que guía a las instituciones educativas del sistema escolar chileno y que establece los conocimientos mínimos que debiesen adquirir los estudiantes para una educación integral para la vida en sociedad.

El artículo 25 de la Ley General de Educación establece que la Educación Media consta de seis años, de los cuales los dos últimos corresponderían a Educación Diferenciada (MINEDUC, 2009) según las preferencias del estudiante (Científico-Humanista o Técnico profesional). Por consiguiente, serán considerados como Educación Media a los niveles desde séptimo básico a cuarto medio.

Así el documento guía para las instituciones separa a la educación media, con un documento específico para la formación general (7° básico a 2° medio) y otro para la formación diferenciada (3° y 4° medio), no obstante, desde la transversalidad los objetivos son los mismos en ambos grupos.

Estas bases en sus Orientaciones para el aprendizaje indican que los y las estudiantes deben generar un conocimiento, entendimiento y confianza de sí mismos, para lograr la autonomía que les permita tener un proyecto de vida con deberes, responsabilidades, valores y buenos hábitos con el fin de ser un aporte para la sociedad. Además, los y las estudiantes deberán adquirir la facultad para afirmar sus propias creencias, intereses y virtudes. (Ministerio de Educación, 2015, p20).

Para esto es que se proponen objetivos transversales en la enseñanza, que deben estar presentes en todo proceso educativo, desde las clases de cada asignatura, la convivencia escolar, espacios recreativos, etc. para una enseñanza para la vida, integral y significativa. Estos saberes “dotan de sentido a los aprendizajes disciplinares”, incorporando al conocimiento académico el conocimiento del entorno, las relaciones interpersonales y el “saber ser” (*¿Qué es la transversalidad educativa? Ayuda Mineduc*, s. f.), favoreciendo al desarrollo personal del alumnado en la experiencia escolar (Ministerio de Educación, 2015, p25).

2.2.1.1 *Objetivos Transversales en las bases curriculares.*

El Ministerio de Educación (2015, p26) invita a las instituciones a desarrollar en su proyecto los Objetivos Transversales agrupados en nueve Dimensiones de aprendizaje: afectiva, física, cognitiva- intelectual, socio cultural y ciudadana, moral, espiritual, proactividad y trabajo, proyectos personales y tecnologías de la información y comunicación (TIC).

La dimensión afectiva pretende que a través del desarrollo de identidad personal y la amistad, la reflexión crítica de sí mismos, la consolidación de la autoestima, auto valía, la valoración a la familia y el entorno, exista un desarrollo y crecimiento personal en los estudiantes. A su vez, esta dimensión se divide en siete objetivos de Aprendizaje en los que los docentes pueden enfocarse (MINEDUC, 2015, p 26).

La dimensión física está encargada de promover un estilo de vida saludable, el cuidado, respeto y valoración de nuestros cuerpos y el de otros. Posee dos objetivos de aprendizaje para profundizar (MINEDUC, 2015, p 25, 26).

La dimensión cognitiva- intelectual dirige sus objetivos de aprendizaje al desarrollo de capacidades que ayuden a los estudiantes a tener una mayor comprensión y capacidad de análisis, habilidades en investigación, la capacidad crítica, la visión de la realidad, entre otras. Para lograrlo los objetivos que posee son siete, entre los que se puede encontrar la resolución de problemas, la planificación y el pensamiento crítico (MINEDUC, 2015, p26).

La dimensión sociocultural y ciudadana tiene los objetivos de la educación cívica, contextualizando al estudiante en su entorno, la relación en sociedad y el medioambiente. Se compone de seis objetivos de aprendizaje (MINEDUC, 2015, p26).

La dimensión moral se compone de cuatro objetivos de aprendizaje que se orientan a construir sujetos morales, con juicio ético basado en los Derechos Humanos Universales. (MINEDUC, 2015, p27).

La dimensión espiritual solo recoge dos objetivos, estos apuntan principalmente a la reflexión sobre las interrogantes que siempre han suscitado en el ser humano y su trascendencia en el universo. Incluye la religión en el caso de las instituciones que deseen impartirlo (p 27).

La dimensión de planes y proyectos personales se compone de un único objetivo para desarrollar la capacidad de los estudiantes de orientar su vida en el futuro, de proyectar sus objetivos y planificar en función de sus deseos personales. (p 27, 28).

La dimensión de Proactividad y trabajo posee seis objetivos orientados a fomentar la valoración al trabajo, la perseverancia, el trabajo en equipo, el rigor, la iniciativa personal y una serie de cualidades sustanciales para la vida laboral (p 27).

La última dimensión corresponde al uso de las TIC, con tres objetivos enfocados en introducir a los estudiantes en el mundo digital y desenvolverse en el con habilidad, utilizando diferentes recursos que faciliten situaciones (p 28).

Saavedra (2017) en un estudio que realizó sobre la contextualización de los Objetivos Transversales en Chile, obtuvo desde el relato de profesores de diferentes asignaturas su visión al respecto. Si bien la gran mayoría los considera como esenciales en la educación de los estudiantes, manifiestan que es muy complejo implementarlos en su propia clase ya que existen varios factores que se interponen. Desde la formación de los docentes en la universidad, en donde el enfoque primordial es el de su especialidad hasta el plan de la institución en la que luego ejerce su profesión, pues en las instituciones se tiene mayor consideración con el desarrollo cognitivo del estudiante por lo que el tiempo estimado para la realización de una clase y su planificación respectiva se basa en el contenido intelectual. Añadido a esto, profesores manifiestan que el marco curricular del MINEDUC es de difícil comprensión y debido a la velocidad y cantidad de trabajo de ellos, es complejo poder fomentar al trabajo interdisciplinario y acordar estrategias con los colegas (Saavedra, P. 2017, p.26). Otro punto importante es que toda la comunidad educativa debe involucrarse en la enseñanza de estos OAT, hasta el momento las instituciones tienden a separar los contenidos transversales y ser trabajados en orientación, inclusive aquellos OAT que se trabajan generalmente tienen un propósito académico y disciplinar, como por ejemplo el trabajo grupal y el esfuerzo (2017, pp.27,29,32).

Saavedra expone propuestas para lograr abarcar los OAT con mayor eficacia, como evaluar de formas variadas el aprendizaje, modificar las características de las asignaturas según sus necesidades y que los estudiantes encuentren el sentido que les aportan los aprendizajes para la vida, llama a los docentes a atreverse a crear nuevas propuestas y estrategias para descubrir talentos (2017, p.42).

2.2.1.2 *Tiempo Escolar de Libre disposición.*

Si bien las bases curriculares constituyen a una guía para los establecimientos educacionales, cada institución tiene la libertad para proponer y poner en práctica su propio Proyecto Educativo, respetando los lineamientos generales.

Para hacer esto posible, los colegios y liceos que tienen jornada completa, poseen el 30% de las horas semanales de libre disposición para realizar diferentes actividades que ellos crean pertinente y que tengan relación con su proyecto educativo y las instituciones que utilizan completamente la propuesta del Ministerio poseen el 15% de las horas libres. Estas horas libres pueden ser gestionadas con diferentes posibilidades, como la realización de una asignatura nueva, profundizar o dividir una asignatura existente en el currículum, realización de talleres, profundización de los Objetivos Transversales, entre otros (Mineduc, 2015, pp. 24, 25.).

Castillo y Martínez (2017), en un trabajo de investigación sobre la utilización de las horas libres en los colegios y liceos de Chile exponen que gran parte de las instituciones particulares y subvencionadas utilizan estas horas para reforzar contenidos como Lenguaje y Matemáticas, iniciativa regularmente tomada por el sector administrativo como lo es Directiva, UTP y profesores. Por el contrario, en las instituciones municipales el uso de aquellas horas mayoritariamente es para otro tipo de actividades según los intereses de los y las estudiantes, aun así, el porcentaje de

colegios en que las HLD están destinadas al cumplimiento del PEI y de una educación “integral” es mayoritario.

Por otra parte, en un estudio realizado el mismo año por estudiantes de la Universidad de Concepción, donde se entrevistó a docentes y directivos de 4 colegios diferentes, se obtuvo como resultado que hasta el momento las HLD eran destinadas al reforzamiento de asignaturas tradicionales y no a actividades que desarrollen otras áreas del conocimiento. (Baeza, M. et al, 2017).

Sandoval Balcázar (2018, p19.) atribuye a esta práctica a la necesidad que tienen las instituciones por cumplir con los estándares que exigen las pruebas SIMCE, por lo que se les otorgarían las HLD para su preparación de forma directa o no y así conseguir ciertos incentivos que ofrece el gobierno por el cumplimiento de la “calidad educativa”. Es elemental que estas horas comiencen a ser utilizadas con un fin realmente importante, que se utilicen para actividades lúdicas, actividad física o cualquier otro aprendizaje nuevo para prepararlos para el futuro y no se genere esta sobrecarga de las materias tradicionales.

2.2.2 Autoafirmación y Crecimiento personal.

2.2.2.1 Definiciones por autores.

Para Fernando González Ochoa (1929) la Autoafirmación es la manifestación de la Autenticidad, la Personalidad, la Originalidad y Autoexpresión, mientras que sitúa la vanidad en el extremo opuesto, entendiéndola como una simulación ya sea de cualidades o apariencia con la que se deforma el concepto del sujeto, la vanidad está en razón inversa a la personalidad, pues no se expresan deseos ni motivos internos (íntimos), lo que mueve a actuar es la consideración social. La Autoafirmación para este autor tiene estrecha relación con la interioridad del ser y como los instintos son

los que deben activar el actuar, la base para que una manifestación humana sea auténtica. La simple acción de manifestarse se entiende aquí como el exteriorizar la intimidad que al igual que la autoexpresión reflejan de manera fiel y genuina.

La Autoexpresión, en este caso, viene a encarnar el verdadero crecimiento humano el cual solo puede ser efectivo cuando proviene desde lo interno hacia afuera, y es por esto que sólo puede ocurrir cuando se ha tomado real conciencia de uno mismo. Aquí se define como Egoente, sujeto de la Autoexpresión, como alguien que cree en sí mismo, que no finge por condicionarse o por presiones externas, una persona que se muestra tal y como es sin aparentar, que es capaz de ser aceptado por tal cualidad (Hernández, 2016). Lo anterior al referirse a una exteriorización del ritmo interno lleva a la originalidad del ser, a lo auténtico, y de saberse y tener conocimiento de esta autenticidad.

En la investigación realizada por el psicólogo Steele, C. (1988) se presentan resultados de experimentos, varios en relación al concepto de autoafirmación y su relación con la integridad y el autoconcepto. Steele define la autoafirmación como un auto sistema el cual sostiene imágenes del yo como alguien moral, competente, estable, con capacidad de decisión y de control de su entorno, por lo que el objetivo final de este concepto apunta a un ser globalmente íntegro. Utiliza la palabra global porque, si bien, las personas pueden tener variedad de conductas que presenten una amenaza para el autoconcepto o imagen del individuo, la autoafirmación apunta al general, a la pintura completa, intentando así ocultar o minimizar comportamientos más específicos que vayan en contra de esta integridad. Según esto, cuando un sujeto ve su imagen amenazada por algún motivo, este busca alguna otra causa de mayor peso que vuelva a entregarle la seguridad personal que vio momentáneamente dañada.

Se despierta un sistema general de protección del ego, el cual cumple la función de afirmar el autoconcepto general y darle valor. Greenwald, A. (1980) propone el concepto de ego totalitario el cual sesga los procesos de información que le dan al yo una estabilidad. En la investigación de Steele también se menciona la teoría de autoeficacia de Bandura (1977) como un componente relevante al señalar que la eficacia esperada para cierto comportamiento o conducta es fundamental para la motivación a la hora de realizar dicho comportamiento o conducta. Estas expectativas, aunque lleguen a ser engañosas, de igual forma funcionan como potenciador para la realización y persistencia del accionar, así se evidencia también en investigaciones de Greenwald, A. (1980).

Por otro lado, Steele sugiere que las personas pueden llegar a adaptarse a amenazas hacia sí mismos a través de acciones que afirmen la integridad de su ser. Aún si estas adaptaciones no resuelven ni eliminan dichas amenazas. Un ejemplo que se da habla de mujeres víctimas de cáncer de mama, que incapaces de eliminar la amenaza bajo la que se encuentran, se adaptan cambiando sus estilos de vida para afirmar sus valores básicos, como dejar de hacer lo que no les haga sentido y comenzar a enfocarse en lo que sea verdaderamente satisfactorio para ellas. Otro tipo de amenazas también puede ser el de enfrentarse a calumnias o prejuicios sin fundamentos que busquen dañar la imagen de una persona o también amenazas auto impuestas como el volverse fumador o alcohólico. Si se vuelve a retomar el ejemplo de las mujeres víctimas de cáncer de mama, se evidencia que la fluidez del proceso de adaptación da cuenta del sistema de protección al ego, del que ya se mencionó anteriormente, el cual no tiene por objetivo el resolver la raíz del problema o de la amenaza específica, sino que va orientado a mantener este auto concepto general de integridad personal. Se deja una cita del educador Anderson, J. (1942) a modo de

ejemplificar y validar este sistema de protección, “El éxito del estudiante en un área puede compensar con creces el fracaso en muchas áreas”.

Martin, (1985) citado en Steele, C (1988) habla sobre un efecto en cadena a la hora conectar las acciones con la valorización que se dan los individuos a sí mismos. Habla sobre el accionar por razones o motivos, los cuales tienen un grado de valor para la persona que los lleva internalizados, lo que hace que doten, por consecuencia, dicho accionar de gran importancia y al realizarlo esta persona se considerará a sí misma valiosa.

¿Qué ocurre cuando las razones o pensamientos entran en conflicto con las acciones que se ejecutan? Esto se conocerá como Disonancia Cognitiva, una teoría expuesta por Festinger, L. (1957) la cual habla de una tensión o conflicto entre las creencias y conductas de una persona. Según Cooper, et. al. (2005) los sujetos pueden llegar a cambiar sus actitudes, valoraciones, creencias para justificar sus acciones y así darles un sentido de coherencia y reducir la inconsistencia. Greenwald, A. y Ronis, D. (1978) señalan que la motivación para este cambio cognitivo está fuertemente ligada nuevamente a la defensa del ego. La disonancia podría considerarse como una amenaza al yo (ego) al presentarse como una inconsistencia, por lo que los pensamientos o ideas que afectan un aspecto importante y que están íntimamente relacionadas con el autoconcepto buscarán reducir esta disonancia al realzar las virtudes positivas del ser. Para el psicólogo Steele (1988), cuando una persona se afirma a si misma con imágenes y acciones de gran valor, las pequeñas inconsistencias (y amenazas) pueden volverse más tolerables.

La naturaleza de la autoafirmación busca mantener el concepto global de autosuficiencia en el sujeto, no está orientada a terminar con las amenazas hacia la

integridad del ser, sino más bien a la defensa del ego, afirmar aspectos de valor del individuo, finalmente se le da relevancia al panorama general, los pensamientos que genere esta auto afirmación pueden llegar a ser un medio eficaz para reducir los mecanismos que afectan directamente en el pensamiento y que influyen en la auto imagen que se tenga de uno mismo, y que puedan resultar en negación o en desvalorización.

Para el psicoanalista Branden, N. (1994) la autoafirmación significa la capacidad de valerse por sí mismo, de tratar al propio ser con respeto logrando buenas relaciones interpersonales, esto se refiere a no caer en el confinamiento de la propia personalidad con el objetivo de complacer a otros, evitar enfrentamientos o para llegar a la manipulación. Señala que esta autoafirmación tiene diferentes formas de expresión, tales como exponer ideas de manera voluntaria o hacer notar desacuerdo frente a alguna conducta u acción.

Si hablamos de afirmación, ¿qué es esto que se afirma? ¿el descubrimiento de la persona a sí misma? Verges (1978) expone una relación determinante para la formación del ser, esta es una relación donde utiliza los conceptos del yo y el tú. Señala que el tú, refiriéndose a personas que rodeen al individuo, es decir el yo, le ayuda a su comprensión como individuo ya que se le presenta como alguien distinto a sí mismo. Este auto afirmar que es mediante estas relaciones interpersonales es donde el yo llega a tomar conciencia de su estado personal como individuo, dejando claro la importancia que tiene entablar estas relaciones humanas. El yo se reconoce a sí mismo entonces como persona y no es que se sabe a sí mismo como tal hasta que se logra esta relación y comunicación con la persona del tú, y aquí llega un nuevo concepto el cual se conoce como auto realización personal, la cual se logra gracias a la intervención de un otro,

recordando, cómo es que el ser humano desde siempre ha sido un ser social y dependiente de sus vínculos. Esto más allá de significar una pérdida o dependencia en la personalidad misma, actúa como una ganancia para ambas partes al volverla aún más sólida.

2.2.2.2 *Autoafirmación en la infancia.*

Si bien esta memoria posee un enfoque en la edad adolescente, no se ignora que el desarrollo durante la infancia influye sobre el desenvolvimiento que tenga un sujeto por el resto de su vida, es por esto que se tiene en consideración las etapas por las que transita la formación de la autoafirmación, en este caso, sus etapas iniciales y como a partir de ellas es que va mutando y alcanzando diferentes niveles de evolución.

Según Papalia, Olds y Feldman, (2009) en el desarrollo psicosocial en la primera infancia el auto concepto comienza a ser un punto de atención para el niño o niña, ya que comienzan a desarrollar una consciencia sobre sí mismos. En la segunda infancia (va desde los cinco a siete años de edad), en cambio, se ve un desarrollo de este auto concepto que dio inicio en la primera infancia, pues con la experiencia de vida va cambiando su autodescripción. La manera en que los infantes se describen en esta etapa es de carácter específico, hablan de conductas o comportamientos observables y precisos. La visión que tengan sobre sí mismos demuestra una visión positiva irreal, pero una vez que se llegue a la edad de 7 años, el proceso comienza a demostrar cambios en su auto descripción, esta vez de manera más general y autocrítica, podrá realizar un balance entre sus fortalezas y debilidades, también comenzará a aceptar el tener emociones conflictivas, pero aun así será capaz de mantener su concepción general con una visión positiva sobre sí mismo. Lo anterior

muestra el paso que se da de tener pensamientos abstractos a pensamientos más concretos, cambiando la realidad del infante.

Kestenbaum y Gelman (1995) mencionados en Papalia, Olds y Feldman (2009) afirman que las emociones como la culpa, la vergüenza y el orgullo se desarrollan para el tercer año de vida, que es en la primera infancia cuando los infantes comienzan a tener consciencia sobre si mismos y también de las normas a las que deben obedecer y por las que deben guiar su comportamiento.

En la tercera infancia, el concepto que tienen sobre si mismos ya comienza a desarrollarse de manera más compleja, alcanzando una mayor comprensión y control en las emociones que van experimentando. La auto descripción ahora puede enfocarse en más de una dimensión a la vez, es en esta etapa donde los conceptos del yo real vs el yo ideal comienzan a tomar mayor relevancia, al igual que las comparaciones entre su persona y sus pares o con el contexto en que se vea envuelta, comenzando a generar una influencia directamente en el desarrollo de su autoestima. Rotenberg y Eisenberg (1997) citados en Papalia, Olds y Feldman, (2009) exponen que los niños en la tercera infancia ya pueden reconocer lo que les causa rabia, miedo o tristeza al igual que reconocen como reaccionan otras personas frente a estas mismas emociones. Al llegar a un nivel de desarrollo más complejo es en esta edad, además, que son conscientes de que, aunque una emoción se reprima esto no significa que se deje de existir. Esto también demuestra un crecimiento emocional, pues ya pueden llegar a entender y a diferenciar diversos sentimientos a los que se vean expuestos.

2.2.2.3 *Elementos relacionados a la Autoafirmación.*

Un elemento fuertemente relacionado a la auto afirmación ha sido el autoconcepto, que según Rice (2000) es una percepción cognitiva consciente que tiene un sujeto sobre sí mismo, a su vez, Erickson (1956) se refiere a este como el yo auto percibido. Siguiendo con Rice (2000) la estima que se tiene hacia la propia persona, sobre todo en adolescentes, tiene mucho que ver con estas auto imágenes o conceptos contruidos sobre sí, los cuales son los encargados de llevar a esta persona hacia la autoaceptación. Por otro lado, González, et. al (1997) califican el autoconcepto como una variable de gran influencia en lo que respecta a la personalidad, llegando a potenciarla tanto afectiva como motivacionalmente. Se expone en su trabajo, además, que es un elemento fundamental para el aprendizaje escolar efectivo. Ahora bien, centrando el foco en la relación entre auto concepto y personalidad, en este estudio el sentido personal está compuesto por tres dimensiones fundamentales: la *visión del mundo*, ligada al sistema cognitivo de la persona, el *estilo de vida*, consecuencia de la interacción entre el sistema afectivo, los valores y moral de la persona, y finalmente, la *auto imagen o auto concepto*. Menciona también González, et al. (1997) la teoría de la personalidad elaborada por Royce y Powell (1983), esta teoría expone el auto concepto como la imagen que un individuo tiene sobre sí mismo y que se determina por la información procesada tanto externa como interna al ser, la cuál es juzgada de acuerdo al razonamiento que tenga la persona y qué tan significativa o de valor sea para ella. Gardner (1995) destaca lo importante que es que un individuo sea capaz de analizarse y conocerse y expone a Pintrich (1994), quien abre las puertas a la idea de investigar en el campo de la psicología educacional un nuevo modelo de aprendizaje en donde estuviese incluido el trabajo de autoconcepto por su gran influencia y relevancia sobre el aprendizaje escolar. González, et al. (1997) señalan que al existir disconformidad entre la auto imagen percibida versus la auto imagen ideal es cuando

se puede desencadenar en la persona un sentimiento de ansiedad que lleve como consecuencia a generar un auto concepto negativo, y en casos extremos, hasta depresión.

Otro elemento importante ligado a la auto afirmación es la autoestima, Rice (2000) señala que es la consideración que una persona tiene sobre sí misma y que su desarrollo viene de la mano de la interacción humana, con esto se vuelve a poner en énfasis la importancia del sujeto como ser social, y como esto es una determinante en su desenvolvimiento durante la vida. Según el autor son los pequeños logros y el reconocimiento los que potencian la evolución de la autoestima. Para los investigadores Güell y Muñoz (2000) la persona por si misma tiene el poder de establecer una identidad propia y de auto valorizarse, es esta auto valorización a la que ellos denominan como autoestima, además de la importancia de mantener un nivel óptimo de esta por las consecuencias positivas que trae para la calidad de vida y el bienestar. Por el contrario, si esta no se desarrolla correctamente o se presenta en un nivel bajo el psicólogo Maslow (1991) asegura que esto será un obstáculo en el camino para lograr la auto realización. Este autor expone en su pirámide de necesidades el importante rol que cumple la autoestima para la vida. Naranjo (2007) apunta a que, si bien la naturaleza de la autoestima es cambiante y dinámica lo que significa que puede pasar por distintos estados, no quita que se vuelva una estructura estable con el paso del tiempo, dependerá mucho de las influencias tanto internas como externas a las que el sujeto se vea sometido.

Existe una relación entre el autoconcepto y la autoestima, Rice (2000) hace la conexión al explicar que una vez las personas construyen y validan esta percepción que tienen sobre sí mismas, se comienza a formar un sentimiento de estima y de auto

aceptación, cuando se perciben a sí mismos como personas de valor entonces llega la autoestima, demostrando también que los conflictos internos ya no están presentes.

Estas percepciones o creencias que se tengan sobre uno mismo influenciarán directamente sobre la conducta del sujeto, en la adolescencia esto se ve reflejado en el desempeño escolar. Sin embargo, también el ambiente en el que se vea inserto jugará un rol importante, como las expectativas que los propios maestros tengan sobre su persona y sus capacidades, como sea la relación con sus pares, si es que pertenece a algún grupo, entre otras situaciones que involucren sus relaciones interpersonales. Las experiencias afectivas se presentan como un punto fuerte para promover y potenciar el autoconcepto y la autoestima.

Para Fernández y Extremera (2002) el ámbito emocional cumple un rol fundamental en la vida cotidiana, es por esto que en su obra citan la teoría sobre inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1997) en donde la definen como la habilidad que poseen los individuos para percibir y reconocer distintos sentimientos, que se logren comprender y saber reaccionar de manera correcta frente a estos. Este mismo modelo señala que la inteligencia emocional presenta en cuatro componentes claves:

- **Percepción y expresión emocional:** esto nos habla del reconocimiento consciente de emociones y de tener la capacidad de expresarlas verbalmente.
- **Facilitación emocional:** se refiere a poder generar sentimientos que de alguna manera sirvan de ayuda para sobrellevar ciertos pensamientos.
- **Comprensión emocional:** Lograr asimilar sentimientos complejos y tener comprensión cuando ocurran cambios emocionales significativos.

- **Regulación emocional:** Saber orientar emociones tanto positivas como negativas al estar experimentándolas.

Fernández, et al. (2002) aseguran que la inteligencia emocional no tiene por qué estar ligada a lo que personalidad se refiere, ya que alguien de carácter extrovertido, por ejemplo, no significa que tenga una percepción y comprensión emocional adecuada. Sin embargo, también pueden existir los casos en que una persona con cierto tipo de personalidad introvertida presente mayores facilidades para el desarrollo de sus habilidades emocionales con el tiempo.

Este concepto de inteligencia emocional puede ser relacionado a la Autoafirmación ya que los sentimientos que experimenta un sujeto funcionan como un filtro para lograr una mayor comprensión del ser, cuáles son sus gustos, que es lo que le desagrada, ayuda como una lectura interna de la persona y sus sentimientos, saber reconocerlos y clasificarlos llevará a una mayor comprensión sobre si mismos, también ayuda a decidir que es a lo que se le da valor, por lo que la asimilación y comprensión de los sentimientos que se tengan hacia el propio ser es muy importante, de igual manera el saber reaccionar a dichas emociones.

Preguntar el cómo nos sentimos, puede incidir directamente en la forma de pensar de la persona, en la perspectiva de ver las cosas, situaciones o incluso en pensamientos sobre sí mismo. No tener una buena regulación emocional puede afectar sobre aspectos importantes en la vida de las personas, como, por ejemplo, en las relaciones interpersonales. Además, como exponen Fernández, et al. (2002) para llegar a comprender las emociones de un otro, primero se deben comprender las emociones propias, cuáles son las situaciones, actitudes o cosas que gatillen sentimientos específicos y de ser así de qué manera afectan a la persona. Cuando se logre esta

identificación y comprensión, se lograrán forjar relaciones más sanas con el entorno, por lo que la inteligencia emocional es un factor que debe tenerse en consideración en la formación del ser, esta también dependerá mucho de las experiencias que les haya tocado vivir a cada persona, pues al ser todas distintas cada individuo tendrá su propia y particular forma de ver y entender las cosas, así como las emociones.

Pérez (2012) señala además sobre este concepto que influye positivamente en el bienestar personal, pues fomenta en gran medida la seguridad personal, por lo que las tasas de estrés tienden a ser más bajas. Mayer, et al. (1997) se refieren a este punto afirmando que las personas con una visión y pensamientos más positivos lo son gracias a su inteligencia emocional. Helson, y Wink (1987) mencionados por Pérez (2012) sostienen que cuando las personas se sienten seguras de ellas mismas trae como consecuencia una mayor valorización hacia sí, por lo tanto, una mayor autoestima.

Según una investigación realizada por la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía (2016), en específico el psicólogo Hué, C. opina que las emociones pueden llegar a condicionar el aprendizaje, por lo que hace un llamado a las instituciones escolares para que cambien el foco de enseñanza a educación, menciona la importancia del rol de la educación en su labor de ayudar a estudiantes para que aprendan a relacionarse con ellos mismos y, por consiguiente, con sus pares de forma sana.

La formación de esta habilidad puede comenzar desde una edad temprana, puede ocurrir una desregulación emocional cuando el individuo se enfrenta a situaciones en las que sienta una amenaza, como en el caso de la infancia cuando los niños son regañados por una figura de autoridad como padres o maestros, o cuando buscan atención, pero resultan ignorados. En la adolescencia la falta de seguridad

emocional puede llegar a expresarse en pensamientos negativos y dificultad para afrontar problemas. Estos fueron los resultados de los análisis de un cuestionario sobre inteligencia emocional para una investigación realizada por la Asociación Aragonesa de Psicopedagogía (2016).

2.2.2.4 *Su labor en el aula.*

Dentro de la educación actual y la formación docente no es frecuente el concepto de la autoafirmación, Hernández en el 2017 realizó un artículo para reflexionar acerca de un estudio teórico que analiza la Autoafirmación entendida como Autoexpresión desde la mirada de Fernando González Ochoa y la Autonomía desde la mirada kantiana. Sobre este sustento, la Autoafirmación dentro de la educación toma un rol en la forma en que se educa y se es educado, si los docentes e instituciones educativas se instruyen y le otorgan el valor correspondiente podrán desarrollar una educación libre de instrucción, pues la verdadera educación viene del comprender desde dentro hacia afuera, de esta forma el docente pasa a ser un guía que enseña a aprender y no que solo entrega conocimientos, pues el conocimiento solo se adquiere desde la propia experiencia (pp. 25-28).

Se trata de promover la individualidad y respetarla como ser, González (1936, citado en Hernández, 2017, p. 29) expresa que la cultura es un concepto importante relacionado a la educación, en la que se muestra el “verdadero yo” (comillas propias), permite auto expresarse y se elimina cualquier simulación que esté inculcada por la sociedad. Al permitir ser uno mismo, todo lo enseñado será parte de uno, sin aparentar. Según el pensamiento de Kant (Ocampo, 2011) la cultura corresponde a todo aquello construido que está fuera de la naturaleza instintiva de las personas, incluye a la consolidación de lazos, los modales, refinamiento en la satisfacción de las necesidades y producción material de bienes entre otros, en ella es posible progreso en habilidades

en pos de la sociedad que se está construyendo, expresándose con libertad pero al mismo tiempo orden y paz gracias a que existe un “refinamiento de la propia naturaleza”. Sin embargo, la lógica kantiana indica que la instrucción es clave para construir el potencial moral y talentos, aun así, el autor expresa que al mismo tiempo la educación es un fenómeno que cambia y debe evolucionar a través del tiempo, acogiendo experiencias anteriores de quienes han investigado (Ocampo, 2011, p. 81) a favor de un hombre sujeto y no un hombre objeto (Hernández, 2017 citando a Freire, 2007).

De esta forma y permitiendo la autoafirmación dentro de las aulas se admite orientar a los estudiantes a la obediencia desde un sentido comprensible y no obedecer porque la autoridad lo dice, protegiendo a los educandos a ser alienados y manejados por otras personas (Hernández, 2017, p. 30).

Entonces, si bien el proceso del aprendizaje viene desde nosotros mismos, es fundamental el acompañamiento de otro que permita mostrarnos quienes somos o el camino para descubrirlo, evitando los autoritarismos y validando a todos por igual. Es totalmente incorrecto creer que, por ser profesores, se tiene mayor valor o se es merecedor de respeto, todos lo merecen por igual, desde esa concepción es que se concede a los niños y niñas la oportunidad de manifestarse y expresarse, donde se es una “vasija de intenciones” (González, 1935, p. 279, citado por Hernández, 2017, p. 34), intensión que se reflejará posteriormente en todo lo que realice, porque será una acción intencionada por uno mismo y no por otros, surgirá de los propios deseos y necesidades.

Hernández concluye en su artículo que “Lograr el acceso a los fundamentos de la autoafirmación, a la interioridad del otro, ha de ser la mayor conquista del docente

ya que solo desde ella se posibilita un auténtico diálogo” (2017, p.37). Es importante educar desde la autoafirmación porque las personas son autónomas a medida en que son conscientes de sus propios límites y de la importancia de su participación en los procesos sociales.

Para que los sujetos en formación logren aprender a planificar su proyecto de vida, tomar decisiones, resolver problemas, comunicarse eficazmente, elevar su autoestima y desarrollar el “sentido positivo ante la vida” que plantea el Mineduc, es decir, para que los estudiantes posean la Autoafirmación es necesario que exista educación emocional y afectiva, donde entiendan como escuchar sus emociones, a gestionarlas y expresarlas (García, 2012, p. 8). Así las personas podrán vivir como sujetos eficientes y eficaces que puedan resolver las distintas situaciones que se presenten (Calle, Remolina de Cleves y Velásquez, 2011, p. 100).

La conciencia de sí mismos es por sobre todo de la emocionalidad y la percepción de cómo esta influye, referido a esto se evidenció un aporte desde las prácticas educativas no convencionales (asignaturas escolares) para la educación emocional, los adolescentes que practican alguna actividad extracurricular perciben sus emociones con mayor claridad, debido a que adquieren herramientas que les ayudan a poder comprender y desglosar sus emociones, además quienes practican más de una actividad, cuando adultos poseerán una mayor autoestima por el desarrollo de las habilidades antes planteadas y el autoconcepto. En esa misma línea se da a conocer que la realización de actividades artísticas proporciona una mayor introspección en los adolescentes (Calero, Barreyro y Injoque-Ricle, 2017, p. 50).

Los elementos que se asocian a la autoafirmación también tienen un rol fundamental en el espacio educativo, como la autoestima, una competencia de

autonomía emocional que se enriquece gracias a la autogestión personal (Calle et al., 2011, p. 100).

González, et al. (citando a Navarro, et al. 2019) indica que existe una relación directa entre la inteligencia emocional y una mayor autoestima (2019, p.20). Si los estudiantes poseen una alta autoestima, podrán sobrellevar de mejor manera el estrés provocado por la misma situación escolar (Rodríguez & Caño, 2012, p. 391 citando a Dumont y Provost, 1999), además con la presencia de la autoestima, los educando serán más persistentes en sus labores y resistentes al fracaso, tomando esa experiencia no como algo personal si no como una circunstancia que podrá solucionarse, en el caso de las experiencias de aprendizaje los estudiantes sienten mayor satisfacción por el éxito y se muestran más cercanos a los demás (Rodríguez, et al. 2012).

Garaigordobil & Durá (2006) con un estudio comparativo de otras investigaciones ratifican que los adolescentes que manifiestan mayor autoestima y mayor autoconcepto poseen habilidades y valores como el sentido cooperativo, de trabajo en equipo, perseverancia, responsabilidad, son más sociables y al mismo tiempo son autoexigentes, controlan sus impulsos, son más felices y menos tímidos, casi no presentan sentimientos de soledad o celos, tienen un mejor control emocional, control del estrés, de la ansiedad y la depresión (p. 57).

La labor de la autoafirmación y todos los elementos relacionados, la autoestima, el autoconcepto, la inteligencia emocional es mantener el equilibrio en las personas, darles satisfacciones y la seguridad para crecer, “la inteligencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito profesional (...) no garantiza nuestro éxito en la vida cotidiana” (Fernández-Berrocal, et al., 2002, p.1).

En definitiva como expone Dueñas Buey (2002) los estudiantes tendrán un mejor rendimiento académico, sabrán construir su propia autoestima fácilmente, mejorarán su creatividad, disfrutarán más de las clases, del aprender y se solucionarán conflictos de convivencia si se les educa emocionalmente, debido a que adquieren habilidades para controlar sus emociones y regularlas para el bienestar social, produce empatía, además una persona con buena autoestima que es segura de sí misma, de sus emociones y sus capacidades genera confianza tanto de sí mismo como hacia los demás, facilitando también la relación entre pares.

2.2.3 Adolescencia.

2.2.3.1 Definición.

La adolescencia representa una transición en el desarrollo el cual, según Papalia, et al. (2009), implica cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, y que asume diversas formas en diferentes entornos sociales, culturales y económicos. González, et al. (2009, mencionados por Papalia, et al. 2009) definen la adolescencia como una “transición evolutiva” pues representa un proceso de transformación y desarrollo desde la etapa infantil hacia la madurez tanto en el aspecto físico como mental, emocional y sexual que representa la edad adulta. Es por esto mismo que también relatan la influencia y consecuencias que trae consigo este cambio en la apariencia la cual se ve afectada a su vez por los cambios hormonales propios de la edad. Se le suman a eso el cambio en su manera de pensar, la cual se vuelve más abstracta e hipotética, y no se debe dejar de lado la parte emotiva, en donde los sentimientos van mutando y replanteándose hacia la mayoría de las cosas que conocen. Papalia, et al. (2009) señalan que todas estas áreas de desarrollo mencionadas

anteriormente se encuentran una vez que los adolescentes enfrentan el principal desafío característico en esta etapa de desarrollo en particular, el cuál vendría siendo el encontrar una identidad.

Por otro lado, el psicólogo y psicoanalista Erik Erikson (1968) considera que la adolescencia representa la instancia en donde se produce una crisis, lo que lleva a este adolescente en la búsqueda de una identidad personal, que es finalmente lo que definirá e identificará al individuo durante su vida como adulto.

La adolescencia, a su vez, consiste en más de una etapa, tenemos la adolescencia temprana la cuál va desde los 11 a los 14 años y es un período en donde el crecimiento tanto físico como cognitivo y social está bastante presente, lo que la vuelve una etapa bastante influyente en lo que sería la autonomía, autoestima e intimidad. Si bien se habla de cambios positivos esto tampoco está exento de lo que podrían llegar a ser efectos de riesgo, pues tantos cambios significativos pueden no llegar a ser tan fáciles de asimilar, necesitando de ayuda externa para poder enfrentarlos y aprender a sobrellevarlos. Offer, Kaiz, Ostrov y Albert (2002. Mencionados en et. al 2009) señalan que la adolescencia representa una etapa en donde los individuos de esta edad comienzan a mostrar sus múltiples diferencias, en donde la mayoría termina convirtiéndose en adultos satisfechos consigo mismos, y en donde una minoría bastante considerable, pero aun así existente, se verá enfrentada a ciertos problemas en su camino hacia esta adultez.

En cuanto al desarrollo y maduración cognitiva durante la adolescencia, se pueden percibir variadas diferencias entre adolescentes y niños, en su manera de pensamiento o en su forma de expresarse, señalando además que la velocidad con la que los adolescentes procesan información es cada vez más eficiente. “Aunque es

posible que su pensamiento siga siendo inmaduro en algunos sentidos, muchos adolescentes tienen la capacidad de razonamiento abstracto y de sofisticados juicios morales; asimismo, pueden planear de manera más realista para el futuro” (Papalia, et. al 2009, p.489)

Piaget (1972) afirma que los individuos entran en el nivel más alto de su desarrollo cognitivo durante esta etapa, que generalmente comenzaría a los 11 años de edad. Este nivel lleva a que la información se comprenda y se interprete a niveles más complejos, la mentalidad de los adolescentes se vuelve más flexible y más abstracta en este punto, por lo mismo pueden entender ahora significados más profundos y no quedarse sólo con lo que les ofrece la realidad, llegando a plantearse lo que es posible vs a su ideal. Por otra parte, para David Elkind (1984), el pensamiento adolescente se vuelve inmaduro, tienen dificultades a la hora de tomar decisiones y se vuelven groseros ante las figuras de autoridad. En esta etapa parecieran tomar cierta actitud de egocentrismo, cambia la manera en la que se ven a sí mismos y al mundo que les rodea, y como señala el psicólogo, muestran incomodidad ante tales cambios de perspectiva (mencionados en Papalia, et. al 2009).

Este cambio en el pensamiento adolescente ciertamente inmaduro para Elkind se manifiesta en distintas formas, Papalia, et al. los expresan de la siguiente manera (2009, p.492):

- ***Idealismo y tendencia a la crítica:*** La comparación entre la realidad de la que son parte y el ideal que les gustaría alcanzar chocan constantemente en esta etapa. Volviendo a la actitud egocentrista y a la desobediencia frente a figuras de autoridad, creen fervientemente que saben mejor que sus padres o algún otro adulto como es que el mundo funciona.

- ***Tendencia a discutir:*** Como se apuntó anteriormente los adolescentes creen tener siempre la razón y no pierden oportunidad de dejar esto en claro, enfatizando sus puntos y su manera de racionalizar cayendo en discusiones con sus mayores. “Los adolescentes buscan de manera constante las oportunidades de poner a prueba sus capacidades de razonamiento.” (p. 492).

- ***Indecisión:*** Infinitas pueden ser las opciones que tengan los adolescentes en diversas situaciones, pero a la hora de escoger alguna la determinación desaparece, puede que lleguen a complicarse la existencia por las decisiones más irrelevantes.

- ***Aparente hipocresía:*** “Es frecuente que los adolescentes jóvenes no reconozcan la diferencia entre expresar un ideal, como la conservación de energía, y hacer los sacrificios necesarios para alcanzarlo, como utilizar el automóvil con menos frecuencia.” (Papalia, et al, 2009, p. 492).

- ***Autoconciencia:*** Este punto se concentra mayormente en el estado mental durante la adolescencia, el creer que todos quienes les rodean piensan lo mismo que ellos, que les juzgan o que están atentos a sus acciones. Elkind (1984, citado por Papalia, et. al 2009) nombra a este fenómeno como “audiencia imaginaria”, que finalmente viene representando la consciencia de uno mismo. Asegura que esta fantasía de la audiencia imaginaria está presente fuertemente durante esta etapa y que puede llegar a perdurar en la vida adulta, pero en un nivel mucho más bajo.

- ***Suposición de singularidad e invulnerabilidad:*** Otro término utilizado por el psicólogo para referirse a esta compleja etapa como lo es la adolescencia es la “fábula personal”, con el cuál hace alusión a la creencia que tienen los adolescentes por sentirse especiales, que las circunstancias por las que pasan en la

vida son únicas y que nadie les entenderá, “otras personas caen en la adicción a las drogas, pero no yo” o “Nadie ha estado tan profundamente enamorada como yo” (Papalia, et al, 2009, p. 493). Al igual que con la audiencia imaginaria, la fábula personal puede continuar hasta la edad adulta.

Hablando ahora en relación a la adolescencia con el contexto escolar se debe hacer énfasis en que las prácticas educativas con las cuales se abordan a los estudiantes mayormente se basan en la suposición de que estos pueden que estén motivados a aprender, pensando en una motivación intrínseca. La realidad es que muchos estudiantes no presentan esta motivación innata, por el contrario, esta parece ir disminuyendo a medida que van creciendo y llegando a la educación media, así es como lo exponen Larson y Wilson, (2004) mencionados en Papalia, et al., (2009). Esto puede traer consecuencias bastante negativas si se piensa que una consecuencia bastante común es la deserción escolar, sobre todo en poblaciones más vulnerables social y económicamente. “Con frecuencia, la disminución en la motivación y el rendimiento académico comienza con la transición de la intimidad y familiaridad de la escuela primaria al ambiente más grande, con más presiones y menos apoyo de la educación media” (Eccles, 2004, citado en Papalia, et al., 2009, p. 506). Los estudiantes reaccionan positivamente a un ambiente escolar en donde se les haga participe y en donde reciban el apoyo constante tanto de docentes como de sus pares.

2.2.3.2 *Desarrollo psicosocial.*

Un concepto clave en este punto es la búsqueda de la identidad y la “teoría del yo”, según Erik Erikson (1998, mencionado en Papalia, et. al 2009) la concepción del yo consistía en tener conformadas metas, valores y creencias que le darán una estabilidad firme a esta imagen del yo, este proceso se conformaría durante los años de la adolescencia.

“El esfuerzo por darle sentido al yo es parte de un proceso sano que se construye sobre las bases de los logros conseguidos en etapas anteriores (la confianza, la autonomía, iniciativa) y que coloca los cimientos para enfrentarse a los retos de la vida adulta. Sin embargo, es raro que la crisis de identidad se resuelva por completo durante la adolescencia; las cuestiones relacionadas con la identidad surgen una y otra vez a lo largo de la adultez”. (p.515).

Otro punto importante establecido por Erikson es el choque que ocurre entre la crisis de identidad vs la confusión de identidad, según el psicólogo el adolescente debe pasar por una crisis de identidad para encontrar su nuevo yo, ese que lo ayudará a convertirse en un ser social y a encontrar su yo social. La confusión de identidad sucede a consecuencia de no tener claro cuál es el rol que se viene a cumplir en la sociedad en la que se vive, se siente confusión acerca de quien se es, por lo mismo para Erikson esta identidad que se busca se forma a partir de la resolución de tres resoluciones: elección de una ocupación, adopción de valores que les sirvan de guía y una claridad en su identidad sexual. Según Elkind (1967, extraído de Papalia, et al. 2009) muchos adolescentes no llegan a desarrollar del todo estas resoluciones ya que se les presiona y obliga a volverse adultos a una edad en la que aún no se sienten preparados, siendo contraproducente para la formación de su propio proceso, pues no se debe olvidar que cada individuo tiene sus propios tiempos de desarrollo. Como consecuencia puede llegar a ocurrir que dicha crisis de identidad tenga dificultades para encontrar un camino firme, y por lo mismo, de formar una imagen fidedigna del yo. “Carecen del tiempo y de la oportunidad para tener una moratoria psicosocial: el periodo de libertad necesario para desarrollar un yo estable y dirigido hacia el interior” (Papalia, et al, 2009, p. 516).

En el caso contrario, cuando los adolescentes logran sobreponerse de manera efectiva ante esta crisis, Erikson señala que desarrollan la virtud de la fidelidad: un cambio positivo tanto en relación consigo mismo como con la relación que se tiene con el entorno, entonces se reafirman valores, el sentido de pertenencia, y se genera una identificación con diversas áreas de la vida en general, lo cual da estabilidad en la persona.

Los adolescentes extienden su confianza a mentores o seres amados. Al compartir sus pensamientos y sentimientos, el adolescente aclara una identidad tentativa al verla reflejada en los ojos de la persona amada. Sin embargo, estas intimidades adolescentes difieren de la intimidad madura, que implica un mayor compromiso, sacrificio y transigencia. (Papalia, et al, 2009, p.516).

Esta crisis de identidad puede llegar a durar hasta la vida adulta, o, por el contrario, puede retrasar la llegada de esta etapa de adultez, sobre todo psicológica. De hecho, Erikson conecta esta idea de crisis con el comportamiento hostil que presentan algunos adolescentes en sus relaciones sociales que funciona en este contexto como un mecanismo de defensa ante esta falta de identidad y seguridad.

Papalia, et al. (2009) hace referencia al psicólogo Marcia J. E. (1966), quien indica que los jóvenes adolescentes pueden llegar a cuatro diferentes estados de identidad, que son cuatro caminos diferentes de desarrollo del yo (*self*), “Marcia describe cuatro estatus de identidad, basados en la cantidad de *exploración* (“crisis” en su formulación original) y *compromiso* que el adolescente está experimentando o ya ha experimentado...” “Cada uno de ellos representa un estilo particular de afrontar las tareas de establecer y revisar el propio sentido de identidad personal” (González, et al, 2009, citados en Papalia, et al, 2009, p.517).

Estos cuatro estados se explicarán a continuación:

1: *Logro de identidad* (crisis que conduce a un compromiso): Aquí el adolescente ha concluido su período de exploración y los compromisos que este ha adoptado se muestran firmes y sólidos. Este estado está asociado a características positivas como altos niveles de autoestima. Se toman decisiones en base a reflexiones previas y su determinación hacia las mismas es firme. Demuestra también que hubo detrás un apoyo presente de los padres en que desarrolló esta autonomía, sin presiones y escuchando los deseos que expresa, lo cual resulta en una persona sobresaliente en habilidades sociales en comparación a los demás estados.

2: *Exclusión* (compromiso sin crisis): En este estado los adolescentes adquieren o asumen compromisos sin una reflexión previa, sino más bien adoptan valores o razonamiento de figuras con las cuales ellos se identifiquen, muchas veces los mismos padres. No hay mayores exploraciones al no pasar por una crisis, ni tampoco mayores cuestionamientos acerca de sus decisiones.

3: *Moratoria* (crisis sin llegar a un compromiso): A diferencia del estado anterior aquí se puede encontrar efectivamente una exploración, una crisis de identidad, pero sin llegar a ningún compromiso claro o ninguno con demasiada determinación. No puede decidirse ante sus opciones lo que le genera inestabilidad.

4: *Difusión de identidad* (Sin compromisos, sin crisis): No hay ninguna exploración, ni tampoco hay ninguna toma de decisiones ni compromisos. Aún no hay una actitud de seriedad con respecto al futuro, ni una consideración en las opciones que se le presentan. Este estado se considera pasivo e inmaduro, ya que aún no se desarrolla la autonomía.

González, et al. (2009), afirman que son varios los autores que, utilizando lo planteado por James Marcia, señalan que el proceso evolutivo se va acrecentando en mayor medida durante la adolescencia tardía e inicio de la juventud adulta.

La construcción de la identidad parece avanzar a diferentes ritmos y con diferentes procesos.

