



UNIVERSIDAD DE CHILE  
FACULTAD DE ARTES  
DEPARTAMENTO DE DANZA

# **Expresión Corporal para el desarrollo integral del adolescente**

Dinámicas grupales

**Estudiante: Camila del Pilar Mora Camus**

**Memoria para optar al Título Profesional de Profesora Especializada en Danza**

**Profesora guía: Paulina Mellado**

**Santiago - Chile 2016**

## ÍNDICE

ÍNDICE .....	2
AGRADECIMIENTOS.....	5
RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN .....	7
OBJETIVOS Y METODOLOGÍA .....	11
Objetivo General: .....	11
Objetivos Específicos:.....	11
Metodología:.....	11
CAPÍTULO I: LA ADOLESCENCIA .....	13
I.1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA ADOLESCENCIA .....	14
I.1.1. Imagen corporal .....	17
I.1.2. Autoestima .....	22
I.1.3. Esquema corporal.....	24
I.2.PSICOMOTRICIDAD EN LA ADOLESCENCIA .....	28
I.2.1.Postura: .....	29
I.2.2. Regulación tónica .....	32
I.2.3. Equilibrio .....	32
I.2.4. Flexibilidad .....	36
I.2.5. Fuerza .....	36
I.2.6. Resistencia .....	37
I.2.7. Velocidad .....	37
I.2.8. Percepción temporal.....	38
I.2.9. Percepción espacial.....	39
I.3. DESARROLLO COGNITIVO .....	43
I.4. IDENTIDAD .....	46
I.5. DESARROLLO AFECTIVO Y EMOCIONAL .....	49
I.6.RELACIÓN CON LOS PADRES Y CON SUS PARES .....	52
CAPITULO II: EXPRESIÓN CORPORAL: OBJETIVOS APLICADOS A LOS ADOLESCENTES .....	54
II.1. EXPRESIÓN CORPORAL Y COMUNICACIÓN .....	57
II.2. EL GRUPO .....	65

<b>CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL CON ADOLESCENTES</b>	<b>76</b>
<b>III.1. DINÁMICA DE GRUPO</b>	<b>77</b>
<b>III.1.1. Paulo Freire: Educación Participativa</b>	<b>78</b>
<b>CAPÍTULO IV: ESTRATEGIAS PARA EL PROCESO DE LA PRÁCTICA CORPORAL</b>	<b>83</b>
<b>IV.1. TÉCNICAS GRUPALES</b>	<b>83</b>
<b>IV.1.1. Técnicas de improvisación</b>	<b>84</b>
<b>IV.1.2. Técnicas de presentación e integración</b>	<b>86</b>
<b>IV.1.3. Técnicas de animación y juegos</b>	<b>86</b>
<b>IV.1.4 Técnicas de análisis y reflexión</b>	<b>88</b>
<b>CAPÍTULO V: TEMAS, OBJETIVOS Y ACTIVIDADES PARA TRABAJAR A TRAVÉS DE DINÁMICAS GRUPALES CON ADOLESCENTES</b>	<b>90</b>
<b>5.1 ACTIVIDADES</b>	<b>93</b>
<b>5.1.1 Integración</b>	<b>93</b>
<b>5.1.2 Cooperación</b>	<b>98</b>
<b>5.1.3 Atención y Memoria</b>	<b>103</b>
<b>5.1.4 Fluidez</b>	<b>108</b>
<b>5.1.5 Empatía</b>	<b>113</b>
<b>5.1.6 Expresión</b>	<b>118</b>
<b>5.1.7 Percepción</b>	<b>123</b>
<b>5.1.8 Confianza</b>	<b>128</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>132</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>137</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>141</b>
<b>Entrevista 1</b>	<b>141</b>

## AGRADECIMIENTOS

*A Daniela Marini por los años de aprendizaje compartidos, a Paulina Mellado, a mi amiga Laura Maldonado y a todos quienes acompañaron y aportaron en esta investigación.*

## RESUMEN

La investigación que tiene lugar en las siguientes páginas tiene por objetivo contribuir al análisis y práctica de la expresión corporal con adolescentes. Este estudio nace a partir de la necesidad detectada, en el periodo en que comencé a realizar ayudantía en Técnica Contemporánea a estudiantes de danza de primer año de la Universidad de Chile, de contar con un material pedagógico que indague con mayor profundidad en los procesos psicológicos de los jóvenes vinculados al movimiento y su expresión a través del cuerpo.

Con miras a generar una visión más clara del contexto adolescente y sus procesos de integración y aprendizaje, en los próximos capítulos se abordarán las características generales de la adolescencia; aspectos cognitivos, afectivos, sociales y desarrollo psicomotor, poniendo el foco en su esquema e imagen corporal y autoestima. En una segunda etapa, se exponen algunas metodologías de técnica grupal utilizadas por teóricos que no solo se especializan en danza sino también abarcan áreas como la pedagogía o la sociología, con énfasis en la identidad, confianza y el desarrollo de habilidades sociales.

Todo esto idealmente creará un marco referencial de ayuda para docentes que requieren desarrollar y comprender el trabajo de la expresión corporal con adolescentes en su amplio campo, poniendo como punto primordial la vital necesidad que cobra el desarrollo integral de los jóvenes en el descubrimiento y aceptación del propio cuerpo y sus capacidades gracias al trabajo y el apoyo del grupo.

## INTRODUCCIÓN

*“Nuestra propia imagen corporal adquiere sus posibilidades y su existencia sólo gracias al hecho de que nuestro cuerpo no se halla aislado. Un cuerpo es, necesariamente, un cuerpo entre otros cuerpos” (Schilder, 1989)*

La imagen corporal de una persona dice muchas cosas sobre ella. La forma en que se para, su mirada, postura, movimientos e incluso la forma de hablar y respirar nos pueden entregar información sobre el proceso personal en el que se encuentra. Comprender esta imagen y relacionarse a través de ella alcanza un alto punto de dificultad en los adolescentes, quienes están en una etapa compleja de cambios físicos y confusiones emocionales que repercuten en su forma de actuar y pensar.

La edad adolescente aparece como una época en la que se desarrolla el proceso de descubrirse a sí mismo hacia la construcción de su identidad. Ésta ocurre dentro de un marco de “desconfiguración” psicológica que lo vuelve frágil en las diferentes interacciones cotidianas. Resulta entonces un ser vulnerable, pues se encuentra en un proceso de transformación, crecimiento, rupturas e inseguridades, así como también, momentos de gran intensidad, despertar y revelaciones.

Este proceso de maduración psíquica y psicológica requiere del encuentro e interacción con sus pares para desarrollarse, ya que este potencia y valora el intercambio de aprendizajes, posibilita la observación, el respeto y la comunicación.

Durante el proceso en que me encontré realizando ayudantías a estudiantes de primer año en Técnica Contemporánea de la Universidad de Chile, estuve buscando información específica en el campo de la pedagogía en danza con adolescentes, que diera un peso teórico a los planteamientos que intuía. Poco a poco me fui encontrando con diversas teorías desarrolladas en su mayoría por educadores o filósofos extranjeros. Aun así fue poca la información didáctica que encontré, lo que se transformó en la piedra angular de mi motivación para comenzar a conformar un estudio que fuese recopilación de material teórico y a su vez una propuesta de material pedagógico práctico.

Para lograr un mayor entendimiento de las y los jóvenes y la relevancia que cobra el estudio y la práctica de la expresión corporal para su desarrollo integral, se estudiará al adolescente tanto en su desarrollo individual como también colectivo buscando una comprensión de las etapas y procesos por los que atraviesa, donde el intercambio social hace que los y las adolescente tomen conciencia de los aspectos fundamentales (corporal, cognitivo, sociocultural) que interactúan para la construcción de su identidad.

Cabe destacar que cada vez que se hable acerca de expresión corporal estaré a la vez refiriéndome a la danza, tomando como base los planteamientos de la pedagoga, coreógrafa y bailarina Patricia Stokoe quien piensa la danza como el lenguaje propio de cada individuo.

Las dinámicas de grupo en la expresión corporal potencian la creatividad y estimulan el pensamiento crítico, nos hacen decidir todo el tiempo y estas decisiones toman importancia en el campo de la estructura de nuestro esquema corporal, nos ponen en contacto con los otros, lo que actualiza constantemente nuestra percepción y nos enfrentan a la escucha y al trabajo en equipo, nos hacen estar presentes y ser responsables en nuestros actos, ya que de una u otra manera repercuten directamente en el otro. Para profundizar en el tema “Grupo” integraré a esta investigación el concepto de Educación Participativa del teórico y pedagogo brasileño Paulo Freire.

Busco fundamentar cómo la danza puede contribuir a una educación integral y opinante en las nuevas generaciones de adolescentes en Chile, ya sea en contextos formales escolares, universitarios o informales como talleres en diferentes contextos, instalando la experiencia como motor del aprendizaje para despertar un campo de consciencia sensorial y creativo en nuestros estudiantes. Entendiendo que el movimiento es la base fundamental del desarrollo del ser humano para aprehender y pensar el mundo que nos rodea, y considero la edad adolescente una oportunidad para potenciar este nicho, de darle la posibilidad de descubrirse a sí mismo y a su entorno, donde el cuerpo se hace protagonista y comunicador de la expresión de sus ideas y anhelos.

En este trabajo de investigación, he decidido seleccionar a algunos autores de los ámbitos de la filosofía, psicología corporal, identidad, educación y exponentes de la danza para generar un documento que idealmente aporte a docentes en el ámbito de la educación corporal sobre cuáles son los aspectos más relevantes para desarrollar una clase acorde con las necesidades del adolescente orientado a las dinámicas grupales. La propuesta es generar estrategias que nos permitan compartir herramientas pedagógicas saludables y enriquecedoras para esta etapa, donde tanto profesor como estudiante, realizan un papel activo en un aprendizaje que se encuentra en construcción y se complementa en el intercambio y en la colaboración.

Esta investigación comienza explicando cuáles son el objetivo general y los objetivos específicos, para luego hacer una breve referencia a la metodología utilizada para lograr el cumplimiento de los mismos. La metodología se basa fundamentalmente en dos elementos: revisión bibliográfica de autores seleccionados y entrevistas a docentes de danza. Son estas fuentes las que alimentan la construcción de los capítulos que se presentan a continuación.

El primer capítulo de esta memoria, de carácter teórico, se refiere al período de la adolescencia y sus características principales. Tras una caracterización general, se desarrollan los temas de la psicomotricidad, el desarrollo cognitivo, la identidad, el desarrollo afectivo y emocional, y la relación con los padres y con los pares.

El segundo capítulo se refiere a la expresión corporal, con foco en las y los adolescentes. A partir de la revisión bibliográfica y de lo aportado por los entrevistados, se desarrolla una definición del concepto de expresión corporal y la comunicación, y se pone de relieve la importancia del grupo en la conformación de la identidad.

El tercer capítulo se concentra en metodologías para trabajar la expresión corporal con adolescentes, con foco en las dinámicas de grupo, al alero de autores como Paulo Freire.

El cuarto capítulo, en tanto, recopila una serie de estrategias (técnicas) grupales para la práctica corporal.



El quinto capítulo hace una recopilación de actividades para trabajar distintos temas con adolescentes, a través de dinámicas grupales. Algunas de estas actividades se extraen del libro “Expresión corporal con adolescentes”, mientras que otras corresponden a propuestas propias.