Una de las implicancias que más ha caracterizado a este período de desarrollo es la rebeldía. “Se ha dicho que los años adolescentes son un tiempo de rebelión que implica confusión emocional, conflicto con la familia, alejamiento de la sociedad adulta, comportamiento desenfrenado y rechazo de los valores adultos. Sin embargo, investigaciones basadas en escuelas con adolescentes de todo el mundo sugieren que sólo cerca de uno de cada cinco adolescentes se ajusta a este perfil” (Offer y Schonert-Reichl, 1992, citado en Papalia, et al., 2009, p. 530). Sin embargo, lo anterior no quiere decir que esta no sea una época difícil o libre de conflictos entre los adolescentes y sus familias, “el conflicto familiar, la depresión y las conductas riesgosas son más comunes que durante otros momentos del ciclo vital.” (Arnett, 1999, Petersen et al., 1993, citado en Papalia, et al., 2009, p. 531). La intensidad de los cambios repentinos en el humor del adolescente es mucho más fuerte durante la adolescencia temprana, esto causado por el mismo proceso hormonal de su paso por la pubertad.

Siguiendo con las consecuencias de la pubertad en este período y las tensiones que se generan en el mismo, se provoca una gran cantidad de crisis a los inicios de la adolescencia, como ya se habló antes, mayoritariamente por la reafirmación de su autonomía y por su búsqueda de identidad personal, lo que puede llegar a gatillar en diversos conflictos en sus relaciones personales/ familiares. Se genera un estrés

emocional por parte del adolescente cuando comienza este desligue en la búsqueda de su afirmación como individuo.

2.2.3.3 *Influencias relevantes.*

Diferencias asociadas al sexo en la formación de identidad:

Archer y Marcia, J. (1993) exponen la cuestionabilidad existente entre las diferencias en adolescentes por el tipo de género que poseen, sosteniendo que las diferencias individuales y personales son mucho más relevantes e influyentes que el género en cuestión (extraído de Papalia, et al., 2009, p. 519).

Varios han sido los autores que se han referido a este tema en particular como Erikson, Marcia, Gilligan, entre otros, pero no se han encontrado diferencias tan determinantes. “La autoestima masculina parece vincularse con los esfuerzos por los logros individuales, mientras que la autoestima femenina depende más de las conexiones con los demás” (Thorne y Michaelieu, 1996, citado en Papalia, et al 2009, p. 519).

Según los estudios realizados por Robins y Trzesniewski (2005), aseguran que la autoestima disminuye durante la adolescencia, probablemente ante el cambio en la imagen corporal u otras influencias ligadas al abandono de la niñez. Esta disminución de la autoestima se dice es más rápido en el caso de las niñas que de los niños, luego vuelve a aumentar progresivamente al comienzo de la edad adulta, o juventud.

Relación con sus padres:

Los adolescentes ciertamente buscan una constante liberación de la dependencia hacia sus padres, pero no son solamente ellos los que se encuentran en una problemática en torno a sus maneras de actuar, pues los mismos padres experimentan conflictos en sus emociones en torno al rol que debiesen cumplir. “Quieren que sus hijos sean independientes, pero se les dificulta dejarlos ir. Los padres tienen que caminar una línea muy fina entre darles suficiente independencia y protegerlos de lapsos inmaduros de juicio. Estas tensiones pueden conducir a conflictos familiares y los estilos de crianza infantil pueden influir en la manera en que se presentan y en sus resultados” (Papalia, et al., 2009, p. 532). Si bien es cierto que los padres no pueden obligar a sus hijos a que expongan la intimidad de sus vidas, ni a obligarlos a bajar todas sus barreras, si es cierto que el ambiente familiar que los padres hayan ido generando a lo largo de la vida del adolescente será un factor determinante a la hora de la formación de dichas barreras, “...las relaciones de los adolescentes con sus progenitores se ven afectadas por la situación vital de estos últimos: su trabajo, su situación matrimonial y su nivel socioeconómico” (Papalia, et al., 2009, p. 532).

El conflicto familiar también es un tema constante en la etapa adolescente que además cumple una función de gran importancia para el proceso de *individuación* de este, Nucci, Hasebe y Lins-Dyer (2005) (mencionados en Papalia, et al., 2009 p. 532), recalcan la lucha existente de la que es protagonista el adolescente en esta búsqueda de identidad personal y autonomía, resaltando la importancia que tiene durante este período el ser capaz de lograr diferenciar su propio ser de la gente que le rodea, generando con esto la sensación de ser único y diferente. Estos conflictos son más frecuentes al inicio del período adolescente, pero llegan a su mayor intensidad a mediados de esta.

También hay que tener en consideración que la conformación de los ambientes familiares existentes hoy en día puede llegar a ser bastante diversos, pueden existir separaciones, constituirse por solo un padre presente, pueden estar ambos padres ausentes y que haya otro familiar a cargo, entre muchas otras situaciones.

El nivel socioeconómico familiar, como se menciona anteriormente, también juega un rol importante al aportar en el contexto en el que estos adolescentes desarrollan su diario vivir, “...los hijos de padres pobres tienen mayores probabilidades de experimentar un ambiente negativo tanto en casa como en la escuela, sucesos estresantes y hogares inestables y caóticos” (Papalia, et al. 2009, p. 404, refiriéndose a Evans, 2004; Felner et al., 1995).

Factores Étnicos:

El origen étnico cumple un rol determinante en la formación de identidad para los adolescentes pertenecientes a comunidades en particulares, siendo un aspecto innegable de su persona. Según Phinney (1998) mencionado en Papalia, et al. (2009) existen cuatro estados de identidad étnica.

Se tiene el estado de ***Difusión*** en donde el adolescente no ha realizado ninguna exploración o investigación con respecto a su origen étnico y no comprende las implicancias o lo que conlleva su pertenencia. Muy parecido es el estado de ***Exclusión***, en donde la exploración también ha sido mínima con respecto a su origen racial, sin embargo, tiene cierta consciencia y sentimientos ya más definidos a las implicancias que conlleva pertenecer a este origen, estos pueden ser tanto positivos como negativos, pero están presentes en su realidad e identidad. Por otro lado, se presenta el estado ***Moratorio*** en donde el adolescente ha comenzado su exploración en relación a sus raíces, si bien aún no comprenden del todo lo que esto implica y hay cierta confusión,

se es consciente del sentido de pertenencia a cierta identidad. Finalmente se expone el estado de *Logro* en donde el adolescente ha pasado por su proceso de exploración y es consciente de su origen étnico con todo lo que esto conlleva, por lo que existe una comprensión y aceptación del mismo.

“Aquellos individuos pertenecientes a cualquier grupo de edad que se encontraban en el estado de logro tuvieron mayor probabilidad de considerar que la raza era central para su identidad” (Yip, Seaton y Sellers, 2006, en Papalia, et al., 2009, p. 519).

La discriminación es un factor influyente en cómo pueden llegar a percibirse estos jóvenes en torno a su identidad racial, sobre todo en la llegada de la adolescencia, por lo que la autoafirmación puede encontrar un obstáculo enorme para desarrollarse positivamente, sino que, por el contrario, concuerda con los autores anteriores en que podría terminar hasta en depresión.

Hughes et al. (2006) mencionado también en Psicología del Desarrollo de la infancia a la adolescencia (Papalia, et al., 2009) explica el término “socialización cultural” como la educación que reciben los niños durante su infancia acerca de su herencia racial o étnica, inculcando en ellos las tradiciones y costumbres propias de la cultura a la que pertenecen con el fin de adentrarlos y fomentar un orgullo por esta. Asegura que los adolescentes que han pasado por esta culturización durante su etapa infantil presentan una identidad racial mucho más forjada y positiva en comparación con los que no han tenido la oportunidad de vivir dicha experiencia.

Sexualidad:

El desarrollo sexual también presenta su grado de relevancia a la hora de formar la identidad personal y, además, influirá de manera profunda sobre la imagen que vaya forjando el adolescente sobre sí mismo, además de las relaciones interpersonales que vayan siendo parte de su entorno (Papalia, et al., 2009).

Si bien este aspecto ya puede encontrarse presente durante la infancia, es durante la adolescencia que se vuelve algo mucho más relevante. “No existe una ruta única en el desarrollo de la identidad y conducta gay, lésbica o bisexual. Debido a la falta de maneras socialmente aceptadas de explorar su sexualidad, muchos adolescentes homosexuales experimentan una confusión de identidades” (Sieving, Oliphant y Blum, 2002, en Papalia, et al., 2009, p. 522).

La relación que se mantiene con los pares cobra una gran relevancia, en la adolescencia se pasa más tiempo con gente de la misma edad para buscar modelos e intimidad, más autonomía. Por lo mismo comienzan a pasar menos tiempo con la familia, pero es esta misma las que los proveen de seguridad y estabilidad la cual otorga la confianza para explorar y aventurarse. Allen (2003) y Laursen (1996), afirman que las relaciones interpersonales que vayan forjando los adolescentes son más firmes cuando presentan una buena relación con sus progenitores, y son estos quienes fomentan a sus hijos para que sigan sus propios caminos y se vuelvan personas autónomas, pudiendo realizar objetivos por sus propias capacidades y habilidades (referenciados por Papalia, et al., 2009).

2.2.4 Teorías involucradas en el desarrollo de la Personalidad.

2.2.4.1 *Teoría del Reconocimiento*

El reconocimiento está fuertemente ligado con la Identidad. Una identidad es una definición de sí mismo, en parte implícita, que un agente humano debe poder elaborar en el curso de su conversión en adulto y (según el mismo Erikson) seguir redefiniendo a lo largo de su vida, no se trata de una realización facultativa. Sin identidad estable nos sentimos al borde de la crisis, y no sólo muy desgraciados, sino también incapaces de funcionar con normalidad. Los momentos en los que se corre el riesgo de perder la identidad se definen como momentos de crisis. Ciertos conflictos adolescentes los explica Erikson con ayuda del concepto de «crisis de identidad» (Taylor, 2005, p.10).

En cuanto a la relación entre la identidad y la definición de la moral, una vez que se define la identidad se logra visibilizar lo verdaderamente importante para sí o lo que, por el contrario, no cuenta con tanta relevancia, lo que es significativo y lo que no, lo que es indiferente. Al dar una identidad se está explicitando lo que se *es*, y eso al mismo tiempo sitúa a la persona en un espacio social determinado, en un espacio moral. Lo ubica en un lugar concreto, origen, familia, región, Estado. “Mi identidad, para que sea mía, debe ser aceptada, lo que abre en principio el espacio de una negociación con mi entorno, mi historia, mi destino.”, (Taylor, 2005, p.12). Sin embargo, esta visión se ha ido de a poco moldeando hasta darle al individuo un papel protagónico en la búsqueda de su autodefinición.

Si debo realizar un modo de ser original, y no ajustarme a un patrón ya definido por todos, entonces mi identidad es antes que nada objeto de investigación. Se hace obligado inventarla, y si hay alguien que tiene un papel inalienable en ello, debo ser yo mismo. Pero decir que participo por derecho en esta invención es decir que toda solución debe satisfacerme antes de

adoptarla. Mientras no la reconozca como forma de mi originalidad, no podré declararla mía. Esto significa decir, en efecto, que una identidad debe en principio ser asumida (Taylor, 2005, p.13).

Ahora volviendo a lo que negociación con su entorno se refiere, es que se habla de reconocimiento como condición para lograr la identidad, según Taylor en su obra, el individuo tiene necesidad, para ser él mismo, de ser reconocido, "...se comienza a hablar del reconocimiento en el momento en que se ponen las bases expresivas de la concepción de la identidad moderna. Esto testimonia la radical falta de autosuficiencia del ser humano en este terreno. No podríamos definirnos por nosotros mismos." (Taylor, 2005, p.13). Cuando el individuo busca su definición es cuando ocurre el choque entre lo que el individuo aspira y lo que será frente a los demás.

Taylor ha hablado sobre dos ejes con respecto a la identidad, esta como el horizonte moral que define al individuo sobre qué cosas son importantes y que tengan relevancia para él, y también sobre la identidad como lo que es para el individuo como suyo y personal, además de su lucha por el reconocimiento. Ahora bien, hay un tercer eje el cual presenta la identidad de grupo, o identidades colectivas. "Igual que todo individuo tenía su propia medida, en relación a la cual debía conducir su vida, así todo pueblo tenía su propio genio, que debía estar en la base de su cultura." (Taylor, 2005, p.14). Si bien se habla de pueblo, puede adoptarse a cualquier otro similar, por ejemplo, países, culturas, familias, amistades, etc. Estos tienen la tarea de desarrollar sus identidades en base a la originalidad y no a la copia de otros, pues caerían en ser simplemente imitaciones y se perdería la identidad de grupo como tal. "Los dos planos son paralelos, pero están al mismo tiempo entremezclados. Por una parte, la identidad de grupo tiene necesidad de ser asumida, al igual que la identidad del individuo. Pero

esto implica a los individuos que la forman. El grupo no podría vivir con esta identidad más que en la medida en que buena parte de sus miembros se definieran en esos términos” (Taylor, 2005, p.14). Las personas pueden llegar, entonces, a una identificación por el grupo al que pertenecen.

Taylor, Ch. (1993) enfatiza la importancia del reconocimiento ya que este influye directamente sobre el desarrollo de la identidad de las personas, no es un tema que sea indiferente ni que se trabaje por separado. La ausencia de este (reconocimiento) puede traer consecuencias negativas en la auto representación de los sujetos. Siguiendo con esta idea el reconocimiento puede tomarse como un proceso clave para la auto comprensión de los seres humanos.

Ávila y Martínez de Correa, (2009) afirman que Charles Taylor expone dos condiciones que han representado problemas en la identidad dentro de estas sociedades modernas que se habitan. La primera se enfoca en la caída de los sistemas jerárquicos por los cuales las personas se reconocían a sí mismas como de cierto status en el cual llevar su vida. La segunda se enfoca en este cambio de visión donde la identidad como individuo pasa a ser más importante, en donde las reflexiones sobre el propio ser pasan a estar en centro y en donde el reconocimiento pasa a formar una parte indispensable para ello.

Si ahora nos centramos en la teoría del Reconocimiento de Axel Honneth (1997), el ser humano sólo se constituye como tal en relación con otros seres humanos en un medio intersubjetivo de interacción, es por ello que el reconocimiento es el elemento fundamental de constitución de la subjetividad humana; por otro lado, las estructuras en que se encuentran sedimentadas las formas de reconocimiento son

fundamentales para la existencia e integración de la sociedad (Basaure, 2011, citado en Tello, 2011, p. 47).

En resumen, la falta de reconocimiento, la indiferencia o un mal reconocimiento dará como resultado el mayor daño a la subjetividad de los sujetos, estos daños podrían dejar graves secuelas en la personalidad.

Según Honneth en su teoría del Reconocimiento (1997), este se separa en tres formas, las cuales conllevan tres maneras diferentes de daño psíquico en el individuo si llegasen a presentarse de manera deficiente. Las tres esferas en las que se divide el Reconocimiento como tal serían: la esfera del amor, la cual apunta hacia el sentido del cuidado y la atención; la esfera del derecho; y la esfera del reconocimiento social o la solidaridad. El daño como consecuencia correspondiente a cada una de estas esferas serían los siguientes: Un escaso Reconocimiento en la esfera del amor dejaría secuelas como el maltrato o la violación; en las del derecho puede ser la discriminación o desposesión de derechos; y en la esfera de solidaridad social la estigmatización y/o injurias. Estos daños quebrantan alguna forma de relación del individuo consigo mismo: la autoconfianza en la primera de las esferas, el autorrespeto en la segunda y la autoestima en la última.

2.2.4.2 Teoría de Autodeterminación

Las personas son condicionadas en gran medida por las condiciones sociales en las que se desenvuelven, esto puede ser un factor influyente en el desarrollo de sus personalidades. Los individuos pueden presentarse con un carácter bastante proactivo o, por el contrario, mostrar una actitud un poco más pasiva. Existen diversos factores

que pueden potenciar los procesos de auto motivación, un desarrollo psicológico saludable y bienestar, pero otros que, en cambio, pueden minimizarlos. Se han postulado tres necesidades psicológicas innatas, las cuales son: la competencia, la autonomía y el relacionarse, las cuales aseguran que al ser cumplidas generan un efecto positivo en la auto motivación de los sujetos, al igual que en la salud mental. Por el contrario, al no satisfacer estas necesidades se ve reflejado en una baja de lo que se mencionó anteriormente.

Según Ryan, Kuhl y Deci (2000) la Teoría de la Autodeterminación es un enfoque hacia la motivación humana y su personalidad, la cual enfatiza y se centra principalmente en la importancia de la evolución que tienen los mecanismos propios del ser humano a la hora de desarrollar la personalidad y regulación de su propia conducta. Según esto, esta teoría sería una investigación enfocada en los mecanismos propios que tienen las personas para el desarrollo y crecimiento, como de sus necesidades psicológicas innatas, pilares de su auto motivación y de la integración de su personalidad (si bien esto puede ir cambiando con el tiempo por diversos factores externos, esto es lo que les da una base). En efecto, las investigaciones que utilizan esta teoría también han podido esclarecer dichos factores externos, encargados de reducir o de volverse un obstáculo para la auto motivación, el funcionamiento social y el bienestar.

Para abordar en esta teoría se debe comenzar hablando sobre la motivación como tal, según Ryan y Deci (2000) su naturaleza se relaciona con la activación y la intención. Estos autores hablan de la motivación por las consecuencias favorables que conlleva, la producción, personas motivadas logran un mayor nivel de producción, por lo que este rasgo es asociado directamente a personas con roles importantes como

dirigentes, maestros, padres, roles donde la cualidad que resalta es la habilidad para movilizar a los demás a actuar, o sea, ser motivantes. Las causas de estas motivaciones pueden variar según experiencias o preferencias, las personas pueden ser motivadas por diferentes actividades de todo tipo o por distintas exigencias externas, puede ser tanto una motivación positiva como negativa, ya el sujeto puede estar movilizándose por gusto o por presión, puede ser una motivación tanto interna como externa. Por esto mismo y considerando que hay diferentes fuerzas que mueven a las personas a actuar, es que se observa que motivación existe de diversos tipos, cada una de estas motivaciones tienen diferentes consecuencias para el aprendizaje, el desempeño y la experiencia personal.

La motivación intrínseca es parte de la naturaleza humana y es un recordatorio positivo de las capacidades inherentes de las personas a desafiarse y a aprender para lograr sus cometidos, “los evolucionistas reconocen que, a partir del momento del nacimiento, los niños, en un estado saludable, son activos, inquisitivos, curiosos, y juguetones, aun en ausencia de recompensas específicas” (Harter, 1978, en Ryan y Deci, 2000, p. 3). El concepto de motivación intrínseca hace alusión al interés espontáneo, alcanzar objetivos y a la exploración, lo que es de gran valor e importancia para el desarrollo cognitivo y social, esto como base. Ahora si se habla de mantener esta capacidad a lo largo del tiempo y de su potencialización requiere de ciertas condiciones externas de apoyo. Siguiendo con la idea de estos dos autores, la TEC (Teoría de Evolución Cognitiva) una sub unidad dentro de la Teoría de la Autodeterminación tiene como propósito investigar y especificar los factores determinantes en la variabilidad de la motivación intrínseca. Esta investigación se centra en la comparación de factores beneficiosos en contraste con factores que dificulten o deterioren la motivación en el individuo en diferentes condiciones o

contextos, "...esta florecerá si las circunstancias lo permiten." (Ryan y Deci, 2000, p. 4.) La Teoría de Evolución Cognitiva argumenta que las situaciones donde se den contextos de competencia pueden llegar a ser un propulsor en la motivación intrínseca como los feedbacks, las recompensas, comentarios positivos hacia el accionar, etc. Asimismo, un feedback o comentario negativo hacia el actuar de una persona puede tener el efecto contrario. Se habla de competencia no en el sentido de superar a un otro, sino de ser eficaz en la acción que se está realizando y de lograr el cometido por cuenta propia, en otras palabras, lo que el individuo realmente valora es la autonomía con la que pudo realizar su actuar, motivado por su autodeterminación. Al igual que las recompensas, como ya se mencionó anteriormente, existen los factores obstaculizadores, la presión externa u objetivos impuestos por otra persona son algunas amenazas para la expresión de la motivación intrínseca. Es por esto que debe dejar esclarecido que un ambiente en donde se tomen en cuenta los sentimientos y emociones de las personas, al igual que dejar que se guíen bajo su autonomía y auto dirección sin verse afectados por terceros le dará una potencialidad y ampliación a su motivación. Estas prácticas positivas son aplicadas, por ejemplo, en maestros y maestras que busquen fomentar esta forma de autorrealización. "Los estudiantes que son enseñados con un enfoque más controlador no solo mostraron pérdida de iniciativa, sino que también aprendieron menos efectivamente, especialmente cuando el aprendizaje requería de un procesamiento conceptual, y creativo" (Amabile, 1996; Grolnick & Ryan, 1987; Utman, 1997 en Ryan y Deci 2000, p. 5).

Existe un tercer factor, el de relacionarse, la manera en la que se relacionan los individuos con otros y como esto afecta directamente en la motivación intrínseca y como esta se expresa. Volviendo a la infancia, se habla de que esta se observa a través de la exploración del infante y que esta conducta es fomentada positivamente por los

padres cuando adoptan una actitud de apoyo y de seguridad hacia su hijo o hija, esto con el fin de darles el sentimiento de autonomía desde temprana edad. Este escenario se repetirá a lo largo de la vida con las demás relaciones interpersonales que se vayan generando, cuando estas se generen en un ambiente de seguridad y confianza, se irá incentivando aún más el desarrollo de esta motivación.

La motivación extrínseca, por otro lado, está presente sobre todo a partir de la primera infancia en donde la motivación intrínseca se reduce considerablemente por factores sociales que presionan a niños y niñas a realizar actividades que no son de su total interés, pero que se presentan como nuevas responsabilidades a las cuales deben hacer frente.

¿Cómo, entonces, se encuentra la motivación suficiente para realizar actividades que no produzcan un real interés (intrínseco) en la persona y como se puede prolongar su ejecución en el tiempo? Según Ryan y Deci (2000) cualquier figura de poder que intente infundir ideas o conductas en otros debe tomar en cuenta lo que le motiva a esa otra persona para incorporarlo y así tener un mejor resultado, no obstante, la aceptación de estas conductas o ideas de un otro puede ir desde la desmotivación a la obediencia pasiva, o desde el compromiso al aceptar aún renuente. Dependerá de que tipo de motivación le llevó a aceptar, el grado de valor que se le dará a esta conducta o nueva actividad, y es aquí en donde aparecen dos nuevos conceptos fundamentales para la motivación de tipo extrínseca, la internalización y la integración. Se habla de internalización al referirse a valores o comportamientos ajenos que se albergan como propios, mientras que la integración apunta hacia la transformación (con el tiempo) de estos valores o ideas, de modo que lleguen a reflejar el propio ser de la persona que los internalizó. “La internalización y la integración son

claramente aspectos centrales de la socialización en la infancia, pero ellos también son continuamente relevantes para la regulación de la conducta durante el curso de toda la vida” (p. 6).

Por lo tanto, mientras que lo que la motivación extrínseca busca es lograr un objetivo determinado mediante la realización de una actividad o proceder, la motivación intrínseca habla de un accionar realizado por el simple hecho de la satisfacción que dicha acción conlleva en la persona.

2.2.4.3 Teoría de la Atribución

Según Manassero y Vásquez (1995) la Teoría de la Atribución se asocia al Modelo Motivacional de Weiner (1986) el cual explica los logros mediante atribuciones causales que la gente ha podido notar en situaciones anteriores donde se ha vivido ya resultados positivos o de éxito. Este modelo explica que una secuencia motivacional se inicia cuando un individuo vivencia un resultado exitoso al alcanzar un objetivo deseado, o un resultado negativo, cuando se experimenta un fracaso. Como consecuencia de lo anterior el sujeto experimenta sentimientos ya sea de felicidad, de tristeza, o frustración, y esto a su vez da como resultado que esta persona busque la causal del resultado obtenido por sus acciones. En este proceso de búsqueda se pueden encontrar múltiples causales, tanto internas como externas, como por ejemplo el contexto social en el que se vive, las experiencias personales del individuo, presiones del ambiente, tipos de relaciones interpersonales en las que se desenvuelve, etc. Esta búsqueda asignará una de estas causas al resultado obtenido en particular, un ejemplo que dan estos autores es la atribución de un fracaso académico a la falta de esfuerzo.

Se habla en su artículo sobre la existencia de dimensiones causales, que como herramienta para su clasificación se dividen en tres causas, se organizan en: Causas internas o externas al observador (Lugar de Causalidad); si la causa es estable o inestable en el tiempo (Estabilidad); y si es controlable o incontrolable (Controlabilidad), estas clasificaciones son útiles ya que se les pueden asociar distintas consecuencias psicológicas dependiendo de la atribución. Al “Lugar de Causalidad” le corresponden sentimientos del ego (autoestima y orgullo); la Estabilidad de la causa influye en el cambio o mantenimiento de las expectativas de logros a futuro y la Controlabilidad genera emociones de relación social tanto dirigidas hacia sí mismo como: vergüenza, estimación o hacia los demás como compasión o ira. Todas estas emociones ya sean positivas o negativas influirán directamente con la motivación del individuo y en como vaya desenvolverse a lo largo de su vida en diversas tareas o experiencias. Siguiendo con Manassero, et al. (1995) y su observación al modelo de Weiner (1986) dejan en evidencia la importancia que este le da tanto a las emociones como a las causas antecedentes ligadas a estas mismas, pues finalmente son estas causas las que provocan diversos tipos de sentimientos en las personas. Las reacciones emocionales pueden llegar a dar una pauta para el comportamiento y para el desenvolvimiento que tendrán los individuos en su conducta a futuro, comprometiéndolos a tomar ciertas actitudes de ante mano frente a desafíos. “Un fracaso atribuido a una causa controlable elicit culpabilidad, que puede funcionar como un instigador hacia el logro” (Manassero, et al., 1995, p. 362).

2.2.4.4 *Teoría de la Autoeficacia*

Esta teoría pone como foco de estudio el comportamiento humano y las causas que explican los distintos tipos de conductas, para Peralbo, Sánchez y Simón, (2014) las variables en las personalidades de los individuos no se determinan ni se engloban en rasgos generales, sino en la forma en que cada individuo asimila o vive situaciones concretas. La evaluación de la personalidad se lleva mediante medidas como la expectativa de la autoeficacia, esto se relaciona directamente con la concepción del “self”, es decir, con la concepción que se tenga de sí mismo, por lo que deja como base para el desarrollo de la teoría de la autoeficacia el pensamiento autorreferente. “En el contexto del estudio y medida de la personalidad, la autoeficacia se podría inscribir en el marco de las distintas concepciones del «self»” (Palenzuela, 1983, citado en Peralbo, et al., 2014, p. 38). Este pensamiento autorreferente no es estático, va evolucionando a la par con el sujeto a medida que avanzan los años, este va cambiando al igual que cambian las relaciones interpersonales en las que se vea envuelto, al igual que los ambientes y presiones sociales a las que se va exponiendo, y también al cambio en cómo se va asimilando el mundo exterior a medida que se avanza en edad. Cuando un individuo pasa por su propio proceso de evaluación, entiéndase también como el proceso de evaluar sus propias capacidades y de ser consciente de lo que es capaz, este tomará en cuenta sus habilidades en relación con la meta u objetivo que quiera lograr a futuro ya sea a corto o largo plazo. Por tanto, la autoeficacia es un término el cual se refiere a como un individuo le pone valor, ya sea juzgando o apreciando, las capacidades que posee para realizar una tarea de manera exitosa.

Lo anterior también funciona como detonador motivacional, ya que se está en un contexto de anticipación a las consecuencias que puede llegar a tener el accionar, por lo que esto mueve a un sujeto a la activación. Si las consecuencias que se predicen

para el futuro se muestran favorables, la anticipación motivará el comportamiento y el repetir conductas que representen un valor o que contengan significado para la persona. Sin embargo, esta autoeficacia no es inalterable, puede ser modificada por diversos factores en el entorno en el que se desenvuelvan, personas que tengan una alta autoeficacia se exponen mucho más a situaciones o experiencias en las que saben que obtendrán resultados positivos gracias a sus habilidades, no así como a personas de baja autoeficacia que prefieren evitar la exposición a dichas situaciones al tener en baja estima sus propias capacidades, anticipándose a obtener resultados deficientes a los esperados, y es así como estos dos tipos de personas pueden cambiar la percepción que tengan de su autoeficacia hacia el lado opuesto, pues esta no se mantendrá inmutable a lo largo del tiempo. Las personas con baja autoeficacia pueden observar y dar cuenta de individuos con las mismas habilidades y que, a pesar de esto, son capaces de lograr lo que ellos creían excedía sus límites, dándoles un impulso en su motivación.

El contexto anterior es una de las fuentes responsables de la variación en la eficacia personal que una persona tenga sobre sí misma y, como esta, existen otras opciones a tener en consideración según Bandura et al. (1977):

- **Logros de ejecución:** es la más influyente pues es la concepción directa que se tiene de las propias habilidades y el valor que se les da a estas para la realización exitosa de actividades.
- **Experiencia vicaria:** Se refiere a la observación del entorno y de personas con habilidades parecidas a las mismas son capaces de lograr diversas tareas, y de cómo esta observación puede generar expectativas de poder obtener los mismos resultados, potenciando la autoeficacia.

- ***Persuasión verbal:*** La eficacia personal también puede mejorar ante el convencimiento y la persuasión en el diálogo, obteniendo el impulso necesario para dar inicio al accionar, creyéndose capaces de realizar actividades a pesar de presentarse obstáculos.

- ***Activación emocional:*** Las situaciones estresantes emocionalmente también pueden dejar secuela o provocar reacciones que modifiquen las expectativas de éxito en una persona, pueden variar en su nivel de intensidad llegando a afectar tanto negativa como positivamente en el desarrollo de la autoeficacia.

Es muy factible relacionar esta información con el rendimiento escolar, la autoeficacia en estudiantes representa un factor de gran influencia para el contexto en el que se ven envueltos, ya que este rendimiento no depende netamente de las capacidades que tengan los individuos, si bien cumplen un rol importante no se puede ignorar el papel que cumple la evaluación subjetiva que tiene el propio adolescente hacia sus habilidades y la efectividad que tengan estas en sus tareas escolares. Como se vean ellos mismos en comparación al desempeño que se espera que tengan comprometerá al adolescente y puede funcionar tanto como un estimulante o, al contrario, una presión mayor que minimice su autoeficacia. Para Bandura, A. (1980) la escuela cumple un rol fundamental pues es ahí donde el niño o niña comienza a experimentar sus primeros éxitos o fracasos, pasa a estar en un ambiente de competencia y de comparación con sus pares, donde las evaluaciones son constantes y donde debe poner a prueba sus capacidades en la búsqueda de logros, es en este contexto donde se da el espacio para la formación de la autoeficacia.

Si hablamos del contexto escolar, algo importante a remarcar sería el proceso evaluativo y el papel que éste cumple como elemento motivacional, ya que es uno de los orígenes de la eficacia percibida en la cual el estudiante pondrá sus expectativas basándose en los resultados que obtenga, por lo que se irá creando con esto una estimación hacia sus propias capacidades. Lo que se debe tener en cuenta en este caso es que no siempre los objetivos de las evaluaciones van enfocados ni son establecidos para cada niño o niña de manera individual, ni así tampoco las metodologías que se utilizan en las clases, por esto mismo en el rendimiento escolar no solamente influyen las capacidades que posea el estudiante. Dentro de los factores componentes de la eficacia entonces, es muy importante señalar la relevancia que tiene la evaluación escolar, pues esta da información que se tomará para la eficacia percibida hacia la que se dirigirán las expectativas que deba cumplir el o la estudiante, y si bien este proceso comenzará con la edad escolar, se irá perpetuando en diversos contextos a lo largo de la vida.

Entonces, en síntesis, la relevancia de estas teorías para el desarrollo de la autoafirmación consiste básicamente en que, en la Teoría del Reconocimiento, el sentido de reconocimiento influye directamente sobre la identidad personal de los individuos. Es un proceso que ayuda a la auto comprensión, identificar lo que es valioso para la persona, lo que le hace sentido o llama la atención, con lo que se sienta representada e identificada, una vez definida la identidad personal el individuo debe reconocerla como suya para hacerla efectiva, debe asumir que es esa identidad que le representa y la que más le hace sentido, ayudando también a poner en un contexto determinado al sujeto realizando actividades que concuerdan con su identidad, así como la Teoría de la Atribución , que comienza cuando se logra una meta y entrega satisfacción, positividad, sentimiento de felicidad, ahí es cuando el sujeto se pregunta

¿por qué me siento feliz? O ¿Por qué estoy frustrado? Siendo esto por lo que un individuo logra reconocer las causas de sus emociones, acciones y sentimientos los cuales dan una pauta para el comportamiento, una vez que la persona reconoce aquellas causas podrá motivar su accionar para lograr sus objetivos.

Por su parte la Teoría de la Autodeterminación influye directamente para la motivación en las personas a la hora de realizar alguna acción o de decidir lograr algún objetivo específico, por lo tanto, la conducta del sujeto se verá condicionada mayormente por este factor, será esta entonces quien dará la intención con la que este individuo realizará su actuar. Si las personas poseen autodeterminación les motiva el hecho de saberse capaces de lograr algo por sus propios medios y determinar los pasos a seguir para lograr una meta, esto le otorga un valor personal, y sobre todo el verse como seres autónomos. También corresponde a un detonador motivacional la Teoría de la Autoeficacia, que se refiere a el cómo un individuo dota de valor, ya sea juzgando o apreciando, a las capacidades que posee para realizar una tarea de manera exitosa, por lo tanto, visto de otra manera funciona como anticipador de las consecuencias de dicho accionar, debido a que al saber que se es eficaz o capaz en una tarea en específico, mueve a la persona a actuar, pues las personas se atreven a hacer cosas cuando confían en que tendrán éxito gracias a sus habilidades o, en caso de fracasar, podrán solucionarlo de igual manera.

2.2.5 Danza.

2.2.5.1 Definición.

Definir este concepto de forma precisa y concisa sería ignorar la historia que la danza trae consigo, es posible encontrar definiciones por diversos autores y especialistas del mundo, donde cada relato posee una visión con distinto enfoque, lo

que si se conoce respecto a ella es que es una de las expresiones más antiguas de la humanidad, presente en todas las culturas, etnias y civilizaciones (García Ruso, 1998).

Dallal (1976) destaca la significancia expresiva y comunicativa que se conoce gracias al estudio de las danzas en pueblos “culturalmente organizados” independiente del grado de desarrollo de estos.

“Cualquier forma de movimiento que no tenga otra intención para alén de la expresión de sentimientos, de sensaciones o pensamientos, puede ser considerada como danza” (Sousa, 1980, citada por García Ruso, 1997, p. 9).

Merce Cunningham indica que “la danza es como el agua, porque fluye y se escurre siempre entre los dedos del teórico que pretende asirla” (citada por Colomé, 2007, p.20), por ello es más simple describir aspectos que se relacionan con el concepto, para qué se realiza, quiénes lo hacen, se podría caracterizar por sus orígenes o contar el por qué los humanos danzan, sin embargo, las respuestas tendrían la misma lógica, varían según el punto de vista de quien responde (Pérez, 2008, p. 35).

Si nos situamos en la danza como expresión social, Romero muestra dos perspectivas, se puede considerar a la danza como una “creación artística para el espectáculo” a la cual se le dio atribución en Europa principalmente con la formación de los ballets, y también es posible comprender a la danza como una manifestación de ritual, donde se danza para celebrar, honrar y “reproducir la vida” (Romero, 2015, p. 19). Es posible afirmar incluso que eran los hombres primitivos y salvajes quienes danzaban y que lo hacían sin estructuras, asociándolos incluso con comportamientos de algunos animales que “también danzan” (Colomé, 2007, p. 21).

Para no ahondar en el gran universo de lo que significa la danza desde sus inicios, se han investigado corrientes modernas, Laban ve la danza como una forma que tiene el ser humano de liberarse, la considera a su vez un arte (Thamers, 1988) que por medio del movimiento se llega a conocer el mundo externo y el interior del ser, que requiere conocimiento emocional para tornarse relevante (Vernia, 2012). Por otra parte, Graham ve a la danza como una necesidad por satisfacer que tienen los bailarines innatos, es “el hambre de absorber vida” (Dallal, 1986). Similar a lo que otra autora y bailarina dice: “Lo que yo entiendo por bailar es liberar mi cuerpo a la salida del sol, sentir mis pies calzados con sandalias sobre la tierra, estar cerca de los Olivos de Grecia y amarlos” (Duncan, 2020, p.65).

Desde la perspectiva física, como componente dinámico, estético y artístico, se puede entender como el movimiento intencionado con flujo de energía y expresividad, que requiere de elementos como vestuario, música y una técnica que la soporte para transmitir un mensaje (Pérez, 2008) o desde la perspectiva humana como expresan Barbosa y Murcia (2012): “La danza con su papel humanizador y transformador de la realidad humana, permite la expansión de las libertades humanas” (citando a Murcia, 2008).

Finalmente, en términos generales García Ruso llega a la conclusión que la danza es universal, motora, polimórfica, polivalente (o multidimensional) y por sobre todo compleja (1998, pp. 346-347).

2.2.5.2 Elementos para el movimiento efectivo:

Según Guerber-Walsh, Leray y Maucouvert (1991), citadas por García Ruso (1998, p.351) los factores que determinan que el movimiento en la danza sea significativo son los siguientes:

- Cuerpo: Las percepciones, intensiones, sensaciones, mirada, la kinestesia, la concentración.
- Peso: Los apoyos, aligeramientos, presiones, suspensiones, equilibrios, resistencias, contactos.
- Contacto: Escucha del compañero, zonas y procesos de apoyo iniciadores del movimiento, tracciones, suspensiones, rechazar, llevar.
- Espacio: Propio, escénico, imaginario, masa, materia, ambiente.
- Tiempo: Duración, ritmos, Estructuras.
- Intensidad: Energía, dinamismo, fuerzas, resultantes, cualidades, fluidez.
- Interacción: Objetos, Accesorios, personas, ambiente, luces.

2.2.5.3 *Danza en el contexto educativo.*

La danza para la educación ha estado hace algunas décadas en las ideas de bailarines, pedagogos e intelectuales, pero por los prejuicios de la disciplina no se han concluido estas propuestas (Vicente, et al., 2010).

En Chile el primer acercamiento como tal entre la danza y la pedagogía ocurrió en el año 1928, cuando se imparte una asignatura llamada Educación Rítmica en el Instituto de Educación Física, en donde se enseñaban disciplinas expresivas como las técnicas de danza, la expresión corporal y el folclor y así los profesores pudiesen incorporar estos saberes en los colegios (Flores, 2005).

La naturaleza de la danza, como disciplina integradora de saberes y habilidades, permite que sea una forma cercana de educar a los niños y niñas, que casi

por instinto bailan al escuchar música o solo un ritmo. La danza desarrolla no solo el componente emocional y afectivo como se ha estado manifestando, también el social y la aptitud física, combina las habilidades cognitivas, sensoriales y motoras con las habilidades artísticas, la memoria, la expresividad, las habilidades motrices de locomoción, todo al mismo tiempo por medio de la experiencia (Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, 2017, pp. 48-49). Como avala Fuentes (2006) citado por García Sánchez, et al., la danza es favorable para una serie de destrezas físicas como “la adquisición y el desarrollo de habilidades y destrezas básicas; la adquisición y el desarrollo de tareas motrices específicas; el desarrollo de la coordinación y de habilidades perceptivo-motoras y el conocimiento y control corporal” (2011, p.33).

Otro papel que tiene la danza en el contexto es el de una actividad integradora, que respeta las diferencias de todos los practicantes, revolucionando las prácticas de actividad física a un espacio inclusivo (Soto, 2018, p.20).

En cuanto a la forma de implementar la danza en la escuela, Vicente, et al.(2010) hace referencia a las ideas de Robinson (1992) quien cree que las danzas que requieren de mayor técnica como el Jazz, la Danza Contemporánea y el Ballet no deberían ser parte del programa. En cambio, propone las danzas populares tradicionales, debido a la carga cultural que traen consigo, cree también que lo fundamental es la enseñanza básica de la corporalidad (Robinson, 1992; García Ruso, 1997; Rizo, 1995), danzas neutras que permitan la exploración y conocimiento del cuerpo, la creatividad y la conciencia del movimiento en el espacio.

Vega (2015) señala en cuanto al rol como docente que se debe tener claro el enfoque con el que se desarrollará el proceso de enseñanza-aprendizaje, pues se debe utilizar la danza en su forma pedagógica y didáctica, sin caer en otro tipo de danza

como la que se inclina hacia el espectáculo y performática, si bien es totalmente válida, esta tiene otros objetivos distintos al de la danza educativa. Monroy (2013) recalca la importancia en la metodología que se vaya a utilizar, pues enseñar simples pasos coreográficos dejando fuera las motivaciones y deseos de sus estudiantes que quizás se inclinen por el movimiento desde impulsos internos, generará complicaciones en este proceso educativo (mencionado en Vega, 2015).

En los apuntes del BAFONA se especifica en que la enseñanza de la danza se debe considerar los procesos de los estudiantes, sin interrumpir las vivencias de cada uno. Se trata de dejar que encuentren su propia forma de expresarse o su propio “lenguaje corporal”. Citan a Laban (1993) quien señala que los maestros deben guiar hacia la capacidad creativa y al sentido de permanecer haciendo en las danzas colectivas, pero antes de aquello, los niños y niñas deben aprender a moverse y expresarse desde su naturalidad, “aprender a vivir” (Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, 2017, p. 50). El mismo maestro es citado por Vicente, et al. (2010, p.44) exponiendo: “uno de los objetivos de la danza en la educación (creo que el más importante) es ayudar al ser humano a que, por medio del baile, halle una relación corporal con la totalidad de la existencia» (Laban, 1978, p. 111). De esta forma se le da prioridad a la danza espontánea, libre y creativa, que no se rige por estructuras estáticas, sino más bien es una enseñanza flexible por parte del docente quien adecua la metodología y planificación a la realidad de sus estudiantes (Soto, 2018, p. 60).

A partir de esa base de autoconocimiento, es cuando luego los estudiantes van a ser capaces de comprender y ejecutar la danza con los procedimientos propios de la disciplina que se utilizan para la creación de la obra, la comunicación a través del

cuerpo y el alcance de sentido (Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, 2017, p. 51).

Para la realización de las clases de danza en escuelas se han propuesto algunas herramientas que facilitarían el proceso, Monroy (2003, pp. 159-167) propone el juego como fundamento esencial, intenta alejar a los niños y niñas de la enseñanza tradicional de la danza desde los tecnicismos. Para ello el docente debe conocer las características de sus estudiantes y crear propuestas lúdicas en función de sus intereses, sus conocimientos y sus grados de interacción. El juego debiese estar desprovisto de una organización demasiado rígida, de hecho, es mejor que el estudiante tenga libertad de explorar y vivenciar.

Llopis (1998), ofrece una serie de materiales didácticos para la enseñanza de la danza en la escuela para fomentar a la realización de esta, su percepción es que el docente debe mostrar alternativas que atraen desde la entretención a los estudiantes utilizando recursos atractivos y estilos musicales como el Jazz, el Funky o el Hip-hop.

Otras formas de danza en escuelas son presentadas por Vicente, et al. (2010) haciendo referencia a otros autores (Bucek, 1992; Hasselbach, 1979; Romero, 1995), en una primera categoría estarían aquellas populares, que son parte de alguna tradición o infantiles que son determinadas es decir “fijadas o heredadas” y se debe imitar un movimiento que ya existe, para ello se facilita que los estudiantes copien los movimientos del docente frente a frente. La segunda categoría serían las danzas inventadas por los estudiantes o “espontáneas” donde se potencian las capacidades creativas y exploratorias, se recomienda atreverse con una exploración final para culminar con una investigación grupal que genere un producto. La tercera y última categoría corresponde a las danzas que responden a un ritmo determinado, que puede

ser percutado o “danza sin música” (pp. 44-45), categorías que, si son trabajadas en ese orden, se genera una facilitación del aprendizaje, de forma progresiva en cuanto a la dificultad.

En el 2020 se presentó una propuesta más actualizada, que contempla la realidad actual de todos los jóvenes, la realización de “Flashmob” que corresponde a una intervención en la que un grupo de personas que al parecer forman parte del contexto normal de una situación rutinaria se suman a un baile coreográfico y rompen el esquema, el “Lipdub” que trata del doblaje de una o varias canciones como si fuese un videoclip, en donde los participantes deben expresar, danzar y gesticular, por último los “Retos Virales” que se realizan en las redes sociales (Carriedo, et al. pp.724-726). Aunque a decir verdad estas últimas herramientas se alejan del punto de vista de los otros especialistas que dan prioridad a la creatividad y conexión con sí mismos, no obstante, parece ser una alternativa para incentivar el acercamiento a la danza desde una actividad entretenida y conocida por los estudiantes.

Para terminar, en cuanto a el tiempo en que se desarrolla la práctica de la danza Amado (2014) indica que para que exista una verdadera motivación y dedicación, es recomendable que las clases se desarrollen en un largo periodo de tiempo.

2.2.5.4 Danza y Autoafirmación.

Las áreas en las que la danza puede aportar al desarrollo del sujeto son variadas, pero ¿cómo es que se relaciona directamente con la autoafirmación?

El primer error de la modernidad es la separación entre cuerpo y mente, de la construcción social de los cuerpos y emociones, donde la comunidad científica les ha

clasificado como en estantes manteniéndolos separados (Scribano, 2012). Freud en 1923 reconoció la unidad del ser, entendiendo que “el “Yo” es un “yo corporal” (Fischman, 2001). Hablar de este yo corporal significaría: “indagar por el sujeto consciente que vive en un cuerpo y que en él expresa su subjetividad y sus dinamismos psicológicos y culturales: el cuerpo es la exteriorización de la realidad interna y cultural del sujeto”, es decir que las personas no tenemos cuerpo, el ser humano no tiene cuerpo, sino que es el cuerpo junto a todo lo que contiene (Sastre, 2007, p. 196). La autopercepción que se tiene del cuerpo muestra la percepción que se tiene de sí mismo, en otras palabras, aquello que se siente en el cuerpo, se siente como parte de uno como ser, de igual forma es en la otra dirección, lo que se es percibido en su generalidad de la existencia, será parte perceptible de cuerpo físico y sensorial (p. 205).

He ahí donde la danza logra un protagonismo en la integración de un yo corporal, “cuando bailamos expresamos todo tipo de emociones no solamente es la belleza corporal” (Aragó, et al., 2016, p.164), además en el artículo de Scribano (2012) se mencionan los trabajos de Herrador (2017) y Domínguez Cacho (2017), en los que se concluye que la danza en ámbitos fuera del profesional (bailarines profesionales) tiene un gran aporte en el desarrollo de la autoestima general, mayor a lo que otras prácticas pudiesen aportar, Abilleira, et al. (2017), añaden que para la obtención de un autoconcepto adecuado, la actividad física es un componente fundamental.

En la investigación antes mencionada de Aragó (2016) haciendo referencia a dos autores se muestran lineamientos para esta enseñanza, Ibarrola (2009) indica que para una correcta educación emocional en los estudiantes es necesario trabajar la automotivación, la autoconciencia, el autocontrol, la empatía y la destreza social, en

la misma línea Goleman (1995) agrega a la intencionalidad, la confianza, la curiosidad, la relación, la capacidad de comunicación y la cooperatividad (pp. 159, 161), conceptos que como se han expuesto en la presente investigación son parte de la autoafirmación. En este punto, la danza para el desarrollo de la autoafirmación deberá saciar todas esas necesidades, incluyendo el Autoestima y Autoconcepto pues el cuerpo de una persona que danza trasciende más allá de ser un canal para expresar, sino que pasa a ser un cuerpo intensional que se conoce y que puede entonces conocer a los otros.

Para que el objetivo se cumpla desde la danza el docente debe procurar que en su clase exista una conexión con los pensamientos, los sentimientos, las sensaciones, cualquier tipo de conflicto interno o vivencia que los presentes estén experimentando (Aragó, et al., 2016).

El docente también debe utilizar actividades para que los estudiantes se conozcan primero a sí mismos y logren juntar a su ser integral, se puedan descubrir desde su interior y posteriormente desarrollar su autoconciencia, para ello se recomienda primero comenzar con el cuerpo y sus sensaciones (Balzarini, 2005), para ello se proponen algunas actividades que ayudan a conseguirlo como por ejemplo actividades de sentir las presiones corporales contra otros cuerpos u objetos, el uso de la respiración, indagar a través de los sentidos cada parte del cuerpo, las posibilidades de movimiento (Pallaro 1996, citado por Álvarez, et al. 2015).

Durán (1991) plantea que para que el estudiante pueda interiorizarse en la estética de la danza, afianzar su personalidad y ser consciente de su posición en la sociedad, debe realizar actividades que fomenten la creatividad corporal y el juego. A partir de ello se irá construyendo el aprendizaje y concepción de los elementos propios

de la danza. Es conveniente trabajar los conceptos de “reflexión y percepción; habilidades y vivencias; formulación y simbolización; expresión y comunicación” (p. 65).