La memoria cierra con una serie de conclusiones. Las reflexiones finales sintetizan algunas ideas abordadas en el contexto de estudio sobre de cómo trabajar con adolescentes a partir de sus necesidades específicas, donde el grupo juega un rol fundamental para el desarrollo y construcción de su identidad.

## OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

A continuación se explican el objetivo general y los objetivos específicos de la investigación, para luego dar paso a la descripción de la metodología utilizada.

### Objetivo General:

- Contribuir al análisis conceptual y metodológico de la expresión corporal en adolescentes, con miras a facilitar la práctica pedagógica con estos.

### Objetivos Específicos:

- Investigar los procesos psicológicos por los que atraviesan los adolescentes.
- Reflexionar sobre los conceptos de grupo y colaboración en la expresión corporal
- Proponer un breve material didáctico para docentes que trabajen con adolescentes en la expresión corporal

### Metodología:

Para cumplir con los objetivos recién planteados se realizaron dos actividades fundamentales:

1. Sistematización y análisis de material bibliográfico referente a adolescencia, educación y expresión corporal.
2. Contextualización del tema mediante entrevistas realizadas en Chile durante el año 2015 a siete profesoras de danza con experiencia en trabajo con adolescentes<sup>1</sup>: Daniela Marini (Universidad de Chile), Poly Rodríguez (Universidad de Chile), Marcela Ortiz de Zárate (no adscrita a ninguna institución en particular), Vannia Villagrán (Liceo Manuel de Salas), Yeimy Navarro (Fundación Miradas compartidas), Consuelo Pacheco (no adscrita a ninguna institución en particular) y Alejandra Fuentes (Universidad de Chile). El detalle de las entrevistas puede verse en el Anexo.

---

<sup>1</sup> Estas docentes paralelamente se desarrollan activamente como bailarinas y/o coreógrafas.



## **CAPÍTULO I: LA ADOLESCENCIA**

Para introducirnos en el contexto de la edad adolescente, en este capítulo he seleccionado antecedentes de diferentes fuentes que rescatan sus características generales. En una primera etapa se estudia al adolescente en cuanto a la relación que establece con su imagen y esquema corporal, autoestima y a los factores que la determinan. Luego se entra al campo de las etapas del desarrollo psicomotor, cognitivo, afectivo emocional y relacional, para obtener información de la edad juvenil y justificar por qué la expresión corporal a través de las dinámicas grupales colabora en su desarrollo integral.

La adolescencia es un periodo de transición en el desarrollo biológico, psicológico, sexual y social de la persona posterior a la niñez y que comienza con la pubertad. Su rango de duración varía según las diferentes fuentes y opiniones médicas, científicas y psicológicas, enmarcando generalmente su inicio entre los 10 y 12 años, y su finalización a los 19 o 20. Es una etapa de transición fundamental en la vida de los seres humanos, ubicándose como objeto de estudio en el que se actualiza la información constantemente, así también, los discursos sobre ella. La madurez física, emocional y cognitiva, entre otros factores, dependerá de la vivencia y del contexto cultural de cada individuo por lo tanto, es complicado definirla.

## I.1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA ADOLESCENCIA

En esta etapa de transición se producen significativos procesos de maduración biológica, psíquica y social, de asimilación y maduración que determinarán el vínculo que se generará posteriormente entre el individuo y el medio.

Existen varios acercamientos hacia una definición de adolescencia. Desde el enfoque biológico: *“La edad de la adolescencia se ha ido extendiendo progresivamente, en la medida que la madurez biológica se alcanza más precozmente y la madurez social más tardíamente”*

<sup>2</sup>Desde el enfoque contextual: *“Se debe considerar que cuando hablamos de adolescentes podemos referirnos: a personas que viven en contextos socio-históricos fuertemente cambiantes en el tiempo y en el espacio; a sujetos capaces de una acción simbólica, en función de imágenes del mundo y de ellos mismos, ofrecidas por su cultura y también, obviamente a individuos que están construyendo, en relación con otros, una historia personal de vida con un significado y valor únicos”<sup>3</sup>.*

Desde el enfoque psicosocial: *“La adolescencia es un período de elaboración de sí mismo en un debate permanente con los otros, sobre todo con los otros respecto a sí mismo, en la medida en que la búsqueda es en ese momento es la de los límites: saber lo que los otros pueden esperar de él y lo que él puede esperar de los otros”<sup>4</sup>.*

El programa de “Guía práctica de Consejería para Adolescentes y Jóvenes” del año 2011 del Ministerio de salud del gobierno de Chile, clasifica la adolescencia en tres fases o sub etapas del desarrollo psicosocial aproximada para su estudio.

- Adolescencia temprana o inicial: entre los 10 y 13 años
- Adolescencia media: entre los 14 y 16 años
- Adolescencia tardía: entre los 17 y 19 años

---

<sup>2</sup> MINISTERIO DE SALUD DE CHILE, 2011

<sup>3</sup> DIVERIO SILVA, I. 2010:p13

<sup>4</sup> LE BRETON, D. 2012:p53

A su consideración, dan a entender la existencia de grandes variaciones individuales, emocionales y culturales, y, debido a que no son un grupo homogéneo, ésta aproximación se utilizará de manera referencial por el momento.

A continuación, se presenta un esquema con las etapas de desarrollo de la adolescencia, que resume las características del desarrollo biológico, intelectual, psico-social y sexual, dividida en las tres sub-etapas descritas.

**Tabla n°1: La adolescencia y sus etapas**

<b>Tipo de desarrollo</b>	<b>Adolescencia Temprana (10 a 13 años)</b>	<b>Adolescencia Media (14 a 16 años)</b>	<b>Adolescencia Tardía (17 a 19 años)</b>
1.-Desarrollo físico e imagen corporal	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aumenta velocidad de crecimiento, desarmonía física y Descoordinación motora.</li> <li>-Preocupación por los cambios físicos puberales, inseguridad respecto de su apariencia física.</li> <li>- Pudor, buscan mayor privacidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aceptación del cuerpo.</li> <li>-Restablece armonía corporal y coordinación motora.</li> <li>-Preocupación por ser físicamente más atractivo o atractiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aceptación de los cambios corporales y la imagen corporal.</li> </ul>
2.-Desarrollo intelectual	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Inicio del cambio de pensamiento: desde el concreto del niño al hipotético deductivo.</li> <li>-Poco desarrollo de las funciones del lóbulo frontal cerebral como: control de impulsos, planeación de la conducta y manejo de emociones.</li> <li>-Desarrollo moral preconvenacional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensamiento hipotético deductivo en evolución.</li> <li>-Omnipotencia, invulnerabilidad, egocentrismo.</li> <li>- Desarrollo moral convencional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensamiento hipotético deductivo del adulto.</li> <li>-Desarrollo moral convencional y en ocasiones post convencional.</li> <li>- Se completa el desarrollo de funciones del lóbulo frontal cerebral: mayor habilidad de control de impulsos, planeación de las conductas y resolución de problemas.</li> </ul>
3.-Desarrollo afectivo y emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Impulsividad, pérdida del control de la conducta, humor cambiante, labilidad emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aislamiento reflexión.</li> <li>-Puede haber dudas respecto a la orientación sexual.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Extroversión, altruismo.</li> <li>-Logro de la Independencia de los padres y vuelve la</li> </ul>

	-Puede haber deterioro del rendimiento escolar, inicio del interés en el desarrollo psicosexual, fantasías y exploración sexual.	- Hipersensibilidad, extravagancia.	armonía familiar. - Autoimagen realista. - Consolidación del proceso de logro de la identidad. - Elaboración de propia escala de valores. - Habilidad de comprometerse con sus ideas y establecer sus propios límites.
4.-Relación con sus pares y con sus padres	-Relaciones cada vez más intensas con amigos del mismo sexo. -Menor interés en actividades familiares y con los padres. - Dificultades de relaciones interpersonales familiares, obstinación y rebeldía contra figuras de autoridad, ambivalencia afectiva hacia los padres.	- Importancia del grupo de pares, amistades íntimas. - Conformidad con los valores grupales. - Conflictos con los padres, distanciamiento afectivo de la familia. -Se inicia proceso de separación, individuación.	- Disminuye la influencia del grupo de pares. - Reaceptación de consejos y valores parentales.

Fuente: Ministerio de Salud de Chile (2011)

Del anterior cuadro se pueden inferir los diferentes aspectos de desarrollo en las etapas de adolescencia inicial, media y tardía. Estos son:

- Desarrollo físico e imagen corporal
- Desarrollo intelectual/cognitivo
- Desarrollo afectivo y emocional
- Relación con sus pares y con sus padres

Por su parte el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2011) contempla la adolescencia acotándola en dos etapas y definiéndolas de la siguiente manera:

Adolescencia temprana (10 a 14 años)

Repentina aceleración del crecimiento representada en los cambios físicos-corporales, que pueden producir tanto, entusiasmo como ansiedad. Los cambios internos que tienen lugar en el individuo, aunque menos evidentes, son igualmente profundos.

“Una reciente investigación neurocientífica muestra que, en estos años de la adolescencia temprana, el cerebro experimenta un súbito desarrollo eléctrico y fisiológico. El número de células cerebrales pueden casi llegar a duplicarse en el curso de un año, en tanto las redes neuronales se reorganizan radicalmente, con las repercusiones consiguientes sobre la capacidad emocional, física y mental.”

### Adolescencia tardía (15 a 19 años)

En esta etapa, los cambios físicos más relevantes ya han ocurrido, aunque el cuerpo sigue desarrollándose, al igual que el cerebro que se reorganiza, aumentando la capacidad para el pensamiento analítico y reflexivo.

Las opiniones del grupo tienden a tomar mucha importancia en esta etapa. Es trampolín para la confianza, claridad en identidad y propias opiniones.

Se desarrolla la capacidad de evaluar riesgos y tomar decisiones conscientes menos temerosos que en la adolescencia temprana. Son propensos a trastornos alimenticios y depresiones. También es una etapa de idealismo, participación y oportunidades, en la que los y las adolescentes se insertan en el mundo de los adultos.

Teniendo en consideración los acercamientos hacia una definición de la etapa adolescente, a continuación se ahondará en el lugar donde ocurren las transformaciones del individuo; el cuerpo. Su consciencia en el cómo se siente, se ve y percibe.

#### **I.1.1. Imagen corporal**

*“Con la llegada de la adolescencia y según haya sido la cualidad de las experiencias tempranas y las posteriores durante la niñez, el adolescente se verá frente a la tarea*



*de procesar lo que su cuerpo le plantea en ese peculiar momento de su vida. Lo pulsional, con la particular fuerza del empuje puberal, le exigirá al adolescente poner en marcha una actividad simbólica frente al devenir de cambios en las formas y rasgos corporales vinculados al sexo, femenino o masculino y con ello la asunción identitaria. Para ello deberá transitar un duelo por el cuerpo infantil y abordar la tarea de significación y “apropiación” del cuerpo adolescente, mediante un proceso de simbolización que pondrá en marcha como modo de habitar ese “nuevo cuerpo”, cambiado y cambiante. El extrañamiento promovido por los cambios puede hacer vivir al púber, por la eclosión sexual y sus efectos, una sensación de cuerpo como un ajeno para su psiquismo”<sup>5</sup>.*

La transformación corporal y la serie de cambios biológicos que comienzan en la pre adolescencia ponen al joven en un lugar en el que se ve obligado a reconocer su cuerpo y reapropiarse de él para dominarlo a nivel funcional.

Este cuerpo púber con mentalidad infantil, se enfrenta a la negación y aceptación de sí mismo, transita por constantes frustraciones y tiene la necesidad de lograr cosas tanto para él como para la sociedad.

Se producen desajustes en él al no entender bien cómo este cuerpo que cambia por dentro y por fuera comienza a conformar un nuevo individuo.

Braconnier y Marcelli, (1998) Establecen que todo el desarrollo de la adolescencia está marcado por los efectos fisiológicos, psicológicos y sociales de estas transformaciones corporales. Esto quiere decir que los cambios que ocurren en el cuerpo del adolescente actuarán directamente en su conducta. A su vez exponen:

1.- Se admite generalmente que la principal característica del proceso de desarrollo de la adolescencia reside en la relación que el sujeto establece con su cuerpo, siendo el cuerpo, a priori, el primer representante de las pulsiones sexuales y agresivas, más o menos inconscientes.

2.- El cuerpo representa un privilegiado medio de expresión simbólica de los conflictos y de los modos relacionales de los adolescentes, al mismo tiempo que es un “instrumento de medida” y de referencia en relación al medio, a las posibilidades

---

<sup>5</sup> SCALUZUB TELMA LIDIA, 2007

de control de este medio o a las capacidades de ejercicio personal de una u otra actividad. Constituye una verdadera referencia espacial.

*La transformación corporal de la pubertad se prolonga durante un período de 18 a 24 meses y se inicia alrededor de los 11 años, en las chicas, y alrededor de los 12/13 en los chicos. Se ha registrado una anticipación regular en el inicio de la pubertad, aunque varíen las apreciaciones respecto al grado de esa anticipación – Malpique (2003) habla de 6 meses cada 50 años, mientras que Braconnier & Marcelli (1998) apuntan a una anticipación de 12 meses cada 25 años.*

El adolescente comienza a desarrollar una identidad sexuada, que exige una aceptación de este nuevo cuerpo como único y propio. Este cuerpo que siente y se observa de una manera diferente, se relaciona con otros cuerpos en los que se reconoce, por lo que necesita realizar intercambios de percepción y vivencia para la comprensión de su transformación.

Para Joaquín Benito Vallejo (profesor en movimiento, expresión, danza y teatro en Alfa Institut, Madrid, España), a esta nueva manera en que el adolescente comienza a auto percibirse, entendida como la representación mental y el conocimiento que tiene cada persona de su propio cuerpo; aquello que distingue el interior de uno de la realidad exterior, le llama **imagen corporal**.

La imagen corporal se define como el conocimiento y percepción que tenemos sobre nosotros mismos, dinámico en la propia experiencia corporal, no está ni viene determinada desde nuestra genética, sino que se va construyendo desde que nacemos y nunca termina de conformarse del todo. Se transforma a través de la incorporación de nuevas experiencias que se profundizan constantemente en nuevos aprendizajes.

*“La imagen corporal se refiere a la representación mental realizada del tamaño, figura y de la forma de nuestro cuerpo (en general y de sus partes); es decir, cómo lo vemos y cómo creemos que los demás lo ven. Además de la percepción, la imagen corporal implica cómo sentimos el cuerpo (insatisfacción, preocupación,*

*satisfacción, etc.) y cómo actuamos con respecto a este (exhibición, evitación, etc.) (García, 2004)”<sup>6</sup>*

La edad adolescente se caracteriza por una desvirtuación de la imagen corporal. Los cambios biológicos, abruptos y constantes por los que atraviesan los jóvenes, les repercuten física y psicológicamente, de manera que tienden a sentirse inseguros con su cuerpo pues deben comenzar a tomar consciencia de sus nuevas dimensiones y cualidades para aceptarse y adaptarse. Yeimy Navarro (2015) (profesora de danza, bailarina y coreógrafa) nos señala en la entrevista que le realizamos para esta investigación:

*“... Siento que todas las inseguridades que tienen los niños a esta edad, sentirse feos, gordos o disconformes con lo que son, es porque no se conocen realmente. Al ir conociendo tu cuerpo te vas queriendo un poquito más, de alguna manera vas encontrándote, reconciliándote con esas ideas erróneas de ti, entonces es importante que el niño no sienta su cuerpo ajeno a lo que es sino que se acerque; que sea capaz de tocarse, que sea capaz de mirarse al espejo y sea capaz de no verse como a un extraño, y que aprenda a través del movimiento a encontrar ese amor propio.”*

Creo que estos son fundamentos que deben tomarse en consideración para trabajar en expresión corporal con adolescentes, así como también tomar consciencia de cómo a través de este medio podemos ayudar a este grupo etario a hacer un poco más amable este tránsito llamado adolescencia. En lo que profundizaremos más a lo largo de los siguientes capítulos de esta investigación.

Ahora bien, cuando se habla de imagen corporal, se piensa en que esta imagen que el individuo construye de sí mismo está dada necesariamente por una aprobación o desaprobación social. Es por esto que la opinión del otro se hace muy importante, así como también el sentido que tiene pertenecer o no a un grupo y/o de participar y ser valorado. Todo absolutamente ligado a su autoestima.

En un estudio *“poniendo en relación autoestima y coordinación motriz, Skinner y Piek (2001) compararon dos intervalos de edad, uno correspondiente a la etapa*

---

<sup>6</sup> Op.Cit. p378.

*infantil y el otro perteneciente a la etapa adolescente para lo cual evaluaron la coordinación motriz, aplicando también una serie de cuestionarios para conocer niveles de ansiedad, niveles de autoestima y autopercepción, y por último, una escala de inteligencia.”<sup>7</sup>*

Por un lado, los datos revelaron que a mayor nivel de competencia motriz, mayor era la autoestima y menor el nivel de ansiedad. Y por otro lado, aquellos participantes detectados con problemas de coordinación obtuvieron peores resultados en autopercepción y autoestima que sus compañeros, mostrando menores niveles de apoyo social y mayores síntomas de ansiedad.

*“Los problemas de coordinación motriz pueden conllevar un descenso en el rendimiento académico, bajos niveles de relación social, teniendo amplias repercusiones a nivel social y emocional, lo cual afectará a la autoestima del adolescente”<sup>8</sup>*

Estos argumentos me vuelven a incentivar a trabajar con adolescentes, ya que guiarlos en el desarrollo de sus capacidades físicas, acercamiento a sí mismo y a su entorno, les ayudará a que puedan sentirse más tranquilos con quiénes son.

La autoestima va relacionada con el grado de valoración de nuestra imagen corporal, Bernabé Tierno (1996) la define como *“la suma de la confianza en uno mismo y el respeto que uno acaba por otorgarse y está en estrecha relación con la opinión que uno se forma de sí mismo según la aceptación que goza de los demás”*.

Se entiende que la construcción de la imagen corporal incide directamente en la autoestima y por ende en las capacidades a nivel motriz de los adolescentes. Pero, ¿qué se entiende por autoestima?

---

<sup>7</sup> En el año 2001, Skinner y Piek compararon dos intervalos de edad, uno correspondiente a la etapa infantil y el otro perteneciente a la etapa adolescente para lo cual evaluaron la coordinación motriz utilizando la batería M-ABC-1 (Henderson y Sugden, 1992), aplicando también una serie de cuestionarios para conocer niveles de ansiedad (STAI: State-Trait Anxiety Inventory; Spielberg 1973 y 1983), niveles de autoestima y autopercepción (perfil de Harter 1985 y 1988), una escala de apoyo social (Harter y Robinson 1988); y por último, una escala de inteligencia (WISC-III: Wechsler Intelligence Scale; Wechsler, 1991).

<sup>8</sup> Op.Cit. p378.

### **I.1.2. Autoestima**

Se entiende Autoestima como la valoración positiva o negativa que una persona hace de sí misma en función de los pensamientos, sentimientos y experiencias propias.

Una de las características de la adolescencia es el estado de sufrimiento, soledad y crisis en su afectividad. La reconfiguración acerca de quiénes son; el reconocimiento de sus necesidades, capacidades, preferencias junto con la imagen que tienen de sí mismos, sus experiencias de éxito y fracaso, están variando constantemente, por lo tanto también sus niveles de autoestima .

Jorge Marciani, en su guía para el facilitador de grupos adolescentes (2004), hace referencia a los componentes que denotan una buena o baja Autoestima, y procede a identificar los componentes necesarios para reforzarla.

#### ¿Qué actitudes denotan una baja autoestima?

- 1.- Autocrítica dura y excesiva, que la mantiene en un estado permanente de insatisfacción consigo misma.
- 2.- Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente exageradamente atacada/o, herida/o; echa la culpa de los fracasos a los demás o a la situación, cultiva resentimientos contra sus críticos.
- 3.- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- 4.- Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir no, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del peticionario.
- 5.- Perfeccionismo, auto exigencia esclavizadora de hacer “perfectamente” todo lo que intenta. Que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- 6.- Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y/o los lamenta indefinidamente sin llegar nunca a perdonarse por completo.

7.- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar por cosas aún de poca importancia, propia del supercrítico a quien todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.

8.- Tendencias defensivas, un negativo generalizado (todo lo ve negro: su vida, su futuro, y sobre todo, a sí mismo). Y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma, no tolera las diferencias de credo, orientación sexual, política, racial, etc.

9.- Mantiene vínculos impersonales con los demás.

Un adolescente con baja autoestima tiende a ser agresivo, indiferente, rebelde. Le cuesta relacionarse, se siente inseguro con sigo mismo y piensa constantemente que lo están atacando, por lo que se defiende todo el tiempo. También puede ser tímido y retraído, temeroso, tener dificultades para adaptarse socialmente y ceder fácilmente a las presiones del grupo.

#### Un adolescente con buena autoestima

*“Actuará independientemente, asumirá las responsabilidades de sus actos, afrontará nuevos retos con entusiasmo y con actitud positiva, estará orgulloso de sus logros y metas, demostrará amplitud y plenitud en sus emociones y sentimientos, tolerará la frustración de no conseguir algo que se propuso, se sentirá capaz de influir en otras personas. Se atreverá a dar su opinión, y será creativo e imaginativo. No tendrá miedo a la gente, será sociable. Tendrá más probabilidades de ser feliz”<sup>9</sup>.*

*“La autoestima en un adolescente se basa principalmente en lo que él cree que las personas importantes en su vida (padres, hermanos, profesores y principalmente sus amigos) piensen de él. Conductas tales como ridiculizar, molestar, rechazar, desconfiar, comparar, ser impaciente, van a provocar en ellos una imagen personal negativa y una sensación de fracaso que influirá en su manera de enfrentar el mundo”<sup>10</sup>.*

---

<sup>9</sup> MARCANI ARNAO LUIS JORGE.2004:p142

<sup>10</sup> SKINNER Y PIEK.2001

## ¿Qué conductas de los adultos ayudan a que los adolescentes tengan una autoestima elevada?

- Expresarles cariño, física y verbalmente.
- Cuando se les critica o corrige, hacerlo constructivamente, sin descalificar ni ridiculizar.
- Valorarlos, reconocer lo que hacen y lo que son. Decirles abiertamente lo que no les gusta de ellos, enfatizar lo positivo por sobre lo negativo. Mostrarles y decirles que son valiosos e importantes.
- Respetarlos, tomar en cuenta y respetar sus opiniones y gustos, guardar sus secretos (respetar sus puntos de vista a pesar que no los compartamos es fundamental, siempre que no afecte su salud integral).
- Hacerlos sentir seguros. Dar apoyo incondicional. Ser consistentes en las normas y límites<sup>11</sup>.