Aragó, et al. (2016), reafirman la idea de la danza creativa, porque con ella los participantes pueden experimentar de forma libre, sin límites de temporalidad, pueden sentirse en confianza para ser ellos mismos y expresarse, es un espacio donde a partir de las diferencias individuales ocurre el aprendizaje y relación colectiva. No obstante Amado (2014) advierte que antes de trabajar desde las técnicas creativas es necesario comenzar con la instrucción directa, pues el uso de la técnica sin una conciencia y conocimiento general de la disciplina provoca sentimientos negativos en los practicantes debido a la presión y exposición a la que están sometidos por su grupo y el miedo a ser enjuiciados (p. 153).

Desde el área evaluativa de la danza para la autoafirmación y la conciencia corporal Bazarini recomienda que sea el mismo estudiante quien lo haga, que se dé cuenta de sus “errores” (comillas propias) y sea capaz de modificarlos, en el caso de que por sí solos no logren percibir el error, el docente deberá entonces hacerlos reflexionar acerca de sus ejecuciones, es decir, que tengan un movimiento consciente (2007, p.5).

Es importante mencionar y recalcar que en la danza para la formación del ser y escolar, la importancia real no tiene relación directa con la presentación final, con la muestra o el espectáculo, el verdadero aprendizaje se genera en el proceso, en cada una de las instancias en que la persona logra conectarse consigo y vivenciar experiencias nuevas a través de su cuerpo (Durán, 1991, p.66), la práctica de la danza satisface las necesidades humanas de “movimiento, de totalidad, de contacto,

expresión, libertad y trascendencia” (Sastre, 2007, p.199). Además, en esta expresividad que desde el interior sale por el lenguaje kinestésico el bailarín puede compartir sus sentimientos y emociones al resto, muestran su forma de ver el mundo, sus percepciones, muestran su ser auténtico, su esencia e identidad. Luego a partir de esta concepción de sí mismo es que la persona adquiere la habilidad de sentir empatía por los otros, validándolo como otro corpóreo, con emociones y sensibilidad distinta. Otro punto importante es que quienes comienzan a bailar buscan ser mejores siempre y al percibirse como seres corporales, esta necesidad de mejorar se transfiere al pensamiento de “yo puedo corporal”, tomando conciencia de sus propias capacidades desde todas las áreas del ser y mostrándose al mundo como un sujeto seguro de sí mismo, agregando que “a corporeidad en el bailarín se evidencia en el vivir, sentir, comunicar, expresar, interactuar y proyectar” lo que conduce a que pueda vivenciar sus experiencias y darles sentido según su propia realidad, construyéndose como sujeto (Barbosa, et al., 2012).

Por otra parte, desde la necesidad de alcanzar un sentido positivo ante la vida, tras una comparación con otras actividades físicas, la danza se sobrepone en los resultados de satisfacción y felicidad en los practicantes (Abilleira, et al, 2017), deducen que se debe a los elementos utilizados en esta disciplina como la música siendo el más destacado, el ritmo y el desarrollo de la creatividad. Megías (2009) le atribuye además al uso de la música el ser un facilitador para la creatividad, “exploración del mundo interno” y motivador (Aragó, et al., 2016).

” La danza es el lenguaje secreto del alma ” (Martha Graham).

3 CAPÍTULO III: Marco Metodológico

3.1 Tipo de investigación

Esta es una Investigación de tipo cualitativa descriptiva y exploratoria.

3.2 Diseño de la investigación

3.2.1 Etapas de la investigación.

Tabla 1. Etapas de investigación

Etapas	Objetivo	Instrumentos y técnicas	Resultados
Levantamiento diagnóstico	Análisis del currículum educacional de Educación Media. Recoger información metodológica y de gestión de la innovación a partir de las experiencias de informantes claves.	Entrevista a actores claves. Codificación de categorías preestablecidas.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aspectos metodológicos para considerar en una propuesta de innovación. ✓ Valoración de la metodología activa. ✓ Selección inicial de objetivos curriculares
Recopilación de datos teóricos	Recoger información teórica.	Búsqueda de información teórica por medio de palabras clave. Fichaje Bibliográfico.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Antecedentes ✓ Datos teóricos
Selección de objetivos curriculares	Recoger bases curriculares que ajustan a la propuesta	Matriz descriptiva.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Objetivo curricular para propuesta de danza
Triangulación de resultados	Relacionar resultados teóricos, recopilados en	Análisis y síntesis de resultados,	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Asociación de resultados

	entrevistas y bases curriculares.	comparación de datos.	
Levantamiento de Principios metodológicos.	Establecer principios metodológicos para la realización de clases de danza para el desarrollo de la autoafirmación.	Asociación metodológica, a partir de triangulación.	✓ Principios metodológicos.
Diseño de la propuesta	Elaborar una Propuesta educativa desde la Danza en el contexto escolar como herramienta para el desarrollo de la Autoafirmación en estudiantes de Educación Media.	Integración de elementos recogidos de los: <ul style="list-style-type: none"> ● Antecedentes revisados. ● Marco teórico ● Entrevistas a actores claves ● Principios metodológicos 	✓ Propuesta metodológica

Fuente: Elaboración propia

3.2.2 Población y muestra.

Se realizaron las entrevistas a dos diferentes poblaciones, la primera corresponde a Psicólogos con experiencia en el ámbito educativo, esta muestra es pequeña (2 participantes) ya que la información requerida corresponde en mayor medida a sus conocimientos teóricos.

La otra población corresponde a Profesionales de la danza con experiencia educativa como profesores del área. Esta muestra consta de 5 participantes elegidos con un criterio de diversidad en experiencia y área de la danza en la que se desempeñan.

3.2.3 Panel de entrevistas.

Tabla 2. Tabla de entrevistados

Profesión	Nombre	Experiencia en disciplina	Experiencia como profesor/a	Especialidad
Psicólogos	(A.T.)	14 años	7 años	Académico Psicología UMCE, Especialista en Salud Mental.
	(J.C.)	23 años	17 años	Académico Psicología UMCE y AHC, Magister en Sexualidad y Afectividad humana.
Profesores o Licenciados en danza, Bailarines.	(C.D.)	11 años	5 años	Danza moderna, profesora de danza.
	(M.E.)	15 años	10 años	Hip hop y free style, monitor.
	(C.B.)	35 años	24 años	Danza Clásica, monitora.
	(H.O.)	36 años	21 años	Danzas folclóricas y técnica académica. Licenciado en danza.
	(R.A.)	17 años	14 años	Danza educativa en Preescolar. Técnica en párvulo e intérprete en danza espectáculo.

Fuente: Elaboración propia.

3.2.4 Instrumentos de recolección de datos.

3.2.4.1 Fichaje bibliográfico para recolección de antecedentes.

Tabla 3. Fichaje Bibliográfico

REFERENCIAS EN APA	PALABRAS CLAVE	OBJETIVO DEL ESTUDIO	RESULTADOS
...			
...			
...			
...			

...			
-----	--	--	--

Fuente: Elaboración propia.

3.2.4.2 *Confección de entrevista a actores claves.*

Para la confección de las entrevistas, se elaboró una tabla de categorías con las preguntas que entregará los resultados esperados, es decir, la información necesaria para la elaboración de la propuesta.

Las preguntas antecedidas por un *, corresponden a preguntas auxiliares.

Tabla 4. Resultados esperados: Entrevista a Psicólogos

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación personal		-Definición del concepto -Listado de elementos.
Etapas de desarrollo humano		-Esquematización del desarrollo de la autoafirmación personal por etapas.
Consecuencias		-Matriz comparativa de beneficios para el desarrollo personal y riesgos de su ausencia para el desarrollo personal.
Relación psiquis-cuerpo.		-Relación cuerpo-autoafirmación.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 5. Resultados esperados: Entrevista a Profesionales de la danza

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación y danza		- Mapa mental acerca de las áreas del desarrollo personal en que se presenta la autoafirmación gracias a la danza -Listado de elementos que generan autoafirmación en la danza y justificación.

Enseñanza y danza	-Guía en forma de relato de estrategias metodológicas probadas por profesionales. -Tabla comparativa de dificultades versus soluciones. -Descripción de lo que un docente no debe hacer.
Relación estilo-autoafirmación	-Descripción de lo que hace a un estilo ser influyente en el desarrollo de la autoafirmación.

Fuente: Elaboración propia.

3.2.4.3 *Entrevista a actores claves.*

El siguiente paso consistió en elaborar las entrevistas para realizar a cada grupo participante, fue una entrevista semiestructurada conformada entre 5 y 6 preguntas oficiales (Tablas 4 y 5), para los psicólogos se utilizaron las siguientes preguntas con el objetivo de obtener información desde la mirada de la psicología acerca de la autoafirmación personal y cómo esta se vuelve un elemento importante dentro del desarrollo de la vida del ser humano:

(Las preguntas antecedidas por un * corresponden a preguntas auxiliares)

- 1.- ¿Cómo definiría usted la autoafirmación?
- 2.- ¿Este concepto involucra otros aspectos o elementos que lo compongan?
- 3.- ¿Cómo influyen las distintas etapas de desarrollo humano en la formación de la autoafirmación?

4.- ¿Cuál es la importancia del trabajo de la autoafirmación? / ¿Qué importancia le asigna usted a las experiencias que aporten o contribuyan a desarrollar la autoafirmación?

*En caso de que una persona no haya tenido experiencias para forjar su autoafirmación ¿Cuáles serían las consecuencias a corto y largo plazo?

5.- Desde su punto de vista ¿Existe alguna relación entre la autoafirmación y la dimensión corporal?

*En el caso de ser así, ¿cómo sería está?

A los profesionales de la danza, con el objetivo de obtener información desde la mirada de especialistas de la danza acerca de su experiencia trabajando en base a la autoafirmación y su influencia en la vida del ser humano, cómo se puede trabajar desde la danza el concepto de autoafirmación, las estrategias de su trabajo y/o conocimiento que influyen en el desarrollo del concepto, se construyeron las siguientes preguntas:

(Las preguntas anteceditas por un * corresponden a preguntas auxiliares)

1. Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación?

* Que tan relevante ha sido está autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos.

2. ¿Qué cosas en específico de la danza hacen que se forje el concepto de autoafirmación?

3. ¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza de la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?

*Si su respuesta es sí, ¿cuáles?

*Si su respuesta es no, ¿qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo de la autoafirmación?

4. En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?

5. ¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al desarrollo de este concepto?

6. ¿Qué resguardo hay que tener en la enseñanza de la danza para que no se vuelva contraproducente para el desarrollo de la autoafirmación?

Ambos instrumentos fueron utilizados en cada entrevista respectivamente realizada por medio de una plataforma de reunión virtual (Zoom o Meet), con una duración entre los 40 y 90 minutos de acuerdo a la disponibilidad cada entrevistado. La reunión fue grabada y luego transcrita integral o parcialmente según corresponda.

Es importante destacar que ambos instrumentos fueron revisados por juicio de expertos antes de ser utilizados.

3.2.4.4 Planilla de objetivos curriculares.

Los objetivos curriculares que son una de las principales justificaciones de esta investigación son seleccionados según el nivel educativo en la que ella se enfoca, los

contenidos desde la transversalidad son expuestos y descritos en la tabla a continuación:

Tabla 6. Planilla de objetivos curriculares

Transversalidad Marco Curricular 2015 (7mo a 2do Medio) / Programa “Expresión corporal y danza” (3ro y 4to Medio).	
Dimensión del Aprendizaje asociado a la Autoafirmación	
Propósito de la dimensión	
Objetivos de Aprendizajes:	
I- Transversal específico.	
II- “Expresión corporal y danza”.	
Conceptualización	
Conceptos claves	Descripción
1	
2	
...	

Fuente: Elaboración propia.

(Se ofrece flexibilidad en cuanto a criterios, de ser necesario agregar o quitar un ítem, el resultado final es registrado en la presentación de resultados)

3.2.5 Técnicas de análisis de datos.

3.2.5.1 *Análisis de discurso con categorías preestablecidas.*

El primer paso para el análisis de discurso fue el uso de tablas con categorías pre establecidas para cada entrevistado, ordenando el discurso de forma coherente según pregunta y respuesta obtenida.

Tabla 7. Análisis discurso psicólogos

TEMA	PREGUNTA	RESPUESTA
Autoafirmación personal	- ¿Cómo definiría usted la autoafirmación personal?	
personal	- ¿Este concepto involucra otros aspectos o elementos que lo compongan?	

Etapa de desarrollo humano	- ¿Cómo influyen las distintas etapas de desarrollo humano en la formación de la autoafirmación personal?
Consecuencias	- ¿Cuál es la importancia del trabajo de la autoafirmación? / ¿Qué importancia le asigna usted a las experiencias que aporten o contribuyan a desarrollar la autoafirmación? *En caso de que una persona no haya tenido experiencias para forjar su autoafirmación ¿Cuáles serían las consecuencias a corto y largo plazo?
Relación psiquis-cuerpo.	- Desde su punto de vista ¿Existe alguna relación entre la autoafirmación y la dimensión corporal? *En el caso de ser así, ¿cómo sería está?

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 8. Análisis discurso profesionales de la Danza

TEMA	PREGUNTA	RESPUESTA
Autoafirmación y danza	Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación?	
	*¿Qué tan relevante ha sido esta autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos?	
	¿Qué cosas en específico de la danza hacen que se forje el concepto de autoafirmación?	
Enseñanza y danza	¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?	
	*Si su respuesta es sí, ¿cuáles?	
	*Si su respuesta es no, ¿qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo de la autoafirmación?	
	En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las	

dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?

¿Qué resguardo hay que tener en la enseñanza de la danza para que no se vuelva contraproducente para el desarrollo de la autoafirmación?

Relación estilo-autoafirmación ¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al desarrollo de este concepto?

Fuente: Elaboración propia.

3.2.5.2 Clasificación por codificación.

Posteriormente se realizó una codificación de las entrevistas, seleccionando la información y organizando todas las respuestas recabadas por categorías y temas preestablecidos utilizando la siguiente estructura:

Tabla 9. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría AP.

Autoafirmación Personal (AP): Relato de Psicólogos en cuanto a la Autoafirmación personal.			Pregunta -tema
AP: Definición	AP-DEF		1.1
AP: Elementos que la componen	AP-ELCO		2.1

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 10. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría AEDH.

Autoafirmación y etapas de desarrollo humano (AEDH): Relata cómo se desarrolla o cómo influye la autoafirmación en las distintas etapas de la vida.			Pregunta -tema
AEDH: desarrollo de la autoafirmación personal	AEDH-DESAP		3.1
AEDH: Autoafirmación en la Infancia	AEDH-AINF		3.2

AEDH: Autoafirmación en la adolescencia	AEDH-AADO		3.3
AEDH: Autoafirmación en la adultez	AEDH-AADU		3.4

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 11. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría CPAA.

Consecuencias de la presencia o ausencia de autoafirmación (CPAA): Relato de los psicólogos sobre los beneficios de la autoafirmación en las personas y los riesgos de no desarrollarla			Pregunta -tema.
CPAA: Beneficios para el desarrollo personal.	CPAA-BEDP		4.1
CPAA: Riesgos de no forjar la autoafirmación.	CPAA-RIENFA		4.2

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 12. Codificación Entrevista a Psicólogos, Categoría REPSCA.

Relación psiquis-cuerpo para la autoafirmación (REPSCA): Relato de los psicólogos sobre la relación entre el cuerpo físico y la autoafirmación.			Pregunta -tema
REPSCA: Relación trabajo con el cuerpo-autoafirmación.	REPSCA-RETCA		5.1

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 13. Codificación Entrevista a Profesionales de la Danza, Categoría AYD.

Autoafirmación y Danza (AYD). Relata la visión de los bailarines y las bailarinas de la danza en sus vidas.			Pregunta -tema
AYD: Significado en la experiencia personal	AYD-SGEXP		1.1
AYD: Desarrollo de la personalidad	AYD-DEP		1.1
AYD: Elementos claves de apoyo desde la danza	AYD-ECAD		2.1.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 14. Codificación Entrevista a Profesionales de la Danza, Categoría EDA.

Enseñanza de la Danza para la autoafirmación (EDA): Relata la experiencia de los bailarines como docentes.			Pregunta -tema
EDA: Estrategias de enseñanza	EDA-ESEN		3.1
EDA: Elementos negativos	EDA-ELNEG		6.1
EDA: Cuidados importantes	EDA-CUIMP		6.2
EDA: Dificultad del trabajo con adolescentes	EDA-DIFTA		4.1
EDD: Soluciones para trabajo con adolescentes.	EDD-SOLTA		4.2

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 15. Codificación Entrevista a Profesionales de la Danza, Categoría EDPA.

Estilo de danza para la autoafirmación (EDPA): Relata la opinión de los bailarines sobre la relación entre el estilo de danza practicado y el desarrollo de la autoafirmación.			Pregunta -tema.
EDPA: Estilo de danza más apto para la autoafirmación.	EDPA-EDAA		5.1
EDPA: Componentes que se anteponen al estilo.	EDPA-CAE		5.2

Fuente: Elaboración propia.

3.2.5.3 Asociación entre codificación y resultados esperados.

A partir de las codificaciones (tablas 9, 10, 11, 12, 13, 14 y 15) se procede a reordenar la información obtenida según los resultados esperados. En el capítulo IV, apartado 5.1 se presentan los resultados obtenidos a partir de la asociación.

Tabla 16. Asociación de datos de Psicólogos Categoría 1.

CATEGORÍA 1		
CÓDIGO	PREGUNTA- TEMA	RESULTADO ESPERADO
AP-DEF	1.1	Definición del concepto.

AP-ELCO	2.1	Listado de elementos.
----------------	-----	-----------------------

Tabla 17. . Asociación de datos de Psicólogos Categoría 2.

CATEGORÍA 2		
CÓDIGO	PREGUNTA-TEMA	RESULTADO ESPERADO
AEDH-DESAP	3.1	Esquematación del desarrollo de la autoafirmación personal por etapas.
AEDH-AINF	3.2	
AEDH-AADO	3.3	
AEDH-AADU	3.4	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 18. . Asociación de datos de Psicólogos Categoría 3.

CATEGORÍA 3		
CÓDIGO	PREGUNTA-TEMA	RESULTADO ESPERADO
CPAA-BEDP	4.1	Matriz comparativa de beneficios para el desarrollo personal y riesgos de su ausencia para el desarrollo personal.
CPAA-RIENFA	4.2	

Tabla 19. Asociación de datos de Psicólogos Categoría 4.

CATEGORÍA 4		
CÓDIGO	PREGUNTA-TEMA	RESULTADO ESPERADO
REPSCA-RETCA	5.1	Relación cuerpo-autoafirmación. (Diagrama de Venn).

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 20. Asociación de datos de Profesionales de la Danza Categoría 1.

CATEGORÍA 1 (AYD)		
CÓDIGO	PREGUNTA-TEMA	RESULTADO ESPERADO
AYD-SGEXP	1.1	Mapa mental acerca de las áreas del desarrollo personal en que se presenta la autoafirmación gracias a la danza.
AYD-DEP	1.1	

AYD-ECAD	2.1	Listado de elementos que generan autoafirmación en la danza y justificación.
-----------------	-----	--

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 21. Asociación de datos de Profesionales de la Danza Categoría 2.

CATEGORÍA 2 (EDA)		
CÓDIGO	PREGUNTA-TEMA	RESULTADO ESPERADO
EDA-ESEN	3.1	Guía en forma de relato de estrategias metodológicas probadas por profesionales.
EDA-ELNEG	6.1	Descripción de lo que un docente no debe hacer.
EDA-CUIMP	6.2	Descripción de los cuidados especiales que debe tener un docente.
EDA-DIFTA	4.1	Tabla comparativa de dificultades versus soluciones.
EDA-SOLTA	4.2	

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 22. Asociación de datos de Profesionales de la Danza Categoría 3.

CATEGORÍA 3		
CÓDIGO	PREGUNTA-TEMA	RESULTADO ESPERADO
EDPA-EDAA	5.1	Descripción de lo que hace a un estilo ser influyente en el desarrollo de la autoafirmación.
EDPA-CAE	5.2	

Fuente: Elaboración propia.

3.2.5.4 *Análisis de resultados generales, Triangulación.*

Para relacionar todos los resultados obtenidos, se realizó una triangulación entre datos teóricos, datos curriculares y los datos de las entrevistas, para ello se utilizaron los siguientes instrumentos:

Tabla 23. Triangulación Autoafirmación

Autoafirmación	
Coincidencias	1)

	2) ...
Particularidades	a) b) ...

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 24. Triangulación Danza para la autoafirmación.

Danza para la autoafirmación	
Coincidencias	1) 2) ...
Particularidades	a) b) ...

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 25. Triangulación para Estrategias metodológicas.

Estrategias metodológicas en la escuela para la autoafirmación.	
Coincidencias	1) 2) ...
Particularidades	a) b) ...

Fuente: Elaboración propia.

3.2.6 Ética de la investigación.

Esta investigación y propuesta fue elaborada en el contexto de confección de una Memoria de título de pregrado de la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, los instrumentos de recolección de datos (entrevistas) fueron validados por docentes especialistas en sus aspectos metodológicos, éticos y formales.

Durante el desarrollo de la investigación se entregó un consentimiento informado a todos los y las participantes quienes fueron invitados de forma totalmente

voluntaria, se les informó el procedimiento además de garantizar la privacidad de las grabaciones y la información entregada.

Además, se siguieron todos los protocolos de investigación, adjudicando las palabras a los autores correspondientes y utilizando fuentes confiables para un estudio serio.

3.2.7 Confiabilidad.

Se utilizaron instrumentos validados por juicio experto con grado de Doctor y fueron aplicados según sus sugerencias.

La metodología utilizada para la recopilación y procesamiento de la información se ha realizado con instrumentos que sintetizan la información sin cambiar ni redirigir los resultados a conveniencia respecto a las ideas de las autoras de esta investigación.

3.2.8 Limitaciones de la investigación.

En primer lugar, existe desde el punto de vista investigativo una infravaloración al área de la danza, lo que dificultó la búsqueda de material teórico que tuviese relación directa con el tema de la investigación.

Otra limitación, que se presume es compartida con la gran parte de investigaciones realizadas en el presente es la emergencia sanitaria por la Pandemia Covid-19, la incertidumbre de las posibilidades de implementar o no cualquier

propuesta, reunión o trabajo en terreno coarta los medios para accionar y tomar decisiones en cuanto a la investigación.

4 CAPÍTULO IV

4.1 Presentación de resultados.

Los resultados han sido relatados según actores claves y siguiendo el orden de las categorías de codificación que se establecieron en la metodología.

4.1.1 Entrevista a actores claves

4.1.1.1 *Psicólogos.*

4.1.1.1.1 *Resultados AP.*

El primer resultado de la entrevista con la temática de Autoafirmación personal realizada a Psicólogos corresponde a la Definición (AP-DEF). El psicólogo A.T. relaciona a la autoafirmación con el “Self” *“citaría desde el humanismo, desde las teorías humanistas, citando a Fritz Perls, la definición del sí mismo, implica un sí mismo que está basado en el presente, en el aquí y en el ahora en la autenticidad”*, indica que el concepto tiene que ver con la visión que tiene una persona de sí misma y la autoaceptación, la armonía con la “emotividad y afectividad”. También menciona una “coherencia dentro de una triada” que se compone por la cognición, el cuerpo y la emoción, gestionando la relación con el entorno captado por los sentidos, la emoción, el pensamiento y el posterior actuar.

Además de la aceptación de sí mismo, se entiende la autoafirmación en palabras propias de J.C. como “creerse el cuento, que se la pueden”, tiene que ver con el reconocer las propias habilidades y capacidades para enfrentar diversas situaciones y confiar en que se pueden superar por uno mismo. *“yo hago algo y la atribución es*

personal. Y esa atribución personal me gratifica y me siento bien, ando como contento ¡Lo logré!, tiene que ver cómo se siente una persona. Se conforma de micro logros”

El resultado esperado de **AP-DEF** corresponde a:

Definición del concepto:

La autoafirmación es lo que crea una base sólida para el desarrollo de la vida y para la desenvolvura de las personas. Aquí es importante el concepto de “sí mismo”, ser consciente de la relación existente con mi ser emocional y con mi ser afectivo. La aceptación de mi forma de sentir y la directa relación que esta tiene con mi manera de actuar y expresarme frente a otros. Es la capacidad que se tiene como individuo para creer que se es capaz de lograr por las propias capacidades los objetivos que se proponen y de solucionar diversos problemas que se presenten en el momento, es decir en el aquí y ahora.

Vale recalcar que la relación directa es con el sentir del sujeto, no con el pensar, este sentir va a generar por consecuencia pensamientos y modos de actuar a lo largo de nuestra vida.

Los elementos que componen la autoafirmación (AP-ELCO) según A.T. serían la autoestima, el autoconcepto, coherencia entre emoción, cognición y cuerpo. J.C. complementa con autoeficacia, autoaceptación, autodeterminación, “creerse el cuento” en las situaciones que será codificado como “seguridad de sí” para mejor comprensión.

El resultado esperado de **AP-ELCO** es:

Listado de elementos que componen a la autoafirmación:

1. Autoestima.

2. Autoconcepto.
3. Coherencia Emoción- Cognición- Cuerpo.
4. Autoeficacia.
5. Autodeterminación.
6. Autoaceptación.
7. Seguridad de sí.

4.1.1.1.2 Resultados AEDH.

La segunda temática corresponde a la Autoafirmación y etapas de desarrollo humano (AEDH) y relata cómo se desarrolla o cómo influye la autoafirmación en las distintas etapas de la vida.

Primero se entregan aspectos generales sobre el desarrollo de la autoafirmación personal (AEDH-DESAP), reconociendo procesos como identificar los sentimientos, saber distinguir y gestionarlos son claves para una autoafirmación personal (A.T.), se irá forjando a medida de los micro logros que se van obteniendo en la vida, es un “viaje de aprendizaje” que no depende de otra persona, solo de uno mismo, lo que sí es relevante desde terceros es la “información” que se va entregando (J.C.).

Dentro de las etapas de desarrollo se hace referencia a las 3 principales, primero a la autoafirmación en la infancia (AEDH-AINF), J.C. en enfático en afirmar que “*Los seres significativos que acompañan las etapas del desarrollo del niño y la niña son claves*”, es necesario que aquellos seres significativos sean capaces de acompañar al niño o niña, de validarlos en conjunto con su pensamiento mágico, posterior a esta etapa se conforma la del pensamiento concreto, el niño o niña percibe “como verdad absoluta” todo lo que un adulto diga, por lo que el rol de validar la

creación, acción o imaginación del menor es fundamental, a partir de este impulso generado por el adulto, el niño será capaz de formar su propia autoafirmación proponiéndose metas a corto y largo plazo.

Es preciso detallar que, desde la pedagogía, el docente debe abandonar las prácticas antiguas que responden a la lógica del castigo, la invalidez de la individualidad y privación de expresar las emociones (A.T.).

La segunda etapa corresponde a la autoafirmación en la adolescencia (AEDH-AADO) A. T. indica que es una etapa en la que se busca la identidad y una variedad de desafíos más, cita a Erikson indicando que efectivamente a partir de cada crisis por etapa, la persona sale fortalecida.

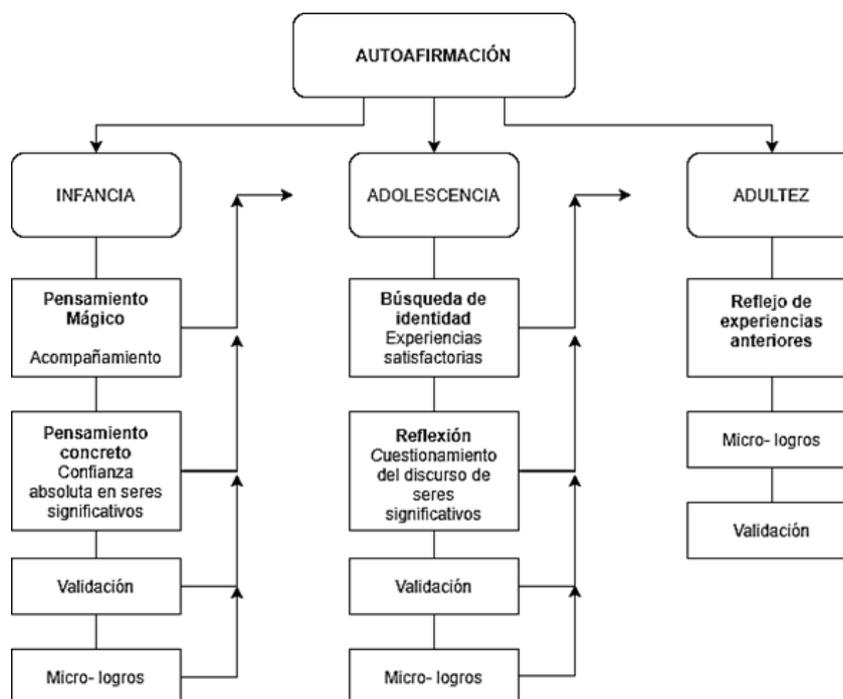
J.C. cuenta que a partir de lo que se le ha validado en su infancia y la propia búsqueda de identidad y su trayectoria de vida es cómo se va fortaleciendo (o apagando) esta autoafirmación. Para que sea positivo, el o la adolescente debe tomar experiencias que le entreguen satisfacción y la sensación de logro personal, pues en esta etapa cuestionan todo lo que un adulto les dice, por lo que el vivir y reflexionar por su cuenta será lo realmente significativo para su autoafirmación. La participación de otro pasa a segundo plano y es relevante el cómo el individuo se siente y valora sus logros. La reflexión en cuanto a lo que el adolescente vive es clave, su propia reflexión sobre cómo es el mundo será parte de lo que conforma su autoafirmación pues todo será procesado con intensidad y estará determinada por su trayectoria de vida, su entorno.

La última etapa es la autoafirmación en la adultez (AEDH-AADU), este sería el momento de las “consecuencias” (comillas propias) tras el proceso que se vivió en las etapas anteriores, si el adulto en cuestión no ha podido escuchar y reflexionar sobre

sus emociones y sensaciones, solo actuará conforme a su cognición, de acuerdo a lo que ha aprendido, ausentándose la autoafirmación como tal (A.T.).

El resultado esperado de **AEDH** corresponde a:

Figura 1. Esquematación del desarrollo de la autoafirmación personal por etapas.



Fuente: Elaboración propia.

4.1.1.1.3 Resultados CPAA.

El siguiente apartado corresponde a las consecuencias de la presencia o ausencia de autoafirmación (CPAA), los psicólogos relataron los beneficios de la autoafirmación en las personas y los riesgos de no desarrollarla.

Los beneficios para el desarrollo personal (CPAA- BEDP) son varios, permite “encontrar qué es lo que me hace sentido” en palabras de A.T. Entender además qué me ocurre como individuo antes el sufrimiento o alegría de otro individuo. Permite encontrarse con uno mismo desde primera instancia, desde el primer logro en la infancia.

A partir de una autoafirmación, la persona será independiente y consciente de sus propias capacidades para alcanzar los logros, será alguien pleno permitiéndole vivir donde, cómo y con quién quiera, “permite reafirmar de manera permanente quién eres y qué haces” sin necesitar la validación de otro (J.C.). Incluso desde el punto de vista social, tendría impacto en las necesidades actuales económicas y productivas del mundo, ayudando a que la persona pueda decidir si formar o no parte de ello según sus propias necesidades.

Los riesgos de no forjar la autoafirmación (CPAA-RIENFA) propicia a una persona con autoestima baja, que no sabe manejar sus emociones, podría depender de otra persona constantemente y no sentirse capaz de lograr cosas (A.T.).

J.C. complementa relatando que *“genera personas con vínculos bastante dependientes, necesitan que el otro los reafirme, generan relaciones vinculares bastante obsesivas, celópatas si lo ponemos en términos de relaciones de pareja, porque como no confían en sí mismos, desconfían de sí, que no pueden, entonces necesitan a otro que los valide”*.

Sería un individuo con conocimiento del *“saber hacer, pero poco hay del saber ser”* sin conciencia sobre lo que las emociones y el cuerpo quiere decir. Por ello se crea un individuo preso de los roles de género, de los estándares, por lo que intentaría vivir de acuerdo a ello. (A.T.) También podría ser “un borrego” que solo hace lo que el resto dice, no tendría opinión e incluso podría llegar a tener conductas que busquen el reconocimiento de otros, lo que podría ser muy dañino para ellos mismos (J.C.).

El resultado esperado para CPAA es:

Tabla 26. Matriz comparativa de beneficios y riesgos.

Beneficios	Riesgos
-------------------	----------------

Autoconciencia	Mayor conexión con emociones y sentimientos. Permite saber los propios deseos.	Desconexión total de sí mismo, no sabe escuchar a su cuerpo ni emoción. Desconocer lo que desea.
Autopercepción	Persona capaz de conseguir sus objetivos.	Baja autoestima, necesita de otros, no puede lograr metas.
Toma de decisiones	Decide en función de lo que quiere.	Decide en función de lo que otros desean o le dicen que quiera.
Relaciones interpersonales	El conocimiento de si mismo ayuda a empatizar con el otro.	Vínculos de dependencia, celos y conductas que buscan validación del otro y/o manipuladoras.
Vida en sociedad	Decide su forma de vivir y con quienes rodearse en función de sus propias necesidades. Reafirma quien es ante los demás.	Vive según los estándares sociales, intenta cumplir roles establecidos, no tiene opinión propia.

Fuente: Elaboración propia.

4.1.1.1.4 Resultados REPSCA.

El último tema corresponde a la relación psiquis-cuerpo para la autoafirmación (REPSCA), específicamente a la relación entre el trabajo con el cuerpo y la autoafirmación (REPSCA- RETCA). En este apartado ambos profesionales concuerdan con que el trabajo corporal es muy relevante si de autoafirmación se habla, es la forma de reconectar el ser, y a partir del trabajo corporal se va comprendiendo lo que está sucediendo con si mismo (A.T.), J.C. indica que el cuerpo se relaciona directamente con la emoción, así gracias al trabajo con el cuerpo y su descubrimiento se podrá entonces comprender las emociones.

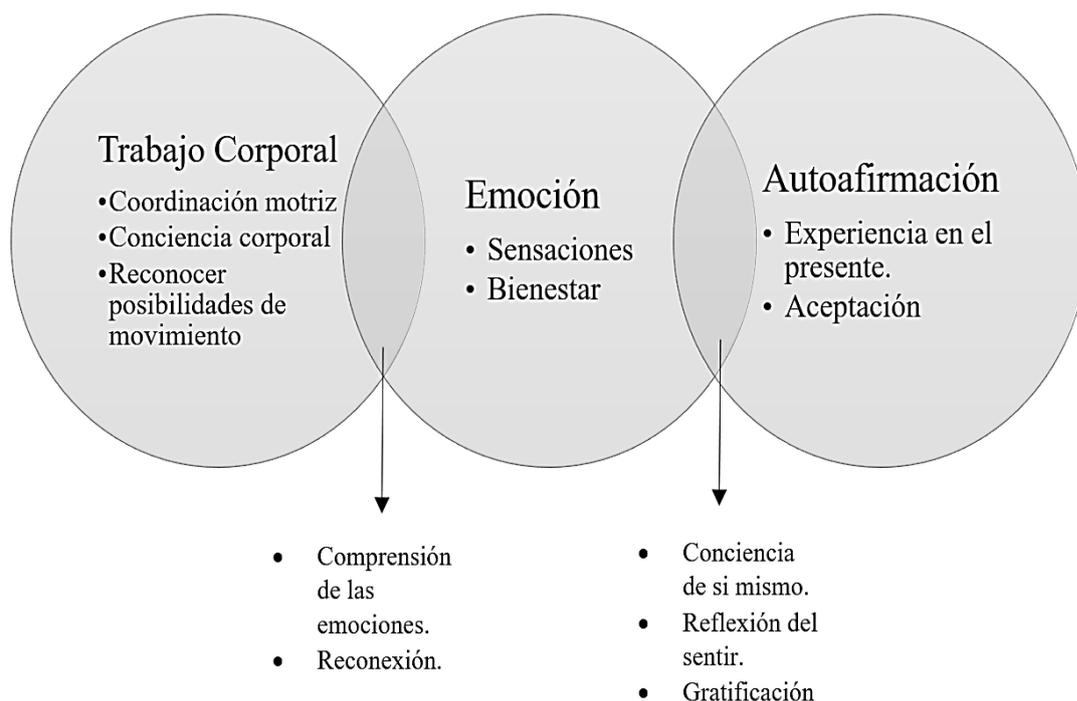
“Que él tome consciencia de que ese mover el cuerpo y reconocer la emoción que implica mover el cuerpo, él tiene un estado de bienestar o de estar bien, te reporta una gratificación y esa gratificación la vamos trabajando como autoafirmación”
(J.C.)

Una acotación importante que hace A.T. es que culturalmente se coarta la expresividad de las emociones por lo que el trabajo corporal sería con el enfoque de recuperar lo perdido.

Añadido a lo dicho, como señala J.C. en la etapa de la adolescencia también existen cambios físicos importantes que generan descoordinación motriz e incluso cuerpo- mente, por lo que no solo sería conveniente realizar actividades de conciencia corporal, de aceptar su cuerpo tal como es y reconocer sus posibilidades, sino que también reflexionar sobre el sentir. A partir de esto “se valida la experiencia que es siempre aquí y ahora”, te lleva al presente y se autoafirma lo que es hoy.

El resultado esperado de **REPSCA- RETCA** corresponde a:

Figura 2. Esquemización de la relación cuerpo y autoafirmación.



Fuente: Elaboración propia.

4.1.1.2 Profesionales de la danza.

4.1.1.2.1 Resultados AYD.

La entrevista a los profesores y profesoras de danza arrojó resultados relevantes para la investigación, en el apartado de Autoafirmación y Danza que fue codificado como AYD, los bailarines y bailarinas relatan la visión que tienen de la danza y cómo esta ha influido en sus vidas.

El significado de la danza desde su experiencia personal (AYD-SGEXP) permite descubrirse desde dentro hacia afuera y desarrollar esa habilidad, posibilita desde la percepción física conocer el propio cuerpo y cómo este se desenvuelve en el espacio, cómo se relaciona con otros, las diferentes posibilidades de movimiento, desplazamiento y expresión “*voy en el metro y estoy muy enojado y voy con los brazos cruzados y no quiero que nadie me toque, hay una relación desde lo físico desde siempre, en todas las personas*”. La danza permite que las personas conozcan y tengan mayor confianza con su corporalidad generando un empoderamiento que facilita la relación con otras personas; “*cuando yo estoy con otras personas relacionándome desde el movimiento, desde la música ... es super genuino*” (R.A.). Desde la misma perspectiva la danza entregaría un desarrollo integral “*no tiene que ver solo con el desarrollo del cuerpo, sino que se enfrenta también a mover emociones, a mover sentimientos, a mover experiencias...*”es además un espacio que brinda a los practicantes autoestima a través del tiempo (C.D.). Relato similar a lo que manifiesta la bailarina clásica C.B. que indica que la danza le otorgó personalidad y seguridad en sí misma: “*Yo era una niña muy tímida, muy llorona, muy regalona de mi mamá y de mi papá, entonces yo siempre digo que la danza para mí me dio la personalidad y la seguridad en mí*” (C.B.).

Asimismo, se le adjudica a la danza la influencia como desafío personal, de “saber hasta dónde puedo llegar”, la necesidad de demostrar las fortalezas en el área para el reconocimiento propio. La danza ayuda a ser más consciente y generar un autoconocimiento en cuerpo, mente y espíritu (H.O.).

Además M.E. agrega una experiencia desde otra perspectiva, como una actividad de liberación y terapia que se integra a las experiencias de sus colegas: *“la danza para mi es una puerta a mi libertad, la danza para mí es como un camino que yo decidí seguir, el cual me entrega estabilidad emocional, estabilidad energética (...) en mi crea una seguridad bastante grande”* agregando que el bailar es terapéutico ya que al hacerlo se pueden liberar tensiones que desaparecerán después de ello y que el prescindir de ella genera.

Con lo que respecta a el desarrollo de la personalidad (AYD-DEP) gracias a la danza, los entrevistados coincidieron en los resultados favorables hacia esta, con factores como el autoestima y seguridad en sí mismos: *“En mí crea una seguridad bastante grande porque creo mucho en que el amor propio parte desde ahí y para mí mi amor propio es ir a entrenar y ser quizás el más bueno de los buenos”* este concepto de “amor propio” se reflejaría no solo en el sentimiento del ejecutante si no que en la dedicación que se le otorga a la práctica de la disciplina con el objetivo de tener mayores logros, entrenar, autoevaluarse y por consecuencia amarse más (M.E.); los bailarines y bailarinas van a querer dar lo mejor y ser los mejores en lo que hacen con la intención de saber hasta dónde podrían llegar y mostrarlo a los demás, incluso ayuda a enfrentar situaciones que normalmente serían intimidantes (H.O.).

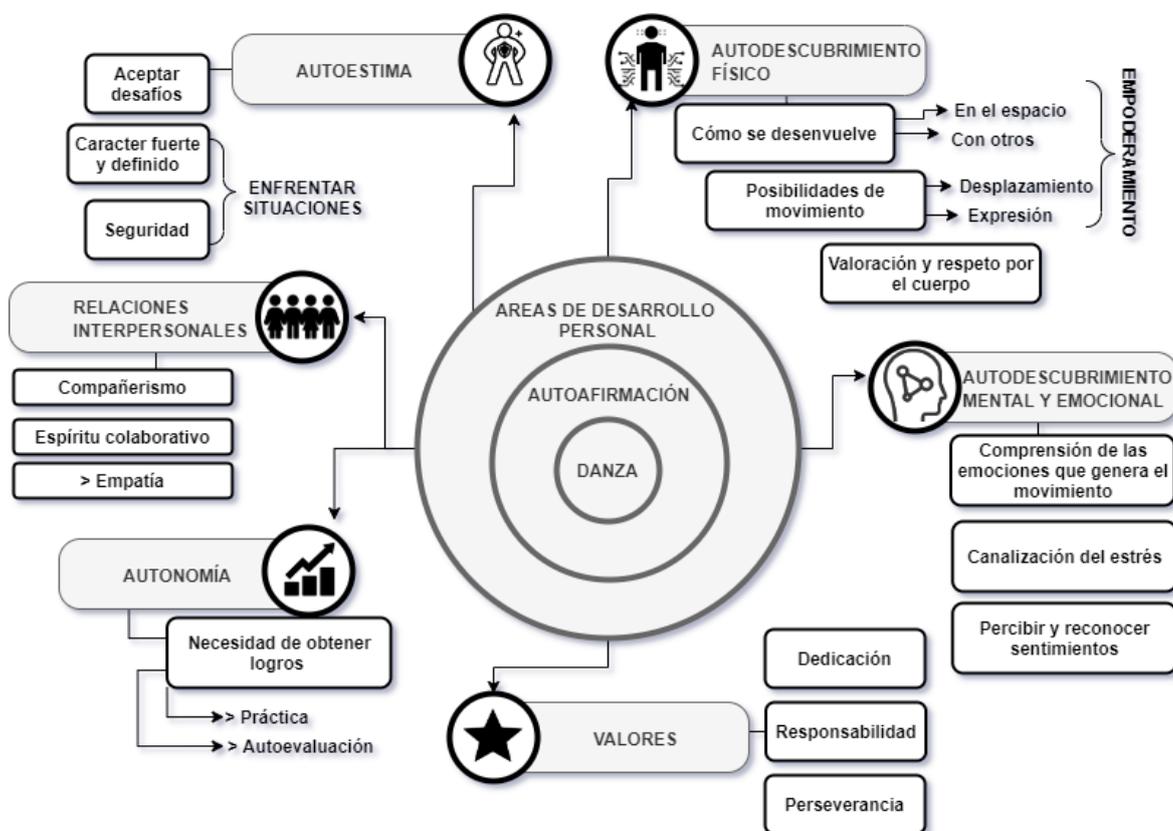
La entrevistada C.B. indica que sus alumnas se ven más seguras al ejecutar movimientos porque logran captar la mejora de sus habilidades y que personalmente

su personalidad se formó un carácter fuerte, definido y con convicción de que con esfuerzo puede lograr sus metas, también R.A. afirma que la seguridad con su cuerpo al trabajar y ensayar varias veces logra que se incremente; C.D. relata que la danza es *“Un espacio de afirmarme y de reconocermme dentro de la sociedad, dentro de mi grupo curso, dentro de mi grupo de amigos también”*, en el proceso los practicantes de la actividad pueden valorarse, validarse con sus decisiones y reafirmar sus gustos, personalidad y estilo de danza .

El bailarín H.O. agrega que la danza inculca los valores de responsabilidad y perseverancia. Dirigiéndose a las relaciones interpersonales manifiesta que: *“Pude ayudar a mis pares, a ser más humano y más realista, entender el momento que estamos viviendo, por ejemplo (...)Te ayuda a ser mejor ser humano, a llevarte mejor con la gente, una conectividad más cercana, y si alguien quiere aprender a bailar, por ejemplo, uno le echa toda la carne a la parrilla para ayudar (espíritu colaborativo)”*, la danza es un medio a través de la cual se fomenta la aceptación y dominio del cuerpo, lo que favorece directamente a la relación con el entorno.

El resultado esperado de **AYD-SGEXP** y **AYD-DEP** corresponde a:

Figura 3. Mapa mental



Fuente: Elaboración propia.

La pregunta dos arroja como resultado los elementos claves de apoyo desde la danza (AYD-ECAD) para el desarrollo de la autoafirmación generando un listado, destacando entre los resultados el autoconocimiento y el trabajo grupal como componentes relevantes.

El próximo ECAD es la **sensibilización**, aludiendo a este concepto desde el momento en que se inicia una clase de danza y el docente pregunta ¿cómo estás?, ocasionando una respuesta que requiere de percibir el propio estado, se percibe también al sentir el cuerpo, los ejercicios de cerrar los ojos y respirar profundo (C.D.), a partir de la sensibilización se desprende la **conexión**, “La danza es cuerpo y alma”,

la danza permite que nuestros sentidos, la emocionalidad, el cuerpo, la expresividad y el ambiente se conecten en una sola energía (H.O.)

“Logra reunir el cuerpo y las emociones de una manera como casi mágico, cuando logro habitar mi cuerpo con el movimiento, logro entender mis emociones también. Estamos super acostumbrados a separar la mente espíritu y cuerpo y en realidad todo esto es una cosa, forman una persona, y cuando yo logro entender mi cuerpo, como se mueve o como dialogo con los demás con él, yo entiendo muchas cosas de mí, de cómo siento” (R.A.)

La misma fuente añade a los ECAD a la **percepción**, pues la danza no solo requiere de la percepción de los segmentos corporales, sino que además se necesita percibir los estímulos externos como la música, los ritmos, el movimiento de una pareja o más compañeros, así esta información que traen los sentidos logra que el sujeto se apropie y confíe en lo que siente, desde ahí irá componiendo su danza, su autoafirmación y actuar.

Sobre el ECAD **trabajo grupal** se ha observado que es en gran parte esta relación con los compañeros lo que genera un ambiente positivo, cuando una persona se siente bienvenida y aceptada en un espacio se autoafirma (M.E.), la bailarina y pedagoga C.D. manifiesta que el trabajo en equipo genera una aceptación de la personalidad propia y del compañero para lograr la tarea *“por trabajos en equipo o trabajos en grupo donde mi personalidad se junta con la tuya, y ya bueno tenemos diferencias, yo soy así, tú eres así, pero logremos como hacer trabajar esto y como hacer trabajar al grupo finalmente”*, H.O. aporta que en este tipo de trabajo todos los participantes tienen un rol que afirma el grupo y deben saber escucharse entre todos.

Aparecen paralelamente otros elementos, **la improvisación**, al momento de ejecutarla se produce un reflejo mismo de la persona, sobre todo si no tiene demasiada experiencia en el área por lo que sería una herramienta clave para la autoexploración en cualquier edad. Este elemento se une con la percepción sensorial, *“cuando logro ponerle mucha atención o desarrollar habilidades de por ejemplo, percibir, escuchar, ver con atención o habitar el cuerpo para tocar algo con verdadera atención”*, es entonces en ese instante de improvisación donde el sujeto puede morar su cuerpo completamente en el presente y reafirmar sus percepciones (R.A.), C.D. apoya haciendo referencia a la **experimentación** *“la experimentación es una herramienta súper importante creo yo para la auto afirmación, la autoestima y el reconocerse, que va de la mano con la improvisación, solamente que no son lo mismo.”*

Un quinto elemento que se nombra en las entrevistas es el uso de **la música**, H.O. indica que si bien no es completamente necesaria la música para danzar, influye bastante en el hecho de moverse y expresar, *“Es como un quiebre de romper el hielo de todo”*; R.A. hace referencia a ella explicando que cuando las personas expresan desde el cuerpo con la música “no miente”, se relaciona con las teorías de la primera impresión y del lenguaje kinésico donde es el componente físico el que muestra lo que sucede en el interior al mismo tiempo que esta persona se empodera de lo que está escuchando, nuevamente asociado a la percepción.