### **I.1.3. Esquema corporal**

Para Raimondi (1999) el esquema corporal es “una imagen interiorizada de nosotros mismos elaborada en base a referencias perceptivas, (sensoriales y cinestésicas) que, relacionadas con las modificaciones ambientales y los factores de condicionamiento, descubren experiencias corporales que quedan registradas por la actividad cortical. Este esquema es susceptible de continuas reestructuraciones ya que la actividad cortical lo relaciona con cada nuevo grupo de sensaciones.” Para crear una imagen corporal propia, según este autor, es necesario integrar las informaciones de tales componentes:

1. Cinestésico. El sentido cinestésico es un proceso que informa sobre el grado de relajación muscular y sobre el grado de tensión conectado también al sentido háptico<sup>12</sup>. Esta información sensorial se genera y procede de las articulaciones, de los tendones de los músculos y utiliza un sistema de mecano receptores capaces de señalar las más pequeñas variaciones posturales. El sentido cinestésico o sentido de la percepción interior de sí mismo, es un sentido dinámico que elabora y registra

---

<sup>11</sup> Op. Cit.p143

<sup>12</sup> Sentido háptico: designa la ciencia del tacto, por analogía con la acústica (oído) y la óptica (vista). La palabra proviene del griego háptō (tocar, relativo al tacto).

todo cambio interno y está unido inseparablemente al espacio, al tiempo y a la energía.

2. Visual. El factor óptico es especialmente importante en la formación del esquema corporal, cabe destacar su importancia para la localización y la iniciación de cualquier movimiento.

3. Vestibular. Situado en el oído interno y constituido por canales semicirculares, utrículo y sáculo<sup>13</sup>

Es decir que todas las informaciones sensoriales que recibimos a través del cuerpo, afectarán en la manera en cómo y dónde nos percibimos y por lo tanto, estar atento a esas informaciones nos pueden dar la posibilidad de concientizar nuestro estar.

Para tener una dimensión más concreta de lo que se es, el individuo desarrolla la percepción de su esquema corporal. Este cuerpo funcionando como un todo se auto percibe. El estar en el cuerpo es ser, por lo tanto el cuerpo no está en el espacio. Es el espacio.

*“El esquema corporal es una toma de conciencia de la postura del organismo en el mundo intersensorial. O, mejor, el esquema corporal es una entidad dinámica que permite expresar que el cuerpo está en el mundo”<sup>14</sup>*

La importancia que tienen los cambios corporales en el adolescente, radican en que necesita adaptar su nuevo esquema corporal al mundo que lo rodea. Hay una dualidad entre este cuerpo que cambia por dentro y por fuera, inmerso en constantes contradicciones del ser y del estar. Lo que genera en él actitudes opuestas y contradictorias. El deseo y la necesidad de crecer junto con la necesidad de sentirse protegido.

El esquema corporal puede entenderse como una organización de todas las sensaciones relativas al propio cuerpo, en relación con los datos del mundo exterior. Consiste en una representación del propio cuerpo, de sus segmentos, de sus límites y posibilidades de acción que constituyen un patrón al cual se refieren las

---

<sup>13</sup> ALEMÁN FRUCTUOSO CAROLINA, SERRANO GÓMEZ CARMEN [en línea]

<sup>14</sup> MERLEAU-PONTY.1945:p65



percepciones de posición y colocación (información espacial del propio cuerpo) y las intenciones motrices (realización del gesto) poniéndolas en correspondencia.

La conciencia del cuerpo nos permite elaborar voluntariamente el gesto antes de su ejecución, pudiendo controlar y corregir los movimientos. Por ello es importante destacar que el esquema corporal se enriquece con nuestras experiencias, y que a la vez incluyen el conocimiento y la conciencia que cada uno tiene de sí mismo. Es decir:

- Nuestros límites en el espacio (morfología).
- Nuestras posibilidades motrices (rapidez, agilidad, etc.).
- Nuestras posibilidades de expresión a través del cuerpo (actitudes, mímica, etc.).
- Las percepciones de las diferentes partes de nuestro cuerpo.
- Las posibilidades de representación que tenemos de nuestro cuerpo (desde el punto de vista mental o desde el punto de vista gráfico).

Los elementos fundamentales y necesarios para una correcta elaboración del esquema corporal son: la actividad tónica, el equilibrio y conciencia corporal.

En el contexto adolescente, la reestructuración del esquema corporal, va a producir un deterioro en la relación sujeto-mundo, lo que se manifestará básicamente en tres planos:

- 1) Plano de la percepción: deficiencias en la estructuración espacio-temporal.
- 2) Plano de la motricidad: torpeza, descoordinaciones, incierto en sus gestos, se muestra a veces desmañado y a veces involuntariamente tosco, etc.
- 3) Plano de las relaciones con los demás: inseguridad que provoca problemas afectivos, a las dificultades de reestructuración de la imagen corporal se suma una timidez paralizante que le hace aún más torpe e inhábil, sobre todo cuando se siente observado.

*“La antigua imagen del cuerpo se hace incompatible con la nueva concepción de la apariencia física y de las dimensiones corporales de uno mismo. La imagen del cuerpo se modifica, e igualmente la importancia que se le concede”<sup>15</sup>.*

Sin duda, el cuerpo se convierte en el punto de referencia de la experiencia, en realidad es el origen y el objetivo de toda relación; es objeto de conocimiento de sí mismo. Es por esto que a continuación indagaré en los aspectos más relevantes del desarrollo psicomotriz en la adolescencia, lo que nos dará un panorama más amplio de los procesos de maduración por los que atraviesan.

---

<sup>15</sup> AUSUBEL1954, tomado de ARNOLD BARBANY, BIENIARZ, CARRANZA, FUSTER, HERNANDEZ 1985: p100.

## **I.2.PSICOMOTRICIDAD EN LA ADOLESCENCIA**

Según el Manual de salud reproductiva en la adolescencia (2001) Anatómicamente la estructura ósea se transforma o más bien se consolida, y aumenta su diámetro. La maduración sexual es importante ya que los órganos reproductivos se desarrollan a tal grado que se produce en las mujeres la primera menstruación (menarquía), y en los hombres la emisión de esperma. Todo esto también produce cambios a nivel corporal como: acné, vellos púbico y axial, cambio de voz y el crecimiento del busto en mujeres.

El desarrollo motor en la edad adolescente requiere de una reconfiguración de la consciencia corporal, debido a que se ven afectados tanto los procesos de maduración como de coordinación. Cuando se habla de desarrollo me refiero a un proceso de evolución, de incremento de algo para avanzar y crecer. En el caso del desarrollo psicomotor, se habla del desarrollo biológico del ser humano, que relaciona, tal como lo dice su nombre, lo psíquico (mental) y lo motor (las partes que mueven el cuerpo), en otras palabras, coordina el cerebro con el comportamiento humano.

En este proceso intervienen dos factores:

- Lo físico-madurativo, el desarrollo del cerebro y el crecimiento natural del cuerpo;
- Lo afectivo-relacional, las vivencias y el entorno afectando al aprendizaje y al comportamiento.

Factores que se encuentran interactuando constantemente, ya que las transformaciones internas se manifiestan hacia afuera en la manera que percibimos e interactuamos con nuestro entorno.

Para explicarlo mejor, la Psicomotricidad divide el cuerpo en tres dimensiones:

1. Motriz-instrumental: el cuerpo como instrumento, que permite adaptarnos corporalmente a la realidad externa. Abarca el equilibrio, la postura, las coordinaciones y la fuerza muscular;

2. Práxico-cognitivo: el cuerpo como receptor de información, que permite conocer el medio que nos rodea, utilizar objetos y crear nuevas realidades. Aquí encontraremos los procesos de operación, la acción sobre las cosas y el uso espacio-temporal;

3. Emocional-afectivo: la modificación del cuerpo asociado a la expresión de vivencias afectivas, a las emociones, y generalmente a los procesos no conscientes.

El principal motivo de estudio del desarrollo psicomotor es el control que se pueda lograr sobre el cuerpo mediante la relación directa del crecimiento corporal y cómo el entorno lo moldea. El cerebro madura a medida que el cuerpo crece, y es capaz de controlar las funciones que éste último posee para sostenerse, movilizarse y realizar acciones coordinadas. Además, mientras el crecimiento sucede, el niño va relacionándose con un entorno que le entrega herramientas y situaciones que lo harán aprender y comprender el mundo. En la primera infancia, los niños tienen una motricidad propioceptiva, se relacionarán de forma refleja al no controlar sus movimientos y buscan conocer los objetos en relación a su propio cuerpo; en la segunda infancia y adolescencia, pasan a tener una motricidad exteroceptiva, lo que quiere decir que la acción ya no solo es para ellos sino que para relacionarse con el entorno.

A través del desarrollo mental y lo corporal, los niños y adolescentes irán perfeccionando sus imágenes mentales con respecto a sus cuerpos y su relación con el espacio, pues son capaces de hacer consciente y voluntaria las acciones que realizan, para luego ir puliendo las coordinaciones, la percepción espacio-temporal y el dominio del esquema corporal.

A continuación, se exponen brevemente los aspectos más relevantes para comprender el desarrollo madurativo corporal en el adolescente. Estos son:

### **I.2.1.Postura:**

Es la actividad refleja del cuerpo en relación al espacio. Se construye a través de la propiocepción, la visión y el oído. La postura corporal está definida por la columna

vertebral, pelvis, piernas y por los pies, basándose en la “regulación tónica y el equilibrio”.

Entre los 12 y 16 años se produce una involución significativa de la postura en los adolescentes sin diferencias de sexo. Debido al irregular crecimiento de la anatomía se pueden encontrar diversos problemas a nivel articular, lo que perjudica el correcto funcionamiento de los segmentos corporales y que si no son corregidos a tiempo, pueden provocar alteraciones significativas.

La principal alteración se origina en la musculatura isquiosural (bíceps femoral, semimembranoso y semitendinoso) y el tríceps sural, que pueden tener una menor capacidad de estiramiento en estas edades, debido a cambios bruscos a nivel fisiológico lo que puede ocasionar situaciones de estrés sobre una determinada zona anatómica. La primordial área que sufre con este acortamiento es la zona lumbar de la columna, ya que al limitar el movimiento de flexión pélvica, el joven intenta compensarlo con un incremento de la flexión de la columna vertebral. La repetición de estos movimientos y la frecuente adopción de posturas incorrectas mantenidas durante largo tiempo, facilita que se produzcan alteraciones de la zona lumbar. Al menos gran parte de los adolescentes presenta acortamiento del isquiosural. El acortamiento de los músculos isquiotibiales, que mantienen la cadera en equilibrio, provoca retroversión pélvica, lo que altera las curvas vertebrales, disminuye la lordosis y aumenta la cifosis.

Esta actitud corporal que se amolda según los cambios a nivel anatómico, se vinculan y son consecuencias de los estados emocionales del joven, tan característicos en esta etapa como complejos, inseguridades por falta de conocimiento propio y en relación a otros.

A continuación se observa cómo a través de distintos aspectos se va formando y modificando la actitud corporal del adolescente:

Emocional: Es frecuente observar actitudes cifóticas (curvatura dorsal) en jóvenes deprimidos. Además, una actitud postural poco consciente puede traer consigo una imagen negativa, y en consecuencia una autoestima más baja, pudiendo generar complejos. También las alteraciones en la postura pueden deberse a determinadas

inhibiciones generadas por cambios anatómicos durante el crecimiento, en las mujeres desencadenada por el desarrollo del busto.

Inactividad: La falta de ejercicio físico, característica común del adolescente sobre todo en las mujeres, deriva una menor resistencia muscular de los grupos encargados de mantener una adecuada postura corporal (musculatura paravertebral dorso-lumbar, abdominales, cuadrado lumbar, erector espinal), lo que genera una tendencia a su acortamiento. Además, la falta de ejercicio físico produce un limitado conocimiento motor, que provoca una falta de conciencia de estructuras claves en la postura corporal.

### **I.2.2. Regulación tónica**

*“La regulación tónica consiste en una serie de procesos del sistema nervioso que prepara, orienta y mantiene la eficacia del movimiento variando el tono muscular”<sup>16</sup>*

El tono muscular consiste en una permanente y ligera contracción de los grupos musculares, necesario para mantener un adecuado control de la postura para realizar cualquier movimiento, activando o relajando los músculos según lo necesite la acción corporal. También prepara, orienta y mantiene la eficacia del movimiento conservando el control tónico-postural que facilita el equilibrio corporal. Por eso referirnos a tono es hablar de ajuste, control, tensión y relajación que disminuye la tensión excesiva regulando el tono apropiado para cada acción.

Así mismo el tono muscular está ligado directamente con las emociones, ya que las situaciones de Stress, rabia, alegría, miedo, etc. se expresan a través de cambios de grado de tonicidad, pudiendo llegar a ser hipertónicos (intensa contracción muscular) e hipotónicos (relajación de la musculatura).

Entre los 10 y los 11 años se logra tener un tono óptimo y efectivo, a la vez de una tensión muscular armoniosamente equilibrada, ese estado de equilibrio en que todas las partes del cuerpo mantienen un mismo grado de tensión muscular que será óptimo para la realizar la actividad corporal.

El desarrollo rápido de la estructura ósea (estirón) a los 11-12 en mujeres, 14-15 en hombres, produce un incremento del tono del músculo y tendón, ya que el crecimiento de los huesos es más acelerado que el estiramiento de los músculos. Esto provoca una limitada movilidad de las articulaciones inmediatas.

### **I.2.3. Equilibrio**

*“El equilibrio, podemos definirlo como una interacción de varias fuerzas, la gravedad y la fuerza motriz de los músculos esqueléticos, que permite la estabilidad postural, el mantener y controlar posturas, posiciones y actitudes”<sup>17</sup>*

---

<sup>16</sup> PÉREZ GARCÍA, MARÍA MATILDE: p49.

En otras palabras, es la capacidad de controlar y orientar correctamente las diferentes posiciones y partes del cuerpo, manteniendo una determinada postura en contra de la gravedad en reposo o movimiento. Esto se da a través de la regulación del tono muscular que permite la estabilización del cuerpo en el espacio. El equilibrio se divide en “*estático y dinámico*”, el primero mantiene el control postural en una posición fija (sin desplazamiento), el segundo la persona se mueve y durante esta acción modifica constantemente su base de sustentación y el apoyo.

El equilibrio requiere de la integración de dos estructuras complejas: el propio cuerpo y su relación espacial y la estructura espacial y temporal, que facilita el acceso al mundo de los objetos y las relaciones.

#### Desde los 12-18 años:

Se complican los equilibrios estáticos y dinámicos. Muchos otros autores, señalan que esta etapa es idónea para la mejora del equilibrio dinámico. En edades más avanzadas, aparece cierta involución en dicha capacidad, debido al deterioro del sistema nervioso y locomotor, acentuándose ésta con la inactividad.

Según Armitage y Larkin (1993) los adolescentes presentan un pobre equilibrio estático manteniendo escaso tiempo las posiciones, sobre todo, cuando se equilibran sobre un apoyo. Asimismo esta gran inestabilidad se manifiesta por el incremento de movimientos de oscilación o de vaivén. Estas dificultades también las hacen extensivas al equilibrio dinámico, en el que el tipo de locomoción, elevación sobre el suelo, altura del centro de gravedad, son factores que pueden modificar y aumentar los problemas de equilibrio.

El equilibrio, de modo esencial, es una de las condiciones necesarias para la estructuración y orientación del espacio, ya que la posición de la cabeza, en donde se localizan la mayor parte de los analizadores de la sensibilidad exteroceptiva (y en especial el sentido de la vista) y los analizadores de la orientación (sentido vestibular), es uno de los elementos esenciales en la asimilación del espacio.

---

<sup>17</sup> HERRERO JIMÉNEZ, ANZA B: p95.



## Coordinación

Como señalan Castañer y Camerino (1996), es la “*capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la acción motriz prefijada*”.

La coordinación se expresa por la armoniosa combinación de juegos musculares que se manifiesta tanto en reposo como en movimiento.

Estos dos aspectos aparecen bien diferenciados en las situaciones de equilibrio estático y dinamismo.

Ambos constituyen distintas expresiones del tono muscular cuya regulación va a permitir el desarrollo normal de estas formas de comportamiento.

Reposando una sobre otra, integran la actividad corporal normal.

## **Tipos de coordinación**

A. En función de si interviene el cuerpo en su totalidad, en la acción motriz o una parte determinada, podemos observar dos grandes tendencias:

- *Coordinación Dinámica general:* es el buen funcionamiento existente entre el S.N.C. y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular.
- *Coordinación Óculo-Segmentaria:* es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo.
  - **Óculo-manual: Utilización** conjunta de la vista y los miembros superiores de (escribir o comer).
  - **Óculo-pédica:** Utilización conjunta de la vista y los miembros inferiores (bajar y subir escaleras)
  - **Óculo cefálico:** Se utiliza de la vista con otras zonas corporales que no sean las extremidades (esquivar un objeto o pasar un obstáculo)

B. En función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede ser:

- *Coordinación Intermuscular (externa)*: referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.
- *Coordinación Intramuscular (interna)*: es la capacidad del propio músculo para contraerse eficazmente.

Desde los 11 a los 18 años, se presenta un retroceso en la coordinación (bastante más lenta y difícil) de los movimientos. Más tarde, la coordinación mejorará en función de las mejoras de las cualidades físicas.

- La coordinación dinámica general se desarrolla aproximadamente hasta los 16 años de edad.

-Se muestra que el género masculino tiene un mejor dominio en coordinación compleja.

-Desde 12 años están aptos para realizar coordinaciones con mayor grado de dificultad, pueden disociar el cuerpo.

La Lateralidad también es un tipo de coordinación, es el predominio funcional de una parte simétrica del cuerpo, a nivel de las manos, pies, ojos y oídos. Los siguientes factores la condicionan:

-Neurofisiológicos: Existen dos hemisferios cerebrales y se produce el dominio de uno frente al otro, lo que se puede deber a una mejor irrigación de sangre en uno u otro hemisferio.

Es importante desarrollar el concepto de lateralidad, ya que a través de esta, es que el adolescente podrá reconocer y favorecer un mejor control del cuerpo, discriminar su derecha e izquierda en sí mismo y en el otro, lograr una correcta percepción del espacio para una buena orientación y estructuración en él, mejorar la percepción visual como así también la coordinación general y específica.

#### **I.2.4. Flexibilidad**

Es la capacidad que tienen los músculos de adaptarse mediante su alargamiento a distintos grados de movimiento articular. Sus componentes principales son: la movilidad articular, elasticidad muscular y fuerza.

A partir de los 11 años cuando hay un marcado crecimiento en la estructura ósea, se produce una disminución de la flexibilidad en las articulaciones: coxofemoral, escapular y columna vertebral.

Las mujeres en la pubertad llegan a ser más flexibles que los hombres. *“Los estrógenos que secretan las gónadas femeninas, producen una retención mayor de agua y un porcentaje más elevado de tejido adiposo y menor masa muscular, lo que facilita la elongación de los músculos.”<sup>18</sup>*

El desarrollo de la flexibilidad en las grandes articulaciones transcurre en forma contradictoria durante la adolescencia. Siendo éste un periodo de crecimiento abrupto, existe una pérdida de flexibilidad debido a que el desarrollo óseo es más rápido que el crecimiento muscular, es por esto que poner atención en ella durante esta edad es muy importante, pues trabajarla ayudará a conseguir un mayor grado en el recorrido de diferentes posiciones, es decir ampliará nuestro rango de movimiento a calidad y cantidad, permitiendo así acciones que requieran mayor agilidad.

#### **I.2.5. Fuerza**

Entendemos fuerza, como la capacidad física para realizar un trabajo o un movimiento.

Tanto hombres como mujeres parecen tener la capacidad para aumentar su fuerza durante la pre y la adolescencia, alcanzando un nivel máximo entre los 20 y los 25 años. El desarrollo de huesos y los músculos favorecen el incremento de la fuerza y destreza motora. A continuación una breve descripción de su desarrollo:

---

<sup>18</sup> RUSO, HERMINIA. 1997:p47.

- De los 12 a 14 años, no hay incremento sustancial de fuerza, sólo el ocasionado por el crecimiento en longitud y grosor de los huesos y músculos.
- De 12 a 14 años, la fuerza adquiere índices mayores y se dan importantes diferencias en la coordinación (torpeza adolescente).
- De los 14 a 16 años, tiene lugar un incremento acentuado del volumen corporal, primero en longitud y luego en grosor, lo que supone un alto incremento de la fuerza muscular, hasta casi un 85% de la fuerza total.

### **I.2.6. Resistencia**

Entendemos resistencia como la capacidad que nos permite llevar a cabo una dedicación o esfuerzo durante el mayor tiempo posible.

En esta etapa aumenta considerablemente, en torno a los 20 años será cuando el individuo esté preparado para realizar esfuerzos intensos, que supongan la mejora de la resistencia anaeróbica láctica, ya que el organismo estará más preparado para tolerar la acumulación de ácido láctico.

- En la adolescencia se muestra en los varones como una fase de aumento casi permanente de esta cualidad.
- Las condiciones motoras, sobre todo en los movimientos que abarcan todo el cuerpo, se vuelven pesadas y torpes.
- La facilidad y capacidad de las ejecuciones motoras va disminuyendo, lo cual se puede apreciar especialmente por ejemplo en la gimnasia, en la carrera y en los saltos.

### **I.2.7. Velocidad**

*“Relación que se establece entre el espacio o la distancia que recorre un objeto y el tiempo que invierte en ello”.*

- El desarrollo de la velocidad alcanza valores cercanos a los adultos al final de la pubertad.