Otros elementos o componentes de la danza nombrados como importantes son la **disciplina** porque forma el carácter y la perseverancia (C.B.), M.E. cuenta que personalmente le ayudaron “las batallas” que corresponden a competencias de danza urbana a modo de retos, lo que se complementa con lo expresado por H.O. que indica que lo son las presentaciones ante el público, ambos escenarios serán codificados

como “**demostración**”. C.D. agrega dos elementos más, un **espacio seguro** y el **proceso coreográfico** *“la coreografía también, es más que aprender solo coreos, por ejemplo, creo que también es un elemento que te pone a ti en juego un poco a esto de adquirir más herramientas, como de habilidades más concretas quizás como la concentración, la memoria, que al final también van ayudando y van contribuyendo”* Finalmente R.A. entrega una frase que lleva a un último concepto *“No hay término medio para habitarla”* refiriéndose a la danza, elemento que será codificado como “**entrega**”.

El resultado esperado de **AYD-ECAD** es:

Listado de elementos que generan autoafirmación en la danza y justificación.

1. **Sensibilización:** Permite que quien danza se apropie de sus sensaciones, que confíe en lo que capta a través de sus sentidos y su emoción.
2. **Conexión:** Ocurre una sincronía en todos los componentes del ser, la emocionalidad, el cuerpo, los sentidos, el contexto, los estímulos, con lo que la familiarización de este proceso permite que la persona pueda ponerlo en práctica en otros ámbitos de su vida afirmando con verdadera certeza lo que desea.
3. **Percepción:** Permite también el poder escucharse y reconectar los sentidos.
4. **Trabajo grupal:** Genera que todos los involucrados se sientan importantes, además para que este trabajo se genere es necesario que todos expongan sus posturas y acepten las de los demás.
5. **Improvisación:** En la danza, el movimiento improvisado muestra cómo es la esencia de la persona, al permitir que se exprese desde lo que cree el ejecutante genera autovaloración, que ayuda directamente en la autoafirmación.

6. Experimentación: Se disponen situaciones para adquirir nuevos conocimientos (como la improvisación) sobre si mismo, para descubrirse.

7. Música: Cuando se baila al ritmo de la música, se debe estar seguro y confiar de lo que se escucha, debe apropiarse de su sentido y de cómo lo interpreta.

8. Disciplina: Permite formar una persona perseverante, que trabajará arduo por sus metas.

9. Demostración: Mostrar a otros y si mismo de lo que se es capaz, genera confianza. Esto conlleva a la valoración del trabajo, de lo que hacemos y somos.

10. Proceso Coreográfico: Se desarrollan una serie de habilidades que generan confianza una vez adquiridas.

11. Espacio seguro: En la danza todos los y las participantes están habitando un mismo espacio, existe comprensión y empatía, lo que permite que cada uno pueda desenvolverse con libertad.

12. Entrega: La danza es una actividad motriz que compromete todo nuestro ser, al ejecutarla se requiere de disponer cada parte en función de ella, el cuerpo, la mente y las emociones. No hay forma de bailar a medias, por lo que esta “entrega” logra que el ejecutante valore cada una de sus áreas, además de desarrollarlas. Por consecuencia habrá seguridad y afirmación luego de un tiempo.

4.1.1.2.2 Resultados EDA.

Desde el rol docente de los bailarines se construye el segundo tema “enseñanza de la danza para la autoafirmación” (EDA), se obtiene como primer resultado “Estrategias de enseñanza” (EDA-ESEN). Gran parte de los entrevistados acordaron en la importancia de generar un ambiente grato y de confianza en las clases de danza.

M.E. indica que es necesario hacer que el estudiante se sienta cómodo, R.A. relata que *“hay que partir haciendo un trabajo en el que ellas desarrollen su seguridad también y puedan permitirse crear coreografías o moverse, uno cree que cuando hablamos de danza hablamos siempre de ballet o de tecnicismos desde el cuerpo, y no siempre es eso, danza es moverse, es respirar, es expresarse, es dialogar con el entorno, se involucran muchas cosas y cuando tu logras explicarles eso, claro, se tranquilizan y pueden además enseñarlo, trabajar con niños desde su percepción.”* Y que además se requiere de un entorno tranquilizador y cuidadoso, donde los conceptos que se utilicen sean comprensibles. Una herramienta muy relevante con el fin de esclarecer los objetivos o aprendizajes que se desean obtener, es el uso de pautas de evaluación y de un lenguaje comprensible y preciso en todo momento, evitando ambigüedades (C.D.).

Se hace énfasis también a el componente de la motivación y entusiasmo que debe transmitir el docente, *“tiene que ser más dinámico y bueno si existe alguna técnica creo yo que es decirlo, cuando lo hacen bien “oye, lo hicieron genial” y también existe el “pucha, chiquillos hoy día se portaron más o menos nomas, tenemos que portarnos mejor para la próxima” (M.E.)* potenciar con el reforzamiento positivo, y de sus palabras “vibrar” con el o la estudiante, acompañar en el proceso y buscar el disfrute de la actividad por sobre el rendimiento técnico.

El profesor H.O. complementa afirmando que *“va todo en la motivación del profe, yo lo apañó, a cualquier estudiante que tenga problemas o un tipo de conflicto, entusiasmarlos y decirles que se la pueden”*, como solución práctica a esto él propone utilizar recursos audiovisuales para mostrar un ejemplo de lo que se espera lograr,

proponer desafíos y realizar trabajos grupales para que se ayuden y puedan complementar las diferentes habilidades.

Se propone también el uso del juego, sobre todo en niveles educativos menores para que los estudiantes lo pasen bien, a partir de esos juegos se pueden ir uniendo actividades que sean dirigidas a un contenido específico como la autoafirmación” (C.D.); *“el juego es la herramienta más poderosa que uno utiliza para trabajar con niños, porque uno se despreocupa de que está haciendo una tarea o un trabajo o aprendiendo, con adultos en los mismo” (R.A.).*

Se hace referencia también a las habilidades que debe poseer el docente al momento de realizar la clase para que se produzca la autoafirmación en los estudiantes, C.D. enfatiza diciendo que es importante el lenguaje que se utiliza, “erradicar los comentarios sobre el cuerpo de los otros” y mostrar que los docentes también podemos equivocarnos y que cuando se les hace alguna acotación o corrección no es porque lo que él o ella hace está mal, si no que no es con exactitud lo que se pide, en una clase de danza “no hay nada bueno ni nada malo”, según esta entrevistada no es necesario solo hacer actividades directamente con el objetivo del trabajo de la autoestima o autoafirmación, sino que se puede realizar de forma “indirecta” con el ya mencionado Reforzamiento Positivo, validando y poniendo atención a todos y todas las integrantes de la clase. R.A. cuenta que es posible dejar que el estudiante realice la tarea por su propio camino, llegando al resultado esperado, pero desde su propia percepción.

Como referencia teórica, C.D. hace mención a la teoría del reconocimiento:

“La teoría del Reconocimiento dice que si las personas no se reconocen a sí mismas y no son reconocidas por otro no van a poder generar un crecimiento personal en su vida, y no solo por otro, sino que si el colegio los reconoce, si la familia los

reconoce, si el Estado los reconoce, diferentes personas, personalidades, entidades, instituciones que deberían generar este reconocimiento en niños, en niñas, van a ayudar a que el niño vaya creciendo y se vaya desarrollando, vaya generando auto estima, auto afirmación, vaya generando distintos elemento”.

Es importante tener claro que muchas veces al momento de realizar clases a un grupo de estudiantes desconocidos puede que la planificación que se lleve preparada no funcione, es necesario actuar en la marcha y a medida que ya se captan las características principales de los estudiantes es posible realizar la clase adecuada a ellos, lo importante es no perder el objetivo. (H.O.)

En cambio, la bailarina clásica C.B. cree que inculcar la perseverancia por medio de la repetición y manejo de la frustración es la mejor herramienta para desarrollar la autoafirmación: *“trato de hacer clases que sean siempre lo mismo toda la semana para que así adopten primero los movimientos”* así a medida que entrenan el gesto técnico los estudiantes van adoptando el movimiento y sintiendo seguridad de lo que están realizando, de igual forma ella concuerda con motivar a los estudiantes para convencerles de que ellos y ellas pueden lograr el objetivo si son perseverantes y lo intentan *“una y otra vez”*.

El siguiente tema abordado en la entrevista es sobre los elementos negativos en la enseñanza de la danza para el desarrollo de la autoafirmación (EDA-ELNEG), algunos concuerdan en la competencia y comparación.

Es necesario evitar que las competencias marquen a un ganador y a un perdedor (C.D.) *“comparar, es lo peor que puede hacer un profe, incluso cuando manejas un ballet profesional, no puedes comparar”* (H.O.), *“tratar mejor a uno por su nivel,*

hacer diferencias” todos los estudiantes deben ser tratados de la misma forma, pues todos están en fase de aprendizaje (M.E.).

El siguiente elemento que se puso en palestra es la incomprensión del contexto, el bailarín M.E. dice que:

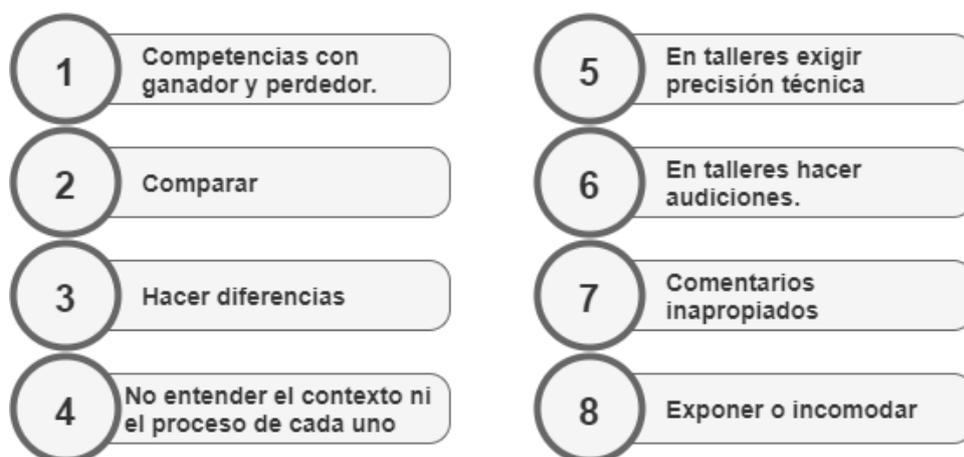
“No entender los procesos de cada persona es un error que quizás yo cometía, y lo he mejorado creo yo, aprender a tratar, lo de que todos los alumnos no son iguales (...) Evaluar es difícil, entonces no se po, si no hay un hermoso ambiente y expones a alguien que recién está intentándolo, igual lo vas a traumar un poco”.

C.B. indica que es importante para la EDA no pedir precisión técnica si se está en un contexto escolar o de iniciación, al igual que R.A. que cuenta que en algunos colegios al formar un grupo de danza, las directivas le piden que realice audiciones sin embargo para ella en ese contexto son un error, *“no hago audiciones, yo abro el grupo de danza y los que quieran participar bien, todos son recibidos”*, justificando esta decisión porque el propósito del taller escolar con es buscar la profesionalización de la disciplina o la exigencia técnica si no que ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades como la seguridad, el autodescubrimiento, la autoafirmación, el respeto del cuerpo y los compañeros, relacionarse con los demás, entender que todos somos diferentes. Por otra parte la entrevistada plantea que esta comprensión del contexto debe llevarse a los apoderados, hay madres o padres que desean que sus hijos se dediquen a una danza en específico y sueñan con que sea de manera profesional y se destaquen, pero el docente tiene que identificar si el o la estudiante tiene realmente las capacidades para dicha disciplina y deberá aconsejar a la familia sobre seguir en algún lugar especializado o continuar en un espacio recreacional para no afectar su autoafirmación.

Finalmente C.D. agrega un elemento que no debiese estar presente, los comentarios inapropiados justificando la importancia del cuidar el vocabulario porque los estudiantes ven al profesor y profesora como una autoridad y un ejemplo a seguir, por lo que si existe un gran impacto en su relación con sí mismos como consecuencia de los dichos del profesor, ella vuelve a hacer énfasis en olvidar los comentarios relacionados con la contextura física de los estudiantes para no generar un espacio “de recelo”, la danza se debe ejecutar en un contexto cómodo y amable.

Para mayor síntesis de la información se expone el siguiente diagrama:

Figura 4. Conductas que el docente debe evitar.



Fuente: Elaboración propia.

Producto de la pregunta anterior surgió en las respuestas los cuidados importantes (EDA-CUIMP) para tener en consideración en la enseñanza para la autoafirmación, uno de ellos es “generar un espacio seguro, de comodidad” (C.D.) debido a que la gran parte de la responsabilidad de lo que sucede en la situación de enseñanza- aprendizaje es del profesor o profesora, al igual que C.B. que expresa que el profesor debe tener una comunicación efectiva, (opinión que comparte H.O. “Es

toda una comunicación profe alumno, si tú tienes una buena vinculación con el curso, hay buena onda, eres un poco “liberal” cambia la cosa.”), que debe autoevaluar su trabajo y ser consciente del contexto donde realizará las clases y el objetivo de estas, saber que si es un taller el elemento principal debe ser la entretención. Para el ámbito de la danza profesional, es necesario hacer un testeo psicológico antes de la iniciación para evitar una destrucción de la autoafirmación y conceptos relacionados.

R.A. asegura que es fundamental que quienes realicen clases de cualquier materia tengan una “base pedagógica”, que estudien y se informen sobre cómo llevar el proceso y la capacidad de ser sinceros para captar posibles talentos y debilidades tanto con estudiantes como con uno mismo; a su vez M.E. se refiere a las capacidades del docente considerando que debe *“Tener cuidado con los comentarios, calificar a los alumnos por su nivel”* proponiendo su estrategia de trabajo en la que intenta que en la misma clase los estudiantes con distintos niveles de conocimientos en la danza puedan desarrollarse y aprender con actividades comunes, utilizando diferenciación en la dificultad o grupos de trabajo con integrantes de distinto nivel como modo de nivelación.

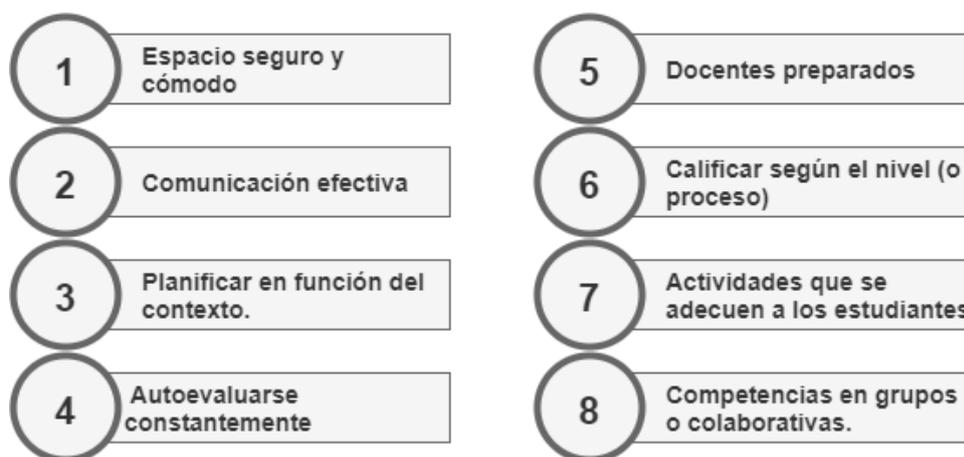
Otra estrategia que es parte del EDA-CUIMP es la que indica C.D., si un docente realiza como actividad una competencia no debe hacer la diferencia entre quien logra la meta y quien no, debe intentar no desmerecer a nadie *“puede generar competencia dentro de su clase, pero si uno lo sabe llevar”*.

H.O. cuenta que en ciertas actividades coreográficas realiza modificaciones que se adecuen a cada estudiante: *“quienes no puedan (hacer Lyft) por textura les doy otra tarea, pero hago que todos sean importantes desde el principio al final. En*

el fondo es pasarlo bien, disfrutar de la danza, este medio comunicativo de expresión corporal”.

A modo de resumen del contenido expuesto, se presenta el siguiente diagrama:

Figura 5. Cuidados importantes a considerar



Fuente: Elaboración propia.

El siguiente tema corresponde a las Dificultades del trabajo con adolescentes (EDA-DIFTA), R.A. expresa que en esta etapa la identidad y personalidad se está definiendo a diferentes niveles y velocidades de acuerdo a las experiencias que han tenido a lo largo de su vida y del rol que cumplan dentro de su vida familiar, hay situaciones *“que los ha hecho descubrirse mejor o aceptarse más, hay otros que están absolutamente solos”*, con esto destaca la diferencia que puede existir entre los mismos pares, además que existen tantos ámbitos de la personalidad que no se han definido a esta edad que el trabajo del docente se realiza con mucha incertidumbre, M.E. complementa contando que tiene alumnos que reciben de mejor forma los cumplidos y motivaciones vigorosas, en cambio otros son más sensibles y tímidos por lo que requieren de un trato más sutil.

Con respecto a el trato, C.D. aporta que tras tantos cambios hormonales y emocionales es muy importante no frustrarlos por invalidar o comentar sus errores, sobre todo en las primeras clases.

Otra de las dificultades tiene que ver con la seguridad propia de los estudiantes, moverse les produce vergüenza y *“siempre está preocupado del compañero, de qué le van a decir y el miedo al ridículo”* (C.B.); H.O. ha identificado principalmente este último rasgo en varones, y que las damas por lo general se comparan entre ellas y tienen inseguridades con su cuerpo, añade que existe temor a los *“movimientos corporales”* y a ejecutar danzas en parejas si es que no están acostumbrados.

Para finalizar el tema EDA-DIFTA surge el apartado de Soluciones para el trabajo con adolescentes (EDA-SOLTA) se propone que el docente se muestre cercano, que sea capaz de visibilizar que también comete errores triviales y aceptarlos, como por ejemplo *“contar mal”*, además es necesario *“sacar todos los comentarios que tengan que ver con el cuerpo”* y *ser precisos al evaluar, asimismo “tratar de erradicar ese lenguaje un poco negativo de no, está mal, no así no es, sino que ir explicando de mejor manera”* (C.D.).

Es más, se sugiere que el o la estudiante se sienta con la mayor comodidad y/o confianza posible, C.B. nombra los juegos de confianza como actividad inicial de las clases para *“que se conozcan que sepan sus nombres su edad, de donde viene, con quien vive, qué les gusta, qué no les gusta, para después poder trabajar, que quieran hacer las cosas y tengan la confianza de ejecutar los movimientos”*, de igual forma es conveniente conversar antes de comenzar a realizar una clase para saber con qué tipo de estudiantes se está tratando (R.A.), incluso para comentar a quienes sienten que no poseen grandes habilidades o talento para desempeñarse en el área que la clase es una

instancia para aprender y disfrutar, debe ser una experiencia en la que no se les exija precisión, que hagan las cosas a su manera y que exista buena relación profesor-alumno, además ofrecer una mirada más “entretenida” y actual de la danza (H.O), *“hacer que su percepción del movimiento cambie, si les gusta el Trap trato de usar ese tipo de música... trato de mostrarle todas las posibilidades de elegir... el movimiento no se impone, tiene que fluir como una necesidad intrínseca todo el rato, tiene que salir de las mismas personas.”* (R.A.).

Por último, se propone sacarlos de su “zona de confort” para poder notar una evolución (R.A.).

El resultado esperado de **EDA-DIFTA** y **EDA-SOLTA** corresponde a:

Tabla 27. Tabla comparativa de dificultades versus soluciones.

Dificultades del trabajo con adolescentes	Soluciones para el trabajo con adolescentes
Búsqueda de la identidad, diferencias en el nivel de maduración entre pares.	Generar instancias para que el grupo se conozca y cree confianza. Tener buena comunicación desde el principio.
Cambios hormonales, explosión emocional que genera frustración.	Erradicar comentarios sobre el cuerpo (superficialmente).
Vergüenza por mostrarse o hacer el ridículo.	El docente deberá mostrarse como un igual, que también se puede equivocar.
Inseguridad de sus habilidades, miedo al movimiento.	Mostrar el lado divertido de la disciplina, buscar opciones que se acerquen a sus gustos y la actualidad. Sacarlos de su zona de confort.

Fuente: Elaboración propia.

4.1.1.2.3 *Resultados EDPA.*

Como temática final de la entrevista a bailarines se obtiene la opinión sobre el o los Estilos de danza para la autoafirmación (EDA-EDPA) donde los entrevistados relatan sobre el estilo más apto para desarrollar el concepto en cuestión.

Solo se dio a conocer una respuesta concreta por parte de C.B. que indica que a su parecer el Ballet, es decir, la Danza Clásica es el estilo más adecuado para el desarrollo de la autoafirmación puesto que se fusionan distintas aristas de conocimiento, de la totalidad del cuerpo, de la relación con los compañeros y valórico como la disciplina, el respeto, la perseverancia, el rigor, asegurando que todo esto otorga confianza. El ballet produce cambios físicos lo que entrega una mejora de la autoestima.

Por otra parte, en la actualidad los estilos de danza que generan un mayor autoconocimiento e introspección son la danza contemporánea y moderna “se han hecho cargo de estas situaciones en espacios formales” donde dentro de la planificación de la clase se encuentra un espacio para conectar con las emociones. También se nombra la “Danzaterapia” como una instancia de ayuda para la autoestima (C.D.).

No obstante 80% de los entrevistados concuerda con que lo que influye en el desarrollo de la autoafirmación no es el estilo de danza que se practique si no que lo que incide es directamente la metodología con la que se enseña, las actividades realizadas y la actitud del profesor.

“yo creo que no hay un estilo específico que lo trabaje más, pero aquí caigo de nuevo en esto de la labor del docente” (C.D).

“Yo creo que todas, ya danza, ya baile, ya atrévete a aprender, atrévete a ser el queso para después ser el ratón, y es verdad, creo que la danza entrega... ya cuando te atreves y dices esto es para mí ya entras a... independiente del estilo que sea, y después de ese estilo te das cuenta de que lo pudiste dominar, y entras a otro estilo, y te transformas en alguien capaz de hacer lo que sea” (M.E.).

“todos los ritmos son sujetos a desarrollo. ¡Ver bailar a un octavo básico un tango es...grande! Por el logro (independiente el tipo de danza). Yo les digo a los estudiantes, la danza no es ni siquiera necesario que sea con música, la danza es ... uno puede bailar en silencio, es otro medio de expresión” (H.O.).

“No creo que exista uno, creo que existen tantos estilos de danzas como personas” (R.A.).

Por tanto, quienes dieron aquellas declaraciones indicaron que los componentes que se anteponen al estilo (EDPA-CAE) son en realidad el enfoque que tenga el docente (C.D.), “la vibra del profesor” y lo que quiera transmitir (M.E.), la generación de logros (H.O.) y la improvisación (R.A.).

4.1.2 Matriz descriptiva objetivos curriculares.

Tabla 28. Matriz descriptiva objetos curriculares.

Transversalidad Marco Curricular 2015 (7mo a 2do Medio) / Programa “Expresión corporal y danza” (3ro y 4to Medio).	
Dimensión del Aprendizaje asociado a la Autoafirmación	Dimensión Afectiva Dimensión Física (emergente)
Propósito de la dimensión	D. A: “Apunta al crecimiento y el desarrollo personal de los y las estudiantes mediante la conformación de una identidad personal y del fortalecimiento de la autoestima y la auto valía, del desarrollo de la amistad y de la valoración del rol de la familia y de grupos de pertenencia, y de la reflexión sobre el sentido de sus acciones y de su vida”. (MINEDIC, 2015, p.26). D.F: “Integra el autocuidado y el cuidado mutuo, y la valoración y el respeto por el cuerpo, promoviendo la actividad física y hábitos de vida saludable” (MINEDUC, 2015, p.25).
Objetivos de aprendizaje: I- Transversal específico.	I- D.A: “Construir un sentido positivo ante la vida, así como una autoestima y confianza en sí mismo(a) que favorezcan la autoafirmación personal, basándose en el

II- “Expresión corporal y danza”.	<p>conocimiento de sí y reconociendo tanto potencialidades como ámbitos de superación”. (MINEDUC, 2015, p.26).</p> <p>I- D.F: “Favorecer el desarrollo físico personal y el autocuidado, en el contexto de la valoración de la vida y el propio cuerpo, mediante hábitos de higiene, prevención de riesgos y hábitos de vida saludable” (MINEDUC, 2015, p.26)</p> <p>II- OA1: Manifestar la expresión de su corporalidad, y la de otros, desde el conocimiento de sus posibilidades físicas, motrices y expresivas.</p> <p>II- OA2: Descubrir un lenguaje corporal propio, a través del movimiento.</p>
--	---

Conceptualización	
Conceptos claves	Descripción
1-Desarrollo personal.	Es lo que las personas pueden ir realizando para progresar y avanzar más allá de lo que el paso del tiempo les otorga por consecuencia. (Goleman, 2006, como se citó en Arias, 2008). Para lograr este “avance”, es necesario que la persona se establezca metas e intente lograrlas hasta conseguirlas. (Arias, 2008, p. 118). Chino (2011) cita a la OMS indicando que este desarrollo personal es una relación directa entre el desarrollo psicológico, afectivo, social y económico.
2-Identidad personal.	La acepción más acertada de la RAE al respecto, define a la identidad como “Conciencia que una persona o colectividad tiene de ser ella misma y distinta a las demás”, así identidad personal se acota al significado en singular. Por lo demás este concepto es el responsable generar y responder con seguridad las preguntas que cada persona tiene sobre sí mismo, por ejemplo: “¿Quién soy?” (Olson, 2021).
3-Autoestima.	Corresponde al valor que cada persona se adjudica a sí mismo, esta puede ser alta o baja dependiendo del valor otorgado. (Chino Alave, 2011. P.7, citado de Ministerio de Salud, 2006). La autora expone que el nivel de autoestima determinará la forma de relacionarse con si mismos y con los demás.
4-Autovalía.	Se entiende como sinónimo de auto valoración, no se halló definición.
5-Sentido positivo ante la vida.	Asociando a las emociones positivas que “indican seguridad y la respuesta inherente a ellas no es de reducir las opciones sino ampliar y construir recursos duraderos”, por lo que esta forma de ver las situaciones de forma positiva ayuda a las personas a tener mayores posibilidades de enfrentarlas y superarlas (García, M. 2016, citando a Fredrickson, 2001).
6-Confianza en si mismo.	La RAE define en una de sus acepciones a la confianza como “Seguridad que alguien tiene en sí mismo”.
7-Autoafirmación personal.	La RAE la define como “Seguridad en sí mismo, defensa de la propia personalidad”.

“el concepto de autoafirmación se caracteriza por la capacidad que tiene la persona de expresar abiertamente sus deseos, pensamientos o habilidades y la define como la libertad de ser uno o una misma y poder conducirse con autonomía y madurez” (Naranjo Pereira, 2008, p.4, citando a Mezerville, 2004).

8-Conocimiento de sí.

También conocido como Autoconocimiento, permite a las personas reparar errores y potenciar habilidades con lo que podrá tener mayor crecimiento personal a lo largo de su vida mejorando la relación con nosotros mismos y quienes nos rodean. Se compone de la observación a si mismo, el análisis de aquello y las acciones o cambios que se realizan al respecto (Bennett, 2008).

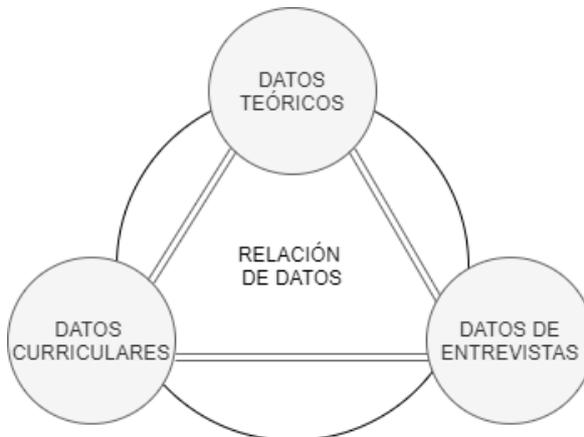
4.2 Análisis de resultados

4.2.1 Triangulación de la información.

La triangulación es una técnica de análisis de datos que se centra en el contrastar visiones o enfoques a partir de los datos recolectados. Por medio de esta se mezclan los métodos empleados para estudiar el fenómeno, bien sea aquellos de orientación cuantitativa o cualitativa. En el caso de este trabajo la triangulación compara las distintas fuentes utilizadas para construir los datos.

A partir de los resultados obtenidos, se realiza la siguiente triangulación de datos, con las categorías de i- Autoafirmación, ii- Danza para la autoafirmación y autoafirmación, iii- Metodología para la enseñanza.

Figura 6. Visualización de la relación de fuentes de datos.

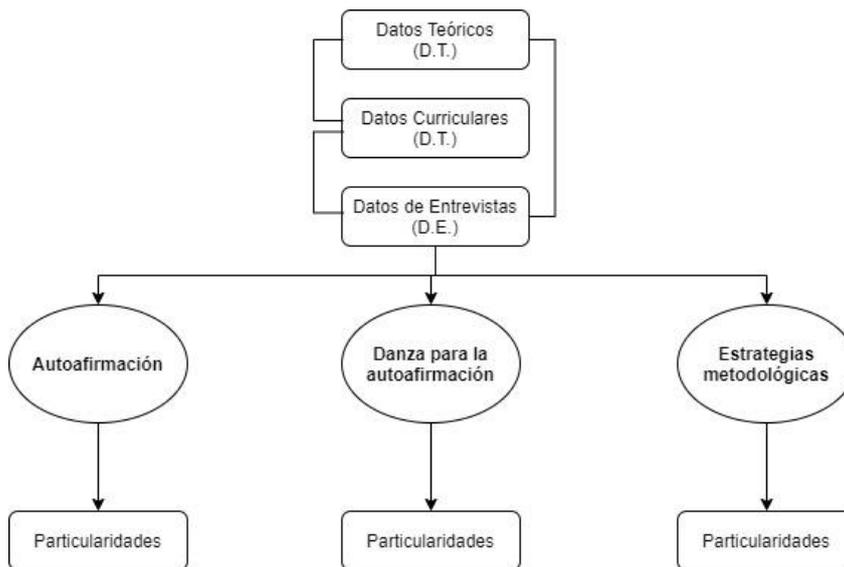


Fuente: Elaboración propia

Para la redacción de la triangulación se han utilizado las siguientes abreviaciones para facilitar la lectura:

DT: Dato Teórico, DE: Dato de Entrevista, DC: Dato Curricular.

Figura 7. Triangulación de fuentes para construir los datos



Fuente: Elaboración propia

Comentarios acerca del esquema de triangulación (Figura 7):

Datos referentes a la autoafirmación:

Dentro de las coincidencias entre tipos de datos recogidos se encontraron las siguientes:

1) Se entiende la autoafirmación como un concepto que es dinámico, pero que con el paso del tiempo puede ser estático, además se refleja en el modo de actuar y pensar de la persona. (DT-DE).

2) Se relacionan los conceptos de autoconcepto, autoeficacia, autoimagen, autosuficiencia, valerse por sí mismo autoestima, auto aceptación, autovaloración (el currículum pretende fortalecer la autoestima y auto valía), seguridad de si mismo, autenticidad, personalidad, autodeterminación, originalidad, autoexpresión, y afirman que quien la pasee no complace a otros, expone sus ideas con confianza y existe una coherencia entre lo que desea, lo que piensa y sus acciones (DT-DE-DC).

3) Cuando no se tiene autoafirmación el sujeto realiza acciones que no concuerdan con sus valores, pensamientos o ideales, para minimizar esta disonancia se realiza una modificación de las “creencias”, siendo personas fácilmente manipulables (DT-DE).

4) Gracias a la interacción con otros se toma conciencia de sí mismo y por tanto ocurre la autoafirmación, es decir se produce una comprensión como individuo, propósito de la dimensión afectiva del currículum que busca la construcción de la

identidad personal. El reconocimiento de logros propios es parte fundamental de la construcción de la autoafirmación, potenciando todos los elementos que se relacionan con el concepto (DT-DC-DE).

5) La inteligencia emocional toma un papel importante en la formación de la autoafirmación, es el inicio para comprender las emociones y sentimientos y saber reaccionar ante ellos, así el actuar será acorde a la emocionalidad, facilita expresar los propios sentimientos y pensamientos (DT-DE).

6) Para lograr la autoafirmación es necesario el conocimiento de las posibilidades físicas, motrices y expresivas, OA propuesto en el electivo de “expresión corporal y danza”, los entrevistados indican que es necesario el conocimiento de si mismo a través del trabajo corporal (DT-DC-DE)

7) Es necesario desarrollar la autoafirmación por las consecuencias positivas para la vida de las personas, se es consciente de sus propios límites y de su influencia en el contexto en que se encuentre, permite solucionar problemas y tener buenas relaciones con el entorno, pues el primer paso para comprender las emociones de otros es comprender las propias. (DT-DE-DC).

8) El riesgo de no forjar la autoafirmación es que no exista coincidencia entre autoimagen percibida y autoimagen ideal, hay una constante inconformidad con si mismo desencadenando un autoconcepto negativo, baja autoestima, necesidad de otros, dificultad para la auto realización (DT-DE).

9) La infancia es el momento clave donde se comienza a construir la autoaceptación, la autoestima y la autoafirmación, pero la adolescencia es el momento de crisis en donde es necesario reafirmar la identidad y recibir ayuda externa (DE-DT)

10) Conciencia del presente que se habita (DT-DE).

Hubo información expuesta en solo una fuente de datos, es por esto que fue considerada como una particularidad:

- a) La autoafirmación es un “sistema general de protección del ego”, como una forma de autodefensa para equilibrar la autoimagen del sujeto ante amenazas (DT).
- b) Culturalmente se ha coartado la expresividad de las emociones (DE). Esto se considera como un aporte a los datos entregados y no como una concepción equívoca de la autoafirmación.

Datos referentes a Danza para la autoafirmación:

Dentro de las coincidencias entre tipos de datos recogidos se encontraron las siguientes:

- 1) La realización de actividades artísticas genera una mayor introspección, con herramientas que permiten comprender y desglosar sus emociones (percepción) (DT-DE).
- 2) Actividad que respeta las diferencias, favoreciendo el cuidado mutuo y la inclusividad (DT-DC).
- 3) Para desarrollarla, se deberían usar danzas neutras, que permitan la exploración y conocimiento del cuerpo, conciencia del movimiento en el espacio (DT-DE).
- 4) El trabajo físico es fundamental para un autoconcepto positivo (DT-DE).

- 5) Debe saciar las necesidades de quien la ejecuta, de autoestima y autoconcepto (DT-DE).
- 6) Debe existir conexión entre emociones, sentimientos, sensaciones, vivencias (DE-DT).
- 7) Quienes bailan, buscan ser mejores siempre, y al percibirse como ser corporal, la necesidad de mejorar se transfiere al yo puedo corporal (DT-DE).
- 8) La danza entrega satisfacción y felicidad por sobre otras actividades entregando un sentido positivo ante la vida (DT-DC-DE).
- 9) La danza genera autoafirmación porque trabaja áreas del desarrollo personal como: Autoestima, autodescubrimiento físico, mental y emocional, valores, afectividad, autonomía, aptitud física y relaciones interpersonales. (DT-DE), La dimensión física del currículum tiene como objetivo favorecer el desarrollo físico personal en el contexto de la valoración del propio cuerpo. (DC)

Particularidades:

- a) Realizarlo en un largo periodo de tiempo (DT).
- b) La música es un potenciador del sentido positivo ante la vida (DT).
- c) La danza genera autoafirmación por medio de la sensibilización, la conexión, trabajo grupal, improvisación, experimentación, música, disciplina, demostración, espacio seguro, entrega y proceso coreográfico (DE).
- d) Por medio de la repetición de pasos y manejo de la frustración se llega a la autoafirmación ya que se trabaja constantemente la perseverancia y la seguridad

(DE). Este dato es desechado ya que representa la opinión de solo una entrevistada y está dirigida a un estilo de danza específico.

e) El estilo más adecuado para el desarrollo de la autoafirmación es la danza clásica (DE). Este dato es desechado ya que representa la opinión de solo una entrevistada y está dirigida a un estilo de danza específico.

f) No es el estilo de danza lo que influye en la formación de la autoafirmación, sino que la metodología con la que se enseñe y la actitud y el enfoque del docente, la generación de logros y la improvisación (DE).

Datos referentes a las Estrategias metodológicas en la escuela para la autoafirmación:

Dentro de las coincidencias entre tipos de datos recogidos se encontraron las siguientes:

1) Hay que educar a los estudiantes como entes pensantes que obedezcan porque comprenden la razón y no obedientes ante un autoritarismo, entender al educando como ser autónomo e individual (DT-DE).

2) La expresión y manifestación debe surgir por sus propios deseos, no por necesidades externas a ellos u otro (DT-DE).

3) Educación emocional, que genera un sentido positivo ante la vida (DT-DE-DC).

4) Danza desde el enfoque pedagógico didáctico, priorizar el enfoque educativo en la danza por sobre el espectáculo y por sobre los tecnicismos (DT-DE).

- 5) Se debe respetar los procesos de los estudiantes sin interrumpir las vivencias de cada uno, que encuentren su propio lenguaje corporal (DT-DE).
- 6) Es necesario motivar y escuchar los deseos de los estudiantes, considerar las motivaciones de este, reconocerlo como individuo (DT-DE).
- 7) Guiar hacia el sentido creativo y danza colectiva, libre, enseñanza flexible de acuerdo al contexto de los estudiantes, darles la libertad a los estudiantes de que cumplan con los objetivos de la clase por su propio camino, fomentar la conciencia corporal y percepción de sí mismo en todos los aspectos (DT). Descubrir un lenguaje corporal propio a través del movimiento (DC).
- 8) Propuestas de juego, lúdicas según la realidad de los estudiantes.
- 9) Mostrar alternativas que atrapen desde la entretención.
- 10) Iniciar la enseñanza con un mando directo, copiando movimientos, luego pasar a la autonomía (DE-DT). Manifestar la expresión de su corporalidad (DC).
- 11) Realizar actividades para fomentar la automotivación, autoconciencia, autocontrol, empatía, confianza, reflexión, autogestión, creatividad y destreza social (DT-DE).
- 12) Actividades para conocerse a mismo, autodescubrimiento, a partir del conocimiento de sus posibilidades motrices y expresivas manifestarán la expresión de su corporalidad (DT-DC).
- 13) Utilización de autoevaluaciones (DE) y pautas de evaluación (DE-DC).
- 14) El reforzamiento positivo es una estrategia eficaz para mantener la motivación y potenciar la autoafirmación (DE-DT).

15) Utilización de recursos audiovisuales (DC-DE).

16) Utilización de recursos según los gustos e intereses de los estudiantes (DT-DE)

Particularidades:

a) Utilización de retos virales realizados en redes sociales (DT). Este dato es desechado para la propuesta ya que no favorece al desarrollo de la creatividad y solo reproduce un modelo que busca cumplir con un estándar.

b) Generar un ambiente grato y de confianza (DE).

c) Uso de un lenguaje comprensible y comunicación efectiva (DE).

d) Poner desafíos a los estudiantes como recurso motivador (DE).

e) Planificar acorde al contexto y capacidad para adaptarlas al momento de hacer la clase sin perder el objetivo (DE).

f) Evitar generar competencias con ganador y perdedor (sólo hacerla con enfoque colaborativo), comparar, hacer diferencias, no entender el contexto ni el proceso de cada estudiante, en talleres exigir precisión técnica o hacer audiciones, comentarios inapropiados, exponer o incomodar (DE).

g) En caso de calificar, hacerlo según proceso y nivel personal del estudiante (DE).

h) Al momento de evaluar, ser preciso (DE).

i) Generar instancias para que el grupo se conozca y cree confianza (DE).

4.3 Principios metodológicos para la Propuesta:

A partir de la información recolectada y los análisis realizados se está en condiciones de avanzar en la propuesta, para ello, primero que todo, se presentan los principios creados como pauta para la propuesta de enseñanza de la danza enfocada en el desarrollo de la autoafirmación en el contexto educativo, a saber:

1. Principio colaborativo: Fomentar las relaciones interpersonales, el compañerismo, generar instancias de trabajo grupal y respeto mutuo.

2. Principio de la investigación: Promover la experimentación y exploración motriz, sensorial, cognitivo y emocional, para desarrollar la autopercepción y conciencia de si mismo junto a las posibilidades en el presente, potencia la creatividad y el autoconocimiento.

3. Principio de libre expresión: Permitir el uso del propio lenguaje corporal, manifestación según sus propios deseos y emocionalidad.

4. Principio de la individualidad: No invalidar a ningún integrante, respetando sus procesos personales y formas de expresarse.

5. Principio de la autonomía: Potenciar el uso de la autoevaluación, respecto a su progreso personal, reconocer falencias y fortalezas, para que cada uno se interese en buscar la forma de cumplir sus objetivos.

6. Principio de la contextualización: Planificar y evaluar acorde al contexto del estudiantado y sus características.

7. Principio de retroalimentación concreta: Evitar las subjetividades y lenguaje abstracto o ambiguo al momento de entregar retroalimentaciones.

8. Principio de la complementariedad: Las prácticas y conocimientos deben ser tratados en función de un aprendizaje integral, complementando cada saber con habilidades relacionadas.

9. Principio de bienestar: El espacio de enseñanza aprendizaje debe entregar la sensación de bienestar, confianza y seguridad a los participantes.

10. Principio de la didáctica: Las actividades debiesen integrar juegos, actividades o recursos relacionados a los intereses del grupo, fomentando la motivación y facilitando el aprendizaje.

11. Principio de la progresión: El proceso de enseñanza aprendizaje debe realizarse desde lo más básico hasta lo más complejo, con el fin de ir adquiriendo habilidades y destrezas de forma escalonada.

12. Principio de la reflexión: Todas las actividades deben ser reflexionadas y analizadas, ya sea al inicio, durante o al final de la clase.

13. Principio de la constancia: La práctica de la disciplina debe ser realizada periódicamente, para generar los aprendizajes que se esperan y estos perduren en el tiempo.

14. Principio del enfoque: Mantener el enfoque pedagógico de la danza, como un instrumento para potenciar habilidades más allá de la ejecución técnica e interpretación de la disciplina.

15. Principio de la voluntad: Toda acción deberá ser de carácter voluntario, sin imposiciones.

Una vez indicado estos principios se está en condición de desarrollar la propuesta propiamente tal. En las páginas que siguen se abocará a esta tarea.

4.4 Propuesta de danza para el desarrollo de la autoafirmación

PROPUESTA METODOLÓGICA

“Danzando la autoafirmación”

PRESENTACIÓN

El propósito de la siguiente propuesta es dar un espacio a la danza en el contexto escolar, utilizándola como herramienta para desarrollar la autoafirmación en estudiantes de educación media, desde un enfoque pedagógico constructivista.

A partir de la necesidad de solucionar falencias en la formación transversal durante la adolescencia, periodo caracterizado por la presencia de cambios tanto físicos como psicológicos y sociales, crisis y búsqueda constante de la identidad, se realizó una investigación que integró datos teóricos, curriculares y entrevistas a psicólogos y especialistas de la danza (profesores) con el propósito de lograr definir las bases que se requieren para que la danza tenga un fin transformador y útil dentro del contexto escolar en donde el conocimiento académico esta por sobre los aprendizajes transversales de la dimensión afectiva.

Este programa pone especial énfasis en la construcción de valores, el desarrollo emocional, de la personalidad y su integridad como ser para formar personas seguras de sí mismas, con una elevada autoestima y autoconcepto, con capacidad de decisión para la búsqueda de sus propios deseos y reflexión sobre su propia conducta y acciones, es decir entregar las herramientas para un adulto satisfecho en la sociedad, utilizando el propio cuerpo como herramienta, trabajando las competencias y habilidades relacionadas al movimiento enfocado en la emocionalidad. También es

importante inculcar respeto y cuidado tanto por el propio cuerpo como por el de los demás, ya que representa nuestro instrumento de comunicación e interacción con el mundo externo.

Esta propuesta pretende entregar una guía con la cual docentes puedan orientar sus planificaciones y metodologías para la implementación de un taller o asignatura en el mejor de los casos según el criterio de cada establecimiento, dirigida a estudiantes de Educación Media. Se proponen formas de abordar situaciones de enseñanza-aprendizaje, unidades temáticas, recursos metodológicos, tipos de evaluación y recomendaciones generales.

OBJETIVO GENERAL:

Implementar un curso de danza para desarrollar la autoafirmación de estudiantes de Educación Media.

DESTINATARIOS:

Estudiantes de Séptimo básico a Cuarto año medio de colegios Científico-Humanistas o Técnicos.

PERFIL DEL DOCENTE A CARGO:

El o los adultos responsables de impartir el curso deben cumplir con mínimo dos requisitos, en primer lugar, deben ser pedagogos y en segundo lugar deben tener conocimientos en danza además de educación física y/o expresión corporal.

ORGANIZACIÓN DE LA PROPUESTA:

La propuesta se puede aplicar como taller o como asignatura según el criterio del establecimiento, siendo esta última modalidad el ideal para llegar a una mayor cantidad de participantes y cumplir con las expectativas de una educación holística.

“Danzando la Autoafirmación” es un curso que se desarrollará durante un año académico, específicamente entre los meses de abril y noviembre (en caso de ser asignatura se comenzaría en marzo).

El programa consta de cuatro unidades, que serán desarrolladas durante dos a tres meses aproximadamente cada una, dependiendo del cronograma del establecimiento.

Idealmente se debiesen realizar dos sesiones de noventa minutos por semana, no obstante, considerando la realidad educativa actual, se limitará en este documento a dirigir el programa a una sesión por semana.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.

OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.

OA3: Construir un lenguaje corporal propio, a través del movimiento y la confianza en sí mismo.

OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.

OA5: Demostrar el sentido creativo y autónomo mediante la danza.

OA6: Comprender la interrelación entre el cuerpo, el espacio y el tiempo a través de la vivencia de la musicalidad.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE ACTITUDINALES:

OAA 1- Mostrar respeto por la propia corporalidad y la de los compañeros, así como la emocionalidad, la opinión, ideales y modos de expresión.

OAA 2- Demostrar interés por el cuidado del bienestar emocional, social y físico tanto por sí mismo como por los demás.

OAA 3- Demostrar a través de la creación y el trabajo colectivo el compañerismo, la empatía, la confianza, la determinación, trabajo equitativo y liderazgo.

OAA 4- Mostrar interés por el propio proceso de aprendizaje, aportando a la clase y siendo proactivo.

Tabla 27 Resumen de planificación anual

UNIDAD 1		UNIDAD 2		UNIDAD 3		UNIDAD 4	
Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ● Propiocepción ● Eukinética. ● Coreútica. ● Aptitud Física. 		Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ● Musicalidad. ● Identificación y externalización de emociones (Inteligencia emocional). ● Sensibilización ● Aptitud Física. 		Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ● Identidad personal ● Expresión corporal ● Identificar expresiones de otro. ● Hermenéutica de la danza. 		Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ● Creación coreográfica ● Memoria cinestésica ● Análisis de Movimiento Colectivo 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Aptitud Física. 	
<p>OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.</p> <p>OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.</p> <p>OA6: Comprender la interrelación entre el cuerpo, el espacio y el tiempo a través de la vivencia de la musicalidad.</p>	<p>OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.</p> <p>OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.</p> <p>OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.</p>	<p>OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.</p> <p>OA3: Construir un lenguaje corporal propio, a través de la originalidad del movimiento y la confianza en sí mismo.</p> <p>OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.</p>	<p>OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.</p> <p>OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.</p> <p>OA5: Demostrar el sentido creativo y autónomo mediante la danza.</p> <p>OA6: Comprender la interrelación entre el cuerpo, el espacio y el tiempo a través de la vivencia de la musicalidad.</p>

Fuente: Elaboración propia.

ORGANIZACIÓN POR UNIDAD

UNIDAD 1: Descubriendo mi corporalidad.

Esta unidad está orientada a permitir que los estudiantes conozcan su propia corporalidad, percibiendo sensaciones internas y externas, tanto de su propio cuerpo como del entorno por medio de la danza y situaciones de movimiento, alcanzando un nivel de consciencia respecto al presente. Deberán reconocerse a sí mismos como seres corporales, siendo conscientes de su funcionalidad y sus posibilidades de acción, mejorando la percepción que se tiene de sus propias capacidades.

Contenidos:

- Propiocepción
- Eukinética.
- Coréutica.
- Aptitud Física.

Aprendizajes Esperados:

OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.

OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.

OA6: Comprender la interrelación entre el cuerpo, el espacio y el tiempo a través de la vivencia de la musicalidad.

Objetivos de A. Actitudinales:

OAA1: Mostrar respeto por la propia corporalidad y la de los compañeros, así como la emocionalidad, la opinión, ideales y modos de expresión.

OAA4: Mostrar interés por el propio proceso de aprendizaje, aportando a la clase y siendo proactivo.

Actividad sugerida: “La imagen del movimiento”

Contenido utilizado: Eukinética.