- A los 17-18 años se alcanza el 95% de la velocidad máxima, mejora notablemente la velocidad cíclica y el sistema anaeróbico se encuentra casi a su máximo.
- 14 a 15 años se presenta mejoras significativas de velocidad.

### **I.2.8. Percepción temporal**

Este concepto está asociado con los procesos cognitivos como la atención y la memoria, y es más difícil de asimilar porque es más indefinida (abstracta). Para llegar a entrenarla se articulan los sentidos auditivos (tiempo, sucesión y ritmo), visuales, táctil y cinestésico.

En la adolescencia referente al ritmo de ejecución, no se ha alcanzado un grado óptimo de desarrollo ni incluso, en los movimientos que ya se dominan. No obstante, desde el punto de vista dinámico, son capaces de ordenar paulatinamente sus movimientos, es decir, pueden ritmizar o captar rápidamente un ritmo dado. La capacidad de anticipación de los movimientos se encuentra bastante desarrollada de acuerdo al grado de experiencia que poseen reflejada en la capacidad de adaptación de la motricidad a las diferentes situaciones.

*“El ritmo es la organización de los fenómenos periódicos que se desarrollan en el tiempo”<sup>19</sup>*

- De los 8 a los 10 el niño puede reproducir estructuras sonoras y rítmicas.
- De los 10 a los 12 la información temporal permite al niño tomar decisiones para adaptarse o resolver situaciones motoras.
- Puede realizar acciones sincronizadas.

Es preciso apoyar al joven para que tome conciencia de la orientación de su cuerpo en el espacio, ya que las informaciones perceptivas y sensoriales le permitirán agudizar su conciencia espacial y favorecer sus actos motores.

Desde la adolescencia en adelante el joven integra y conoce la noción de tiempo de una forma más razonada y asimilada, es en este momento donde se puede comenzar a trabajar sobre los distintos aspectos como:

---

<sup>19</sup> Op. Cit. p.103.

- Noción del momento preciso: antes-durante-después (simultáneo).
- Noción de periodicidad: intervalos regulares entre acciones.
- Noción de duración: tiempo que transcurre (largo-corto)
- Noción de sucesión: hechos posteriores (antes y después).
- Noción de intervalos: tiempo entre acciones.
- Noción de velocidad: rapidez o lentitud de una acción.
- Noción de cadencia regular: permite realizar movimientos al compás (ritmo).

### **I.2.9. Percepción espacial**

*“Todo acto locomotor implica una organización morfológica del espacio y un concepto de reciprocidad de las propias estructuras y de los objetos y, como consecuencia, una continua autorregulación en el espacio. El espacio comienza a constituirse en uno mismo, “es un lugar donde habita mi cuerpo, que me pertenece sólo a mí y del cual no puede autoexcluirse”, es decir “no se puede considerar al espacio como una dimensión en relación con el cuerpo sino que coincide con él” (Raimondi 1999)*

Es decir, la percepción espacial es la capacidad de reconocimiento del espacio que ocupa el cuerpo, y dentro del cual es capaz de orientarse. La orientación del espacio dependerá de un conjunto de información recibida desde los receptores óseos, musculares y la piel.

Para Bascón (2011) los medios que tenemos para percibir el espacio los llamaremos canales espaciales, que están conformados por los sentidos y las estructuras cerebrales, y son:

- El visual, que es el detector más importante del espacio. Facilita la entrega de información de donde estamos, la orientación, la localización, las distancias, etc.
- El auditivo, podemos localizar de qué lugar del espacio viene el sonido. Si el canal visual está ausente, este canal pasa a tener una especial importancia. Pero en los casos en que el canal visual está presente, el canal auditivo no se desarrolla completamente.

- El kinestésico, estos receptores dan una idea muy específica de los componentes que están en movimiento y de la posición de nuestro cuerpo en el espacio.
- El táctil, con el percibimos las sensaciones del medio ambiente (formas, texturas, temperatura, etc.) y se produce a través del contacto con la piel.
- Laberíntico, informa con una gran precisión las evoluciones del cuerpo en el espacio.

En relación al cuerpo en el espacio, podemos distinguir dos tipos:

- 1) El espacio próximo: se refiere al área que rodea al cuerpo y que puede ser explorada, moverse del lugar de sustentación. *“Laban (1989, p. 89) denomina este espacio que rodea al cuerpo como - la esfera de movimiento - o - Kinésfera – cuya circunferencia puede alcanzar por la elongación máxima de los segmentos sin cambiar el lugar de apoyo”<sup>20</sup>.*
- 2) El espacio escénico general o distante: es el área en general que se dispone para desplazarse.

En la adolescencia, el espacio próximo es mucho más sensible en la percepción del joven, por lo que se recomienda trabajarla con especial atención del contexto y grupo de trabajo.

La orientación y ubicación de un cuerpo en el espacio están determinadas por los siguientes factores:

- Niveles, donde la distribución del espacio se define según la altura a partir del suelo. El plano vertical lo dividiremos en tres zonas: alta o superior (incluye una elevación de todo el cuerpo y se consideran las acciones donde están presentes las elevaciones), media (se encuentran acciones cotidianas como caminar normalmente, acciones con los miembros inferiores levemente flectados, etc.) y baja o inferior (el más próximo al suelo o con diversos puntos del cuerpo apoyados en el mismo).
- Planos. Los movimientos se describen en 3 planos: frontal, sagital y transversal y el punto de intersección de estos planos es el eje.

---

<sup>20</sup> Op. Cit. p85

- Dimensiones. Existen al menos tres dimensiones, que para representarlo se emplean tres ejes: vertical, horizontal y de profundidad. Al combinar estos ejes, de dos en dos, determinamos dos tipos de espacios:
  - En dos dimensiones, que está definido por el eje vertical y el horizontal. En un comienzo el niño percibe el espacio solo en dos dimensiones, empleándolo en nociones básicas en formas planas y relaciones topológicas, que es una relación primaria de las relaciones internas de la forma de los objetos.
  - En tres dimensiones, basado en el espacio en dos dimensiones, y nos va a permitir distinguir profundidad. También es denominado como efecto de campo, basado en relaciones proyectivas y euclidianas o métricas, y son muy importantes para el dominio del espacio tridimensional desde los 7 – 8 años en adelante.
- Direcciones. Se refiere a la orientación del movimiento o de la persona en el espacio. Distinguimos: alta-baja, izquierda-derecha y hacia adelante-hacia atrás. De esta combinación de direcciones nacen las diagonales, por ejemplo:
  - Diagonal alta derecha, adelante.
  - Diagonal baja izquierda, adelante.
  - Diagonal baja derecha, atrás, etc.
- Trayectorias. Entendiendo trayectoria como línea descrita por cualquier parte del cuerpo en el espacio, ya sea en el suelo, o en el aire. Pueden ser trayectorias directas, que es la distancia más corta entre dos puntos, o indirectas, que incluyen movimientos ondulantes generalmente.

La teoría de Piaget proporciona sobre la relación entre la evolución de la cognición espacial con el desarrollo cognitivo general hace referencia al conocimiento del espacio, cuyo desarrollo y consolidación pasan por los mismos estadios por los que discurre el desarrollo intelectual. A continuación se expone el estadio que atañe a esta investigación:

- Operaciones Concretas 6 – 12 años:



Se puede decir que de forma global, las nociones de orientación organización espacial se construyen de la siguiente manera:

En el periodo pre operativo está referido al propio cuerpo y con dificultad en el espacio no inmediato. Al final de este periodo se abandona progresivamente el egocentrismo y se construye un espacio objetivo. Periodo de las operaciones formales.

### I.3. DESARROLLO COGNITIVO

El desarrollo cognitivo es un área de importantes cambios durante la adolescencia. El estudio sistemático de la inteligencia de los adolescentes y su forma de razonar, puede decirse que comienza con el libro de *Piaget e Inhelder De la lógica del niño a la lógica del adolescente* (1955). Según la teoría piagetiana (\*), a principios de la adolescencia se alcanza la última etapa del desarrollo cognitivo, que se denomina etapa de las operaciones formales. Piaget y sus seguidores consideran que en la adolescencia se culmina el desarrollo cognitivo que se inicia con el nacimiento y cuyos estadios se pueden observar en el curso del desarrollo infantil. En este estadio el individuo desarrolla la capacidad de tratar problemas abstractos, basarse en hipótesis, en posibilidades puramente teóricas, en relaciones lógicas, sin preocuparse por la realidad. Lo posible prevalece sobre lo real, el pensamiento está en condiciones de combinar las operaciones entre sí: una capacidad que permite integrar lo real en el ámbito de lo posible.

#### Características del pensamiento formal

**1. Se razona no solo sobre lo real, sino sobre lo posible; lo real es solo una parte de lo posible.** El sujeto está razonando no sólo con lo que tiene delante sino sobre lo que no tiene presente y está llegando a conclusiones que desbordan los datos inmediatos y que se refieren no sólo a datos reales, sino también, a posibles.

**2. Razonamiento hipotético deductivo.** Es la base del conocimiento científico. Se aleja del ensayo y error de la manipulación directa de los objetos. Existe la capacidad de formular distintas hipótesis para explicar un fenómeno y pasar luego a comprobarlas.

**3. Carácter proposicional del pensamiento.** Esta propiedad del pensamiento formal tiene una estrecha relación con las dos anteriores. Los sujetos en el estadio formal se sirven de proposiciones verbales como medio ideal en el que se expresan sus hipótesis y razonamientos, así como los resultados que obtienen. Las entidades más importantes en su razonamiento ya no son los datos de la realidad, sino afirmaciones o enunciados (proposiciones) que contienen esos datos.

**4. Otras dimensiones del pensamiento adolescente.** Entre los más destacados están: atracción e interés por la abstracción, meta pensamiento, postura crítica ante las figuras de autoridad, controversia, indecisión y egocentrismo.

Esta capacidad de pensar, analizar y reflexionar del adolescente hace que ponga en cuestión a la mayoría de las autoridades, tanto familiares como institucionales poniendo a prueba la consecuencia de los actos de quienes le rodean. Como señala Poly Rodríguez en entrevista:

*“(...) hay siempre un choque de ponerte a prueba, como...¿realmente tú eres como dices? O lo que dices es más cuento (...) Están mucho más alerta de que uno sea lo que dice. Y la coherencia... a mí me da la sensación que por eso son tan fuertes las marchas, porque no están cuenteando (...)”*

El idealismo marca esta etapa de transición, en que todo es posible. Para mí es un lindo momento para educar, justamente porque están muy despiertos y atentos. Creo que encausando su capacidad analítica y reflexiva, junto con la energía corporal característica de esta etapa, la edad adolescente se convierte en un momento clave para educar en cualquier ámbito, sobre todo en la expresión corporal.

Ahora bien, retomando la idea del cuestionamiento del adolescente; no solo con sí mismo sino también con entorno, lo pone en un lugar abrumador de preguntas y respuestas que no siempre serán las que él espera, produciéndose muchas veces un quiebre entre la realidad y la fantasía. Este espacio de esperanzas y desilusiones caracteriza la búsqueda en la que se encuentra, un encuentro hacia la construcción de su propia identidad.

Aberastury y Nobel (1972) constatan que es en esta etapa en que se establecen los parámetros básicos para la constitución de la identidad juvenil y adulta. Estos ejes responden a su vez a los alineamientos generales de estructuración de la personalidad que se han ido delineando en la infancia:

*“Existe una notoria necesidad de independencia en la toma de decisiones y en los patrones que se habían instalado en su vida fuera de su cuestionamiento, y debido a que su pensamiento abstracto se encuentra en proceso de evolución, se vuelven*

*más analíticos y confrontacionales. Desean expresarse mostrando que existen, que están descubriendo y siendo parte de este nuevo mundo que se independiza de la infancia”.*

#### I.4. IDENTIDAD

Durante la búsqueda para profundizar en el concepto de *Identidad*, me encontré con el libro "Identidad Chilena" de Jorge Larraín, donde quise indagar y mostrar un poco de qué se trata su mirada, debido a que aparecieron conceptos como autoestima, intercambio social y respeto, que ligué al proceso adolescente.

"Identidad: cualidad o conjunto de cualidades con las que una persona o grupo de personas se ven íntimamente conectados. En este sentido la identidad tiene que ver con la manera en que individuos y grupos se definen a sí mismos al querer relacionarse-"identificarse"- con ciertas características (...) aquello con lo que alguien se identifica puede cambiar y está influido por expectativas sociales, responde a la pregunta acerca de lo que cada cual le gustaría ser, se encuentra influida por el pasado pero dirigida hacia el futuro" (Larraín 2001)

El medio social entonces, juega un rol fundamental en la construcción de la identidad de los y las adolescentes. Es decir, "La identidad es un proceso intersubjetivo de reconocimiento mutuo". Observándola como un proceso social de construcción, se puede decir:

1. La cultura es uno de los determinantes de la identidad personal (contextos culturales)
2. La construcción del sí mismo necesariamente supone la existencia de otros. "Nuestra autoimagen total implica nuestras relaciones con otras personas y su evaluación de nosotros"...al comienzo ese otro más importante son los padres, luego amigos, profesores, etc. Autorreconocimiento en función de los otros.

*"El medio social no sólo nos rodea, sino que también está dentro de nosotros...se podría decir que las identidades vienen de afuera en la medida que son la manera como los otros nos reconocen, pero vienen de adentro en la medida que nuestro auto reconocimiento es una función del reconocimiento de los otros que hemos internalizado<sup>21</sup>".*

---

<sup>21</sup> LARRAÍN JORGE 2001.p23.

Para Larraín, el auto reconocimiento que hace posible la identidad, toma tres formas:

1. Autoconfianza: surge en el niño y niña en la medida en que la expresión de sus necesidades encuentra una respuesta positiva de amor y cuidado de parte de los otros a su cargo.
2. Autorrespeto: depende de que los otros respeten su dignidad humana y, por tanto, los derechos que acompañan esa dignidad.
3. Autoestima: Puede existir sólo en la medida que los otros reconozcan el aporte de una persona como valioso.

Es decir, una identidad bien integrada depende de tres formas de reconocimiento:

1. Amor o preocupación por la persona
2. Respeto a sus derechos
3. Estima por su contribución.

A su vez, existen 3 formas de falta de respeto concomitantes con las tres formas de reconocimiento que pueden contribuir a la creación de conflictos sociales y a una lucha por el reconocimiento en sectores que están privados de esas formas de respeto:

- Abuso físico o amenaza a la integridad física, que afecta a la confianza en sí mismo
- Exclusión estructural y sistemática de una persona de la posesión de ciertos derechos, lo que daña el respeto a sí mismo
- Devaluación cultural de ciertos modos de vida o creencias y su consideración como inferiores o deficientes, lo que impide al sujeto atribuir valor social o estima a sus habilidades o aportes.

La reacción emocional que acompaña estas tres experiencias de falta de respeto (rabia-indignación) representa para Larraín la base motivacional de la lucha por el

reconocimiento.-humillación- que sería el resultado de las formas colectivas de resistencia y lucha social.

*“Las personas siempre están luchando por expandir el rango de sus derechos, por el reconocimiento de esferas mayores de autonomía y de respeto. Esta es la base del desarrollo de la sociedad, un proceso continuo en que las formas de reconocimiento se van ampliando tanto a nuevas formas de libertad como a nuevos grupos de personas. La identidad individual supone, por tanto, las expectativas grupales, pero no solo en cuanto pasadas, sino en cuanto posibilidades futuras”.*<sup>22</sup>

Según lo que se expone durante las recientes líneas; que las y los adolescentes se encuentren en un proceso de búsqueda de su identidad, quiere decir que están buscando ser autónomos, respetados y valorados por la sociedad y además en una proyección hacia el futuro en el grupo humano que conforman, interesados por cambiar los órdenes establecidos a través de un espíritu reformador.

Es posible que la y el adolescente busque ideas y modelos a los cuales parecerse, así como también personas en quienes confiar para validarse en un proceso de descubrimiento en el cual a veces dudará de sí mismo y le temerá al ridículo, a la vez que decidirá que le es propio y que elige para seguir adelante en su desarrollo.

En consideración a lo expuesto Braconnier & Marcelli (1998, p. xx) “caracterizan el trabajo psíquico propio de cada adolescente dividiéndolo en tres períodos: un período de espera, un período de cambio y un período de descubrimiento. El período de espera corresponde a la entrada en la adolescencia (alrededor de los 10-13 años) y está marcado por la pubertad. El período de cambio se caracteriza particularmente por la modificación física, ya que en pocos meses el niño ve cómo su cuerpo se transforma brutal y radicalmente. Pero el cambio es, también, psicológico (el adolescente siente la necesidad de romper con los deseos, los ideales, los modelos de identificación y los intereses procedentes de su infancia), familiar y social (porque los padres ya no pueden proporcionar al adolescente los modelos, las satisfacciones, los placeres, como hasta entonces; el adolescente siente, de esta manera, la necesidad de alejarse de sus padres”<sup>23</sup>

---

<sup>22</sup> Op. Cit.p31.

<sup>23</sup> DOELLINGUER VON ORLANDO.2011: p53

Esta búsqueda y selección de pares y modelos a quienes seguir, se transforma en el comienzo de un proceso de relación con la sociedad en otro plano. La búsqueda de la propia identidad del adolescente en contacto con otras personas fuera del medio familiar, le brinda la posibilidad de volverse autónomo en sus decisiones e ideas, y de reencontrarse y otorgarles valor a sus progenitores en el minuto en que tome consciencia de que su identidad se conforma de estos dos lugares.

Si bien se genera una cierta distancia del joven a la familia en su proceso de maduración, también ocurre un regreso natural a este espacio de afectividad y contención. El adolescente vive una transformación de la dependencia a la independencia.

### **I.5. DESARROLLO AFECTIVO Y EMOCIONAL**

El concepto de independencia en todas sus miradas se instala de forma permanente, lo que como ya fue expuesto, incluye la formación de la propia identidad del joven, desarrollo del pensamiento lógico y abstracto, basándose no solo en lo concreto sino también en lo posible.

El distanciamiento del adolescente a la familia también se ve afectado por una pérdida de privilegios y antigua tranquilidad (relativa) de la infancia, pues parte de las características de esta edad es comenzar a ser independiente en pensamiento y acción. Existe una reacomodación entre el afuera y el adentro del adolescente ya que necesita descubrir sus propios recursos para validar su identidad frente al mundo. Este acomodo lo vive de manera dolorosa, pues se frustra constantemente para encontrar los aspectos que le satisfacen en esta modulación de comportamientos

Todas las experiencias por las que transita el adolescente las vive en y a través del cuerpo. Es en el cuerpo en el que se realiza la existencia, por tanto, el medio por el que nos conectamos con el mundo.

Para Aristóteles, la existencia es la substancia como entidad; la substancia primera, porque es de lo que puede decirse algo y donde se encuentran las propiedades. La



existencia junto a la esencia es un ser. Solamente podemos saber qué es algo, cuando es.

Por otra parte, Heidegger utiliza la palabra “dasein” que no significa existencia en el sentido tradicional, sino el ser hombre como el único que se pregunta por el sentido del ser; de manera que lo que distingue a esta existencia es su poder ser y no lo que ya es.

Se puede decir entonces, que el adolescente se encuentra buscando darle sentido a su existencia, a aquello que es corroborable por sus actos, e ideales que se proyectan en un futuro. Tiene sus raíces en su experiencia personal, los padres ya no son legitimados para él como la autoridad máxima, de manera que busca nuevos referentes que él mismo selecciona. En esta constante búsqueda de identidad, el adolescente se ve confundido y perturbado, pues las referencias sociales y culturales se multiplican y compiten, desapareciendo los fundamentos seguros y consensuados de la existencia.

*“La condición afectiva en este plano, se acerca a uno de los puntos más relevantes durante este proceso. El adolescente se encuentra reconfigurando la constelación afectiva de su infancia constantemente. Está en estado de sufrimiento, es decir, está suspendida entre dos mundos, en una búsqueda de sentido y del valor a su existencia”<sup>24</sup>. Un proceso que ya antes mencionamos citando a Braconier y Marcelli, un estado de suspenso o estado de espera.*

Erikson (1972) se refiere al estado emocional del adolescente de la siguiente manera

*“A lo largo de su existencia, el ser humano reactualiza la constelación afectiva de su infancia. Que el adolescente se encuentre “en estado de sufrimiento”, significa que se encuentra en crisis con su afectividad. Aquella se encuentra íntimamente vinculada con la confianza que el adolescente posea en sus recursos para proyectar sus acciones.”*

La búsqueda de independencia y a la vez de confort y seguridad, hace que el joven busque vivir experiencias extremas que le den algún punto de referencia para

---

<sup>24</sup> LE BRETON DAVID 2012:p.17

construir las bases de sus decisiones, además de distraer los profundos estados de cuestionamiento y sufrimiento que vive, poniéndose muchas veces en riesgo sin tomar conciencia de sus actos. Le Breton postula que el joven sitúa al riesgo como un factor importante dentro de este proceso de cambio. Generalmente se piensa que los adolescentes sólo buscan adrenalina, romper reglas y límites, pero lo que en realidad sucede es que el término “riesgo” está desfasado de su experiencia, *“puesto que para él la cuestión no es riesgo, sino el sufrimiento del que busca salir”*<sup>25</sup>. Entonces la puesta en riesgo de sí mismo le resulta secundario al nivel de vulnerabilidad que padece en este delicado tránsito.

Nuevamente se reitera la creencia en que la educación del cuerpo a través de la expresión corporal, puede ayudar al adolescente en un espacio contenedor de todas estas turbulencias por las que transita, como señala Marcela Ortiz de Zárate (2015) con una amplia experiencia como profesora de danza con adolescentes en Chile y el extranjero en entrevista:

*“La adolescencia es una etapa en la que te destruyes o te potencias para sobrevivir, entonces cómo ayudamos desde la danza a hacer esa sobrevivencia más cálida, para que puedan sentirse más cobijados y contenidos en un espacio en el que se acoge la diversidad y en el cual buscamos alivianar todas las pasiones propias de la adolescencia...”* Ello abriendo la posibilidad de potenciar al adolescente en su desarrollo, disminuyendo las posibilidades que van hacia su destrucción.

En el espacio de convivencia del adolescente con su entorno, los padres actúan como mediadores de este proceso de transformación, por lo que a continuación indagaré en este punto.