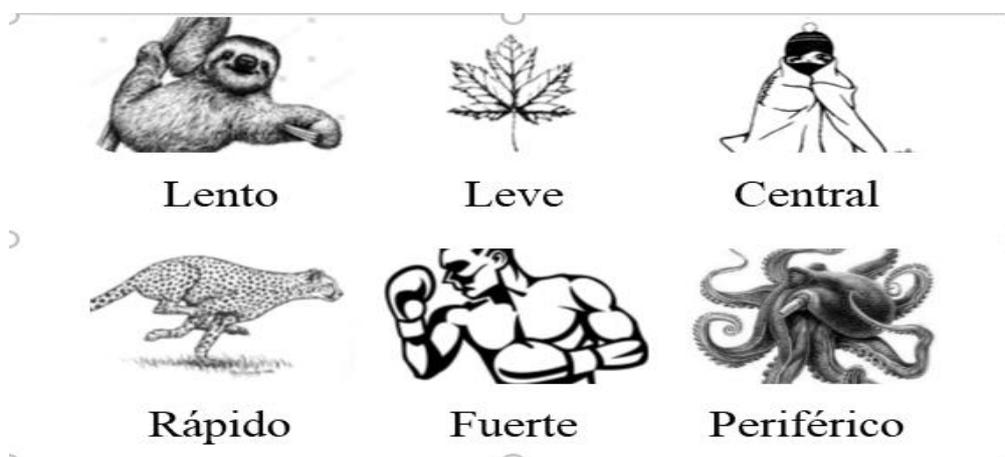
Tiempo: 90 min.

La actividad a continuación, tiene por objetivo que los estudiantes comprendan la Eukinética de la danza, es decir, las cualidades del movimiento de una forma didáctica y desglosada.

En esta actividad se le otorga una imagen visual a cada cualidad de movimiento, con el fin de facilitar la comprensión de estas, ya que se representan como elementos conocidos por los estudiantes.

Las cualidades de movimiento son agrupadas en tres grupos para su enseñanza, estas se dividen en tiempo, energía y espacio. En la categoría de tiempo se encuentran los conceptos de rápido-lento, en la de energía se encuentran los conceptos de fuerte-leve, y en espacio los de central-periférico. Las imágenes relacionadas a cada cualidad son las siguientes:

Ejemplo de material didáctico



Fuente: Elaboración propia.

Previamente se hará una breve descripción de cómo se relacionan cada una de las imágenes con sus cualidades correspondientes, explicando el porqué de su asociación.

Una vez trabajadas cada cualidad por separado, el curso se dividirá en pequeños grupos a los cuales se les asignarán diferentes imágenes (2 por grupo) y estas funcionarán como consignas para que utilicen en su movimiento al bailar. Una tercera imagen se les sumará después de un tiempo determinado para que incluyan en las dos cualidades que ya vienen trabajando.

Materiales y Recursos:

- Imágenes impresas
- Equipo de sonido
- Espacio amplio (patio, multi cancha, salón)

Sugerencias para la actividad:

Permitir en las primeras fases de experimentación, que los estudiantes realicen una interpretación literal del concepto, no obstante, de forma progresiva guiar hacia una utilización del concepto para la danza.

Utilizar el recurso musical a favor, donde la canción pueda generar un ambiente que potencie la conexión con la cualidad.

Se recomiendan para cada concepto, las siguientes canciones para escoger a criterio del docente:

Recomendación musical

Lento	Rápido	Leve	Fuerte	Central	Periférico
Louis Armstrong - When You're Smiling	Ferenc Illényi - Dance of the Goblins.	Chopin - Nocturne op.9 No.2	Lacrimosa- Mozart	Yann Tiersen - La valse d'Amélie	Max Richter - November
Zamba para olvidar, instrumental. Mercedes Sosa.	Black Eyed Peas - Pump It	Crystal Waters - Gypsy Woman	Iron Maiden - The Trooper	Childish Gambino - Redbone	Chayanne - Torero
First Step- Hans Zimmer	Milonga de mis amores - color tango (sin intro).	Sam Smith - I'm Not The On- ly One	Queen - We Will Rock You	Bruno Mars - Talking To The Moon	Hit The Road Jack- Ray Charles

Fuente: Elaboración propia.

Si esta actividad se realiza de manera online, se pueden utilizar aplicaciones de internet en donde se arrojen imágenes al azar para que cada estudiante realice la actividad en casa, de esta forma se le dará un enfoque mucho más didáctico (ej.: ruleta).

UNIDAD 2: Emocionalidad.

En esta unidad se aborda la percepción, comprensión y canalización de diversas emociones y la influencia de la música reflejada en el movimiento, su propósito es que los estudiantes reconozcan su emocionalidad y de qué manera se

relaciona con el cuerpo, además se espera que los estudiantes puedan explorar desde su interior, fomentando a la escucha consciente de sí mismos.

Contenidos:

- Musicalidad
- Identificación y externalización de emociones

(inteligencia emocional)

- Sensibilización.
- Aptitud Física.

Aprendizajes Esperados:

OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.

OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.

OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.

Objetivos de A. Actitudinales:

OAA1: Mostrar respeto por la propia corporalidad y la de los compañeros, así como la emocionalidad, la opinión, ideales y modos de expresión.

OAA2: Demostrar interés por el cuidado del bienestar emocional, social y físico tanto por sí mismo como por los demás.

OAA4: Mostrar interés por el propio proceso de aprendizaje, aportando a la clase y siendo proactivo.

Actividad sugerida: “Dime que recuerdas y te diré como te mueves”

Contenido: Identificación y externalización de emociones

Tiempo: 90 min.

El objetivo de esta actividad es el reconocer cómo las sensaciones influyen en la emocionalidad y al mismo tiempo se busca que los estudiantes exploren su corporalidad para encontrar desde el movimiento una forma de canalizar las emociones y exteriorizarlas.

Parte 1: Para el inicio de la actividad, el docente debe facilitar a sus estudiantes diferentes objetos que generen distintas sensaciones al interactuar con sus sentidos (por ejemplo: objetos aromáticos, diferentes texturas, imágenes, dulces, cualquier elemento que estimule alguno de sus 5 sentidos).

Una vez que los estudiantes han escogido uno de los elementos, deben percibir y asociar esta sensación con alguna situación de sus vidas. A partir de ese hecho y de la emoción que les trae ese recuerdo, comienza el proceso de externalización de aquella emoción.

Para esto, cada estudiante por medio de la exploración de su cuerpo intentará describir su emoción solo con movimientos corporales dancísticos.

Parte 2: A partir de la emoción trabajada en la actividad, los estudiantes deberán identificar la emoción opuesta a la experimentada y al mismo tiempo ubicar el elemento sensorial que se relaciona a ella (por ejemplo, si en la primera parte el estudiante escoge un algodón que le recordaba su manta de bebé, que le entregaba una sensación de paz y tranquilidad, ahora tendrá que trabajar con la emoción de la angustia o intranquilidad y a su vez encontrar un objeto que le transmita esa sensación).

Con esta nueva emoción y el recuerdo que genera, comienza una nueva descripción por medio de la danza.

Materiales y Recursos:

- Objetos para estimular los sentidos (olfato, tacto, visión, audición, gusto)
- Equipo de música
- Espacio amplio

Sugerencias para la actividad:

Entre más diversos sean los objetos que se traigan a la clase, más opciones se tendrán a la hora de percibir sensaciones que traigan recuerdos y por consecuencia emociones en los estudiantes.

En caso de realizarla en modalidad online, serán los mismos estudiantes quienes tendrán que buscar objetos en sus casas para utilizar, esto podría tener un mayor resultado al ser objetos relacionados directamente con su entorno.

UNIDAD 3: Expresividad y lenguaje corporal

Esta unidad se enfoca en el levantamiento de la representación de sí mismo por medio de la danza, donde la auto percepción influye en la forma de moverse y comunicarse, se asentarán las bases para la construcción de una danza con identidad, por lo que los estudiantes deberán enfocarse en encontrar un lenguaje que refleje su propia esencia, sus ideales, formas de ver el mundo y represente su personalidad en el movimiento, se busca la valoración positiva y respeto por las diferencias de cada sujeto.

Contenidos:

- Identidad personal
- Expresión corporal
- Identificar expresiones de otro.
- Hermenéutica de la danza.
- Aptitud Física.

Aprendizajes Esperados:

OA2: Interpretar por medio de movimientos corporales, las sensaciones percibidas a partir del conocimiento de sí.

OA3: Construir un lenguaje corporal propio, a través de la originalidad del movimiento y la confianza en sí mismo.

OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.

Objetivos de A. Actitudinales:

OAA1: Mostrar respeto por la propia corporalidad y la de los compañeros, así como la emocionalidad, la opinión, ideales y modos de expresión.

OAA2: Demostrar interés por el cuidado del bienestar emocional, social y físico tanto por sí mismo como por los demás.

OAA4: Mostrar interés por el propio proceso de aprendizaje, aportando a la clase y siendo proactivo.

Actividad sugerida: “Un concepto, muchas lenguas”

Contenidos: Expresión corporal, Identificar expresiones de otro.

Tiempo: 90 min.

Al inicio de esta actividad el curso se separa en pequeños grupos, una consigna se le entrega a cada uno de estos y los estudiantes deben interpretarla bajo su propio criterio y movimiento. El objetivo de esta actividad es evidenciar como la misma idea puede ser entendida, desarrollada y representada de manera distinta dependiendo de quién la esté ejecutando.

Las consignas pueden ser: Colores, climas, contextos, sentimientos, etc.

La segunda parte de esta actividad consiste en mostrar las interpretaciones frente a los demás grupos (en sub grupos) para que puedan intentar adivinar la consigna que se les dio al inicio de la clase y también puedan observar entre sus pares el objetivo explicado anteriormente.

Materiales y recursos:

- Equipo de música
- Espacio amplio
- Material audiovisual

(video): <https://www.youtube.com/watch?v=mBowksYVtRQ>

Sugerencias para la actividad:

Explicar la importancia de entender que ninguna propuesta o idea expuesta por los estudiantes está errónea o incorrecta, que todas sirven de inspiración y herramienta para ampliar la comprensión de la realidad.

Al mostrar el video, es necesario identificar las diferencias de expresión de cada bailarín y bailarina al danzar la misma coreografía, el cómo logran mostrar su propio lenguaje corporal.

Para el trabajo online, se facilita el uso de tecnología. La actividad se puede realizar de igual manera por esta vía.

UNIDAD 4: Composición

Esta unidad busca fomentar la autonomía en los estudiantes al hacerlos protagonistas de sus propios procesos creativos, enfrentando situaciones de toma de decisiones, acuerdos grupales, organización y colaboración. Se realiza un autoanálisis de las acciones motrices en relación al trabajo grupal e individual para que los estudiantes adquieran las herramientas necesarias en la composición de su propia muestra coreográfica. En esta etapa se deben aplicar todos los conocimientos trabajados en las unidades anteriores.

Contenidos:

- Creación coreográfica
- Memoria Cinestésica
- Análisis de Movimiento Colectivo

Aprendizajes Esperados:

OA1: Reconocer las características y posibilidades de movimiento que tiene nuestro cuerpo, favoreciendo el desarrollo físico personal y el autocuidado.

OA4: Comunicar emociones o sentimientos por medio del movimiento corporal.

OA5: Demostrar el sentido creativo y autónomo mediante la danza.

OA6: Comprender la interrelación entre el cuerpo, el espacio y el tiempo a través de la vivencia de la musicalidad.

Objetivos de Ap. Actitudinales:

OAA1: Mostrar respeto por la propia corporalidad y la de los compañeros, así como la emocionalidad, la opinión, ideales y modos de expresión.

OAA2: Demostrar interés por el cuidado del bienestar emocional, social y físico tanto por sí mismo como por los demás.

OAA3: Demostrar a través de la creación y el trabajo colectivo el compañerismo, la empatía, la confianza, la determinación, trabajo equitativo y liderazgo.

OAA4: Mostrar interés por el propio proceso de aprendizaje, aportando a la clase y siendo proactivo.

Actividad sugerida: “Coreo tú, coreo yo”

Contenido: Creación coreográfica.

Tiempo: 90 min.

Al inicio de la actividad se les muestra a los estudiantes un video de una coreografía grupal con distintas herramientas corporales para darles un ejemplo de lo que se espera que logren realizar al finalizar la unidad.

Formados en pequeños grupos de 5 a 6 estudiantes, crear una frase coreográfica de mínimo 3 octavas en la cual tendrán que utilizar las cualidades de movimiento aprendidas en las unidades pasadas, con transiciones fluidas y un uso coherente de la música

Parte 2: A la frase coreográfica creada se le añadirán 2 a 3 diseños de piso definido con transiciones fluidas.

Materiales y Recursos:

- Equipo de música
- Espacio amplio
- Material audiovisual

(video): <https://www.youtube.com/watch?v=BD-z8ZqVpP8>

Sugerencias para la actividad:

En el caso de realizar esta actividad online, se recomienda utilizar la opción de la aplicación zoom, la cual permite tener reuniones en salas privadas por una cantidad limitada de personas, mientras que el anfitrión (en este caso el docente) puede entrar libremente por estas pequeñas salas de reuniones, supervisando y guiando el avance en el trabajo de sus estudiantes y/o respondiendo dudas a medida que avanza el proceso.

Para simplificar el trabajo de los estudiantes, se puede utilizar una guía que contenga las cualidades de movimiento y otros contenidos vistos en clases para que sirva como recordatorio, cada grupo decidirá el orden en que utilizará los conceptos y la aplicación de contenidos en su coreografía.

La música utilizada puede ser escogida por el docente o los estudiantes, no obstante, hay que considerar que el proceso de decisión de un grupo va a tardar más tiempo. Un ritmo o estilo específico de la canción no es relevante para la actividad.

EVALUACIÓN

Al momento de evaluar, el docente debe ser preciso con las indicaciones que entrega. En el caso de calificar debe hacerlo según el proceso y nivel personal del estudiante, para ello es necesario utilizar pautas de evaluación con indicadores claros. Se recomienda el uso de la auto evaluación para seguir desarrollando la autonomía y auto análisis.

A partir de los cuestionarios utilizados y adaptados por De Rueda y López (2013) y Bonilla (2019) que corresponden a “Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)” y “El Inventario de Autoestima de Coopersmith”, se propone el siguiente instrumento de evaluación, con adaptaciones creadas por las autoras con la finalidad de evaluar de forma objetiva el nivel de autoafirmación de los participantes de las clases y la evolución durante el proceso. Este debe ser probado para conocer su real funcionalidad al igual que toda la propuesta de forma práctica.

Utilizando las bases de la Escala de Likert los estudiantes deberán responder el cuestionario, marcando con una X el número (de 1 a 5) que refleje su opinión.

1%	2%	3%	4%	5%
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

	Afirmaciones A	%				
1.	Me considero agradable para los demás	1	2	3	4	5
2.	Soy capaz de tomar decisiones importantes	1	2	3	4	5
3.	Puedo tomar decisiones casuales fácilmente	1	2	3	4	5
4.	Mis amigos lo pasan bien cuando están conmigo	1	2	3	4	5
5.	Siempre hago lo que yo creo correcto	1	2	3	4	5

6.	Me siento orgulloso de mi trabajo en la escuela	1	2	3	4	5
7.	Usualmente mis padres consideran mis emociones, sentimientos y opiniones.	1	2	3	4	5
8.	Siempre doy mi mejor esfuerzo en lo que hago.	1	2	3	4	5
9.	Me siento suficientemente feliz.	1	2	3	4	5
10.	Si tengo algo que decir, usualmente lo digo.	1	2	3	4	5
11.	Puedo tomar responsabilidades y cumplirlas.	1	2	3	4	5
12.	Frecuentemente puedo reconocer mis sentimientos y emociones.	1	2	3	4	5
13.	Soy capaz de entender y explicar mis sentimientos y emociones.	1	2	3	4	5
14.	Aunque me sienta mal procuro pensar cosas agradables.	1	2	3	4	5
15.	Evito dejarme llevar por la rabia.	1	2	3	4	5
16.	Estoy contento con mi forma de ser.	1	2	3	4	5
17.	Me siento cómodo demostrando mis emociones.	1	2	3	4	5
18.	Me gusta tomar desafíos nuevos.	1	2	3	4	5
19.	Procuro cuidar de mí mismo en todos los aspectos.	1	2	3	4	5
20.	Confío en que lograré mis metas en el futuro.	1	2	3	4	5

	Afirmaciones B	%				
1.	Deseo frecuentemente ser otra persona.	1	2	3	4	5
2.	Poco interés por lo que me rodea	1	2	3	4	5
3.	Me avergüenza pararme frente al curso para hablar	1	2	3	4	5

4.	Hay muchas cosas acerca de mí mismo que me gustaría cambiar si pudiera	1	2	3	4	5
5.	Siempre tengo que tener a alguien que me diga lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5
6.	Siento que hice algo bien solo si otra persona me lo dice.	1	2	3	4	5
7.	Frecuentemente me arrepiento de las cosas que hago.	1	2	3	4	5
8.	Frecuentemente me siento triste o bajo de ánimo.	1	2	3	4	5
9.	Me doy por vencido fácilmente.	1	2	3	4	5
10	Me es difícil relacionarme con gente de mi edad.	1	2	3	4	5
11	Me cuesta mostrarme como en realidad soy.	1	2	3	4	5
12	Tengo una mala opinión sobre mí.	1	2	3	4	5
13	Me incomoda estar por otra gente.	1	2	3	4	5
14	Frecuentemente me avergüenzo de mí mismo.	1	2	3	4	5
15	Frecuentemente me dejo llevar por mis sentimientos sin pensar.	1	2	3	4	5
16	A veces hago cosas sólo para agradar a los demás.	1	2	3	4	5
17	Me da miedo intentar cosas nuevas.	1	2	3	4	5
18	No hay nada que me entusiasme.	1	2	3	4	5
19	A veces cuando me expreso no toman en cuenta mi opinión y me callo.	1	2	3	4	5
20	Dudo constantemente de mis propias capacidades.	1	2	3	4	5

Proceso de evaluación de test (para el docente):

Las tablas tanto A como B suman un porcentaje del 100% cada una, para la evaluación de los resultados se comparan los porcentajes finales de A y B utilizando la siguiente escala (marque con una X solo un recuadro por tabla):

Rango de % Tabla A	Resultado
20-40%, el estudiante refleja serios problemas de autoafirmación al igual que en todos los demás elementos que la componen, se requiere de un trabajo inmediato o urgente para atender esta situación.	

41-60%, el estudiante refleja un estado de transición hacia una autoafirmación, se debe reforzar constantemente el desarrollo emocional y alentar la constancia de trabajo individual.	
61-80%, el estudiante refleja una autoafirmación que le permite desarrollarse de manera positiva en su vida, pero aun así necesita reafirmarla para un nivel óptimo de bienestar.	
81-100%, el estudiante refleja un nivel de autoafirmación que le permitirá desenvolverse de forma óptima en su vida, tanto individual como socialmente.	

Rango de % Tabla B	Resultado
20-40%, el estudiante refleja un nivel de autoafirmación que le permitirá desenvolverse de forma óptima en su vida, tanto individual como socialmente.	
41-60%, el estudiante refleja una autoafirmación que le permite desarrollarse de manera positiva en su vida, pero aun así necesita reafirmarla para un nivel óptimo de bienestar.	
61-80%, el estudiante refleja un estado de transición hacia una autoafirmación, se debe reforzar constantemente el desarrollo emocional y alentar la constancia de trabajo individual.	
81-100%, el estudiante refleja serios problemas de autoafirmación al igual que en todos los demás elementos que la componen, se requiere de un trabajo inmediato o urgente para atender esta situación.	

A partir de cada resultado obtenido, el docente debe comparar los resultados, en caso de no coincidir según su criterio y conocimiento in situ del estudiante, podrá inferir en la relación de aquellos resultados.

Es importante enfatizar a los estudiantes que no existen respuestas buenas o malas, para el éxito del cuestionario es necesario únicamente que las respuestas sean lo más cercanas a su sentir.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Para desarrollar la autoafirmación se recomiendan usar danzas neutras que permitan la exploración y el auto descubrimiento del cuerpo. La conexión entre emociones, sentimientos, sensaciones y experiencias tendrán una influencia importante en la formación de la autoafirmación, es necesario utilizar la sensibilización, la conexión, improvisación, la experimentación, trabajo grupal, musicalidad, la demostración frente a sus pares, la existencia de un espacio seguro, de entrega y disciplina. Priorizar el enfoque educativo de la danza por sobre el espectáculo y los tecnicismos, para evitar poner a los estudiantes en situaciones de presión. Las actividades para el curso deben ser de carácter lúdico y tener en cuenta la realidad de los estudiantes, respondiendo a sus intereses, además se debe fomentar la auto motivación, auto conciencia, auto control, empatía, confianza, reflexión, auto gestión, creatividad y destreza social, y también desarrollar actividades que ayuden a conocerse a sí mismos a partir del descubrimiento de sus posibilidades motrices y expresivas.

El lenguaje utilizado en las clases es de vital importancia, el docente no debe incurrir a ambigüedades, debe utilizar palabras claras y comprensibles para el estudiante.

La utilización de recursos audiovisuales es un complemento que genera motivación y visualización de lo que se pretende que los estudiantes aprendan en la danza.

Como material reflexivo, se recomienda la utilización de un diario, cuaderno o libreta, en donde los estudiantes puedan escribir reflexiones y análisis de las experiencias vividas en cada sesión, este recurso podrá complementar la introspección

individual permitiendo reconocer cambios de perspectivas, evolución y valoración del proceso.

También toda actividad de exponer su trabajo, como presentaciones, “flashmob” o intervenciones ayudan a generar una sensación de autoconfianza y motivación.

Para la planificación de las unidades y la posterior aplicación, se debe obedecer a los siguientes principios:

1. **Principio colaborativo:** Fomentar las relaciones interpersonales, el compañerismo, generar instancias de trabajo grupal y respeto mutuo.

2. **Principio de la investigación:** Promover la experimentación y exploración motriz, sensorial, cognitivo y emocional, para desarrollar la autopercepción y conciencia de sí mismo junto a las posibilidades en el presente, potenciar la creatividad y el autoconocimiento.

3. **Principio de libre expresión:** Permitir el uso del propio lenguaje corporal, manifestación según sus propios deseos y emocionalidad.

4. **Principio de la individualidad:** No invalidar a ningún integrante, respetando sus procesos personales y formas de expresarse.

5. **Principio de la autonomía:** Potenciar el uso de la autoevaluación respecto a su progreso personal, reconocer falencias y fortalezas, para que cada uno se interese en buscar la forma de cumplir sus objetivos.

6. **Principio de la contextualización:** Planificar y evaluar acorde al contexto del estudiante y sus características.

7. **Principio de retroalimentación concreta:** Evitar las subjetividades y lenguaje abstracto o ambiguo al momento de entregar retroalimentaciones.

8. **Principio de la complementariedad:** Las prácticas y conocimientos deben ser tratados en función de un aprendizaje integral, complementando cada saber con habilidades relacionadas.

9. **Principio de bienestar:** El espacio de enseñanza aprendizaje debe entregar la sensación de bienestar, confianza y seguridad a los participantes.

10. **Principio de la didáctica:** Las actividades debiesen integrar juegos, actividades o recursos relacionados a los intereses del grupo, fomentando la motivación y facilitando el aprendizaje.

11. **Principio de la progresión:** El proceso de enseñanza aprendizaje debe realizarse desde lo más básico hasta lo más complejo, con el fin de ir adquiriendo habilidades y destrezas de forma escalonada.

12. **Principio de la reflexión:** Todas las actividades deben ser reflexionadas y analizadas, ya sea al inicio, durante o al final de la clase.

13. **Principio de la constancia:** La práctica de la disciplina debe ser realizada periódicamente, para generar los aprendizajes que se esperan y estos perduren en el tiempo.

14. **Principio del enfoque:** Mantener el enfoque pedagógico de la danza, como un instrumento para potenciar habilidades más allá de la ejecución técnica e interpretación de la disciplina.

15. **Principio de la voluntad:** Toda acción deberá ser de carácter voluntario, sin imposiciones.

INDICACIONES PARA EL DOCENTE

El docente debe comprender que la autoafirmación es un proceso dinámico, que se refleja en el modo de actuar y pensar de la persona, por medio de estas clases es imprescindible velar por la construcción favorable de ella. Es muy importante la interacción con otros, ya que su desenvolvimiento social le ayuda en la formación y en la identificación de sí mismo. Es necesario también trabajar la inteligencia emocional y la toma de consciencia de sí mismo y del presente que habita. Lo realmente relevante es la metodología en que se enseña la danza, la actitud y el enfoque del docente, por lo que hay que entender al estudiante como un ser autónomo e individual, se deben respetar los procesos sin interrumpir las vivencias de cada uno, y, además, motivar y escuchar los deseos de los estudiantes, utilizar arduamente el reforzamiento positivo y proponer desafíos.

El docente debe evitar caer en comparaciones, hacer diferencias, hacer comentarios inapropiados, exponer o incomodar. En caso de utilizar la competencia como motivación, no se debe generar un ganador y un perdedor, es mejor hacer una competencia colaborativa.

Es de valiosa importancia crear la instancia al inicio del curso para que los estudiantes se conozcan.

MARCO LEGAL

El artículo N° 32 de la Ley N° 20.370 indica expresamente que:

“Para los establecimientos que operen en el régimen de jornada escolar completa, las bases curriculares para la educación parvularia, básica y media deberán asegurar una proporción equivalente al 30% de tiempo de trabajo escolar de libre

disposición. En ese mismo régimen, los planes y programas de estudios para los niveles de educación básica y media que elabore el Ministerio de Educación deberán asegurar, a lo menos, una proporción equivalente al 15% de tiempo de trabajo escolar de libre disposición” (Ministerio de Educación, 2009).

Por lo tanto, este proyecto es totalmente admisible dentro de los establecimientos educacionales de Chile.

5 CAPITULO V

5.1 Conclusiones

Con el estudio realizado en esta investigación se logró construir una propuesta cuya metodología se basa en aspectos transversales y la visión de expertos en lo que respecta a la danza, educación y adolescencia, con esto se deja un material de relevancia para la comunidad docente para desarrollar la autoafirmación en educación media a partir de la danza.

Se pudo establecer que la danza aporta en el desarrollo de la autoafirmación ya que es una actividad que fomenta el respeto mutuo, la inclusión y el cuidado hacia los cuerpos, gracias al trabajo físico se potencia el auto concepto positivo, entregando satisfacción y sensación de bienestar. Los bailarines buscan constantemente la auto superación, y la conexión que se genera entre el ser y su emocionalidad permite la afirmación de las propias capacidades como ser corpóreo. El aporte de los expertos en danza entrega también un listado de diversos elementos en la danza que generan de manera innata una formación de la auto afirmación en las personas que practiquen esta disciplina. Con ellos se logra potenciar no solo el concepto central de la tesis, sino que también lo referente a los valores, la afectividad, la aptitud física y las relaciones interpersonales. Aún con todo esto, el elemento más importante es la metodología utilizada por el docente.

Luego de ser definido el concepto de autoafirmación se pudo establecer la relación que existe con la danza en el contexto escolar y el desarrollo integral de los jóvenes que cursan la educación media, que se limita finalmente a la percepción de sí mismo, para moverse en la danza es necesario una introspección no solo física, sino que también emocional, para poder expresar hacia afuera, ayuda a aumentar la

autoestima, autoconcepto y un sinnfín de cualidades más. Al tener un espacio que permita mostrarse desde lo que se es como sujeto, genera una seguridad que trasciende en la vida personal, seguridad totalmente necesaria en el periodo de la adolescencia en donde existe un desequilibrio en la percepción de su identidad, lo que lleva a un proceso de crisis.

Dentro de la propuesta metodológica se crearon experiencias de enseñanza aprendizaje, enfocadas en favorecer el desarrollo de la autoafirmación personal de los estudiantes. Si bien las actividades son un ejemplo a seguir, se entregan sugerencias hacia los docentes para que sean capaces de crear y/o adaptar más actividades con la misma orientación y así ejecutar la propuesta en sus establecimientos

Finalmente, consideramos que un camino efectivo desde la danza para lograr el desarrollo de la autoafirmación en adolescentes es priorizar la orientación de la metodología de enseñanza hacia el auto conocimiento, la exploración y el desarrollo de habilidades, mezclando estrategias tanto de la danza educativa como aspectos puros de la disciplina, para que puedan aprovechar y experimentar al máximo todos los componentes de la danza que por lo estudiado posee múltiples beneficios y al mismo tiempo ir construyendo una mejor versión de sí mismos.

5.2 Aportes y aprendizaje

Si bien la escuela ya ha implementado cursos de danza desde hace tiempo, el enfoque dado a estos cursos no es el mismo que se buscó con esta investigación. Por ello se presenta la danza desde la perspectiva psicoemocional para el desarrollo del ser humano, la danza se implementará con un objetivo en específico el cuál se ha trabajado antes, pero no de manera práctica.

Agregado a lo anteriormente dicho, otro punto importante a resaltar es la inclusión de los aportes de los expertos en la disciplina, cuyo punto de vista proviene netamente de la experiencia personal y profesional, dando a la investigación un sustento realista y cercano a la materia artística que no se encuentra en bibliografía pedagógica o desde la psicología.

Al inicio de la investigación se esperaba recolectar un número de antecedentes mayor a lo logrado, no obstante, existen muy pocos trabajos acerca de la autoafirmación en estudiantes, por lo que se debió ampliar el rango de búsqueda a conceptos relacionados para continuar con la indagación.

Además, no se logró entrevistar a la cantidad ideal de psicólogos por disposición voluntaria, en comparación del número de los profesionales en danza que participaron, de modo que no se obtuvo una cantidad considerable de datos al respecto y tuvo que suplirse por datos teóricos.

Se debió buscar al inicio un método para ordenar y organizar la información teórica, para que la lectura y selección de contenido fuese más precisa, rápida y eficiente para su integración en el documento, evitando relecturas innecesarias, confusión entre distintas fuentes.

Deseamos en el futuro investigar más a fondo los efectos tras la aplicación de la propuesta y realizar una comparación entre la teoría y la práctica, pero es un proceso que da pie a otra investigación a partir de la expuesta.

5.3 Recomendaciones

Se recomienda generar y aplicar un método de evaluación para medir los niveles de autoafirmación, autoestima e inteligencia emocional a adolescentes que

practiquen danza, versus una población de adolescentes que no la practican, creemos que sería de gran relevancia cuantificar los resultados de una investigación de estas características y así otorgar un respaldo más a las artes escénicas y el desarrollo de la corporalidad, que durante tantos años han sido desplazadas del campo científico.

6 REFERENCIAS

¿Qué es la transversalidad educativa? | Ayuda Mineduc. (s. f.). Ayuda Mineduc Atención Ciudadana. <https://www.ayudamineduc.cl/ficha/que-es-la-transversalidad-educativa-5>

Abilleira, M.; Fernández-Villarino, M^a. A.; Ramallo, S.; Prieto, J. (2017). Influencia de la Danza en el autoconcepto del alumnado de Educación Primaria. Análisis comparativo con otras actividades físicas. *Sportis Sci J*, 3 (3), 554-568. <http://revistas.udc.es/>

Aguilera, A. M. (2017). La Teoría de la atribución y su explicación de la creatividad. *Research Gate*. https://www.researchgate.net/publication/318463381_La_Teoria_de_la_atribucion_y_su_explicacion_de_la_creatividad

Álvarez, I. de Tord, P. (2015). Grounding: Aplicación teórica y práctica en Danza Movimiento Terapia. *Las artes en psicoterapia*. 43, (1), 16-22. https://www.researchgate.net/publication/275208604_Grounding_Theoretical_application_and_practice_in_Dance_Movement_Therapy

Amado, D. (2014). Efecto de un método de enseñanza de la danza basado en la técnica creativa, sobre la motivación y las emociones del alumnado de educación física. *Tesis Doctoral*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=44563>

Aragó, A., Zorrilla, L., & Balaguer, P. (2016). Cómo trabajar las habilidades socioemocionales a través de la danza y su importancia en la escuela. *Quaderns*

digitals: Revista de Nuevas Tecnologías y Sociedad, 82, 155–172.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5582252>

Arias, L. et al. (2008) el desarrollo personal en el proceso de crecimiento individual. *Scientia et Technica Año XIV*, No 40. Universidad Tecnológica de Pereira. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4741261>

Baeza, M. et al. (2017, diciembre). *Uso de las Horas de Libre Disposición a 20 años de la implementación de la Jornada Escolar Completa*. (Seminario de pregrado). Universidad de Concepción, Los Ángeles, Chile.
<http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/2467/3/Baeza%20-%20Morales%20-%20Suazo.pdf>

Balzarini, I. (2007). ¿De qué hablamos cuando hablamos de conciencia corporal? <https://es.scribd.com/document/423736975/Conciencia-Corporal-FINAL>

Barbosa, P. T; Murcia, N. (2012) *Danza: escenario de construcción y proyección humana*. Educación y Educadores. 15 (2), 185-200.
https://www.researchgate.net/publication/311266453_Danza_escenario_de_construccion_y_proyeccion_humana

Bennett, M. (2008). Autoconocimiento. Ediciones i, 2013.
<https://books.google.cl/books?id=V3ktAgAAQBAJ>

Buenaventura Medellín. Tesis de Maestría, Universidad de Manizales y CINDE. <https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/handle/20.500.12746/2821>

Calero, A. D., Barreyro, J. P., & Injoque-Ricle, I. (2017). Inteligencia emocional durante la adolescencia: su relación con la participación en actividades extracurriculares. *Psicodebate*, 17(2), 43–54.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6216061>

Calle, M. G., Remolina de Cleves, N., & Velásquez Burgos, B. M. (2011). Incidencia de la Inteligencia Emocional en el Proceso de Aprendizaje. *Nova*, 9(15), 94–106.

https://www.researchgate.net/publication/304539446_Incidencia_de_la_Inteligencia_Emocional_en_el_Proceso_de_Aprendizaje

Carriedo, A., Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Cecchini, J. A. (2020). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales (New ways and resources for teaching body expression in physical education: internet and viral challenges). *Retos*, 37, 722–730.

https://www.researchgate.net/publication/337190513_Nuevas_posibilidades_y_recursos_para_la_ensenanza_de_la_expresion_corporal_en_educacion_fisica_internet_y_los_retos_virales

Castillo, H. & Martínez, M. (2017, diciembre). *¿En qué usan los establecimientos sus horas de libre disposición? Análisis de la Encuesta Horas de Libre Disposición 2017 en establecimientos con Jornada Escolar Completa* (N.º 11).

https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/14498/Doctrabajo_11.pdf?sequence=1

Cepeda, S. L. C. (2020, 21 marzo). *El cuerpo primer instrumento de vida: La danza en el fortalecimiento de la autoestima de los jóvenes del IED Garcés Navas*. Los Libertadores. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2883>

Chino, A (2011). Relación del nivel de autoestima con el desarrollo personal de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. Simón Bolívar, Tacna 2010. Tesis de pregrado. Repositorio de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Tacna. <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/289>

Colomé, D. (2007). *Pensar la danza (Turner Música)* (1.^a ed.). Turner. https://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=J9ySO3a7IREC&oi=fnd&pg=PA20&dq=la+danza&ots=YVZ0DgQP-U&sig=z37VIK7NMLy-ItURPicFi8w5dPc&redir_esc=y#v=onepage&q=la%20danza&f=false

Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. (2017). *BAFONA: El potencial educativo de la danza. Cuaderno pedagógico* [Libro electrónico]. Ediciones del Desierto. <https://www.cultura.gob.cl/publicaciones/cuaderno-bafona/#:~:text=Bafona%3A%20El%20potencial%20educativo%20de%20la%20danza%20es%20el,n%C3%BAmero%20de%20los%20Cuadernos%20Pedag%C3%B3gicos.&text=Se%20trata%20de%20una%20invitaci%C3%B3n,curriculares%20a%20trav%C3%A9s%20del%20movimiento>

Dallal, A. (1976). Danza como Lenguaje; danza como expresión: algunas consideraciones teóricas. *Anales Del Instituto De Investigaciones Estéticas*, 13(46), pp. 141-157. <https://doi.org/10.22201/iee.18703062e.1976.46.1056>

Dallal, A. (1986). Martha Graham. *Anales Del Instituto De Investigaciones Estéticas*, 14(56), pp.141-163. <https://doi.org/10.22201/iee.18703062e.1986.56.1301>

Dueñas Buey, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XXI*, 5(1), 77–96. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1957850>

Duncan, I. (2020). *El arte de la danza y otros escritos* (Vol. 33). Ediciones AKAL. (Original publicado en 2003). <https://books.google.cl/books?id=HSXfDwAAQBAJ&pg=PT80&dq=mi+idea+de+la+danza+isadora+duncan&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiNuM2s7LXvAhWJJrkGHXcPC0UQ6AEwAHoECAQQA#v=onepage&q=mi%20idea%20de%20la%20danza%20isadora%20duncan&f=false>

Durán, L. (1991). La creatividad en la danza. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 36(144), 65–69. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5185244>

Equipo de Desarrollo Curricular Unidad de Currículum y Evaluación, Ministerio de Educación. (2021, febrero). Programa de estudio expresión corporal y danza, *Plan de formación diferenciada Educación Física* (N.º 1). <https://www.curriculumnacional.cl/portal/Diferenciado-Humanista-Cientifico/Educacion-fisica-y-salud/Expresion-corporal/>

Fernández-Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana De Educación*, 29(1), 1-6. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6433386>

Fischman, D. (2001). Danzaterapia: Orígenes y fundamentos. https://brecha.com.ar/files/2000003048e6f28f6bc/danzaterapia_origenes_fundamentos.pdf

Flores, M.I. (2005). Propuesta metodológica para la enseñanza de la técnica de danza en el niño de la tercera infancia. Tesis de Pregrado. Universidad de Chile. http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2005/flores_m/sources/flores_m.pdf

Garaigordobil, M., & Durá, A. (2006). Relaciones de autoconcepto y la autoestima con sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. *Análisis y Modificación de Conducta*, 32(141), 37–64. https://www.researchgate.net/publication/39215537_Relaciones_del_autoconcepto_y_la_autoestima_con_la_sociabilidad_estabilidad_emocional_y_responsabilidad_en_adolescentes_de_14_a_17_anos

García Ruso, H. M. (1997). *La Danza En La Escuela* [Libro electrónico]. Inde. https://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=s3EdPFYs6_8C&oi=fnd&pg=PA15&dq=definiciones+de+danza&ots=dU6KqID0VR&sig=PbJCaYGaInafBE3QEihnpPZHwKg&redir_esc=y#v=onepage&q=definiciones%20de%20danza&f=false

García Ruso, H. M. (1998). La Danza. Propuesta de elementos a considerar en el estudio de la danza. *Educación física e deporte no século XXI*, 2, 345–356. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1231788>

García Sánchez, I., Pérez Ordás, R., & Calvo Lluch, F. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos (Initiation to dance as an educational agent of body expression

in the current physical education. Methodological aspects). *Retos*, 20, 33–36.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3713271>

García, A. R. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania. Estudios y propuestas socioeducativas*. Revistas ucv. <https://revistas.ucv.es/index.php/Edetania/article/view/210>

García, C. H. (2016). Inteligencia emocional y bienestar. In *Inteligencia Emocional y Bienestar II: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (pp. 32-44). Ediciones Universidad de San Jorge.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5568420>

García, J. A. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación*, 36 (1), 1-24.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44023984007>

García, M. (2016). Emociones positivas, pensamiento positivo y satisfacción con la vida. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, N°1-Vol.2. pp.18.
<https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/290>.

Goldstein, A. P; Sprafkin R. P; Gershaw N. J; Klein P. (1980). *Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia*. Ediciones Martínez Roca.
<https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=27&subs=290&cod=4170&page=>

González, J., Cayuela, D., López-Mora, C. (2019). Prosocialidad, Educación Física e Inteligencia Emocional en la Escuela. *Journal of Sport and Health Research*. 11(1), 17-32. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6875033>

González-Pienda, J. A., Pérez, J. C. N., Pumariega, S. G., & García, M. S. G. (1997, 31 diciembre). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7405>

Hernández, W. (2017). Vista de Fernando González Ochoa y el problema de la autoafirmación. *Principia Iuris*, 14(27), 14-41. <http://revistas.ustatunja.edu.co/index.php/piuris/article/view/1399/1293>

Honneth, A. (2006, 30 diciembre). *El reconocimiento como ideología / Isegoría*. Isegoria Revistas. <http://isegoria.revistas.csic.es/index.php/isegoria/article/view/33>

Lippold, M. A; Powers, C. J; Syvertsen, A. K; Feinberg, M. E; Geenberg, M. T. (2012) *El momento de las transiciones escolares y la conducta problemática de la adolescencia temprana*. J Early Adolesc. . <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3786158/>

Llopis, a. (1998). Propuesta de materiales didácticos para la danza en la escuela. Educación física e deporte no século XXI. Congreso Internacional de Intervención en Conductas Motrices Significativas. p. 401-407. <http://hdl.handle.net/2183/9819>

Lozano, V. A. (2014) *teoría de teorías sobre la adolescencia*. Última Década. <https://www.redalyc.org/pdf/195/19531682002.pdf>

Ministerio de Educación. (2009, 12 septiembre). Establece la ley general de Educación. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. <https://www.leychile.cl/N?i=1006043&f=2009-09-12&p=>

Ministerio de Educación. (2015). Bases curriculares 7° básico a 2° medio. https://www.curriculumnacional.cl/614/articles-37136_bases.pdf

Monroy, M. (2003). La danza como juego, el juego como danza. Una pregunta por la pedagogía de la danza en la escuela. *Educación y Educadores*, (6), 159-167. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83400611>

Morán, M. D. A., & Díaz, S. S. A. (2015). El rol docente y la sistematización de los ámbitos crecimiento y autoafirmación personal y formación ética en educación musical en dos segundos medios. Biblioteca Digital UAHC. <http://bibliotecadigital.academia.cl/handle/123456789/2727>

Naranjo Pereira, M. L. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas. *Actualidades Investigativas en Educación*, 8(1). p.4. <https://doi.org/10.15517/aie.v8i1.9315>

Ocampo, R. (2011). LA EDUCACIÓN MORAL SEGÚN KANT. *Fragmentos de filosofía*, 9, 73–96. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3804829>

Olson Eric, T. (2021). Identidad personal, The Stanford Encyclopedia of Philosophy (Edward N. Zalta (ed.). <https://plato.stanford.edu/entries/identity-personal/>

Peralbo, M; Sánchez, J. M; Simon, M. A. (1986) *Motivación y aprendizaje escolar: una aproximación desde la teoría de la autoeficacia*. Research Gate. [file:///C:/Users/Home/Downloads/Motivacion y aprendizaje escolar una aproximacion .pdf](file:///C:/Users/Home/Downloads/Motivacion_y_aprendizaje_escolar_una_aproximacion_.pdf)

Pereira, M. L. N. (2007). *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación". <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>

Pérez, C. (2008). Sobre la definición de la danza como forma artística. *Aisthesis*, 43, 34–49. <http://rhd.uc.cl/index.php/RAIT/article/view/3706>

Pérez-Escoda, N. (2012, 15 septiembre). *La Inteligencia y la seguridad emocional: el caso de la adaptación de los preadolescentes en la escuela* | Revista Iberoamericana de Educación. Revista Ibero Americana. <https://rieoei.org/RIE/article/view/1332>

Ramírez, S. V. (1974) *Dimensión trascendente de la persona*. Espiritu: cuadernos del Instituto Filosófico de Balmesiana. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7506803.pdf>

Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española (22.a ed.). <http://www.rae.es/rae.html>

Richard, M. R; Edward, L. D. (2000) *La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social y el Bienestar*. American Pshycologist.

https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SpanishAmPsy_ch.pdf

Rodríguez, C., & Caño, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(13), 389–403.

https://www.researchgate.net/publication/266153599_Autoestima_en_la_adolescencia_Analisis_y_estrategias_de_intervencion

Romero Flores, J. R. (2015). Aquello que llamamos danza: Danza-ritual y “danza artística” en Oruro, Bolivia. *CALLE14: revista de investigación en el campo del arte*, 10(16), 14-29. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5240815>

Saavedra Medina, P. (2017). Contextualización curricular de objetivos de aprendizaje transversales (OAT): Estudio de caso en un colegio particular pagado. Proyecto de Magister. Pontificia Universidad Católica de Chile. Repositorio. [https://repositorio.uc.cl/xmlui/bitstream/handle/11534/22007/Proyecto%20de%20Magister%20Priscilla%20Saavedra%20Medina%20\(1\).pdf](https://repositorio.uc.cl/xmlui/bitstream/handle/11534/22007/Proyecto%20de%20Magister%20Priscilla%20Saavedra%20Medina%20(1).pdf)

Sáchica, S. P. (2019). El cuerpo primer instrumento de vida: La danza en el fortalecimiento de la autoestima de los jóvenes del IED Garcés Navas. Tesis de pregrado. Fundación Universitaria los Libertadores. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2883>

Sandoval Balcázar, C. (2018). El SIMCE como objetivo de las “Horas de libre disposición” del currículum escolar en Chile. *Revista Educación, Política y Sociedad*, 3(2), 19-21.

https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/684908/REPS_3_2_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sastre, A. (2007). Construcción del sujeto en la danza. *Hallazgos*, (8), 195-209. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=413835168012>

Scribano, A. (2012). Sociología de los cuerpos / emociones. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 4 (10), 91-111. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273224904008>

Soto, A.V. (2018). Práctica de danza educativa: hacia una educación inclusiva en Escuelas denominadas vulnerables. Tesis de Magister. Pontificia Universidad Católica. <https://repositorio.uc.cl/handle/11534/22406>

Steele, C. M. (1988) *The Psychology of Self-Affirmation: Sustaining the integrity of Self*. Academic Press. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0065260108602294>

Stover, J. B. (2019, 5 abril). *Teoría de la Autodeterminación: Una revisión teórica*. *Perspectivas en Psicología*. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/73304>

Taylor, C. (2005) *Identidad y Reconocimiento* http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:filopoli-1996-7-414B70DC-E97A-AF16-847B-FC24A3A32058/identidad_reconocimiento.pdf

Tello, F. H. (2011). Las esferas de reconocimiento en la teoría de Axel Honneth. *Revista Teoría*. <https://revistateoria.uchile.cl/index.php/RDS/article/view/27487/29161>

Thamers, E. (1988). Una concepción del movimiento y de la danza creativa: Rudolf von Laban. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 11-12, 18-22. <https://revista-apunts.com/una-concepcion-del-movimiento-y-de-la-danza-creativa-rudolf-von-laban/>

Vega, A. M. (2015, 16 julio). *La danza como herramienta para la integración y el aprendizaje integral del alumnado con necesidades educativas especiales en educación física*. Trabajos Fin de Grado UVa [19343]. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/12902>

Vergara Vilchez, N., Fuentes Sandoval, A., Gonzales Chacana, H., Cadagan Fuentes, C., Morales Yañez, S., Poblete Galves, C., & Poblete Aro, C. E. (2021). Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: Una revisión (Effect of dance on improving self-esteem and self-concept in children and adolescents: A review). *Retos*, 40, 385–392. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i40.76933>

Vernia Carrasco, A. M. (2012). Jaques Dalcroze y Rudolf von Laban, algunos datos sobre su concepción del movimiento. *Artseduca*, 3, 30–35. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4016900>

Vicente, G., Ureña, N., Gómez, M., & Carrillo, J. (2010). La danza en el ámbito de educativo dance in the educational context. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 17, 42–45. <https://www.redalyc.org/exportarcita.oa?id=345732283009>

Zácares, J. J; Iborra, A; Miguel, T; Serra, E. (2009) *El desarrollo de la identidad en la adolescencia y adultez emergente: Una comparación de la identidad en dominios específicos.* Anales de Psicología.

<https://www.redalyc.org/pdf/167/16712958014.pdf>

7 ANEXOS

7.1 Fichaje bibliográfico de antecedentes

Tabla 3.

Referencia	Palabras clave	Objetivo del estudio	Resultado
De Rueda Villén, B., López Aragón, C. L. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones. <i>Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación</i> , 2041, 141–148.	Emoción, Salud, Inteligencia Emocional, Danza, Música.	Analizar la influencia del programa creativo dancístico-musical sobre el desarrollo de la percepción, comprensión y regulación emocional y valorar los efectos saludables que producen a nivel emocional en población de estudiantes universitarios.	El programa ha provocado efectos significativos sobre las variables emocionales. Especialmente ha provocado una mejora en los factores Percepción y Comprensión, incrementándose las puntuaciones un 2,3% y un 4,9% respectivamente y una disminución de 1.1% en la Regulación.
Medina, C. (2012). Potenciando Crecimiento y Autoafirmación Personal en la Escuela a través de Actividades Artísticas. Tesis de Pregrado. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. http://bibliotecadigital.academia.cl/handle/123456789/1791	Autoafirmación, crecimiento personal, artes, educación emocional, proyecto.	Implementar un plan de trabajo, para promover el Crecimiento y la Autoafirmación Personal en la escuela, a partir del tercer ciclo de enseñanza básica.	El arte permite un ambiente más cercano entre quienes lo comparten. Podemos bajar nuestras barreras personales y grupales a través de actividades expresivas y lúdicas.
Monsalve, D. Silva, S. (2015) <i>El rol docente y la Sistematización de los ámbitos Crecimiento y Autoafirmación Personal y Formación Ética en Educación Musical en dos segundos medios</i> . Tesis para optar al Título de Profesor de Música, Universidad Academia de Humanismo Cristiano.	Rol docente, Autoafirmación, Formación Valórica, Educación Integral, Sistema Educativo.	Educar de manera integral a los estudiantes en las clases de Educación Musical, implementando de manera sistemática a través del docente las habilidades y destrezas, como la formación valórica, formando personas respetuosas consigo misma, con los demás y su entorno, personas conscientes de su desarrollo personal, de la diversidad cultural con una visión crítica y constructiva de la sociedad	Los resultados obtenidos en este estudio sirven de fundamento y apoyo a la hora de poner en práctica metodologías basadas en actividades lúdicas y de ámbito artístico para fomentar una educación integral en el sistema educativo actual, en el cual se implementó de manera sistemática una formación valórica a través de planificaciones y evaluaciones pensadas con ese enfoque. Las actividades ejecutadas lograron generar experiencias de carácter transformadoras en cuanto a sus procesos individuales y en sus relaciones sociales
Reina, D. (2018). <i>La danza folclórica cómo formación integral de los</i>	Formación integral, Danzas,	Comprender la influencia de la danza folclórica en la formación integral de los	Los jóvenes participantes lograron un mayor conocimiento de sí mismos y

<p><i>niños, niñas y adolescentes de la institución educativa Temuey sede fundación levante en marcha del Municipio de Guapi – Cauca.</i> Corporación universitaria autónoma del cauca facultad educación. Repositorio, Universidad Autónoma de Colombia.</p>	<p>Vulnerabilidad, Afectiva, Cognitiva, Corporal, Ética, Currulao, Bunde, Juga, Docente, Estudiante, Cultura, Educación, Enseñanza - Aprendizaje.</p>	<p>niños, niñas y adolescentes vulnerables de la Fundación Levante en Marcha de Guapi - Cauca.</p>	<p>la apropiación de la identidad cultural, “dejaron de lado la timidez”, se expresaban con libertad demostrando sus capacidades y habilidades. Se obtuvo un impacto desde la danza folclórica en el ámbito cognitivo, social, afectivo y ético, pues los participantes decidieron redireccionar sus vidas y olvidaron en las clases muchos de sus problemas</p>
<p>Sáchica, S. P. (2019). El cuerpo primer instrumento de vida: La danza en el fortalecimiento de la autoestima de los jóvenes del IED Garcés Navas. Tesis de pregrado. Fundación Universitaria los Libertadores. https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2883</p>	<p>Cuerpo, autoestima, danza, conciencia corporal.</p>	<p>“Fortalecer la autoestima en adolescentes de grado 10° y 11° del colegio Garcés Navas por medio de la danza como herramienta de aprendizaje emocional”.</p>	<p>Mayor seguridad en presentación final. Mayor autoconfianza y conciencia corporal. Mayor tolerancia e integración de grupo.</p>
<p>Vega, A. (2015) <i>La danza como herramienta para la integración y el aprendizaje integral del alumnado con Necesidades Educativas Especiales en Educación Física.</i> Trabajo de Fin de Grado Educación Primaria, Facultad de Educación de Segovia, Universidad de Valladolid.</p>	<p>Danza, Educación, Educación Física y Atención a la Diversidad</p>	<p>Proponer la danza para integrar y ayudar a mejorar el nivel motor, cognitivo y personal a todo tipo de alumnado, incluso a aquellos con necesidades educativas especiales.</p>	<p>Los estudiantes participantes de este programa lograron mejorar sus capacidades tanto motoras como cognitivas. La danza se expuso como una eficaz estrategia educativa integradora y funcional para todo estudiante tomando en cuenta sus necesidades individuales. Se fomentaron, además, las relaciones sociales y el espíritu colaborativo, pues las actividades lúdicas implementadas fueron pensadas en muchas ocasiones para fomentar el trabajo en equipo y el respeto por los demás compañeros y compañeras.</p>
<p>Vicente, G., Ureña, N., Gómez, M., & Carrillo, J. (2010). La danza en el ámbito de educativo dance in the educational context. <i>Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física,</i></p>	<p>Danza, baile, educación, movimiento, expresión corporal.</p>	<p>Ofrecer una visión general de la danza en el ámbito educativo.</p>	<p>-Componentes o aspectos del ser humano sobre los que la danza incide de forma más evidente, revisión de las definiciones propuestas por diferentes autores, aportaciones de la danza a la</p>

<p><i>Deporte y Recreación</i>, 17, 42–45. https://www.redalyc.org / exportarcita.oa?id=3457 32283009</p>			<p>educación, danzas más adecuadas en el ámbito educativo.</p>
---	--	--	--

7.2 Consentimiento informado para entrevistas

7.2.1 Consentimiento a Psicólogos.



Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, Santiago

Facultad Educación Física

Departamento de Educación Física, Deportes y Recreación



Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación denominado “Danza en el contexto escolar como herramienta para el desarrollo de la Autoafirmación en Educación Media.”

Estimada(o) participante, nuestros nombres son Marcela Riveros y Francisca García, somos estudiantes de la carrera *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación* de la Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación. Actualmente, nos encontramos llevando a cabo un proyecto de investigación para obtener el título de profesor de Educación Física, Deportes y Recreación. Dicha investigación tiene por objetivo encontrar de qué manera resaltar desde la danza una estrategia con gran potencial para el desarrollo de la autoafirmación en estudiantes de Educación Media.

Para ello se realizará una entrevista con 5 preguntas abiertas, en torno a las temáticas de desarrollo emocional, etapas de crecimiento, entre otras. Esta entrevista se llevará a cabo vía zoom con una duración aproximada de 60 minutos de acuerdo a la disponibilidad previamente acordada con el/la entrevistado/a. La entrevista será grabada y luego transcrita integral o parcialmente según corresponda.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación en este estudio es completamente voluntario y la grabación será de uso exclusivo como registro para la confección de la Memoria y no será difundida por ningún tipo de medio externo.

Si usted tiene preguntas sobre sus derechos como participante puede realizarla directamente a las(os) investigadoras, o bien comunicarse con nuestra profesora tutora, Elisa Araya Cortez de la Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación.

*Contactos Estudiantes: francisca.garcía2016@umce.cl,
marcela.riveros2016@umce.cl*

Contacto Profesora Tutora: elisa.araya@umce.cl

7.2.2 Consentimiento Profesionales de la danza.



Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, Santiago

Facultad Educación Física

Departamento de Educación Física, Deportes y Recreación



Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación denominado “Danza en el contexto escolar como herramienta para el desarrollo de la Autoafirmación en Educación Media.”

Estimada(o) participante, nuestros nombres son Marcela Riveros y Francisca García, somos estudiantes de la carrera *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación* de la Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación. Actualmente, nos encontramos llevando a cabo un proyecto de investigación para obtener el título de profesor de Educación Física, Deportes y Recreación. Dicha investigación tiene por objetivo encontrar de qué manera resaltar desde la danza una estrategia con gran potencial para el desarrollo de la autoafirmación en estudiantes de Educación Media.

Para ello se realizará una entrevista con 6 preguntas abiertas, en torno a las temáticas de autoafirmación en la danza y su enseñanza. Esta entrevista se llevará a cabo vía zoom o meet con una duración aproximada de 60 minutos de acuerdo a la disponibilidad previamente acordada con el/la entrevistado/a. La entrevista será grabada y luego transcrita integral o parcialmente según corresponda.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación en este estudio es completamente voluntario y la grabación será de uso exclusivo como registro para la confección de la Memoria y no será difundida por ningún tipo de medio externo.

Si usted tiene preguntas sobre sus derechos como participante puede realizarla directamente a las(os) investigadoras, o bien comunicarse con nuestra profesora tutora, Elisa Araya Cortez de la Universidad Metropolitana de las Ciencias de la Educación.

Contactos Estudiantes: francisca.garcía2016@umce.cl, marcela.riveros2016@umce.cl

Contacto Profesora Tutora: elisa.araya@umce.cl

7.3 Protocolo de validación de instrumento

PAUTA PARA VALIDAR ENTREVISTAS

NOMBRE EXPERTO:	
PROFESIÓN:	
GRADO ACADÉMICO (Magister y Doctorados)	

ANTECEDENTES

--

OBJETIVO DEL INSTRUMENTO

--

METODOLOGÍA DE LLENADO Y N° CASOS

--

Muchas gracias por su colaboración,

Profesor Guía: Elisa Araya Cortez

Tesistas: Marcela Riveros, Francisca García

DE LA ESTRUCTURA Y PROTOCOLO DEL CUESTIONARIO

Emita comentarios o juicios respecto a la estructura, diseño, protocolo e indicadores que se consideran en la aplicación del cuestionario.

--

DE LOS OBJETIVO Y SECUENCIA DE LAS PREGUNTAS A REALIZAR

Emita comentarios o juicios respecto de los objetivos y secuencia lógica de las preguntas que se mencionan en el cuestionario.

DE LA PERTINENCIA

Establezca si las preguntas evaluadas son atinentes a la realidad observada y si cada una de ellas está responde al objetivo del cuestionario.

DE LA CLARIDAD

Establezca si las preguntas evaluadas son claras, están bien formuladas, son comprensibles y no inducen a la ambigüedad, ni interpretaciones antojadizas.

OBSERVACIONES

Incorporar comentarios respecto del instrumento y/o formular sugerencias para su eventual mejoramiento.

MUCHAS GRACIAS POR SU VALIOSA COLABORACIÓN

Santiago, 2021

ENTREVISTA

Iniciales de Entrevistado/a: A.T.

Especialidad:

Años en la especialidad:

Años en la docencia:

PREGUNTAS

(Las preguntas anteceditas por un * corresponden a preguntas auxiliares)

1-

2-

3-

4-

5-

6-

		<p>me enseñaron, me mostraron, y en gran medida esos modelos son incorporados, los hago propios, pero hay otros que los llevo conmigo y no son míos, pero los reproduzco.” <u>Muchas veces estos modelos los ingerimos, pero no los digerimos, en palabras del mismo Perls, es decir, no los hacemos parte nuestra,</u> no están personificados o apropiados, y este <i>como si</i>, es parte del auto concepto, pero no desde la autenticidad, sino desde un modelo, de un deber ser, de cómo tengo que reaccionar frente a ciertas situaciones, desde el juicio, del buscar la aprobación de otro y no la propia aprobación, no la propia aceptación, ¿Cómo me veo yo? ¿Me acepto tal cual como soy o tengo una lucha interna? Desde ahí, efectivamente se genera una inconsistencia, o un malestar, diría yo, que muchas veces está presente.</p> <p>También, diría que es como la coherencia dentro de una triada, donde está la emoción, la cognición y también está el cuerpo. Nosotros accedemos al mundo externo a través de los sentidos, las sensaciones, me emociono, actúo y luego viene el pensar.</p> <p>Quizás el gran desafío tiene que ver con el reconectarnos.</p>
Autoafirmación y etapas de desarrollo humano	¿Cómo influyen las distintas etapas de desarrollo humano en la formación de la autoafirmación personal?	<p><u>Esquematización del desarrollo de la autoafirmación personal por etapas.</u></p> <p>Creo que esto es transversal, cada una de las etapas tiene su complejidad, tiene una necesidad, sin embargo, el cómo gestionar lo que me está ocurriendo, o el saber que me pasa o el reconocer lo que me está ocurriendo en distintas situaciones es una cuestión transversal, y en los primeros años o en la enseñanza básica, quizás los profes, como <u>estrategia de abordaje frente a ciertas situaciones de desborde</u>, basado en que estamos frente a un modelo que es punitivo, donde el castigo esta súper presente, en donde si te portaste mal y te</p>

		<p>enojaste y dijiste una grosería, a la inspectoría, suspendido.</p> <p>Tengo mucho más claro en el tema de la adolescencia, que es una etapa de cambios, hay ciertos desafíos como la búsqueda de la identidad, etc. Podríamos citar Erikson con sus etapas, y cada una de ellas genera una crisis y efectivamente salgo fortalecido.</p> <p>Muchas veces los roles (que nos otorgaron y enseñaron a lo largo de la vida) nos obligan a ser de tal forma, muchas veces como no tengo conciencia respecto a lo que mi cuerpo me está diciendo, mi emoción me está diciendo, mi sensación me está diciendo, en general el desarrollo está siempre en lo cognitivo nos encadenan a ser de una forma u otra, de lo que ríe, de lo que no, de las frases que uso.</p>
Consecuencias	¿Cuál es la importancia del trabajo de la autoafirmación personal?	<p><u>Beneficios para el desarrollo personal</u></p> <p>“Diría desarrollar la capacidad de la autoafirmación, de mirarme, de qué me ocurre frente al sufrimiento de alguien, frente a la alegría de un otro. Primero ver que me ocurre a mí en base a emociones, al proceso psíquico, a las ideas, y en base a eso, a la auto afirmación, poder encontrar que me hace sentido. En general, estamos muy dependientes de lo que nos dice un otro, y claro desde la crianza, esto del refuerzo positivo, muchas veces hacemos cosas por el aplauso, por la necesidad de que un otro nos afirme. La autocompasión como componente”</p> <p>“Pienso que desde los primeros años de vida cuando el niño consigue las cosas por si mismo, y de decir, bueno lo logré, soy competente, ahí efectivamente creo que se va desarrollando desde el movimiento de los primeros años de vida, es como el primer encuentro consigo mismo en esa búsqueda, pero generalmente tenemos una mirada más <u>adulto-céntrica</u> donde yo hago ciertas cosas por el otro. No digo que la afirmación de otro no sea importante, que un profesor me haga un comentario respecto a lo que hice o que se haya</p>

	<p>¿Cuáles son los factores de riesgo en caso de no forjar una autoafirmación personal correctamente?</p>	<p>fijado en mí, eso puede ser muy significativo, no digo que eso no pueda estar, digo que debe ir en paralelo con mi autoobservación, darme el tiempo de escucharme y de verme, es super difícil, ni siquiera yo puedo ponerle palabras a lo que estoy sintiendo. Primero tengo que identificar lo que me pasa, después ponerle palabras, después comunicárselo a un otro, entonces es un desafío mayor, no es decir el conductismo y el refuerzo está mal, digo hemos recargado la balanza para ese lado y podríamos nivelarla para el otro lado, quizás en educación física dar un momento de conectarse conmigo mismo, más allá de las palpitaciones o del pulso, es decir, como está tu cabeza, como están tus hombros, tu columna, las piernas, no somos solo espalda, cuello, etc. Hay más, la corporeidad es mucho más amplia, tomar consciencia de cómo estoy es fundamental.”</p> <p>-Riesgos y/o consecuencias de no forjar la autoafirmación:</p> <p>Diría una auto estima baja, no me siento capaz, quizás podría intuir un manejo ineficiente en la regulación emocional, podría ser en términos relacionales, dependencia de otro o anhelo, pero habría que revisar caso a caso.</p> <p>Muchas veces como no tengo conciencia respecto a lo que mi cuerpo me está diciendo, mi emoción me está diciendo, mi sensación me está diciendo, en general el desarrollo está siempre en lo cognitivo. Porque eso es lo que nos han explicado durante toda esta época, de cuando entramos al colegio, luego a la universidad, es esto lo que finalmente se desarrolla. <u>El saber hacer, pero poco hay del saber ser.</u> Hay una cuestión cultural en donde no todas las emociones son bienvenidas, en donde podríamos incorporar el enfoque de género, en donde ciertas emociones son bienvenidas para las mujeres, y otras son bienvenidas para los hombres. Un hombre llorando o con miedo no es</p>
--	---	---

		<p>bien visto, una mujer con rabia no es bien vista, entonces desde ahí a nivel cultural nos vamos encuadrando, y nos vamos cuartando toda esta capacidad de expresar, y en torno a eso hablamos de un <i>self</i>, de un <i>sí mismo</i> auténtico, que muchas veces está enmarcado en base a esta estructura que nos van entregando a nivel de sociedad. Entonces estos roles de género muchas veces nos encadenan a ser de una forma u otra, de lo que río, de lo que no, de las frases que uso, entonces efectivamente, todos los roles que, si no los apropio, si nos los vuelvo parte mía, finalmente los ando trayendo como una mochila.”</p>
<p>Relación psiquis-cuerpo.</p>	<p>¿Cómo se relaciona la dimensión corporal con la autoafirmación personal?</p>	<p><u>Relación trabajo con el cuerpo-autoafirmación.</u></p> <p>Con el cuerpo muchas veces los niños manifiestan corporalmente la emotividad y luego con la cultura le vamos diciendo, tranquilo no te enojés, no llores si no pasó nada, y lentamente a través del aprendizaje, la enseñanza, del vínculo con un otro muchas veces, vamos cuartando cierta expresividad, y yo creo que eso, también está relacionado.</p> <p>En general estamos desde una <u>tradición cartesiana</u> donde hay una distinción entre mente y cuerpo, salud mental, salud física, como si estuviésemos seccionados, y es todo lo contrario, quizás el gran desafío tiene que ver con el reconectarnos. El cuerpo es quizás la brújula de que es lo que nos está sucediendo, entonces el trabajo corporal es fundamental, hay personas que le pasan cosas con el cuerpo por lo tanto el trabajo corporal a veces no les hace sentido por a, b, c motivo, sin embargo, creo que si es importante incorporarlo al trabajo o como una parte de lo que significa el trabajo con la autoafirmación.”</p> <p>Adriana Sh. Ella es chilena, es psiquiatra que trabaja en base a lo que le llaman los diálogos del cuerpo, es muy interesante, ella entiende que el proceso de salud y enfermedad no es fortuito, es decir, que muchas veces nos enfermamos de algún órgano interno o alguna parte del cuerpo que nos trae un aprendizaje, ya hay un mensaje de fondo.</p>

		<p>Es interesante hacer una actividad con esto en el sentido de preguntarle a una persona o a un grupo de personas en esto de toma de consciencia de que me está diciendo mi cuerpo, hay veces en que apreto mis dientes constantemente, o tengo algún problema en el riñón y <u>darle voz al órgano, que el órgano nos diga algo.</u></p>
--	--	--

7.4.2 Tabla discurso J.C. (psicólogo).

Análisis de discurso J.C.

(Tabla 7)

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación	¿Cómo definiría usted la autoafirmación?	<p>Definición del concepto:</p> <p>Es la capacidad que tienen las personas de creerse cuento, saber que pueden, que son capaces. Que tienen las habilidades, que tienen las destrezas y que van a superar el desafío que se les presente. Es una disposición natural en la persona de atreverse. Que los desafíos que puedan emerger los van a poder resolver. Que los problemas que se puedan generar los van a poder resolver. La autoeficacia tiene que ver también con eso, sentir que pueden; no es pensar. No es que yo pienso que lo estoy haciendo bien. Es un sentir que lo están haciendo bien. El sentir es el cuerpo, es la emoción, es la experiencia. En un aquí y un ahora, por lo tanto, es siempre en presente. No es que yo mañana voy a ser auto eficaz, siempre tiene que ver con un presente, un aquí y un ahora. Y eso se construye en la vida del sujeto, se construye en términos de “vamos que se puede”, tú puedes.</p> <p>El aprender a andar en bicicleta, que te toman y de repente te sueltan y dice (el aprendiz) ¡oh! Yo puedo. Esa experiencia de logro y satisfacción va construyendo un yo puedo, yo quiero, un yo existo, me hace bien.</p> <p>Cuando obtengo un logro, me lo atribuyo. Porque hay personas que cuando obtienen un logro dicen: es que fue pura suerte, es que lo hice porque Juanita me lo pidió. Es como por el otro, es una atribución estúpida.</p> <p>La autoafirmación es: yo hago algo y la atribución es personal. Y esa atribución personal me gratifica y me siento bien, ando como contento ¡Lo logré!, tiene que ver cómo se siente una persona.</p> <p>Se conforma de micro logros. Por ejemplo, la autoafirmación, que es: yo hago algo y la atribución es personal. Y esa atribución personal me gratifica y me siento bien, ando como contento ¡Lo logré! En cambio, la autoestima siempre tiene que ver con un otro, un otro es el que la define. Nosotros nunca decimos: no, lo</p>

	<p>¿qué elementos la componen?</p>	<p>que pasa es que yo tengo buena autoestima. No, la autoestima pareciera que es un otro que la define.</p> <p>-Listado de elementos: La autoeficacia tiene que ver también con eso, sentir que pueden (y hacerlo); no es pensar. Se relaciona de alguna forma autoafirmación, autoeficacia, autodeterminación. Ahí hay un circuito como de conceptos que tributan a distintos ámbitos, pero que todos tienen que ver con el creerse el cuento de alguna forma</p> <p>* Yo creo que el concepto de <u>autoestima</u> es un distractor. Yo ante determinada situación o experiencias de la vida, tengo una muy buena autoestima para afrontar esa situación y para otras experiencias en la vida tengo una muy baja autoestima para afrontar esa situación, tiene que ver con la trayectoria de vida. (No hay personas con buena o mala autoestima como tal), Es muy genérico y es otro quien la define. El “yo soy así” es autoaceptación, que me acepto y la autoafirmación es que “yo puedo”, están amarraditas.</p>
<p>Autoafirmación y etapas de desarrollo humano</p>	<p>¿Cómo influyen las distintas etapas de desarrollo humano en la formación de la autoafirmación?</p>	<p>Esquematización del desarrollo de la autoafirmación por etapas: A menor edad cuando escucho que otro dice que tengo baja autoestima, más impacto negativo tiene en mi historia. Ahora la autoafirmación no depende del otro, es un viaje de aprendizaje, la autoafirmación tiene que ver con los micro logros que voy obteniendo y los micro logros tienen que ver con metas que yo me pongo en la vida, que las puedo lograr a medida que voy creciendo en mi etapa de desarrollo. El primer envión, ya fue dado por este otro adulto significativo. El resto, yo me monto en ese logro y voy fijándome metas a corto plazo o micro logro. Los seres significativos que acompañan las etapas del desarrollo del niño y la niña son claves Si tengo adultos significativos que nos recreen y acompañen mi pensamiento mágico y le apoyan eso, construyen un imaginario de posibilidades</p>

	<p>de que pueda hacerlo porque en esa etapa pensamiento mágico todo se puede hacer.</p> <p>Si uno refuerza su acción en este pensamiento mágico va construyendo la autoafirmación, no consciente.</p> <p>Luego viene el pensamiento concreto que es cuando el niño o la niña va a percibir como verdad absoluta lo que el adulto dice. Ahora si yo además en ese momento me doy cuenta que este niño o niña está haciendo algo que yo no esperaba y se lo valido, se lo valoro y digo “oye que espectacular lo que TU creaste”, eso es inyección directa de autoestima y como consecuencia de autoafirmación.</p> <p>En las etapas de desarrollo dependiendo de cómo yo como adulto doy la información se va a ir construyendo una autoafirmación.</p> <p>En la adolescencia, que es la etapa de la crisis en donde pongo en cuestionamiento todos los discursos de mis seres queridos,(...), empiezo a cuestionar esa imagen de autoridad, entonces esa imagen al ser cuestionada, en esa construcción de un nuevo camino que es mi propia identidad, (...) en función de mis propias intenciones y propósitos, por una parte va a estar sembrado por la trayectoria previa de los logros que uno le validó y por otro lado está la búsqueda y exploración de nuevas experiencias que lo gratifique y ahí, en esa exploración de nuevas experiencias que lo gratifiquen, yo pensaría en otros autores como Ausubel a propósito del aprendizaje significativo, esta experiencia que me permite a decir “lo logre pero fue por la mía”, nuevamente tenemos una autoafirmación y va construyendo este territorio de “creerse el cuento”.</p> <p>En la adolescencia empiezo a ser consciente, me vuelvo mucho más reflexivo paso de ser pensamiento concreto y creer que las cosas son como son o como me las dicen a darme cuenta que yo estoy reflexionando, en ese ejercicio se produce una autoafirmación. (Cuestiono a los demás y pienso por mi mismo en mis capacidades)</p> <p>Es una experiencia de autoafirmación donde identifico una experiencia con un otro dónde tú te sientes auto valorado, no es lo que los otros me valoraron, es cómo yo me sentí, como me sentí</p>
--	--

		<p>en esa experiencia de desafiar algo y sentir que lo logré y que soy mejor que el resto.</p> <p>En la adolescencia es “cómo aprendí a resolver los problemas en la vida cotidiana”, y el cómo aprendí a resolver el problema está dado por la etapa previa, cuáles fueron los modelos y cuáles son las cosas o mandatos que a mí me dijeron.</p> <p>Si yo escuché toda mi infancia que soy el tonto, la tonta, el porro, el q no sabe, ya te equivocaste de nuevo, por qué no haces las cosas bien, por qué no entiendes, hasta cuando, tengo un cerro de mandatos que hacen que no me crea el cuento, no me voy a autoafirmar, si no que me voy a auto desarmar.</p> <p>En la adolescencia es un momento en que yo puedo desarmar todo eso, porque empiezo a ser consciente, y digo “que raro todo eso que me decían, cuando yo sé que puedo, porque hago esto, salgo para allá, vuelvo, estoy consciente” me vuelvo mucho más reflexivo paso de ser pensamiento concreto que las cosas son como son o como me las dicen a darme cuenta que yo estoy reflexionando, en ese ejercicio se produce una autoafirmación y se trazan trayectorias super interesantes en algunos adolescentes, que va a depender del contexto y del entorno.</p> <p>adolescencia aparece el pensar como una máquina super potente, todo es racional, están sacando foto a todo, de hecho “echan a andar la pensadora” como dicen los cabros, se produce una explosión de conexiones neuronales y efectivamente se desparrama la posibilidad de pensar, y de pensar hartos no poco, se vuelven densos en el pensar. Con esto se produce una descoordinación y desconexión con el cuerpo, de hecho, en esa etapa andan... porque el cuerpo crece y andan tropezándose con cualquier cosa, la edad del pavo como le dicen, porque en el fondo hay una descoordinación motriz en la talla peso más la forma de pensar, entonces se produce toda una desarmonía en los movimientos</p>
Consecuencias	¿Cuál es la importancia del trabajo de la autoafirmación?	<p>-Beneficios para el desarrollo personal:</p> <p>Permite que la persona se “crea el cuento”, que se sienta plena, que puede, que crea en sus capacidades y destrezas lo que permite la vida, abre los espacios de consciencia de lo que puedes lograr en la vida y con eso no necesita la reafirmación del otro, no soy dependiente en función de esos logros.</p>

	<p>¿Cuáles son los factores de riesgo en caso de no forjar una autoafirmación?</p>	<p>Va a estar donde quiera estar, haciendo lo que quiere hacer y con eso es una persona en plenitud. La autoafirmación permite la plenitud, no necesito compararme con nadie, a diferencia de este modelo Neoliberal en donde si necesitas compararte y competir, tienes que ser mejor que los otros, la autoafirmación no tiene que ver con ser mejor que los otros, siempre el punto de referencia eres tú mismo, te permite reafirmar de manera permanente quién eres y haces, lo que tu ser en plenitud está vivenciando desde ti, no desde el otro.</p> <p>Si yo trabajo la autoafirmación y me creo el cuento <u>no necesito</u>, me vuelvo poco productivo para el sistema, porque el sistema educacional busca productividad y si yo en mi autoafirmación me siento cómodo regando mis plantas y autogestionando mi historia de vida en función de mis propias necesidades me vuelvo un sujeto extraño para la sociedad, un problema porque <u>no voy a aceptar todo lo que me dicen</u>. De hecho, voy a escuchar todo lo que me dicen, pero voy a decir: “esto sí y esto no”, <u>voy a tener opinión</u></p> <p>-Riesgos y/o consecuencias de no forjar la autoafirmación:</p> <p>La ausencia de autoafirmación genera personas con <u>vínculos bastante dependientes</u>, necesitan que el otro los reafirme, generan relaciones vinculares bastante <u>obsesivas, celópatas</u> si lo ponemos en términos de relaciones de pareja, porque como <u>no confían en sí mismos</u>, desconfían de si, que no pueden, entonces <u>necesitan a otro que los valide</u>. Y por tanto empiezan a hacer muchas conductas de validación que son erradas, porque no siempre sabrán lo que el otro quiere.</p> <p>Si no tengo autoafirmación voy a ser un borrego más porque <u>voy a seguir lo que el resto dice</u>.</p> <p>Si yo tengo una persona que no tuvo experiencia de autoafirmación y yo quiero instalarla, lo que tengo que tener presente es que la autoafirmación no es una experiencia cognitiva, no es que yo le explique “mira tú ahora vas a tener autoafirmación”, lo que yo debo hacer con el otro es mover las emociones, el mundo emocional, mover el cuerpo en todas sus posibilidades.</p>
--	--	---

<p>Relación psiquis-cuerpo.</p>	<p>¿Cómo se relaciona la dimensión corporal con la autoafirmación?</p>	<p><u>Relación trabajo con el cuerpo-autoafirmación.</u></p> <p>El cuerpo se relaciona con la emocionalidad y si lo llevamos a la danza, esta mueve el cuerpo, mueve las emociones y (hay que) validar la experiencia, eso siempre se hace en la experiencia, y la experiencia siempre es aquí y ahora.</p> <p>Por ejemplo, si usted va a hacer danza y va a moverse, usted va a validar todos los movimientos espontáneos que él realice, para que él sienta, ahora lo complejo es cómo valido pero que él sienta que es suyo, no que usted lo válida para no crear este vínculo de dependencia, entonces cuando ustedes ven conductas espontaneas lo validan, cuando él hace algo interesante, dice: “miren aquí Jaime está haciendo algo espectacular, Jaime por favor (¿puedes mostrar?) pero eso es de Jaime, no es mío (o por mí).</p> <p>Después al paso de la actividad conversemos, hay que hacer eso después de mover el cuerpo hay que sentarse a conversar qué sintió, no qué pensó. Debes atender la reflexión del sentir, que él se dé cuenta que lo está haciendo bien, que se está sintiendo bien, reafirmar ese proceso, qué ocurre en la mente y la pregunta es “¿cómo se sintieron hoy día con la danza?”, es la conversa, no qué pensaron si no cómo se sintieron, grato, alegre...</p> <p>Cuando empiezan a identificar cómo se sienten ya se están acercando al tema de la autoafirmación que es un sentir, que yo puedo.</p> <p>Al bailar y en este caso si estoy trabajando el tema de la autoafirmación, el que él tome consciencia de que ese mover el cuerpo y reconocer la emoción que implica mover el cuerpo, él tiene un estado de bienestar o de estar bien, te reporta una gratificación y esa gratificación la vamos trabajando como autoafirmación. Entonces la autoafirmación los va a llevar a (una situación) de que al inicio del taller van a decir: “No yo bailo re mal”, porque está con todo lo previo, todos estos juicios de valor previos de que no puede, que no es capaz, que baila feo, etc. a un escenario de después decir: “Me encanta este taller”.</p>
---------------------------------	--	---

	<p>En la adolescencia están en una etapa más reflexiva, todo es racional, están sacando foto a todo, se produce una explosión de conexiones neuronales y efectivamente se desparrama la posibilidad de pensar, y de pensar hartos no poco, se vuelven densos en el pensar. Con esto se produce una descoordinación y desconexión con el cuerpo, de hecho en esa etapa andan... porque el cuerpo crece y andan tropezándose con cualquier cosa, en la edad del pavo como le dicen, porque en el fondo hay una descoordinación motriz en el talla peso más la forma de pensar, entonces se produce toda una desarmonía en los movimientos y de eso, claro, un taller de danza o baile puede ser super importante para tratar el tema de la autoafirmación, del yo puedo, yo quiero, yo amo, yo existo, yo ocupo un lugar en mi vida y estoy aquí para cosas maravillosas que me están ocurriendo. la danza absolutamente permite una puerta de entrada a la autoafirmación, a la auto valoración, a la auto aceptación. La autoafirmación requiere de auto aceptación, el “yo soy así” es autoaceptación, que me acepto y la autoafirmación es que “yo puedo”, están amarraditas. Y si además tengo un espacio, la danza en un taller, en que puedo moverlos y ellos se mueven al ritmo de algo, genera una sinergia, una energía muy potente.</p> <p>El baile implica conciencia corporal, sobre todo además si ese baile es dirigido; movamos los pies; movamos los dedos; movamos las caderas; movamos los hombros; respiremos profundo; y hacemos esa conexión (con el movimiento), permite de alguna forma recuperar el cuerpo, permite un viaje de autoaceptación “este soy yo” y si a eso le agregas un gran espejo en la sala de baile, o sea, reflejarse y verse.</p> <p>Cuando yo pienso en autoafirmación no homogenizo, valido la diferencia, que es lo opuesto y se trabaja.</p>
--	---

7.4.3 Tabla discurso C.D. (E. danza).

Análisis de discurso C.D.

(Tabla 8)

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación y danza	<p>Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación?</p> <p>*¿Qué tan relevante ha sido está autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos?</p> <p>¿Qué cosas en específico de la danza hacen que se forje el concepto de autoafirmación?</p>	<p>“Yo me reconozco como una persona dentro de un grupo donde yo me reconozco como bailarina, yo me reconocía en mi curso como la persona que bailaba, mis compañeros también lo hacían. Esto iba entregando las herramientas para trabajar específicamente ese punto donde uno dice, ya, soy esto, me valoro, me valido con lo que decido hacer y con esto reafirmo mi personalidad, reafirmo mis gustos, reafirmo mi estilo.”</p> <p>“...desarrollo muy holístico, no tiene que ver solo con el desarrollo del cuerpo, sino que se enfrenta también a mover emociones, a mover sentimientos, a mover experiencias, a mover historias y todo esto que se va movilizándolo al final va confirmando una personalidad y va armando como tú ser y ahí tu capacidad de auto afirmarte, auto reconocerte y decir, ya sí, yo soy esto.” “...Muchas personas, muchos compañeros con los que yo trabajaba en la universidad, me topaba con muchos niños que llegaban hablando de que la danza era el espacio que les brindó la autoestima, y creo que para mí también lo fue, un espacio de afirmarme y de reconocermelo dentro de la sociedad, dentro de mi grupo curso, dentro de mi grupo de amigos también” “...yo creo que en la danza era un espacio seguro” “...también fui investigando en otros estilos de danza, y hay otros estilos que hablan mucho de eso, de la esencia del humano, hablan mucho de conectar con tus sentimientos al bailar...” “...aquí hay una herramienta para que cuando tenga pena ponga música, bailo y se canaliza eso de alguna manera.”</p> <p>“Yo en general como profe de danza puedo abarcar muchos estilos, pero yo creo que me especialicé mucho en danza moderna y en danza moderna hay metodologías y dentro de esas metodologías, por ejemplo, cuando era chica las hacía, pero no sabía que las estaba haciendo. Está,</p>

		<p>por ejemplo, <u>la experimentación</u>, la experimentación es una herramienta súper importante creo yo para la auto afirmación, la autoestima y el reconocerse, que va de la mano con la improvisación, solamente que no son lo mismo. Experimentar en la danza moderna o en la metodología, tendría que ver con que yo como profe te pongo estímulos que te guían hacia donde quiero llegar entre comillas. La improvisación sería como lo libre absolutamente.”</p> <p>“...Creo que también, la <u>sensibilización</u>, ese momento en donde llegas a la clase, cierras los ojos, respiras y te preguntan cómo estay hoy día, solo con esa pregunta ya te están sensibilizando y uno se está haciendo consciente un poco de cómo se encuentra día a día, y bueno yo creo que también, por ejemplo, cuando uno pasa en clases por <u>trabajos en equipo</u> o trabajos en grupo donde mi personalidad se junta con la tuya, y ya bueno tenemos diferencias, yo soy así, tú eres así, pero logremos como hacer trabajar esto y como hacer trabajar al grupo finalmente, entonces creo que en todos esos elementos hay trabajos súper fuertes, para conformar el auto estima, el reconocimiento de cada uno, por otro lado está la <u>coreografía</u> también, que aprender solo coreos, por ejemplo, creo que también es un elemento que te pone a ti en juego un poco a esto de adquirir más herramientas, como de habilidades más concretas quizás como la concentración, la memoria, que al final también van ayudando y van contribuyendo a este joven, niño, niña que está en un proceso de crecimiento constante, bueno y los adultos, adultas, adultez les pasa lo mismo.”</p>
Proceso de enseñanza de la danza	- ¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza de la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?	“Yo creo que una de mis experiencias más fuertes fue mi práctica profesional, yo hice mi práctica profesional con un primero y segundo básico de un colegio de alta vulnerabilidad de Peñalolén. Justamente yo en mi tesis estaba trabajando el tema del Reconocimiento, que creo que es muy similar al tema que están trabajando ustedes, tiene elementos muy similares, solamente que el reconocimiento no viene de una teoría psicológica, sino que viene más de una teoría social. La teoría del Reconocimiento dice que si las personas no se reconocen a sí mismas y no son reconocidas por otro no van a poder generar un crecimiento personal en su vida, y no solo por

	<p>*Si su respuesta es sí, cuáles.</p> <p>*Si su respuesta es no, qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo de la autoafirmación.</p>	<p>otro, sino que si el colegio los reconoce, si la familia los reconoce, si el Estado los reconoce, diferentes personas, personalidades, entidades, instituciones que deberían generar este reconocimiento en niños, en niñas, van a ayudar a que el niño vaya creciendo y se vaya desarrollando, vaya generando auto estima, auto afirmación, vaya generando distintos elementos, pero pasa que en la actualidad no hay mucho reconocimiento, como entre pares en los niños, porque los niños experimentan un poco de violencia en esos contextos vulnerables, por lo menos en los que yo viví, tenían un contexto de violencia, entonces entre ellos eran muy avasalladores, entre ellos se pasaban a llevar, el colegio tampoco les entregaba la atención necesaria porque tenía 40 y tantos niños en una sala y tenían una psicopedagoga para todo el colegio. El sector era abandonado y además tenían este lado del no reconocimiento del Estado, ya sea en las necesidades que tenga la infancia, entonces, yo dije ya, de qué lado abordo la danza para poder trabajar con ellos estos elementos, y además sumado a todo esto en este colegio había un alto índice de migración, habían muchos migrantes, y eso generaba que los niño migrantes fueran muy violentos, pero eran violentos porque habían aprendido a defenderse de todas las burlas de sus compañeros a través de la violencia, entonces era heavy el contexto y yo dije, ya que hago, porque la primera clase en la que yo llegué todos gritando, desordenados y nadie quería hacer nada, entonces desde ese sentido como aplico, como busco que estos niños tan chiquititos que también se podía aplicar en adolescentes o en personas adultas, como generar este sentido de potenciar auto estima, potenciar su personalidad finalmente, y empecé a trabajar con temáticas. Primero para envolver a los niños, para generar esta como burbuja para poder trabajar en clases y empecé a desarrollar temática de piratas, y empecé a envolver a los niños en este juego, y mientras estábamos jugando, como si todas las clases fueran juego, iba ingresando actividades entre medio que tenían que ver con la auto estima...”</p> <p>“...el final de esto era la búsqueda del tesoro, y era encontrar un tesoro dentro del colegio. Estuve todo un semestre en eso, y al final del semestre</p>
--	---	---

	<p>¿Qué resguardo hay que tener en la enseñanza de la danza para que no se vuelva contraproducente para el</p>	<p>hicimos el encuentro del tesoro, pero entre medio todo el rato iba aplicando estrategias en sala, siendo muy cuidadosa con esto del, no sé si lo has visto o lo has podido evidenciar pero cuando uno es profe y está con tantos niños en sala todos te hablan y una alcanza a escuchar a muy pocos, entonces yo tenía tanto este rollo en mi cabeza que si de reconocer y de trabajar desde el escucha, que me daba el tiempo de ya, ir resolviendo, ir validando a cada niño en sus dudas.”</p> <p>“Tenía 43, e ir validando como su posición, su forma de hablar. Yo creo que uno puede hacer dos caminos en relación a la pregunta, uno puede ir directamente como atacar a través de dinámicas, actividades, en los que uno trabaje conscientemente la danza como en la reafirmación de la personalidad, de la auto estima. Pero también puede ir por este otro lado como de manera indirecta, porque si yo voy a una clase de danza y mi profe no me pesca, no me escucha, no valida mis preguntas, porque al final el espacio en la danza es súper íntimo, uno se pone así y la gente está viendo que tu bailas, y está el miedo del ridículo, la vergüenza, que son todas las cosas que pueden generar una mala experiencia entonces el profe, el docente es una persona muy importante para que eso no suceda y llevarlo al otro lado, en donde tú si aportas en la conformación de la personalidad o el desarrollo del auto estima de los niños, de las niñas...” ahí entra la labor del profe de generar este <u>reforzamiento positivo</u>, como que uno está acostumbrado a que te digan está mal, eso no es, así no es, levanta más la pierna, esconde la guata, o los comentarios de los profes de que estás gordito, estás gordita, o esas cosas que no son necesarias, entonces creo que es súper importante en clases de danza, uno por necesidad de que el espacio esté sano y otro porque de verdad tú aportas e incides en la personalidad de niños y niñas si haces clases de danza de manera buena o de manera mala. Le preguntas a todos mis compañeros de danza, todos te pueden contar alguna experiencia con algún profe que lo jodió.”</p> <p>“Yo creo que ese es el punto súper importante, en general no sé cómo se puede hacer, pero es muy</p>
--	--	---

	<p>desarrollo de la autoafirmación?</p>	<p>importante que la labor de cada docente, o sea, todo esto recae en la labor del docente finalmente. Y de esa persona yo diría que en un 70% va a depender si la clase sirve para la auto afirmación de un niño o es contrario a eso, y lo digo porque lo he vivido y lo viví del lado de yo ser niña y que me dijeran, así como oh ¿y así giras? De un profe que tú lo ves como una persona sin querer, si o si, lo ves como con una jerarquía, entonces si ese profe al que tu admiras, que baila tan bien, y que tú casi que quieres ser como él te dice comentarios que no son apropiados, o que no son de la forma apropiada, obviamente te va a generar un trauma, una falta de auto estima...” “Ser buen bailarín, no es lo mismo que ser buen profe, ser buen profe no es lo mismo que ser bailarín, pueden ir juntos y si van juntos, tienes un profe así Brígido, pero ser un bailarín muy bueno no te garantiza ser un buen profe...” “Puede resultar productivo siempre cuando el profe esté ahí en la labor que esté generando, siempre hay niños que son muy tímidos, niñas que son muy tímidas, que llegan a una clase y que no quieren ni moverse y que están ahí pero espantados y si tu generas el ambiente del espacio seguro, de comodidad, tú vas viendo como esas personas, como esos niños, cómo esos jóvenes van avanzando y es heavy.” “Igual es heavy porque hay niños, niñas o jóvenes que reaccionan muy bien a la competencia, que les pasa otra cosa, su ser es un poco más competitivo y les encanta y les motiva mucho, pero también está este otro espacio donde están los niños que no les gusta o que les afecta, yo creo que puede generar competencia dentro de su clase, pero si uno lo sabe llevar, pero no llevarla como al lado de un ganador, un perdedor.”</p> <p>“...los comentarios de los profes de que estás gordito, estás gordita, o esas cosas que no son necesarias, entonces creo que es súper importante en clases de danza, uno por necesidad de que el espacio esté sano y otro porque de verdad tú aportas e incidis en la personalidad de niños y niñas si haces clases de danza de manera buena o de manera mala. Le preguntas a todos mis compañeros de danza, todos te pueden contar alguna experiencia con algún profe que lo jodió.”</p>
--	---	--

	<p>-En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?</p>	<p>“Yo puedo ser el mejor profe del universo, pero si mis alumnos no tienen como... yo no tengo la capacidad de hacerlo entrar a ellos en una relación de un poquito más de confianza no voy a generar ese espacio entonces también voy a generar esta situación un poco de recelo y de estar cuidándose todo el tiempo, entonces ahí está el otro espacio que como docente debemos resguardar igual, el espacio clase, igual te estoy hablando hartito como de contexto formal, también se puede aplicar a talleres.”</p> <p>“Yo creo que algo súper importante con adolescentes es señalarles que no hay nada bueno ni nada malo, que no hay error dentro de una clase de danza, que finalmente cuando uno dice que está mal, no es que esté mal lo que está haciendo la persona, es que es distinto a lo que yo les estoy pidiendo...”</p> <p>“y como profe pueda mostrar que yo también me equivoco, cuento mal, se me olvida la coreo. Entonces creo que la herramienta del lenguaje, erradicar por sobre todas las cosas todo comentario que tenga que ver con el cuerpo,”</p> <p>“<u>es super importante la claridad</u> , yo ocupo hartito eso, cuando estoy en colegio, yo ocupo pauta de evaluación así que ahí soy mucho más clara, pero cuando no estoy en colegio y estoy en un taller o algo así y quiero generar una evaluación porque es super importante generar ese momento de hablar y decir esto pasa, esto otro, <u>ser super conciso y claro, el lenguaje abstracto en danza se da mucho,</u>”</p> <p>“<u>el dejar eso del coloquialmente el hippismo de la danza, la danza se puede evaluar, yo puedo armar pautas de evaluación, yo puedo decir en esta evaluación, chiquillos, chiquillas, vamos a evaluar esto, estos tres elementos van a ser evaluados, igual que en educación física. Una pega importante de la danza es ya</u></p>
--	---	--

		<p>profesionalizarnos así al 100 entonces yo puedo evaluar, y no solo voy a evaluar si tiene luz, si mira al horizonte, yo puedo evaluar cosas concretas, si es periférica o si es central, si sus brazos cumplen, su memoria coreográfica como está, no sé, mucho puedo evaluar que es concreto...”</p> <p><u>“También estar bien enfocado, generar hartito el grupo curso, trabajar mucho el grupo curso, como esto de la unión, porque finalmente si yo genero el grupo curso, yo como profe puedo generar el mejor espacio, pero si yo entre mis estudiantes tengo recelo, no confianza, conflicto, nunca voy a tener un buen espacio”</u></p> <p>“...entonces el partir quitando un poco esto de está mal lo que estás haciendo, sino que decir, ya mira, está bien lo que hiciste, pero no es lo que yo estoy pidiéndote, yo te estoy pidiendo que hagamos esto, ¿podemos hacerlo? Ya si, hagámoslo. <u>Yo creo que la palabra es súper potente</u> entonces, ya decirle a un adolescente, que viene con toda su rollo hormonal, de crecimiento, en el que no sé cómo llegó a la clase pero llegó y lo logró, decirle que está mal en su primera clase o en su proceso es súper heavy porque ahí ya entramos a jugar con la frustración, con la tolerancia a frustrarse, a lograr algo o no, entonces partir por ahí sería una buena herramienta, tratar de erradicar ese lenguaje un poco negativo de no, está mal, no así no es, sino que ir explicando de mejor manera.”</p> <p>“...incluso hasta los adultos, adultas tenemos problemas con nuestra personalidad, en Chile la educación emocional es pésima...”</p> <p>“...Entonces me pasa un poquito esto de bajar un poquito la figura del docente, de esta nube, así como tan alta, de un profe muy jerárquico, yo creo que hay que hacer este ejercicio de bajarlo, no sé si bajarlo a un tú y tú, pero si a una relación donde pueda ser más cercana y como profe pueda mostrar que yo también me equivoco, cuento mal, se me olvida la coreo. Entonces creo que la herramienta del lenguaje, erradicar por sobre todas las cosas todo comentario que tenga que ver con el cuerpo, ya está out, hablar del cuerpo de los estudiantes, decirle oye que estás gordito, oye que estás más flaco, incluso eso, muchas profes</p>
--	--	--

		<p>piensan que decirle a alguien que está más flaco es algo bacán pero primero nadie te preguntó, y segundo tú no sabes que rollo tiene esa persona detrás, quizás para que el estar más flaco sea algo muy malo y tú le estas reafirmando algo que vaya a saber que puede generar en él. Por eso otra técnica también es sacar todos los comentarios que tengan que ver con el cuerpo, y creo que también es super importante ser claro al evaluar.</p>
	<p>¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al desarrollo de este concepto?</p> <p>*Si la respuesta es no, ¿por qué?</p>	<p>“Yo creo que no, yo creo que no hay un estilo específico que lo trabaje más, pero aquí caigo de nuevo en esto de la labor del docente. Porque yo puedo hacer una clase de reggaetón donde yo trabaje la auto afirmación, puedo hacer una clase de hip hop donde yo trabaje la auto afirmación, puedo hacer una clase de locking que trabaje la auto afirmación, puedo hacer estilos que no tan... por ejemplo, clases coreográficas, que también pueden trabajar la auto afirmación, solo que depende de cuál es el enfoque que le entregue el profe...”</p> <p>“...creo que depende hartito del profe pero sí creo que los estilos en general, los estilos contemporáneo, moderno se han hecho más cargo de esas situaciones, se han hecho más cargo en espacios formales, como del desarrollo de sus clases, las metodologías de sus clases para que el proceso danza clase no sea solo ir y aprenderse una coreografía o ir y desarrollar tu propio lenguaje sino que de verdad de conectar un poquito más adentro con... quizás por ejemplo las otras clases el conectar así con tu interior tiene que ver un poco con lo que a ti te pasa, conectaste o no conectaste. Una clase de moderno, contemporáneo igual te hacen un poco esta entrada hacia adentro, te llevan mucho por esta entrada hacia adentro entonces creo que por ese lado en esos estilos es más fácil encontrar que la mayoría de los docentes de contemporáneo, de moderno trabajan mucho esos elementos en sus clases que en los otros estilos donde puedes encontrar muchos profes enseñando solamente coreografía y no preocupado como de los otros elementos, así que creo que depende ahí hartito del profe, pero si hablamos de estilos moderno y contemporáneo ahí están enfocados.”</p>

		<p>“...yo creo que la danzaterapia ayuda mucho, pero en general, la danzaterapia la he visto más como en adultos, enfocada en adultos mayores, he visto mucho danzaterapia en ese sentido, pero creo que es una herramienta super potente, ahí hay mucho enfoque en la auto estima de las personas o incluso tratar enfermedades o situaciones psicológicas, dolencias, o elementos más fuertes que trabajar. Es que la danza es una herramienta muy potente para trabajar de diferentes lados entonces super importante creo yo utilizarla de la mejor manera finalmente.”</p>
--	--	---

7.4.4 Tabla discurso M.E. (E. danza).

Análisis de discurso M.E.

(Tabla 8)

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación y danza	<p>Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación?</p> <p>*¿Qué tan relevante ha sido esta autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos?</p> <p>¿Qué cosas en específico de la danza hacen que se forje el</p>	<p>“De muchas maneras, la danza para mí es una puerta a mi libertad, la danza para mí es como un camino que yo decidí seguir, el cual me entrega estabilidad emocional, estabilidad energética. Si ustedes se dan cuenta, la gente que baila <i>vibra</i> de una manera distinta, o es muy intensa, pero siempre irradia esa felicidad. “...entonces en mí crea una seguridad bastante grande porque creo mucho en que el amor propio parte desde ahí y para mí mi amor propio es ir a entrenar y ser quizás el más bueno de los buenos, entonces tener el nivel que yo quiero alcanzar depende solo de mí, entonces yo le dedico tiempo a mi amor propio, yo le dedico tiempo a mi entrenamiento que es mi auto evaluación, y yo me veo y <u>si yo me gusto como bailo siento que tengo ese querer que necesito</u>. También resulta un poco como terapia creo yo como no sé, si no bailo, sin mentir, si no entreno en varios días ando un poco estresado, como que es mi momento de sacar algunas cosas que llevaba dentro y entreno, entreno, entreno, me siento cansado, y al otro día me siento con más energía porque quizás dejé todo eso en el entrenamiento, ¿se entiende?”</p> <p>“...yo tengo que entrenar siempre y de repente alguien quiere juntarse conmigo, y le digo “sabes que, tengo que entrenar” o yo me quiero juntar con alguno de ellos y ellos me dicen “pucha no, tengo que ver a mi hijo, entonces la vida nos coloca en situaciones distintas, y toda la gente con la que me relaciono, me relaciono porque entrenamos juntos y ellos se hacen parte de como mis amistades for ever.”</p> <p>“Esto yo creo que no le pasa a toda la gente que baila, pero lo que ayudó a que yo creyera en mí mismo y en mi danza, fue ir a las batallas. Yo batallo desde muy chico, desde muy chico que no se po... a los 12 años que aprendí a hacer los cuatro primeros pasos y se abrió una batalla en</p>

	<p>concepto de autoafirmación?</p>	<p>el lugar donde yo vivía yo me inscribí. No me importaba si perdía, lo que me importaba era no se po... creo que yo soy medio marciano porque en general tengo la disciplina de poder sacar de las cosas malas quizás cosas buenas, más si es algo que me encanta, me encanta, me encanta.”</p> <p>“...me pasó que algunas veces perdía, pero después entendí rápidamente que la evaluación daba lo mismo, la evaluación depende del gusto de cada persona...”</p> <p>“...muy conforme con mi desempeño propio, y aparte tenía a mis compañeros de grupo que te decían “lo hiciste bien” y con eso todo me calzaba, decía, <u>voy a seguir entrenando para yo gustarle a cualquier juez que me cruce</u>, eso me entregó mucha seguridad.”</p> <p>“No sé si el ser reconocido es lo que vale, es más lo que dice ustedes, el auto reconocimiento, como yo me siento, no importante Pedro, Juan y Diego, pero si quizás importando un amigo que entrena contigo que ha visto toda tu evolución y que vio que tú lo hiciste pulento independiente los demás...”</p> <p>“Yo creo que depende hartito de quien lo guíe, de quien imparta la clase, depende hartito del flow del profesor, como te decía, del ambiente de la clase, si todos son amiguitos van a saludarlo y el profesor quizás no va a ser el primero que te diga hola, bienvenido, sino la compañera “oye y bacán que viniste, ¿Cómo te llamas?” y al tiro la persona entra en un estado de “pucha ya bacán, estoy acá y alguien me... ¿cachay?”</p>
<p>Proceso de enseñanza de la danza</p>	<p>- ¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza de la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?</p> <p>*Si su respuesta es sí, cuáles.</p>	<p>“Mira yo creo que con los niños todo el rato es un juego, entonces subir la auto estima de los niños muchas veces es simplemente vibrar con ellos y decir que salió bakán y que sigan así y <u>decírselos</u>. Y desde un plano pedagógico quizás es solamente, no se po los niños, por lo menos yo el tipo de clases que hago, es solo disfrute. Quizás existe alguna técnica, que la enseñamos, pero la enseñamos mediante el tiempo, no es algo como “vamos a hacer esto, que tiene que tener este corte y este corte” no tan milimétrico, algo más amplio, es más sentir, <u>es más disfruta el paso y no sé si hazlo tan bien</u>, sino que disfrútalo, ¡y cuando uno ve que el niño está disfrutando “he! ¡Dale!”</p>

	<p>*Si su respuesta es no, qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo de la autoafirmación.</p> <p>¿Qué resguardo hay que tener en la enseñanza de la danza para que no se vuelva contraproducent e para el desarrollo de la autoafirmación?</p>	<p>“...que los niños tengan que estar así mirándote y tú explicándoles “ahora, hagan” creo yo que tiene que ser más dinámico y bueno si existe alguna técnica creo yo que es decirlo, cuando lo hacen bien “oye, lo hicieron genial” y también existe el “pucha, chiquillos hoy día se portaron más o menos nomas, tenemos que portarnos mejor para la próxima” porque existe...”</p> <p>“...cuando doy clases en los colegios me dedico más a que ellos lo pasen bien, que disfruten, que se vayan un poquito cansados, que se vayan y quieran volver la otra clase, eso es como lo que me importa, igual que aprendan y aprendemos pasos muy mega básicos, entonces es disfrútalo y dale.”</p> <p>Entonces utilizas más lo que es el reforzamiento positivo, y va a depender mucho del contexto y de la actividad que estemos haciendo.”</p> <p>“Tener cuidado con los comentarios, calificar a los alumnos por su nivel, tratar mejor a uno por su nivel, hacer diferencias, siento que en la clase tienen que ser todos iguales, todos están aprendiendo, todos están partiendo de cero y quizás ahora algunos están más grandes, han avanzado más, pero los que partieron de cero también tienen que vivir su proceso. No entender los procesos de cada persona es un error que quizás yo cometía, y lo he mejorado creo yo, aprender a tratar, lo de que todos los alumnos no son iguales...”</p> <p>“Evaluar es difícil, entonces no se po, si no hay un hermoso ambiente y expones a alguien que recién está intentándolo, igual lo vas a traumar un poco. Hay que aprender a sacar el rollo...” “Si tengo un grupo de personas con distintos niveles trato de encajar mi manera de enseñar en algo que nos convenga a todos.”</p> <p>“...Estrategia. Y ahí los tomas a todos en lo que puedan hacer. O hacer grupos de trabajo, con alguien que tenga mayor habilidad con alguien que tenga menor habilidad para que se nivelen.”</p>
--	---	--

	<p>-En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?</p>	<p>“Bueno, con adolescentes, para mi creo que es un poco lo mismo, pero... mira, yo he aprendido durante el tiempo que no todos los alumnos vibran igual, ¡hay una alumna como Juanita que a Juanita tú le puedes decir” Dale! ¡Eso dale!” A Pedrita tienes que decir “oye, ¿sabes lo que estás haciendo mal? Esta es la técnica para que tu mejores esto, mira esto está bien, pero si le colocas esto de acá”, pero el otro o la otra que quizás es mucho más reflexivo y le cuesta mucho mucho más, ahí a él creo yo que para que se motive ahí existe el tratarlo un poco como un niño “Mira arregla esto, esto, esto, pero está bacán, tú dale así nomás” como que por alumno en este tema de los adolescentes me ha pasado eso, que tengo alumnos que son muy así “ Vamos, dale, dale, dale” otros que son más livianitos y otros que son mega sensibles con los cuales hay que tener mega cuidado, entonces les vas sacando el rollo.</p> <p>“...yo creo que una técnica muy eficaz para hacerle clases a adolescentes y a todo tipo de gente, lo más importante es <u>hacer que la persona se sienta cómoda</u>, que sienta que la persona de al lado no está pisándole los talones sino que está ayudándole, que yo como profesor soy el profesor que está guiando la clase, pero también tiene un compañero al lado que quizás le sale un poco más y darle la oportunidad a ellos para que interactúen y la clase se transforme en algo muy de confianza...” “...ya la otra clase hacer otras parejas y que se vayan conociendo o durante la clase hacer trabajos en conjunto para que vayan uniendo mente y se vean y digan “si, estamos juntos” y después en el momento de la exposición no va a estar con alguien que jamás le hablo en la clase, sino que va a estar rodeado de pura gente con la que ya estableció una relación. Generar el ambiente cómodo.”</p>
	<p>¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al desarrollo de este concepto?</p> <p>*Si la respuesta es no, ¿por qué?</p>	<p>“Yo creo que todas, ya danza, ya baile, ya atrévete a aprender, atrévete a ser el queso para después ser el ratón, y es verdad, creo que la danza entrega... ya cuando te atreves y dices esto es para mí ya entras a... independiente del estilo que sea, y después ese estilo te das cuenta de que lo pudiste dominar, y entras a otro estilo, y te transformas en alguien capaz de hacer lo que sea. Yo sé que no va en todos, porque sé que no todos son iguales, entonces la danza entrega eso, pero quizás en otra persona lo ve reflejado en otra cosa, en el diseño, en el dibujo, y eso le</p>

		<p>entrega seguridad. Pero la danza como disciplina entrega mucho amor para el ambiente y para uno mismo.”</p> <p>“El profesor es la persona va guiando, es la persona que entrega las palabras...”, “Mi clase es de suelo y necesito que en ningún momento baje la energía, porque si bajo la energía todo se me derrite. Entonces como es una clase fuerte yo necesito tener quizás un tono de voz más elevado y generar esa energía desde mi para que las personas que estén ahí también la tengan, si yo soy como se dice, vibro bajo, la clase vibra baja, pero si yo vibro alto la clase se mantiene...” <u>“Muy importante la vibra del profesor y de lo que quiere compartir también.”</u></p> <p>“...si quieren hacer clases de niños o de adolescentes ustedes tienen que llegar con una parada muy segura, yo sé lo que estoy haciendo, siento yo, se lo que estoy haciendo. Y parado frente a cualquier alumno, si el alumno te hace alguna pregunta tú tienes que tener la capacidad y el vocabulario que creo yo que eso es algo que se adquiere para que él te pueda entender y decir “el profe sabe” con lo que me dijo, me lo habló tan clarito, tan técnico, que el profe sabe, voy a hacer lo que él me dijo.”</p> <p>“Desde el principio uno importe ciertas reglas, no se po, aquí el respeto hacia el profesor y hacia tus compañeros es primordial, si tú faltas el respeto esto se pierde y paramos la clase y la clase llega hasta aquí...” “Hay que tener un plan de acción frente a ese tipo de cosas.”</p>
--	--	--

7.4.5 Tabla discurso H.O. (E. danza).

Análisis discurso H.O.

(Tabla 8)

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación y danza	Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación? *¿Qué tan relevante ha sido esta autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos?	<p>Bueno las ganas de ser el mejor te hacen trabajar el doble, ser responsable para por ejemplo llegar antes de la hora a clases y saludar a la maestra con respeto.</p> <p>Este sistema te envuelve en un método estricto. Me ayudó a ser más consciente, a conocer mi cuerpo mi mente y mi alma, lo espiritual. Son muchas cosas como bailarín que uno aprende, al querer ser siempre mejor y querer más a más te hace ser (perseverante).</p> <p>Siempre tuve la necesidad de mostrarme como desafío personal, saber hasta donde yo puedo llegar.</p> <p>Pude ayudar a mis pares, a ser más humano y más realista, entender el momento que estamos viviendo, por ejemplo.</p> <p>La danza es cuerpo y alma, hay mucha conexión ya sea corporal o no, la energía siempre está y fluye. Te ayuda a ser mejor ser humano, a llevarte mejor con la gente, una conectividad más cercana, y si alguien quiere aprender a bailar, por ejemplo, uno le echa toda la carne a la parrilla para ayudar (ESPÍRITU COLABORATIVO).</p> <p>Y eso se puede transmitir fuera de la danza, en todo momento, la seguridad; las artes escénicas son esenciales dentro de la formación de un niño, es lo que he visto en toda mi experiencia tanto de ser niño, adolescente, bailarín y luego profe.</p> <p>Me ayuda a enfrentar las situaciones, el hecho de enfrentarte a un público, hace que después seas capaz de enfrentarte por ejemplo a grandes empresarios (que probablemente te harían sentir menos).</p> <p>Está archi comprobado que a través de las artes escénicas el desarrollo del ser humano es mucho más rápido, motrizmente, psicológicamente, etc. a los que tienen problemas los ayuda igual.</p>

	<p>¿Qué cosas de la danza forjan el concepto de autoafirmación?</p>	<p>El solo hecho de escuchar la música influye, tú te puedes mover y expresar, incluso sin música. Es como un quiebre de romper el hielo de todo. Lo digo desde lo personal, ayuda en todo, hay personas que claro no sienten lo mismo es difícil de explicar.</p> <p>El trabajo en grupo también ayuda, todo es factible. Porque todos afirman algo, tenemos que escucharnos todos y todos tienen un rol.</p> <p>El hecho de enfrentarte a un público, hace que después seas capaz de enfrentarte por ejemplo a grandes empresarios (que probablemente te harían sentir menos).</p> <p>Desde el movimiento, hay movimientos por ejemplo que dan mucha risa, pero ya cuando se vence este miedo tú puedes hacer más cosas, romper el hielo, romper el hielo en términos de movimiento.</p> <p>(beneficio) ...conocimiento para la aceptación y un dominio de su propio cuerpo, que sepa lo que él puede hacer favoreciendo a su relación con el mundo porque te ayuda a expresarte mejor.</p>
	<p>¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?</p> <p>*Si su respuesta es sí, cuáles.</p> <p>*Si su respuesta es no, qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo</p>	<p>Generalmente cuando hago clases fuera del colegio he hecho mis clases sin un cuaderno, llego con la clase en la mente, pero sin conocer a los alumnos, entonces empiezo a mostrar pasos. Antes de llegar yo voy convencido de hacer bailar a ese grupo, incluso a tercera edad. Por lo general no llego con algo preparado, voy probando en la misma clase (lo que se adecue al grupo).</p> <p>Ahora igual la clase saca emociones, lo que uno transmite y la danza transmite se da solo, hay alumnas que a veces solas muestran su pasión por la danza (de forma innata) y que comunican más que otros. Viene también todo lo que son los cuerpos que es todo un tema para los alumnos, las cualidades del movimiento.</p> <p>Bueno, ahí hay que partir con la motivación, lo he visto y lo he comprobado.</p> <p>Por ejemplo, si hay un alumno que tiene problemas motrices, que le falta una pierna por ejemplo yo como profe lo hago bailar, no me preguntes cómo, pero lo hago, ahí puedo incluso tomarlo de ejemplo para los demás, si él puede ¿por qué los otros no?, y ahí va todo en la</p>

	<p>de la autoafirmación.</p> <p>¿Qué resguardo hay que tener en la enseñanza de la danza para que no se vuelva</p>	<p>motivación del profe, yo lo apaño, a cualquier estudiante que tenga problemas o un tipo de conflicto (entusiasmarlos y decirles que se la pueden).</p> <p>Y lo otro es que si yo veo que hay dos o tres personas que se les hace más fácil, hago grupos de trabajo, así yo y ellos mismos apoyan a los que les cuesta más. Y así se va buscando, y esa misma motivación de la persona que le gusta la danza y se le hace más fácil ayuda al grupo. Un trabajo colaborativo.</p> <p>Pero insisto que todo depende de la motivación del profe; si un profesor llega y va con una clase cuadrada en mente, es posible que la cosa no fluya, aparte estamos en un mundo super globalizado donde hay muchas modas, muchas tendencias, entonces cuesta bastante adentrarse en otras cosas como el folclor por ejemplo (que es lo que yo hago).</p> <p>Es difícil que un estudiante chileno se vea motivado por el folclor del país, pero el folclor y la danza en general ha evolucionado bastante, yo creo que eso también ayuda mucho a alumno, mostrar videos por ejemplo para que se motive a realizar la actividad.</p> <p>Desde el folclor creo que es mostrando la evolución si tú muestras otro tipo de formato del folclor, sin desmerecer claro las raíces, es una manera de que les guste, es el enganche para que todos tengan una identidad chilena.</p> <p>Por ejemplo, arriesgarse a hacer Lyft, es una cosa inesperada en el desarrollo escolar, y dicen: “ay que me da cosa, me da cosquilla, pero cómo la tomo” ahí tienes que enfrentarte a muchas de esas cosas, eso los ayuda a motivarse, es un desafío, a veces les pido a una pareja pro en un rato ves a 3 parejas más haciéndolo.</p> <p>La competencia, uno sin querer compite (en la danza) y también lo digo por mí, a mí me gustaba competir, pero yo lo hacía también porque estaba inmerso en un mundo donde había que hacerlo.</p>
--	--	--

	<p>contraproducente para el desarrollo de la autoafirmación?</p>	<p>Acá (en contexto escolar) es casi lo mismo, pero es una especie de competencia interna, aquí ya se ve la otra cara de la moneda en el caso de querer verse, el Yo.</p> <p>Habría entonces que trabajar en grupos y quizá hacer una competencia por grupos, pero ya es otra cosa, es mucho más entretenido el apoyo grupal que ser uno solo.</p> <p>Tampoco se debe comparar, es lo peor que puede hacer un profe, incluso cuando manejas un ballet profesional, no puedes comparar.</p> <p>Eso es lo más fuerte, es una lucha interna, si hay un alumno con discapacidad y lo hago bailar con una pareja, esa persona igual le da cosa... ahí uno como profe tiene que ir y conversar, decirle que su compañero es igual que todos nosotros y que entienda.</p> <p>Es toda una comunicación profe alumno, si tú tienes una buena vinculación con el curso, hay buena onda, eres un poco "liberal" cambia la cosa.</p> <p>Y quienes no puedan (hacer Lyft) por contextura les doy otra tarea, pero hago que todos sean importantes desde el principio al final. En el fondo es pasarlo bien, disfrutar de la danza, este medio comunicativo de expresión corporal.</p>
	<p>En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?</p>	<p>Es super difícil en un colegio, sobre todo en adolescentes romper el miedo en cuanto a los movimientos corporales, porque si tú los haces bailar reggaetón cada uno baila a su pinta dentro del mismo ritmo, pero si tú les transmites otra danza diferente ya la cosa cambia.</p> <p>Es bien complicado el tema del adolescente, porque se empiezan a desarrollar más rápido, tienen problemas con el cuerpo, las mujeres se comparan unas con otras. Los varones tienen más miedo con hacer el ridículo.</p> <p>Con todos esos factores tienes que luchar, y en este caso hablar personalmente con los estudiantes y hablar de una manera... de explicar que con esta clase no vas a ser una gran bailarina,</p>

		<p>en el caso de que la persona no esté en la clase voluntariamente, pero que es solo bailar y que disfrute de lo que se le enseña (entrar por la buena), uno a veces pierde las horas de trabajo se van muy rápido las horas.</p> <p>Con los varones pasa lo mismo y es más complicado por el miedo al ridículo, entonces a los que no les gusta les digo: “Si eres coordinado para el fútbol, demás que puedes ser coordinado para el baile” y así uno los va motivando y ganando, tratar de ser amigo respetando claramente el rol de profesor.</p> <p>Yo les doy la libertad de que lo haga, quizás a su manera, tampoco le exijo precisión y así uno lo va cautivando e iniciando formalmente conociendo su cuerpo más que nada.</p> <p>Hacerlos bailar en parejas por ejemplo también es un problema, pero cuando tú ya trabajas tanto en esto, te gusta y tu pasión es tanto, ya se hace más fácil, los estudiantes después se buscan solos y forman parejas, lo vuelvo a decir porque lo he visto.</p> <p>Entonces uno tiene que dar una visión de la danza mucho más entretenida, porque a pesar de que ahora esté inserta la danza en expresión corporal dentro de la Educación física quizá no sea suficiente, la danza debe ser un medio más para conseguir una educación integral del alumno o alumna, fomentando a través de ella un conocimiento para la aceptación y un dominio de su propio cuerpo, que sepa lo que él puede hacer favoreciendo a su relación con el mundo porque te ayuda a expresarte mejor.</p> <p>Me ha tocado tener alumnos que son muy calladitos y en el tiempo después se expresa mejor bailando busca su propia pareja, etc., etc....</p> <p>Son muchas las variables en cuanto a contribuir al desarrollo de los estudiantes (con la danza) pero todo lo hace de una u otra forma.</p>
	<p>¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al</p>	<p>Por mi experiencia como profe, no, todos los ritmos son sujetos a desarrollo.</p> <p>¡Ver bailar a un octavo básico un tango es...grande! Por el logro (independiente el tipo de danza).</p>

	desarrollo de este concepto?	Yo les digo a los estudiantes, la danza no es ni siquiera necesario que sea con música, la danza es ... uno puede bailar en silencio, es otro medio de expresión.
--	------------------------------	---

7.4.6 Tabla discurso C.B. (E. danza).

Análisis discurso C.B.

(Tabla 8)

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación y danza	<p>Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación?</p> <p>*¿Qué tan relevante ha sido esta autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos?</p> <p>¿Qué cosas de la danza forjan el concepto de autoafirmación?</p>	<p>“... yo era muy pequeña imagínate yo tenía 5 años cuando entre al teatro y en esos años, ahora van a entender por qué, no había mucha pedagogía, había golpes, te castigaban si se te caía el pelo, el moño, era muy rígida una escuela muy antigua sin pedagogía, actualmente si tienen pedagogía. Yo era una niña muy tímida, muy llorona, muy regalona de mi mamá y de mi papá, entonces yo siempre digo que la danza para mí, me dio la personalidad y la seguridad en mí, ósea presentarme en un teatro como el municipal digámoslo así, jamás me lo hubiese imaginado, sin la danza yo ahora sería un pollo, sería una persona muy introvertida, yo soy más extrovertida, yo creo que la danza me ha dado seguridad y muchas cosas, con la danza uno se desarrolla a nivel ... la seguridad, por supuesto que hay cosas que uno va trabajando con los años pero a mí la danza yo creo que desde a muy temprana edad me ayudo en cuanto a tener personalidad y seguridad y tener mucho carácter porque eso es lo otro que en el medio de la danza si no tienes carácter, next. Yo como te digo era muy tímida muy callada, me ayudo en eso en ser segura y tener confianza en que puedes conseguir cosas con esfuerzo”.</p> <p>“Yo creo que esto te lo dan los buenos maestros, sobre todo, desde mi perspectiva es la disciplina, es primordial para esto, para mí las herramientas que me entregaron mis maestros es mucha disciplina y perseverancia. Yo siento que si yo no hubiese tenido buenos maestros jamás me hubiera atrevido a nada, hubiese sido muy vergonzosa y tímida. Creo que esas son las principales herramientas Disciplina y perseverancia”.</p>

		<p>“... yo he visto cómo han evolucionado niñas (yo parto desde los 10 años las clases, opté por no hacerles clases a niñas más chiquititas porque el ballet es muy aburrido para ellas, la clase es muy tensa, lenta, los nombres son complicados) he visto niñas muy tímidas y que a los dos meses ya como le toman el gusto a la clase ya empiezan a conocer los nombres, empiezan a preguntar... Y a las niñas más chiquititas cuando les pides juguetes y realizan juegos para que entiendan, también ahí tú ves que ya van animadas a la clase y por ejemplo esos momentos de colación (descanso) ya no los quieren, y dicen sigamos, sigamos. Yo he visto se han superado bastante, su personalidad mucho, están más seguras al realizar las cosas porque ven la evolución de ellas mismas”.</p>
<p><i>Enseñanza y danza</i></p>	<p>¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?</p> <p>*Si su respuesta es sí, cuáles.</p> <p>*Si su respuesta es no, qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo de la autoafirmación.</p>	<p>“Mi pedagogía es enseñarle al alumno que no puede decir que no puede, tiene que intentarlo, ser perseverante, tiene que hacerlo una y otra vez”.</p> <p>“ Como lo aplico yo. Trato de ir haciendo una pauta donde yo trabajo piso y balla en ballet, que es lo que hago, trabajo un piso durante una semana y luego una barra la otra semana sin cambiar los ejercicios, igual trato de explicar mucho sobre la postura corporal, entonces trato de darle la seguridad al alumno para que entienda que si lo puede hacer y ahí va lo otro que hablamos de la perseverancia y la disciplina, de no agotarse y decir: “no, no puedo”.</p> <p>“Entonces en mis clases no soy mucho de que, si el alumno siente que no puede, decir: “ya no importa” y cambiar el ejercicio por otro, no soy de cambiar el ejercicio para acomodar al niño o a la persona que está tomando la clase para que me diga no puedo, trato de hacer clases que sean siempre lo mismo toda la semana para que así adopten primero los movimientos y después de a poco los vayan trabajando y asociando físicamente y vayan teniendo la seguridad. Yo creo que el profesor tiene que ser casi un héroe para los niños, un ejemplo.</p>

	<p>¿Puede la enseñanza de la danza de alguna manera volverse contraproducente para el desarrollo de la autoafirmación?</p>	<p>“Como vengo de la escuela antigua creo que son mega importante las audiciones, antes de entrar a la danza (profesional), se debiese hacer un testeo que poco se hace, que sea psicológico para que clasifiquen por su autoestima del niño que quiere tomar clases. Porque que pasa, en cuanto al ballet el peso físico, si soy gordita y te metes al ballet lo voy a pasar muy mal porque la autoestima te la bajan a concho tus compañeros, el maestro.</p> <p>Actualmente si tienes dinero para tomar clases o estudiar danza puedes hacerlo, y no hay un cuidado para saber si la persona es idónea para la danza. Yo creo que deben haber audiciones y un perfil psicológico, cuando yo era chica En el teatro una niña se ahorcó porque la hostigaban tanto porque supuestamente era gorda (y en realidad era normal, pero para el ballet estaba gorda) y no dio más y yo creo que era porque ella tenía un perfil más depresivo quizás, no estoy dando el favor de lo que pasó, pero creo que si ella hubiese tenido otro perfil psicológico más idóneo para eso, a lo mejor no hubiese pasado, debería haber más testeos y cuidado para no generar un daño psicológico”.</p> <p>“A nivel de taller bueno ahí ya hay problemas del profesor, yo toda la vida he formado bailarines, pero si voy a un colegio mi chip tiene que cambiar y tengo que decir: Lo vienen a pasar bien. Entonces el método de clases tiene q ser diferente, no puedo decir endereza, la rodilla, aprete los glúteos (pedir exigencia técnica). El profesor debe tener autocuidado y prepararse psicológicamente primero para hacer pasar bien a los niños que toman la clase como taller. Uno puede aplicar disciplina, pero por ejemplo con la hora de llegada, y después de 10 min nadie entra, pero hacer clases entretenidas, se pueden poner normas, todas de pelo tomado, ropa ajustada, etc., cosas pequeñas. Y explicar a los papás y alumnos el porqué, porque te puedes lesionar etc. El profesor debe tener buena comunicación y cuidado”.</p>
--	--	--

	<p>En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?</p>	<p>“Y bueno saber que es un taller, ahora si ves que al alumno le gusta y quisiera seguir ahí tú le dices, ya estudia en tal lado”.</p> <p>“Además profesor es la pieza clave, por ejemplo, yo empecé a hacer clases con niños chicos, porque claro uno dice es mi pega lo tengo que hacer, pero también hay que autoevaluarse, y yo digo: “yo no soy para hacerle clases a niños chicos, mi pedagogía o mi forma de enseñar no es con manzanas”, entonces opté por no hacer clases a los niños chicos porque yo sufría, yo lo pasaba mal y con eso hacía que los niños lo pasaran mal”.</p> <p>Entonces o me autoevalúo y digo no puedo hacer esto o cambio el chip y digo voy a hacer esto, voy a hacer juegos, bla bla bla.</p> <p>“Con los adolescentes el tema es que siempre está preocupado del compañero, de qué le van a decir y el miedo al ridículo, entonces esto se puede trabajar con actividades de confianza, y ahí se pueden utilizar los juegos, de vendarse los ojos, de que uno se tiene que caer y el compañero lo tiene que recibir uno primero antes de hacer una clase siempre tiene que hacer esa intervención para que se conozcan entre ellos, los adolescentes están en esa entapa en que les dices ya vas a bailar salsa con él, y les da mucha vergüenza a él le da miedo cómo llevar a la mujer, la chica dice cómo me voy a mover. Entonces yo aplico mucho eso de los juegos de confianza, antes de, primero que se conozcan, les pregunto cómo se llaman, de donde vienen, porque es la única forma de que ellos después sientan la confianza de poder trabajar a día siguiente.</p> <p>En cuanto al ballet ahí es más complejo porque por norma 45 minutos es muy poco, normalmente ojalá la clase sea de 2 horas, pero en general por norma de la danza en general siempre recomiendo que se conozcan que sepan sus nombres su edad, de donde viene, con quien vive, qué les gusta, qué no les gusta, para después poder trabajar, que quieran hacer</p>
--	--	--

		las cosas y tengan la confianza de ejecutar los movimientos”.
	<p>¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al desarrollo de este concepto?</p>	<p>Mira para mí, el ballet 100%, yo siempre digo que el ballet es la madre de todas las danzas, si tú no tienes conocimiento del ballet difícilmente vas a poder entender otras áreas de danza. Yo siento que el ballet te da la confianza, la disciplina, el rigor, el trabajo en equipo, el respeto por el espacio de los demás y sobre todo es increíble el conocimiento del cuerpo completo, porque el pelo ocupa desde el pelo hasta la punta del pie. En cuanto a danza para mi es el ballet, la persona debe tener mucha perseverancia y gustarle.</p> <p>A mi cuando empecé con 5 años no me gustaba, pero mi mama me obligaba porque ella era bailarina, y me llevaba del moño a estudiar ballet, y yo lloraba porque no quería tomar las clases, era vergonzosa, me ponía a llorar porque la maestra me retaba etc. Después de los 9 años le agarre el amo al ballet, pero creo que el ballet cumple con todos los componentes.</p> <p>Creo que es porque es más difícil pero también te hace generar mucha autoestima, porque si lo piensas el ballet te hace trabajar todo, y si empiezas a ver cambios en tu cuerpo, obviamente vas a querer seguir por el esfuerzo. Y en las clases si lograste hacer una pirueta, después vas a querer hacer la segunda. Aparte que ayuda mucho postural, ayuda a la espalda, en todo lo corporal, te fortalece la musculatura.</p>

7.4.7 Tabla discurso R.A. (E. danza).

Análisis de discurso R.A.

(Tabla 8)

TEMA	PREGUNTA	RESULTADO
Autoafirmación y Danza	<p>Según su experiencia personal, ¿cómo ha influido la danza en su autoafirmación?</p> <p>*¿Qué tan relevante ha sido esta autoafirmación para el desarrollo de su vida en todos los aspectos?</p>	<p>“Creo que no solamente en mi propia experiencia, sino que como a nivel de cualquier individuo, no importa su edad, creo que la danza tiene una magia que le permite desarrollar y descubrirse desde la percepción, desde el interior y de ahí trabajar hacia afuera.”</p> <p>(Permite una mayor introspección), desde lo físico, como lo básico, desde por ejemplo un niño pequeño que pueda tener nociones de las partes de su cuerpo, de percibir dónde están sus manos, que puede hacer con sus pies, como se puede mover su cabeza si es un motor y le permite desplazarse por el espacio, cómo se ubica mi cuerpo en el espacio, cómo se relaciona mi cuerpo con los demás, un montón de cosas que uno dice son cosas básicas, no nos detenemos a pensar en cómo yo me relaciono por ejemplo desde el cuerpo, no sé, voy en el metro y estoy muy enojado y voy con los brazos cruzados y no quiero que nadie me toque, hay una relación desde lo físico desde siempre, en todas las personas y eso hace que cuando yo trabaje en danza que trabaje el cuerpo, permita moverme con tranquilidad, permita relacionarme con tranquilidad y confiando en mí, en mi propio cuerpo, en empoderarlo.”</p> <p>“me gustaba mucho esta relación que les comento que se da cuando yo estoy con otras personas relacionándome desde el movimiento, desde la música, no sé, creo que hay algo que lo veo ahora que he estudiado el tema que es super genuino”.</p> <p>“Bueno, a mí me ha costado siempre, a pesar de mi habilidad para adaptarme en un escenario, me cuesta mucho hablar, me ha costado siempre, y</p>

	<p>¿Qué cosas en específico de la danza hacen que se forje el concepto de autoafirmación?</p>	<p>creo que por ese lado te ayuda un montón el trabajar la seguridad en el cuerpo, en el caso, por ejemplo, del teatro uno aprende un texto y lo repite y lo repite y después tiene la oportunidad de decirlo frente a muchas otras personas y eso hace que a la larga uno desarrolle una seguridad en lo que uno puede hacer.”</p> <p>“un cuerpo cuando tiene música no miente, no puedo pretender ser algo que no soy, el cuerpo es, de lo físico y todo lo que se genera, no hay como mostrar otra cosa. Cuando uno habla por ejemplo de una cita, y yo digo la primera impresión no falla, es verdad, lo primero que yo veo es de la persona, pasa lo mismo con el cuerpo en movimiento, no puedo hacer como que... claro, yo cuando estudio algo, puedo hacer, no sé, que voy a actuar y manipulo el movimiento, soy una abuelita, un monstruo, y lo deforme, tengo que empezar a estudiar el cuerpo, pero si hago, por ejemplo, una improvisación, un ejercicio con alumnos de enseñanza media que no tienen conocimientos de su cuerpo, lo primero que yo vea, lo primero que ellos hagan habla de ellos, por eso es super importante trabajar el movimiento y tratar de incluir la expresión corporal, la danza, el teatro en educación media, preescolar, básica.”</p> <p>“la danza porque tiene algo que logra reunir el cuerpo y las emociones de una manera como casi mágico, cuando logro habitar mi cuerpo con el movimiento, logro entender mis emociones también. Estamos super acostumbrados a separar la mente espíritu y cuerpo y en realidad todo esto es una cosa, forman una persona, y cuando yo logro entender mi cuerpo, como se mueve o como dialogo con los demás con él, yo entiendo muchas cosas de mí, de cómo siento, o al revés, yo me muevo, tengo mucho peso corporal y tengo mucha fuerza y siento que me muevo, bailo, improviso y me canso y eso es porque</p>
--	---	---

		<p>soy una persona muy intensa en mis emociones, entonces a través de reconocer por qué yo me muevo así, soy una persona muy intensa, que cuando tengo mucha pena todo es terrible y cuando estoy contenta ¡wow! Todos están contentos conmigo, muy extremo y eso también lo llevo al cuerpo. No hay término medio para habitarla.</p> <p>“En el momento en que uno enseña danza te das cuenta por ejemplo de que hay para todas las cosas distintos niveles de aprendizaje, yo comienzo enseñando por ejemplo percepción del cuerpo, reconocimiento de segmentos corporales, creo que desde lo básico hasta lo más avanzado que podría ser por ejemplo una improvisación en expresión corporal eso te suma algo para la autoafirmación, todo te aporta, por ejemplo, cuando una persona logra sentir que afirma o re afirma su propia identidad es cuando está segura de sí misma y yo siento que cuando logro ponerle mucha atención o desarrollar habilidades de por ejemplo, percibir, escuchar, ver con atención o habitar el cuerpo para tocar algo con verdadera atención, no solo tomar una botella o que se yo, habito mi cuerpo, lo vivo en realidad, completamente, y creo que todas las técnicas de danza y todas las herramientas que aporta el movimiento te llevan a eso. Ahora, en relación a los tecnicismos yo podría decir que la percepción, por ejemplo, la percepción del cuerpo, el desarrollar el ritmo, la musicalidad también ayuda, el trabajo de parejas, cuando se hace, no sé, ejercicios como de espejo, como que me muevo con un compañero, o distintos tipos de danzas o ejercicios como experimentales que involucren a muchas personas.”</p> <p>“cuando yo trabajo ritmo, hablando de una formación o de un ejercicio de danza, tengo que, como lo comentaba recién, lograr percibir, por ejemplo, si yo digo, hago una planificación y digo que voy a trabajar la musicalidad, el reconocimiento del ritmo, trabajo directamente percepción auditiva, oído musical y yo digo autoafirmación, creo que tiene relación, porque</p>
--	--	--

		<p>me empodero de lo que estoy escuchando. Por ejemplo, algo super específico, yo escucho un reggaetón para un ejercicio y tiene una base de 4/4 y le digo a un estudiante “muévase en este ritmo” y mi estudiante dice, “pero es que yo creo que la música suena así profe (sonido de ritmo) necesito ese movimiento porque eso es lo que escucho” ahí hay otra competencia desarrollada, o sea, yo estoy seguro de que mi cuerpo percibe esto, y no lo que le pidieron que era un 4/4 como básico, no sé si se entiende. Por eso yo digo que a través de desarrollar la percepción y el desarrollo como de los sentidos, hago que logren reafirmarse o autoafirmarse o ellos definirse y asegurarse de lo que perciben, de lo que escuchan, de lo que ven y desde ahí yo puedo construir cualquier cosa.”</p>
<p>Procesos de enseñanza de la danza</p>	<p>- ¿Ha utilizado estrategias, planes o metodologías en el proceso de enseñanza de la danza para el desarrollo de la autoafirmación en sus estudiantes?</p> <p>*Si su respuesta es sí, cuáles.</p> <p>*Si su respuesta es no, qué herramientas de su trabajo cree que podrían servir o aportar en el desarrollo de la autoafirmación.</p>	<p>“No, el mismo concepto, no, pero creo por ejemplo, que depende del contexto, por ejemplo, cuando yo trabaje con técnicos y educadoras de párvulo, yo tenía que enseñarles a ellas movimientos con niños pequeños, y ahí sí hay muchas que te dicen “yo no bailo nada” o “esto me da vergüenza”, hay que partir haciendo un trabajo en el que ellas desarrollen su seguridad también y puedan permitirse crear coreografías o moverse, uno cree que cuando hablamos de danza hablamos siempre de ballet o de tecnicismos desde el cuerpo, y no siempre es eso, danza es moverse, es respirar, es expresarse, es dialogar con el entorno, se involucran muchas cosas y cuando tu logras explicarles eso, claro, se tranquilizan y pueden además enseñarlo, trabajar con niños desde su percepción.”</p> <p>“Todo el rato improvisación, el juego es la herramienta más poderosa que uno utiliza para trabajar con niños, porque uno se despreocupa de que está haciendo una tarea o un trabajo o aprendiendo, con adultos en los mismo, se utiliza principalmente el juego para que ellas se diviertan primero, bueno ustedes deben saber que cuando yo me divierto género una</p>

		<p>experiencia de aprendizaje que es mucho más potente que cuando hago algo que no me interesa, entonces partir por ahí, por generar un entorno que sea cuidado, tranquilizador, me acuerdo mucho que utilizamos el juego, el movimiento, tratar de usar conceptos super sencillos, como imágenes, no sé, “me muevo como tal cosa”, recuerdo en específico un juego del mar, de expresión corporal que se creó especialmente para esa ocasión, teníamos una rampa enorme, muchos metros por que era un lugar muy grande, eran como 150 educadoras y técnicos, entonces era un lugar muy grande y claro, la invitación, con música especial también, era moverse como algún animal o como algún elemento que tuviera relación con el mar que les llamara la atención, y ellas iban investigando en su cuerpo, no sé, una sirena, otras decían jugando, soy una ballena, soy un pulpo, cualquier cosa, lo que ellas quisieran. Después de eso, de su investigación corporal, ellas van bailando por el espacio y se les permite jugar con esta tela que simula como el mar, hay algunas que se meten abajo, se arrastran, otras que caminan, otras que hacen como que saltan y así, van jugando y desarrollando su trabajo, eso como parte de investigación desde el cuerpo, después de eso se les invita en grupos a crear un ejercicio, un juego más bien de danza, que involucre movimiento, que involucre algún nivel de la educación preescolar, ósea podían elegir trabajar con sala cuna, mayor, son los niños que ya caminan (los más pequeños), medio menor, medio mayor o pre kínder y kínder, ellas preparaban un juego para alguno de estos niveles, bailando.”</p> <p>“hazlo por tu camino” pensando en este mismo ejercicio en el que yo quiero que mi estudiante se desarrolle, reconozca, claro, lo que él perciba, eso. Ahora si yo quiero desarrollar otro tipo de ejercicio, por ejemplo, donde trabaje la coordinación o un paso de danza específico y yo le estoy dando el tiempo al estudiante, él tiene que respetar el tiempo que yo solicito (...) las</p>
--	--	---

	<p>¿Qué resguardo hay que tener en la enseñanza de la danza para que no se vuelva contraproducente para el desarrollo de la autoafirmación?</p>	<p>posibilidades de movimiento y de aprendizaje o de desarrollo en danza son super amplias, entonces yo tengo solo que poder definir qué es lo que quiero que mi estudiante trabaje y de ahí dejarlo.”</p> <p>“... pesa el enfoque que yo quiera darle, por ejemplo, yo tengo las habilidades para enseñar danza, las habilidades para moverme, pero no tengo el cuerpo que se requiere para el ballet. Entonces si yo tengo un niño pequeño y pretendo que mi hijo sea el mejor y que brille y le exijo porque quiero que sea el mejor y él disfruta bailar pero no tiene las condiciones (habilidades), yo como profesora sin herir a nadie y siendo lo más sincera posible decirle: “si quieres seguir bailando ballet como aficionado, por favor hágalo, disfrute de lo que hace, pero no enfocarse en desarrollar una carrera en el ballet que no va a poder sostener porque no tiene las condiciones físicas porque eso es determinante”</p> <p>“yo creo que todos deberían bailar, por ejemplo cuando me piden hacer clases de danza en un colegio y me piden que haga audiciones yo siempre digo que no, no hago audiciones, yo abro el grupo de danza y los que quieran participar bien, todos son recibidos, porque mi enfoque no es formar bailarines profesionales ahí, es trabajar lo mismo que quieren ustedes demostrar un poco en su tesis, esta autoafirmación, esta seguridad, el auto descubrirse, el poder respetar que yo soy diferente al otro, relacionarme, el respeto desde el cuerpo, otro tipo de cosas que la danza aporta”.</p> <p>No todos vamos a ser bailarines profesionales, entonces creo que ahí es super importante eso, tratar de determinar un poco para donde va, o entender igual, porque en un momento uno entiende que por formación de la escuela quizá tomo clases de ballet, de técnica académica pero no me voy a dedicar a eso, no es lo mejor</p>
--	---	--

	<p>-En el caso de trabajar con adolescentes (enseñanza media), ¿Cuáles serían las dificultades en trabajar el concepto dentro de una clase?</p>	<p>para mi cuerpo no es lo que me hace sentir mejor, me encanta, lo disfruto mucho pero no es para mí. Hay que poder entenderlo también”.</p> <p>“... es muy importante que la gente que se dedica a hacer clases de lo que sea, sea gente que haya estudiado, que tenga una base pedagógica, no porque yo sea ingeniera y sea seca en mi pega voy a ir a enseñarle a alguien, porque no tengo los recursos para enseñar, no se hacerlo, y claro necesito saber distintas maneras de hacerlo, necesito entender que no toda la gente aprende igual, que todos tienen realidades distintas y así un montón de cosas. Y relacionarme en caso de trabajar con niños pequeños con sus papás, entender cómo piensan sus padres porque son ellos los que los van guiando y así”.</p> <p>Yo siento que el grupo de adolescentes es el grupo etario más difícil de trabajar, lejos, pero porque hay muchas cosas que están todavía definiendo, el tema específico de la personalidad, todo lo relacionado la misma identidad, se está recién definiendo, hay algunos que no van al mismo nivel que otros, hay adolescentes que han investigado más, que tienen un rol en la casa que los ha hecho descubrirse mejor o aceptarse más, hay otros que están absolutamente solos y uno lo ve, insisto, en cómo te relacionas desde el cuerpo, tú te das cuenta de las carencias afectivas o emocionales, creo que eso es lo más complicado de trabajar en este grupo y un montón de cosas que aún no se definen entonces se puede trabajar en base a nada, ellos todavía no pueden definir su identidad sexual, de género.</p> <p>“ (cómo trabajar) Siempre es hablar, si a mí me contratan de hacer una clase de movimiento primero no puedo solo partir y hacer algo porque no sé qué pasa con la propia percepción de los estudiantes de ellos mismos, no sé si</p>
--	---	--

		<p>alguien se odia, alguien que se de asco, entonces yo no le puedo pedir que se mueva feliz con su cuerpo porque a lo mejor no le gusta su cuerpo, parto tratando siempre de hablar, comentar si es que tienen experiencia bailando, si les gusta bailar o no, porque hay gente que no, a veces en los colegios a uno las llama para ir a hacer una clase de movimiento pero a la mayoría de los hombres no les gusta, ellos están como: “no me interesa esto” y tienen que estar obligados, entonces trato de irme por ese lado. Logro identificar cómo puedo darlos vuelta y hacer que su percepción del movimiento cambie, si les gusta el trap trato de usar ese tipo de música, de hacer que sus movimientos sean más percutidos, lo llevo al bounce, al hip hop, a los movimientos de peso, no tiene que bailar ballet de niña si esta clase no se trata de eso, se trata de que usted busque que le gusta, si quiere estar la mitad de la clase sentado yo no tengo problema, trato de mostrarle todas las posibilidades de elegir, si hoy no quieres bailar, super, pero en la clase tienes que estar igual, si te quedas sentado es tu opción, trato de ser lo más amigable respecto a eso porque es el espacio que uno tiene de decidir también, ósea la educación tradicional no te dice elija si quiere aprender lenguaje o matemáticas o historia. Además, la danza, el movimiento no se impone, tiene que fluir como una necesidad intrínseca todo el rato, tiene que salir de las mismas personas.</p> <p>Hay que encantarles desde lo que les llama la atención. Incluso hay mucha gente incluso de los que estudian danza a nivel profesional que no les gusta improvisar, entonces uno va tratando de mediar entre improvisación y, por ejemplo, movimientos o fraseos coreográficos. Si solo quiere que le digan que bailar, ya hagamos ejercicios 123456, pero hoy como igual hicimos ejercicios que yo te dije qué hacer, necesito que tú me digas que te gustaría hacer con tu cuerpo o qué movimientos son los que tú prefieres... Si son más percutidos, o con más fuerza.</p> <p>Siempre hay que sacarlos de su zona de confort para crecer, cuando uno quiere mejorar o</p>
--	--	--

		potenciarlos, hay que exigirles más, no quedarse solo con lo que pueden hacer, potenciarlos.
Relación estilo-autoafirmación	<p>¿Cree que hay algún estilo de danza en especial que favorezca al desarrollo de este concepto?</p> <p>*Si la respuesta es no, ¿por qué?</p>	<p>“No creo que exista uno, creo que existen tantos estilos de danzas como personas, hay personas que desarrollan su autoafirmación estudiando ballet, y otras que destruyen su autoestima y percepción propia estudiando ballet, así mismo creo que para algunos bacán ballet, otros prefieren Ballroom y relacionarse con una pareja, hay otros que le gusta más lo que es suelto, baunce que tiene rebote y aprenden hip hop, hay otros que les gusta más los tacos.</p> <p>Creo que no hay un estilo que, si o si te ayude, creo que una herramienta importante es la improvisación, pero eso lo puedes llevar a cualquier estilo. Si creo que para desarrollar tu propio lenguaje y encontrarte es importante, en la técnica que quieras, pero ayuda un montón”.</p>

7.5 Codificaciones

7.5.1 Codificación Psicólogos Categoría AP.

(Tabla 9)

Autoafirmación Personal (AP): Relato de Psicólogos en cuanto a la Autoafirmación personal.		Preg/ Tema
AP: Definición	<p>AP- DEF</p> <p><i>“Conceptualmente se le asocia a la autoestima y al autoconcepto. Principalmente, la diferencia se encuentra en la manera de trabajar ambas. Desde el área del trabajo comunitario y el desarrollo de habilidades sociales, al bien estar, la calidad de vida y la salud mental se trabajan como parte de lo mismo. La autoestima en general se conecta siempre cuando se hace algún tipo de intervención en colegios o en algún establecimiento sea cual sea, y de acuerdo con la mirada del psicólogo es la base, principalmente, del trabajo. Rescataría conceptualmente el tema del self, o del sí mismo, y citaría desde el humanismo, desde las teorías humanistas, citando a <u>Fritz Perls</u>, la definición del sí mismo, implica un sí mismo que está basado en el presente, en el aquí y en el ahora, en la autenticidad, la relación con mi emotividad, y con mi afectividad. (...) ¿Cómo me veo yo? ¿Me acepto tal cual como soy o tengo una lucha interna? Es la coherencia dentro de una triada, donde está la emoción, la cognición y también está el cuerpo. Nosotros accedemos al mundo externo a través de los sentidos, las sensaciones, me emociono, actúo y luego viene el pensar” (A.T.)</i></p> <p><i>“Es la capacidad que tienen las personas de creerse cuento, saber que pueden, que son capaces. Que tienen las habilidades, que tienen las destrezas y que van a superar el desafío que se les presente. Es una disposición natural en la persona de atreverse. Que los desafíos que puedan emerger los van a poder resolver. Que los problemas que se puedan generar los van a poder resolver. La autoeficacia tiene que ver también con eso, sentir que pueden; no es pensar. No es que yo pienso que lo estoy haciendo bien. Es un sentir que lo están haciendo bien. El sentir es el cuerpo, es la emoción, es la experiencia. En un aquí y un ahora, por lo tanto, es siempre en presente. No es que yo mañana voy a ser auto eficaz, siempre tiene que ver con un presente, un aquí y un ahora. Y eso se construye en la vida del sujeto, se construye en términos de “vamos que se puede”, tú puedes.</i></p>	1.1

		<p><i>El aprender a andar en bicicleta, que te toman y de repente te sueltan y dice (el aprendiz) ¡oh! Yo puedo. Esa experiencia de logro y satisfacción va construyendo un yo puedo, yo quiero, un yo existo, me hace bien.</i></p> <p><i>Cuando obtengo un logro, me lo atribuyo. Porque hay personas que cuando obtienen un logro dicen: es que fue pura suerte, es que lo hice porque Juanita me lo pidió. Es como por el otro, es una atribución estúpida.</i></p> <p><i>La autoafirmación es: yo hago algo y la atribución es personal. Y esa atribución personal me gratifica y me siento bien, ando como contento ¡Lo logré!, tiene que ver cómo se siente una persona. Se conforma de micro logros.” (J.C.)</i></p>	
AP: Elementos que la componen	AP- ELCO	<p><i>“Auto estima, autoconcepto” (A.T.)</i></p> <p><i>“coherencia dentro de una triada, donde está la emoción, la cognición y también está el cuerpo” (A.T.)</i></p> <p><i>“autoeficacia... autodeterminación” (J.C.)</i></p> <p><i>“hay un circuito como de conceptos que tributan a distintos ámbitos, pero que todos tienen que ver con el creerse el cuento de alguna forma” (J.C.)</i></p> <p><i>“el “yo soy así” es autoaceptación, que me acepto y la autoafirmación es que “yo puedo”, están amarraditas.” (J.C.)</i></p>	2.1

7.5.2 Codificación Psicólogos Categoría AEDH.

(Tabla 10)

Autoafirmación y etapas de desarrollo humano (AEDH): Relata cómo se desarrolla o cómo influye la autoafirmación en las distintas etapas de la vida.		Preg/ Tema
AEDH: desarrollo de la autoafirmación personal	AEDH-DESAP <p><i>“cada una de las etapas tiene su complejidad, tiene una necesidad, sin embargo, el cómo gestionar lo que me está ocurriendo, o el saber que me pasa o el reconocer lo que me está ocurriendo en distintas situaciones es una cuestión transversal” (A.T.)</i></p> <p><i>“la autoafirmación no depende del otro, es un viaje de aprendizaje, la autoafirmación tiene que ver con los micro logros que voy obteniendo y los micro logros tienen que ver con metas que yo me pongo en la vida, que las puedo lograr a medida que voy creciendo en mi etapa de desarrollo.” (J.C)</i></p> <p><i>“En las etapas de desarrollo dependiendo de cómo yo como adulto doy la información se va a ir construyendo una autoafirmación.” (J.C)</i></p>	3.1
AEDH: Autoafirmación en la Infancia	AEDH-AINF <p><i>“en los primeros años o en la enseñanza básica, quizás los profes, como estrategia de abordaje frente a ciertas situaciones de desborde, basado en que estamos frente a un modelo que es punitivo, donde el castigo esta súper presente, en donde si te portaste mal y te enojaste y dijiste una grosería, a la inspección, suspendido.” (A.T)</i></p> <p><i>“Los seres significativos que acompañan las etapas del desarrollo del niño y la niña son claves. Si tengo adultos significativos que nos recreen y acompañen mi pensamiento mágico y le apoyan eso, construyen un imaginario de posibilidades de que pueda hacerlo porque en esa etapa pensamiento mágico todo se puede hacer. Si uno refuerza su acción en este pensamiento mágico va construyendo la autoafirmación, no consciente. Luego viene el pensamiento concreto que es cuando el niño o la niña va a percibir como verdad absoluta lo que el adulto dice. Ahora si yo además en ese momento me</i></p>	3.1

		<p><i>doy cuenta que este niño o niña está haciendo algo que yo no esperaba y se lo valido, se lo valoro y digo “oye que espectacular lo que TU creaste”, eso es inyección directa de autoestima y como consecuencia de autoafirmación.” (J.C)</i></p> <p><i>“El primer envión, ya fue dado por este otro adulto significativo. El resto, yo me monto en ese logro y voy fijándome metas a corto plazo o micro logro” (J.C)</i></p>	
AEDH: Autoafirmación en la adolescencia	AEDH- AADO	<p><i>“es una etapa de cambios, hay ciertos desafíos como la búsqueda de la identidad, etc. Podríamos citar Erikson con sus etapas, y cada una de ellas genera una crisis y efectivamente salgo fortalecido.” (A.T)</i></p> <p><i>“En la adolescencia, que es la etapa de la crisis en donde pongo en cuestionamiento todos los discursos de mis seres queridos,(...), empiezo a cuestionar esa imagen de autoridad, entonces esa imagen al ser cuestionada, en esa construcción de un nuevo camino que es mi propia identidad, (...) en función de mis propias intenciones y propósitos, por una parte va a estar sembrado por la trayectoria previa de los logros que uno le validó y por otro lado está la búsqueda y exploración de nuevas experiencias que lo gratifique y ahí, en esa exploración de nuevas experiencias que lo gratifiquen, yo pensaría en otros autores como Ausubel a propósito del aprendizaje significativo, esta experiencia que me permite a decir “lo logre pero fue por la mía”, nuevamente tenemos una autoafirmación y va construyendo este territorio de “creerse el cuento”. En la adolescencia empiezo a ser consciente, me vuelvo mucho más reflexivo paso de ser pensamiento concreto y creer que las cosas son como son o como me las dicen a darme cuenta que yo estoy reflexionando, en ese ejercicio se produce una autoafirmación. (Cuestiono a los demás y pienso por mi mismo en mis capacidades)</i></p>	3.1

		<p><i>Es una experiencia de autoafirmación donde identifico una experiencia con un otro dónde tú te sientes auto valorado, no es lo que los otros me valoraron, es cómo yo me sentí, como me sentí en esa experiencia de desafiar algo y sentir que lo logré y que soy mejor que el resto.” (J.C.)</i></p> <p><i>“porque empiezo a ser consciente, y digo “que raro todo eso que me decían, cuando yo sé que puedo, porque hago esto, salgo para allá, vuelvo, estoy consciente” me vuelvo mucho más reflexivo paso de ser pensamiento concreto que las cosas son como son o como me las dicen a darme cuenta que yo estoy reflexionando, en ese ejercicio se produce una autoafirmación y se trazan trayectorias super interesantes en algunos adolescentes, que va a depender del contexto y del entorno.” (J.C.)</i></p> <p><i>“aparece el pensar como una máquina super potente, todo es racional..., se produce una explosión de conexiones neuronales y efectivamente se desparrama la posibilidad de pensar, y de pensar hartito no poco, se vuelven densos en el pensar”. (J.C.)</i></p>	
AEDH: Autoafirmación en la adultez	AEDH- AADU	<p><i>“Muchas veces los roles (que nos otorgaron y enseñaron a lo largo de la vida) nos obligan a ser de tal forma, muchas veces como no tengo conciencia respecto a lo que mi cuerpo me está diciendo, mi emoción me está diciendo, mi sensación me está diciendo, en general el desarrollo está siempre en lo cognitivo nos encadenan a ser de una forma u otra, de lo que río, de lo que no, de las frases que uso.” (A.T)</i></p>	3.1

7.5.3 Codificación Psicólogos Categoría CPAA.

(Tabla 11)

Consecuencias de la presencia o ausencia de autoafirmación (CPAA): Relato de los psicólogos sobre los beneficios de la autoafirmación en las personas y los riesgos de no desarrollarla		Preg/ Tema
CPAA: Beneficios para el desarrollo personal	<p>CPAA-BEDP</p> <p><i>“Diría desarrollar la capacidad de la autoafirmación, de mirarme, de qué me ocurre frente al sufrimiento de alguien, frente a la alegría de un otro. Primero ver que me ocurre a mí en base a emociones, al proceso psíquico, a las ideas, y en base a eso, a la auto afirmación, poder encontrar que me hace sentido.” (A.T.)</i></p> <p><i>“cuando el niño consigue las cosas por sí mismo, y de decir, bueno lo logré, soy competente, ahí efectivamente creo que se va desarrollando desde el movimiento de los primeros años de vida, es como el primer encuentro consigo mismo en esa búsqueda” (A.T.)</i></p> <p><i>“Permite que la persona se “crea el cuento”, que se sienta plena, que puede, que crea en sus capacidades y destrezas lo que permite la vida, abre los espacios de consciencia de lo que puedes lograr en la vida y con eso no necesita la reafirmación del otro, no soy dependiente en función de esos logros. Va a estar donde quiera estar, haciendo lo que quiere hacer y con eso es una persona en plenitud. La autoafirmación permite la plenitud, no necesito compararme con nadie, ... , la autoafirmación no tiene que ver con ser mejor que los otros, siempre el punto de referencia eres tú mismo, te permite reafirmar de manera permanente quién eres y haces, lo que tu ser en plenitud está vivenciando desde ti, no desde el otro” (J.C)</i></p> <p><i>“no necesito, me vuelvo poco productivo para el sistema, porque el sistema educacional busca productividad” (J.C.)</i></p>	4.1

		<p><i>“autogestionando mi historia de vida en función de mis propias necesidades me vuelvo un sujeto extraño para la sociedad, un problema porque no voy a aceptar todo lo que me dicen. De hecho, voy a escuchar todo lo que me dicen, pero voy a decir: “esto sí y esto no”, voy a tener opinión” (J.C)</i></p>	
<p>CPAA: -Riesgos de no forjar la autoafirmación:</p>	<p>CPAA-RIENFA</p>	<p><i>“auto estima baja, no me siento capaz, quizás podría intuir un manejo ineficiente en la regulación emocional, podría ser en términos relacionales, dependencia de otro o anhelamiento” (A.T)</i></p> <p><i>“como no tengo conciencia respecto a lo que mi cuerpo me está diciendo, mi emoción me está diciendo, mi sensación me está diciendo, en general el desarrollo está siempre en lo cognitivo. Porque eso es lo que nos han explicado durante toda esta época, de cuando entramos al colegio, luego a la universidad, es esto lo que finalmente se desarrolla. El saber hacer, pero poco hay del saber ser” (A.T)</i></p> <p><i>“muchas veces está enmarcado en base a esta estructura que nos van entregando a nivel de sociedad. Entonces estos roles de género muchas veces nos encadenan a ser de una forma u otra, de lo que río, de lo que no, de las frases que uso, entonces efectivamente, todos los roles que, si no los apropio, si nos los vuelvo parte mía, finalmente los ando trayendo como una mochila” (A.T.)</i></p> <p><i>“a diferencia de este modelo Neoliberal en donde si necesitas compararte y competir, tienes que ser mejor que los otros” (J.C.)</i></p> <p><i>“autoafirmación genera personas con vínculos bastante dependientes, necesitan que el otro los reafirme, generan relaciones vinculares bastante obsesivas, celópatas si lo ponemos en términos de relaciones de pareja, porque como no confían en sí mismos, desconfían de si,</i></p>	4.2

		<p><i>que no pueden, entonces necesitan a otro que los valide. Y por tanto empiezan a hacer muchas conductas de validación que son erradas, porque no siempre sabrán lo que el otro quiere.</i></p> <p><i>Si no tengo autoafirmación voy a ser un borrego más porque voy a seguir lo que el resto dice.” (J.C.)</i></p>	
--	--	---	--

7.5.4 Codificación Psicólogos Categoría REPSCA.

(Tabla 12)

Relación psiquis-cuerpo par la autoafirmación (REPSCA): Relato de los psicólogos sobre la relación entre el cuerpo físico y la autoafirmación.		Preg/ Tema
RESPCA: Relación trabajo con el cuerpo- autoafirmación.	REPSCA- RETCA	5.1

“el cuerpo es quizás la brújula de que es lo que nos está sucediendo, entonces el trabajo corporal es fundamental” (A.T.)

“Con el cuerpo muchas veces los niños manifiestan corporalmente la emotividad y luego con la cultura (...) vamos coartando cierta expresividad, y yo creo que eso, también está relacionado” (A.T.)

“el gran desafío tiene que ver con el reconectarnos.” (A.T.)

“El cuerpo se relaciona con la emocionalidad y si lo llevamos a la danza, esta mueve el cuerpo, mueve las emociones y (hay que) validar la experiencia, eso siempre se hace en la experiencia, y la experiencia siempre es aquí y ahora” (J.C.)

“cuerpo hay que sentarse a conversar qué sintió, no qué pensó. Debes atender la reflexión del sentir” (J.C.)

“que él tome consciencia de que ese mover el cuerpo y reconocer la emoción que implica mover el cuerpo, él tiene un estado de bienestar o de estar bien, te reporta una gratificación y esa gratificación la vamos trabajando como autoafirmación” (J.C.)

“En la adolescencia (...) se produce una descoordinación y desconexión con el cuerpo, de hecho, en esa etapa andan... porque el cuerpo crece y andan tropezándose con cualquier cosa, en la edad del pavo como le dicen, porque en el fondo hay una descoordinación motriz en la talla peso más la forma de pensar, entonces se produce toda una desarmonía en los movimientos” (J.C.)

		<p><i>“El baile implica conciencia corporal, sobre todo además si ese baile es dirigido; movamos los pies; movamos los dedos; movamos las caderas; movamos los hombros; respiremos profundo; y hacemos esa conexión (con el movimiento), permite de alguna forma recuperar el cuerpo, permite un viaje de autoaceptación “este soy yo” y si a eso le agregas un gran espejo en la sala de baile, o sea, reflejarse y verse.” (J.C.)</i></p>	
--	--	---	--

7.5.5 Codificación Especialistas de la danza Categoría AYD.

(Tabla 13)

Autoafirmación y Danza (AYD): Relata la visión de los bailarines y las bailarinas de la danza en sus vidas		Preg-Tema
AYD: Significado en la experiencia personal	AYD-SGEXP	1.1
	<p><i>“la danza para mi es una puerta a mi libertad, la danza para mí es como un camino que yo decidí seguir, el cual me entrega estabilidad emocional, estabilidad energética (...) en mi crea una seguridad bastante grande” (M.E)</i></p> <p><i>“resulta un poco como terapia creo yo como no sé, si no bailo, sin mentir, si no entreno en varios días ando un poco estresado, como que es mi momento de sacar algunas cosas que llevaba dentro y entreno, entreno, entreno, me siento cansado, y al otro día me siento con más energía porque quizás dejé todo eso en el entrenamiento” (M.E)</i></p> <p><i>“...desarrollo muy holístico, no tiene que ver solo con el desarrollo del cuerpo, sino que se enfrenta también a mover emociones, a mover sentimientos, a mover experiencias...” (C.D)</i></p> <p><i>“la danza era el espacio que les brindó la autoestima, y creo que para mí también lo fue” (C.D)</i></p> <p><i>“Yo como te digo era muy tímida muy callada, me ayudo en eso en ser segura y tener confianza en que puedes conseguir cosas con esfuerzo” (C.B.)</i></p> <p><i>“Yo era una niña muy tímida, muy llorona, muy regalona de mi mamá y de mi papá, entonces yo siempre digo que la danza para mí me dio la personalidad y la seguridad en mí” (C.B.)</i></p> <p><i>“Me ayudó a ser más consciente, a conocer mi cuerpo mi mente y mi alma, lo espiritual” (H.O.)</i></p> <p><i>“Siempre tuve la necesidad de mostrarme como desafío personal, saber hasta donde yo puedo llegar” (H.O)</i></p>	

		<p><i>“la danza tiene una magia que le permite desarrollar y descubrirse desde la percepción, desde el interior y de ahí trabajar hacia afuera” (R.A.)</i></p> <p><i>“(Permite una mayor introspección), desde lo físico, como lo básico, desde por ejemplo un niño pequeño que pueda tener nociones de las partes de su cuerpo, de percibir dónde están sus manos, que puede hacer con sus pies, como se puede mover su cabeza si es un motor y le permite desplazarse por el espacio, cómo se ubica mi cuerpo en el espacio, cómo se relaciona mi cuerpo con los demás (...) cómo yo me relaciono por ejemplo desde el cuerpo, no sé, voy en el metro y estoy muy enojado y voy con los brazos cruzados y no quiero que nadie me toque, hay una relación desde lo físico desde siempre, en todas las personas y eso hace que cuando yo trabaje en danza que trabaje el cuerpo, permita moverme con tranquilidad, permita relacionarme con tranquilidad y confiando en mí, en mi propio cuerpo, en empoderarlo” (R.A.)</i></p> <p><i>“cuando yo estoy con otras personas relacionándome desde el movimiento, desde la música ... es super genuino” (R.A.)</i></p>	
AYD: Desarrollo de la personalidad	AYD- DEP	<p><i>“Si ustedes se dan cuenta, la gente que baila vibra de una manera distinta o es muy intensa, pero siempre irradia esa felicidad” (M.E)</i></p> <p><i>“Me ayudó en cuanto a tener personalidad y seguridad y tener mucho carácter porque eso es lo otro que en el medio de la danza si no tienes carácter, next. Yo como te digo era muy tímida muy callada, me ayudo en eso en ser segura y tener confianza en que puedes conseguir cosas con esfuerzo” (C.B.)</i></p> <p><i>“están más seguras al realizar las cosas porque <u>ven la evolución de ellas mismas</u>”(C.B.)</i></p>	1.1

	<p><i>“Yo me reconozco como una persona dentro de un grupo donde yo me reconozco como bailarina, yo me reconocía en mi curso como la persona que bailaba, mis compañeros también lo hacían” (C.D)</i></p> <p><i>“Como bailarín que uno aprende, al querer ser siempre mejor y querer más y más te hace ser (perseverante)” (H.O)</i> <i>Siempre tuve la necesidad de mostrarme como desafío personal, saber hasta donde yo puedo llegar (H.O)</i></p> <p><i>“En mi crea una seguridad bastante grande porque creo mucho en que el amor propio parte desde ahí y para mí mi amor propio es ir a entrenar y ser quizás el más bueno de los buenos, entonces tener el nivel que yo quiero alcanzar depende solo de mí, entonces yo le dedico tiempo a mi amor propio, yo le dedico tiempo a mi entrenamiento que es mi auto evaluación, y yo me veo y si yo me gusto como bailo siento que tengo ese querer que necesito” (M.E)</i></p> <p><i>“Un espacio de afirmarme y de reconocermé dentro de la sociedad, dentro de mi grupo curso, dentro de mi grupo de amigos también” (C.D.)</i></p> <p><i>“Esto iba entregando las herramientas para trabajar específicamente ese punto donde uno dice, ya, soy esto, me valoro, me valido con lo que decido hacer y con esto reafirmo mi personalidad, reafirmo mis gustos, reafirmo mi estilo” (C.D.)</i></p> <p><i>“ser responsable para por ejemplo llegar antes de la hora a clases y saludar a la maestra con respeto” (H.O.)</i></p> <p><i>“Pude ayudar a mis pares, a ser más humano y más realista, entender el momento que estamos viviendo, por ejemplo (...)Te ayuda a ser mejor ser humano, a llevarte mejor con la gente, una conectividad más cercana, y si alguien quiere aprender a bailar, por ejemplo, uno</i></p>
--	---

		<p><i>le echa toda la carne a la parrilla para ayudar (ESPÍRITU COLABORATIVO)” (H.O.)</i></p> <p><i>“ayuda a enfrentar las situaciones, el hecho de enfrentarte a un público, hace que después seas capaz de enfrentarte por ejemplo a grandes empresarios (que probablemente te harían sentir menos)” (H.O.)</i></p> <p><i>“la danza debe ser un medio más para conseguir una educación integral del alumno o alumna, fomentando a través de ella un conocimiento para la aceptación y un dominio de su propio cuerpo, que sepa lo que él puede hacer favoreciendo a su relación con el mundo porque te ayuda a expresarte mejor” (H.O.)</i></p> <p><i>“me cuesta mucho hablar, me ha costado siempre, y creo que por ese lado te ayuda un montón el trabajar la seguridad en el cuerpo, en el caso, por ejemplo, del teatro uno aprende un texto y lo repite y lo repite y después tiene la oportunidad de decirlo frente a muchas otras personas y eso hace que a la larga uno desarrolle una seguridad en lo que uno puede hacer” (R.A.)</i></p>	
AYD- Elementos claves de apoyo desde la danza	AYD- ECAD	<p><i>“...yo creo que en la danza era un espacio seguro” (C.D.)</i></p> <p><i>“la sensibilización, ese momento en donde llegas a la clase, cierras los ojos, respiras y te preguntan cómo estay hoy día, solo con esa pregunta ya te están sensibilizando y uno se está haciendo consciente un poco de cómo se encuentra día a día” (C.D)</i></p> <p><i>“por trabajos en equipo o trabajos en grupo donde mi personalidad se junta con la tuya, y ya bueno tenemos diferencias, yo soy así, tú eres así, pero logremos como hacer trabajar esto y como hacer trabajar al grupo finalmente” (C.D)</i></p> <p><i>“la coreografía también, es más que aprender solo coreos, por ejemplo, creo que también es un elemento que te pone a ti en</i></p>	2.1

	<p><i>juego un poco a esto de adquirir más herramientas, como de habilidades más concretas quizás como la concentración, la memoria, que al final también van ayudando y van contribuyendo a este joven, niño, niña que está en un proceso de crecimiento constante, bueno y los adultos, adultas, adultez les pasa lo mismo.” (C.D)</i></p> <p><i>“lo que ayudó a que yo creyera en mí mismo y en mi danza, fue ir a las batallas” (M.E)</i></p> <p><i>“...ambiente de la clase, si todos son amiguitos van a saludarlo y el profesor quizás no va a ser el primero que te diga hola, bienvenido, sino la compañera “oye y bacán que viniste, ¿Cómo te llamai?” y al tiro la persona entra en un estado de “pucha ya bacán, estoy acá y alguien me...(recibe) ¿cachai?” (M.E)</i></p> <p><i>“el auto reconocimiento, como yo me siento, no importa Pedro, Juan y Diego, pero si quizás importando un amigo que entrena contigo que ha visto toda tu evolución y que vio que tú lo hiciste pulento independiente los demás...” (M.E)</i></p> <p><i>“La danza es cuerpo y alma, hay mucha conexión ya sea corporal o no, la energía siempre está y fluye” (H.O.)</i></p> <p><i>“Desde mi perspectiva es la disciplina, es primordial para esto, para mí las herramientas que me entregaron mis maestros es mucha disciplina y perseverancia” (C.B.)</i></p> <p><i><u>“La experimentación, la experimentación es una herramienta súper importante creo yo para la auto afirmación, la autoestima y el reconocerse, que va de la mano con la improvisación, solamente que no son lo mismo. Experimentar en la danza moderna o en la metodología, tendría que ver con que yo como profe te pongo estímulos que te</u></i></p>
--	---

	<p><i>guían hacia donde quiero llegar entre comillas. La improvisación sería como lo libre absolutamente” (C.D.)</i></p> <p><i>“El solo hecho de escuchar la música influye, tú te puedes mover y expresar, incluso sin música. Es como un quiebre de romper el hielo de todo” (H.O.)</i></p> <p><i>“El trabajo en grupo también ayuda, todo es factible. Porque todos afirman algo, tenemos que escucharnos todos y todos tienen un rol.” (H.O.)</i></p> <p><i>“El hecho de enfrentarte a un público, hace que después seas capaz de enfrentarte por ejemplo a grandes empresarios (que probablemente te harían sentir menos)” (H.O.)</i></p> <p><i>“un cuerpo cuando tiene música no miente, no puedo pretender ser algo que no soy, el cuerpo es, de lo físico y todo lo que se genera, no hay como mostrar otra cosa. Cuando uno habla por ejemplo de una cita, y yo digo la primera impresión no falla, es verdad, lo primero que yo veo es de la persona, pasa lo mismo con el cuerpo en movimiento” (R.A.)</i></p> <p><i>“una improvisación, un ejercicio con alumnos de enseñanza media que no tienen conocimientos de su cuerpo, lo primero que yo vea, lo primero que ellos hagan habla de ellos, por eso es super importante trabajar el movimiento y tratar de incluir la expresión corporal, la danza, el teatro en educación media, preescolar, básica” (R.A.)</i></p> <p><i>“logra reunir el cuerpo y las emociones de una manera como casi mágico, cuando logro habitar mi cuerpo con el movimiento, logro entender mis emociones también. Estamos super acostumbrados a separar la mente espíritu y cuerpo y en realidad todo esto es una cosa, forman una persona, y cuando yo logro entender mi cuerpo, como se mueve o como dialogo con los demás con él, yo</i></p>
--	--

	<p><i>entiendo muchas cosas de mí, de cómo siento” (R.A.)</i></p> <p><i>“No hay término medio para habitarla” (R.A.)</i></p> <p><i>“una improvisación en expresión corporal eso te suma algo para la autoafirmación, todo te aporta, por ejemplo, cuando una persona logra sentir que afirma o re afirma su propia identidad es cuando está segura de sí misma y yo siento que cuando logro ponerle mucha atención o desarrollar habilidades de por ejemplo, percibir, escuchar, ver con atención o habitar el cuerpo para tocar algo con verdadera atención, no solo tomar una botella o que se yo, habito mi cuerpo, lo vivo en realidad, completamente, y creo que todas las técnicas de danza y todas las herramientas que aporta el movimiento te llevan a eso” (R.A.)</i></p> <p><i>“la percepción, por ejemplo, la percepción del cuerpo, el desarrollar el ritmo, la musicalidad también ayuda, el trabajo de parejas, cuando se hace, no sé, ejercicios como de espejo, como que me muevo con un compañero, o distintos tipos de danzas o ejercicios como experimentales que involucren a muchas personas.” (R.A.)</i></p> <p><i>“trabajar la musicalidad, el reconocimiento del ritmo, trabajo directamente percepción auditiva, oído musical y yo digo autoafirmación, creo que tiene relación, porque me empodero de lo que estoy escuchando.” (R.A.)</i></p> <p><i>“a través de desarrollar la percepción y el desarrollo como de los sentidos, hago que logren reafirmarse o autoafirmarse o ellos definirse y asegurarse de lo que perciben, de lo que escuchan, de lo que ven y desde ahí yo puedo construir cualquier cosa” (R.A.)</i></p>
--	---

7.5.6 Codificación Especialistas de la danza Categoría EDA.

(Tabla 14)

Enseñanza de la Danza para la autoafirmación (EDA): Relata la experiencia de los bailarines como docentes.		Preg./ Tema
EDA: Estrategias de enseñanza	<p>EDA-ESEN</p> <p><i>“La teoría del Reconocimiento dice que si las personas no se reconocen a sí mismas y no son reconocidas por otro no van a poder generar un crecimiento personal en su vida, y no solo por otro, sino que si el colegio los reconoce, si la familia los reconoce, si el Estado los reconoce, diferentes personas, personalidades, entidades, instituciones que deberían generar este reconocimiento en niños, en niñas, van a ayudar a que el niño vaya creciendo y se vaya desarrollando, vaya generando auto estima, auto afirmación, vaya generando distintos elemento” (C.D)</i></p> <p><i>“trabajar con temáticas. Primero para envolver a los niños, para generar esta como burbuja para poder trabajar en clases y empecé a desarrollar temática de piratas, y empecé a envolver a los niños en este juego, y mientras estábamos jugando, como si todas las clases fueran juego, iba ingresando actividades entre medio que tenían que ver con la autoestima” (C.D.)</i></p> <p><i>“uno puede ir directamente como atacar a través de dinámicas, actividades, en los que uno trabaje conscientemente la danza como en la reafirmación de la personalidad, de la auto estima. Pero también puede ir por este otro lado como de manera indirecta, porque si yo voy a una clase de danza y mi profe no me pesca, no me escucha, no valida mis preguntas, porque al final el espacio en la danza es súper íntimo, uno se pone así y la gente está viendo que tu bailas, y está el miedo del ridículo, la vergüenza, que son todas las cosas que pueden generar una mala experiencia entonces el profe, el docente es una persona muy importante para que eso no suceda y llevarlo al otro lado, en donde tú si aportas en la conformación de la personalidad o el desarrollo del auto estima de los niños, de las niñas (...) ahí entra la labor del profe de generar este reforzamiento positivo” (C.D.)</i></p>	3.1

	<p><i>“Yo creo que algo súper importante con adolescentes es señalarles que no hay nada bueno ni nada malo, que no hay error dentro de una clase de danza, que finalmente cuando uno dice que está mal, no es que esté mal lo que está haciendo la persona, es que es distinto a lo que yo les estoy pidiendo...”</i> (C.D.)</p> <p><i>“y como profe pueda mostrar que yo también me equivoco, cuento mal, se me olvida la coreo. Entonces creo que la herramienta del lenguaje, erradicar por sobre todas las cosas todo comentario que tenga que ver con el cuerpo,”</i> (C.D.)</p> <p><i>“es super importante la claridad, yo ocupo hartito eso, cuando estoy en colegio, yo ocupo pauta de evaluación así que ahí soy mucho más clara, pero cuando no estoy en colegio y estoy en un taller o algo así y quiero generar una evaluación porque es super importante generar ese momento de hablar y decir esto pasa, esto otro, ser super conciso y claro, el lenguaje abstracto en danza se da mucho...”</i> (C.D.)</p> <p><i>“con los niños todo el rato es un juego, entonces subir la auto estima de los niños muchas veces es simplemente vibrar con ellos y decir que salió bacán y que sigan así y decírselos. Y desde un plano pedagógico quizás es solamente ... disfrute. Quizás existe alguna técnica, que la enseñamos, pero la enseñamos mediante el tiempo, no es algo como “vamos a hacer esto, que tiene que tener este corte y este corte” no tan milimétrico, algo más amplio, es más sentir, es más disfruta el paso y no sé si hazlo tan bien, sino que disfrútalo, ¡y cuando uno ve que el niño está disfrutando “he! ¡Dale!”</i> (M.E.)</p> <p><i>“utilizas más lo que es el reforzamiento positivo”</i> (M.E.)</p> <p><i>“tiene que ser más dinámico y bueno si existe alguna técnica creo yo que es decirlo, cuando lo hacen bien “oye, lo hicieron genial” y también existe el “pucha, chiquillos hoy día se portaron más o menos</i></p>
--	--

	<p><i>nomas, tenemos que portarnos mejor para la próxima” (M.E.)</i></p> <p><i>“hacer que la persona se sienta cómoda” (M.E)</i></p> <p><i>“enseñarle al alumno que no puede decir que no puede, tiene que intentarlo, ser perseverante, tiene que hacerlo una y otra vez” (C.B.)</i></p> <p><i>“trato de hacer clases que sean siempre lo mismo toda la semana para que así adopten primero los movimientos y después de a poco los vayan trabajando y asociando físicamente y vayan teniendo la seguridad” (C.B.)</i></p> <p><i>“Antes de llegar yo voy convencido de hacer bailar a ese grupo, incluso a tercera edad. Por lo general no llego con algo preparado, voy probando en la misma clase (lo que se adecue al grupo)” (H.O.)</i></p> <p><i>“va todo en la motivación del profe, yo lo apaño, a cualquier estudiante que tenga problemas o un tipo de conflicto (entusiasmarlos y decirles que se la pueden)” (H.O.)</i></p> <p><i>“mostrar videos por ejemplo para que se motive a realizar la actividad” (H.O.)</i></p> <p><i>“un desafío” (H.O.)</i></p> <p><i>“hago grupos de trabajo, así yo y ellos mismos apoyan a los que les cuesta más (...) un trabajo colaborativo” (H.O.)</i></p> <p><i>“hay que partir haciendo un trabajo en el que ellas desarrollen su seguridad también y puedan permitirse crear coreografías o moverse, uno cree que cuando hablamos de danza hablamos siempre de ballet o de tecnicismos desde el cuerpo, y no siempre es eso, danza es moverse, es respirar, es expresarse, es dialogar con el entorno, se involucran muchas cosas y cuando tu logras explicarles eso, claro, se tranquilizan y</i></p>
--	--

		<p><i>pueden además enseñarlo, trabajar con niños desde su percepción.” (R.A.)</i></p> <p><i>“el juego es la herramienta más poderosa que uno utiliza para trabajar con niños, porque uno se despreocupa de que está haciendo una tarea o un trabajo o aprendiendo, con adultos en los mismo” (R.A.)</i></p> <p><i>“generar un entorno que sea cuidado, tranquilizador... tratar de usar conceptos super sencillos” (R.A.)</i></p> <p><i>“hazlo por tu camino” pensando en este mismo ejercicio en el que yo quiero que mi estudiante se desarrolle, reconozca, claro, lo que él perciba” (R.A.)</i></p>	
EDA: Elementos negativos	EDA- ELNEG	<p><i>“De un profe que tú lo ves como una persona sin querer, si o si, lo ves como con una jerarquía, entonces si ese profe al que tu admiras, que baila tan bien, y que tú casi que quieres ser como él te dice comentarios que no son apropiados, o que no son de la forma apropiada, obviamente te va a generar un trauma, una falta de auto estima (C.D.)</i></p> <p><i>“(con respecto a las competencias) ... llevarla como al lado de un ganador, un perdedor.” (C.D)</i></p> <p><i>“los comentarios de los profes de que estás gordito, estás gordita, o esas cosas que no son necesarias, entonces creo que es súper importante en clases de danza, uno por necesidad de que el espacio esté sano y otro porque de verdad tú aportas e incides en la personalidad de niños y niñas si haces clases de danza de manera buena o de manera mala. Le preguntas a todos mis compañeros de danza, todos te pueden contar alguna experiencia con algún profe que lo jodió.” (C.D)</i></p> <p><i>“Yo puedo ser el mejor profe del universo, pero si mis alumnos no tienen como... yo no tengo la capacidad de hacerlo entrar a ellos en una relación de un poquito más de confianza no voy a generar ese espacio entonces también voy a generar esta situación</i></p>	6.1

	<p><i>un poco de recelo y de estar cuidándose todo el tiempo, entonces ahí está el otro espacio que como docente debemos resguardar igual, el espacio clase, igual te estoy hablando harto como de contexto formal, también se puede aplicar a talleres.” (C.D.)</i></p> <p><i>“tratar mejor a uno por su nivel, hacer diferencias, siento que en la clase tienen que ser todos iguales, todos están aprendiendo” (M.E)</i></p> <p><i>“No entender los procesos de cada persona es un error que quizás yo cometía, y lo he mejorado creo yo, aprender a tratar, lo de que todos los alumnos no son iguales (...) Evaluar es difícil, entonces no se po, si no hay un hermoso ambiente y expones a alguien que recién está intentándolo, igual lo vas a traumar un poco” (M.E).</i></p> <p><i>“no puedo decir endereza, la rodilla, aprete los glúteos (pedir exigencia técnica)” (C.B.)</i></p> <p><i>“comparar, es lo peor que puede hacer un profe, incluso cuando manejas un ballet profesional, no puedes comparar” (H.O.)</i></p> <p><i>“si yo tengo un niño pequeño y pretendo que mi hijo sea el mejor y que brille y le exijo porque quiero que sea el mejor y él disfruta bailar pero no tiene las condiciones (habilidades), yo como profesora sin herir a nadie y siendo lo más sincera posible decirle: “si quieres seguir bailando ballet como aficionado, por favor hágalo, disfrute de lo que hace, pero no enfocarse en desarrollar una carrera en el ballet que no va a poder sostener porque no tiene las condiciones físicas porque eso es determinante”(R.A.)</i></p> <p><i>“cuando me piden hacer clases de danza en un colegio y me piden que haga audiciones yo siempre digo que no, no hago audiciones, yo abro el grupo de danza y los que quieran participar bien, todos son recibidos, porque mi enfoque no es formar bailarines profesionales ahí, es trabajar lo mismo que quieren ustedes demostrar un poco en su</i></p>
--	---

		<i>tesis, esta autoafirmación, esta seguridad, el auto descubrirse, el poder respetar que yo soy diferente al otro, relacionarme, el respeto desde el cuerpo, otro tipo de cosas que la danza aporta”.(R.A.)</i>	
EDA: Cuidados importantes	EDA- CUIMP	<p><i>“todo esto recae en la labor del docente finalmente. Y de esa persona yo diría que en un 70% va a depender si la clase sirve para la auto afirmación de un niño o es contrario a eso” (C.D.)</i></p> <p><i>“generas el ambiente del espacio seguro, de comodidad” (C.D.)</i></p> <p><i>“puede generar competencia dentro de su clase, pero si uno lo sabe llevar, pero no llevarla como al lado de un ganador, un perdedor” (C.D.)</i></p> <p><i>“Tener cuidado con los comentarios, calificar a los alumnos por su nivel” (M.E.)</i></p> <p><i>“Si tengo un grupo de personas con distintos niveles trato de encajar mi manera de enseñar en algo que nos convenga a todos...Estrategia. Y ahí los tomas a todos en lo que puedan hacer. O hacer grupos de trabajo, con alguien que tenga mayor habilidad con alguien que tenga menor habilidad para que se nivelen.” (M.E.)</i></p> <p><i>“El profesor debe tener autocuidado y prepararse psicológicamente primero para hacer pasar bien a los niños que toman la clase como taller” (C.B)</i></p> <p><i>“antes de entrar a la danza (profesional), se debiese hacer un testeo que poco se hace, que sea psicológico para que clasifiquen por su autoestima del niño que quiere tomar clases... debería haber más testeo y cuidado para no generar un daño psicológico” (C.B)</i></p> <p><i>“si voy a un colegio mi chip tiene que cambiar y tengo que decir: Lo vienen a pasar bien. Entonces el método de clases tiene q ser diferente” (C.B.)</i></p> <p><i>“El profesor debe tener buena comunicación y cuidado” (C.B.)</i></p>	6.2

		<p><i>“hay que autoevaluarse” (C.B.)</i></p> <p><i>“Es toda una comunicación profe alumno, si tú tienes una buena vinculación con el curso, hay buena onda, eres un poco “liberal” cambia la cosa.” (H.O.)</i></p> <p><i>“Y quienes no puedan (hacer lift) por contextura les doy otra tarea, pero hago que todos sean importantes desde el principio al final. En el fondo es pasarlo bien, disfrutar de la danza, este medio comunicativo de expresión corporal.” (H.O.)</i></p> <p><i>“yo como profesora sin herir a nadie y siendo lo más sincera posible decirle: “si quieres seguir bailando ballet como aficionado, por favor hágalo, disfrute de lo que hace, pero no enfocarse en desarrollar una carrera en el ballet que no va a poder sostener porque no tiene las condiciones físicas porque eso es determinante” (R.A.)</i></p> <p><i>“tratar de determinar un poco para donde va, o entender igual, porque en un momento uno entiende que por formación de la escuela quizá tomo clases de ballet, de técnica académica pero no me voy a dedicar a eso” (R.A.)</i></p> <p><i>“... es muy importante que la gente que se dedica a hacer clases de lo que sea, sea gente que haya estudiado, que tenga una base pedagógica” (R.A.)</i></p>	
EDA: Dificultad del trabajo con adolescentes	EDA- DIFTA	<p><i>“decirle a un adolescente, que viene con todo su rollo hormonal, de crecimiento, en el que no sé cómo llegó a la clase, pero llegó y lo logró, decirle que está mal en su primera clase o en su proceso es súper heavy porque ahí ya entramos a jugar con la frustración, con la tolerancia a frustrarse, a lograr algo o no, entonces partir por ahí sería una buena herramienta, tratar de erradicar ese lenguaje un poco negativo de no, está mal, no así no es, sino que ir explicando de mejor manera” (C.D)</i></p>	2.4

		<p><i>“en este tema de los adolescentes me ha pasado eso, que tengo alumnos que son muy así “Vamos, dale, dale, dale” otros que son más livianitos y otros que son mega sensibles con los cuales hay que tener mega cuidado, entonces les vas sacando el rollo.” (M.E)</i></p> <p><i>“les da mucha vergüenza” (C.B.)</i></p> <p><i>“siempre está preocupado del compañero, de qué le van a decir y el miedo al ridículo” (C.B.)</i></p> <p><i>“miedo en cuanto a los movimientos corporales” (H.O.)</i></p> <p><i>“se empiezan a desarrollar más rápido, tienen problemas con el cuerpo, las mujeres se comparan unas con otras. Los varones tienen más miedo con hacer el ridículo” (H.O.)</i></p> <p><i>“Hacerlos bailar en parejas por ejemplo también es un problema” (H.O.)</i></p> <p><i>“el tema específico de la personalidad, todo lo relacionado la misma identidad, se está recién definiendo, hay algunos que no van al mismo nivel que otros, hay adolescentes que han investigado más, que tienen un rol en la casa que los ha hecho descubrirse mejor o aceptarse más, hay otros que están absolutamente solos” (R.A.)</i></p> <p><i>“un montón de cosas que aún no se definen entonces se puede trabajar en base a nada” (R.A.)</i></p>	
<p>EDD: Soluciones para trabajo con adolescentes.</p>	<p>EDD-SOLTA</p>	<p><i>“una relación donde pueda ser más cercana y como profe pueda mostrar que yo también me equivoco, cuento mal, se me olvida la coreo” (C.D.)</i></p> <p><i>“sacar todos los comentarios que tengan que ver con el cuerpo, y creo que también es super importante ser claro al evaluar” (C.D.)</i></p>	<p>2.5</p>

	<p><i>“tratar de erradicar ese lenguaje un poco negativo de no, está mal, no así no es, sino que ir explicando de mejor manera” (C.D.)</i></p> <p><i>“lo más importante es hacer que la persona se sienta cómoda, que sienta que la persona de al lado no está pisándole los talones, sino que está ayudándole, que yo como profesor soy el profesor que está guiando la clase, pero también tiene un compañero al lado que quizás le sale un poco más y darle la oportunidad a ellos para que interactúen y la clase se transforme en algo muy de confianza” (M.E.)</i></p> <p><i>“trabajar con actividades de confianza, y ahí se pueden utilizar los juegos, de vendarse los ojos, de que uno se tiene que caer y el compañero lo tiene que recibir, uno primero antes de hacer una clase siempre tiene que hacer esa intervención para que se conozcan entre ellos” (C.B.)</i></p> <p><i>“que se conozcan que sepan sus nombres su edad, de donde viene, con quien vive, qué les gusta, qué no les gusta, para después poder trabajar, que quieran hacer las cosas y tengan la confianza de ejecutar los movimientos” (C.B.)</i></p> <p><i>“hablar personalmente con los estudiantes y hablar de una manera... de explicar que con esta clase no vas a ser una gran bailarina, en el caso de que la persona no esté en la clase voluntariamente, pero que es solo bailar y que disfrute de lo que se le enseña (entrar por la buena)” (H.O.)</i></p> <p><i>“tratar de ser amigo respetando claramente el rol de profesor. Yo les doy la libertad de que lo haga, quizás a su manera, tampoco le exijo precisión y así uno lo va cautivando e iniciando formalmente conociendo su cuerpo más que nada” (H.O.)</i></p> <p><i>“hay que dar una visión de la danza mucho más entretenida” (H.O.)</i></p>
--	--

	<p><i>“hablar, si a mí me contratan de hacer una clase de movimiento primero no puedo solo partir y hacer algo porque no sé qué pasa con la propia percepción de los estudiantes de ellos mismos” (R.A.)</i></p> <p><i>“hacer que su percepción del movimiento cambie, si les gusta el Trap trato de usar ese tipo de música... trato de mostrarle todas las posibilidades de elegir... el movimiento no se impone, tiene que fluir como una necesidad intrínseca todo el rato, tiene que salir de las mismas personas.” (R.A.)</i></p> <p><i>“Siempre hay que sacarlos de su zona de confort para crecer, cuando uno quiere mejorar o potenciarlos, hay que exigirles más, no quedarse solo con lo que pueden hacer, potenciarlos” (R.A.)</i></p>	
--	--	--

7.5.7 Codificación Especialistas de la danza Categoría EDPA.

(Tabla 15)

Estilo de danza para la autoafirmación (EDPA): Relata la opinión de los bailarines sobre la relación entre el estilo de danza practicado y el desarrollo de la autoafirmación.		Preg./ Tema
EDPA: Estilo de danza más apto para la autoafirmación.	EDPA-EDAA	3.1 <i>“yo creo que no hay un estilo específico que lo trabaje más, pero aquí caigo de nuevo en esto de la labor del docente” (C.D)</i> <i>“sí creo que los estilos en general, los estilos contemporáneo, moderno se han hecho más cargo de esas situaciones, se han hecho más cargo en espacios formales, como del desarrollo de sus clases, las metodologías de sus clases para que el proceso danza clase no sea solo ir y aprenderse una coreografía o ir y desarrollar tu propio lenguaje sino que de verdad de conectar un poquito más adentro con... quizás por ejemplo las otras clases el conectar así con tu interior tiene que ver un poco con lo que a ti te pasa, conectaste o no conectaste” (C.D.)</i> <i>“la danzaterapia ayuda harto, pero en general, la danzaterapia la he visto más como en adultos, enfocada en adultos mayores, he visto harto danzaterapia en ese sentido, pero creo que es una herramienta super potente, ahí hay harto enfoque en la auto estima de las personas o incluso tratar enfermedades o situaciones psicológicas, dolencias, o elementos más fuertes que trabajar” (C.D.)</i> <i>“Yo creo que todas, ya danza, ya baile, ya atrévete a aprender, atrévete a ser el queso para después ser el ratón, y es verdad, creo que la danza entrega... ya cuando te atreves y dices esto es para mí ya entras a... independiente del estilo que sea, y después ese estilo te das cuenta de que lo pudiste dominar, y entras a otro estilo, y te transformas</i>

		<p><i>en alguien capaz de hacer lo que sea” (M.E.)</i></p> <p><i>“Yo siento que el ballet te da la confianza, la disciplina, el rigor, el trabajo en equipo, el respeto por el espacio de los demás y sobre todo es increíble el conocimiento del cuerpo completo, porque uno ocupa desde el pelo hasta la punta del pie. En cuanto a danza para mi es el ballet, la persona debe tener mucha perseverancia y gustarle (...) Creo que es porque es más difícil pero también te hace generar mucha autoestima, porque si lo piensas el ballet te hace trabajar todo, y si empiezas a ver cambios en tu cuerpo, obviamente vas a querer seguir por el esfuerzo. Y en las clases si lograste hacer una pirueta, después vas a querer hacer la segunda. Aparte que ayuda mucho postural, ayuda a la espalda, en todo lo corporal, te fortalece la musculatura” (C.B.)</i></p> <p><i>“todos los ritmos son sujetos a desarrollo. ¡Ver bailar a un octavo básico un tango es...grande! Por el logro (independiente el tipo de danza). Yo les digo a los estudiantes, la danza no es ni siquiera necesario que sea con música, la danza es ... uno puede bailar en silencio, es otro medio de expresión” (H.O.)</i></p> <p><i>“No creo que exista uno, creo que existen tantos estilos de danzas como personas” (R.A.)</i></p>	
<p>EDPA: Componentes que se anteponen al estilo</p>	<p>EDPA-CAE</p>	<p><i>“solo que depende de cuál es el enfoque que le entregue el profe” (C.D.)</i></p> <p><i>““El profesor es la persona va guiando, es la persona que entrega las palabras... Muy importante la vibra del profesor y de lo que quiere compartir también.” (M.E.)</i></p>	

		<p><i>“el logro” (H.O.)</i></p> <p><i>“creo que una herramienta importante es la improvisación, pero eso lo puedes llevar a cualquier estilo” (R.A.)</i></p>	
--	--	--	--