---

<sup>25</sup> Op. Cit.p15.

## I.6.RELACIÓN CON LOS PADRES Y CON SUS PARES

*“Cuando el adolescente acepta sus cambios puberales y busca crear una nueva estructura que lo sitúe en la realidad, es cuando se origina el conflicto entre sus distintas tendencias y las del medio que lo rodea. Frente a la dificultad de realizar el cambio dentro de ellos mismos —dificultad que siempre, en mayor o menor grado, no es únicamente función de ellos mismos, sino del binomio padres-adolescente-, el yo adolescente proyecta en parte esta necesidad de transformación fuera de sí mismo. Es entonces el mundo el necesitado de transformación. Y así tenemos al adolescente animado de un gran espíritu reformador, queriendo transformar al mundo de raíz, cambiarlo”<sup>26</sup>.*

Para cambiar el mundo y transformarlo, el adolescente tiene la necesidad de alejarse de sus padres para conectar con los otros en sociedad en todos sus aspectos. La cercanía corporal que antes era hacia los padres, tan cotidiana y requerida durante la infancia, en este momento puede producirle incomodidad. No obstante, el amor sigue siendo necesario para su desarrollo, por lo que se genera una contradicción entre lo que desea y lo que necesita. Es así como los padres son reemplazados por los amigos, quienes comparten los mismos intereses y por tanto se transforman en los nuevos confidentes.

El adolescente necesita la independencia de un adulto, pero también privilegios de la infancia. Transita por cambios de humor constantes y necesita ser reconocido por sus padres, los que deberán poner a prueba su capacidad para comprender este cambio de la infancia a la adolescencia. Su rol consiste en acompañarlos y contenerlos durante este proceso, así como también respetar sus espacios de soledad y descubrimiento.

El abandono de los padres en esta etapa, puede provocar una desvinculación afectiva con su hijo, lo que podría ocasionar inseguridad en el adolescente al ingresar en este nuevo mundo llamado adultez.

---

<sup>26</sup> GABARINO MERCEDES, GABARINO HÉCTOR Revista Uruguaya de psicoanálisis [en línea]

La familia suele ser un lugar donde podemos compartir y discutir ideas. *“(...) su tarea consiste en recordar los límites, las interdicciones, en acotar lo posible y lo imposible, la extensión de los derechos y los deberes, sabiendo que el niño al crecer se verá confrontado a otras figuras de autoridad y que no es un objeto maleable sino, también él, un sujeto de deseo que se apropia las categorías simbólicas a su manera”<sup>27</sup>.*

Es decir, según cómo sea la relación de los padres con sus hijos adolescentes, o cuán disponibles se encuentren a las necesidades de estos seres humanos en construcción, dependerá cuán libres o cuanto más saludable pueda ser esta etapa de transición. Entendiendo que su ausencia o desconexión en la comunicación puede provocar mayor sufrimiento, inestabilidad e inseguridad durante el proceso.

Creo que la familia debe enseñarle al joven a ejercer su libertad siempre dentro de un marco de límites y códigos en amor y respeto. Se trata de educar dejando abierta la posibilidad de cuestionar y establecer límites necesarios para que el adolescente pueda reconocer su propio carácter e ir en búsqueda de su identidad. La falta de límites podría generar estados de sufrimiento permanentes por falta de estructuras sólidas que le permitan construir una mirada más amplia tanto a su presente como a su futuro.

---

<sup>27</sup> LE BRETON DAVID 2012. p48.

## **CAPITULO II: EXPRESIÓN CORPORAL: OBJETIVOS APLICADOS A LOS ADOLESCENTES**

*“Si no hubiera actividad corporal no habría informaciones sensoriales, ni desarrollo cerebral, ni mental. No habría imagen corporal ni personalidad. Por el contrario, cuantas más experiencias corporales proporcionamos, mayores serán los recursos mentales, mejor se irá perfilando la imagen corporal y definiendo el Yo”<sup>28</sup>.*

En este capítulo intentaré definir el término expresión corporal atendiendo a que es aún un término en construcción en base a los contextos y vivencias de quienes la practican y enseñan. Para ello haré una breve reseña de su historia desde la trayectoria de Patricia Stokoe, para más adelante elaborar preguntas que permitan identificar contenidos, aportes y función social de la expresión corporal, justificando por qué planteamos que ésta puede ser un aporte para el desarrollo integral del adolescente.

El concepto expresión corporal puede contemplarse desde dos vertientes: desde un punto de vista antropológico, es decir, como biológico y social y desde un punto de vista artístico, entendido como expresión, comunicación y creatividad. Abarcando estas dos esferas varios autores la definen:

*“Para Stokoe (1997), es aquel medio que le permite al ser humano mejorar su crecimiento, desarrollo y maduración de forma integral. Bara (1975), afirma que la expresión corporal revela un contenido interno sin tener en cuenta preocupaciones estéticas o unitarias, esto quiere decir que, no se contempla ninguna forma específica pensada o única para expresarse. (...) Berge (1985), la concibe como la forma de encontrar en nosotros mismos lo más auténtico y profundo. Santiago (1985) menciona que la expresión corporal es el espacio donde el hombre se manifiesta consigo mismo, con los otros y con el mundo que lo rodea. (...) Aja (1994) dice que la expresión corporal exterioriza las emociones, los sentimientos, las sensaciones y los deseos desde lo más profundo de nuestro ser. Por esto, la considera como esa expresión humana que se hace visible como lenguaje. (...) Romero (1999) manifiesta que ésta genera el desarrollo motriz, la comunicación y la*

---

<sup>28</sup> VALLEJO BENITO JOAQUÍN.2001:p2.

*estética. Teniendo en cuenta que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son sus elementos básicos.*<sup>29</sup>

A su vez, Ross (2001) entiende la expresión corporal como “el desarrollo de un lenguaje corporal propio, que pretende la búsqueda de respuestas personales de movimiento impulsadas desde procedimientos de exploración y producción”

Oliveto y Zylbelberg (2005) exponen que esta disciplina cuenta con elementos propios que la caracterizan, estos son:

- Instrumento de expresión: el cuerpo
- Medio de expresión: el movimiento
- Motivación: La necesidad de expresión que se encuentra en lo más recóndito de cada uno

Estos argumentos permiten visualizar las diferentes percepciones sobre la expresión corporal como un medio que le permite al ser humano conocerse y desarrollarse a través de la comunicación y el diálogo con el mundo en el que existe, además de ser un lenguaje expresivo, en el que se pueden reconocer habilidades, destrezas y capacidades en espacios de aprendizaje espontáneos y creativos donde el cuerpo se manifiesta libremente, desde el interior hacia el exterior.

Los orígenes de la Expresión Corporal se encuentran en la historia de la danza. Como disciplina educativa fue formulada y elaborada en la década del sesenta por Patricia Stokoe (1929-1996), bailarina y pedagoga argentina. Durante sus 45 años de docencia e investigación, amplió y reformuló objetivos, contenidos y conceptos que fueron difundidos a través de su trabajo y numerosas publicaciones. La disciplina por ella expuesta se institucionalizó en Argentina desde 1978 con la apertura del primer Profesorado Nacional de Expresión Corporal. “Su interés por encontrar formas de trabajo centradas en la investigación corporal, le hicieron buscar caminos más enfocados al movimiento creativo, otorgándole nuevas miradas. Su referencias más importantes fueron Rudolf Von Laban, y Moshe

---

<sup>29</sup> VEGA BLANCO MARÍA DE JESÚS 2009:p15.

Feldenkrais (1904-1984), investigadores de la dinámica corporal.”<sup>30</sup>“Identificada con muchos planteamientos de Laban, se hizo defensora de tres principios fundamentales:

- El concepto de danza libre como la búsqueda que cada persona puede llevar adelante para encontrar su propia identidad. Una idea que se asienta en el paradigma de Laban, “personas libres en sociedades libres”
- La danza al alcance de todos
- La danza, como actividad incluida en el Currículum Escolar, cuyo nombre en Inglaterra era el de Danza Moderna Educativa, considerada de gran importancia para el desarrollo de todos los niños y niñas de la Escuela Primaria.”<sup>31</sup>

Stokoe se refiere a Danza Libre como una metodología para organizar el movimiento de manera personal y creativa, constituyéndose en un lenguaje posible de ser desarrollado a través del estudio e investigación de los componentes del movimiento, del cuerpo propio y de los múltiples modos de estructuración del movimiento en el tiempo y el espacio. En relación a la edad adolescente me parece que el punto Identidad, puede encaminar a formar a través de estos medios jóvenes más libres y saludables, que pueden comunicar sus ideas a través del reconocimiento propio de sus habilidades corporales y creativas, tal como señala Stokoe.

“El lenguaje corporal adquiere así la función de “lenguaje”: la búsqueda de “un vocabulario” propio de movimientos que, organizados en una unidad significativa de forma-contenido permita transmitir, al igual que otros lenguajes artísticos, ideas, emociones y sensaciones personales y subjetivas, posibles de ser objetivadas en una elaboración externa al individuo”.<sup>32</sup>

Para Stokoe “hablar de Expresión Corporal fue siempre hablar de Danza. Basta recordar que así fue como llamó a sus primeras actividades, “Danza Libre”, en justa lógica de lo aprendido durante doce años de bailarina y maestra en Inglaterra. Sin

---

<sup>30</sup> RUANO NIKI, SÁNCHEZ GALO. p14.

<sup>31</sup> *Ibíd.*

<sup>32</sup> MOYA RETAMAL [en línea]

embargo, a nivel de lenguaje no será hasta el año 1984 cuando, denomine su disciplina como Expresión Corporal-Danza. Acuña ese nombre y deja de utilizar finalmente otros usos lingüísticos como por ejemplo “la expresión corporal concebida como danza”.<sup>33</sup>

## II.1. EXPRESIÓN CORPORAL Y COMUNICACIÓN

El movimiento es una necesidad biológica, por ende fuente de conocimiento personal y colectivo.

*“La Expresión Corporal es una forma de danza, (...) es un lenguaje que permite al ser humano ponerse en contacto consigo mismo y, como consecuencia de ello, conocerse, expresarse y comunicarse con los demás seres” (STOKOE, P., 1974, pp.9)”<sup>34</sup>.*

Desde que nacemos nos comunicamos a través de un lenguaje pre verbal; así como también con una expresión corporal pre verbal. Juntos interactúan para que podamos comunicarnos por medio de gestos, movimientos y miradas. Podríamos decir que son inseparables, incluso cuando ya se ha alcanzado el lenguaje verbal. A esta expresión corporal habitual Nora Ross (2001) le llama *expresión corporal cotidiana*<sup>35</sup>.

Al tipo de movimiento corporal que acompaña al lenguaje hablado, Stokoe (1986) le llama expresión corporal paralingüística. Todas estas manifestaciones expresivas del cuerpo caen en el campo de la expresión corporal cotidiana. Stokoe instala una diferencia entre expresión corporal cotidiana y expresión corporal como manifestación artística. Para explicarlo afirma que (para llegar a ser una

---

<sup>33</sup> RUANO KIKI, SÁNCHEZ GALO. p21.

<sup>34</sup> Op. Cit.p26.

<sup>35</sup> Expresión corporal cotidiana.-*Un lenguaje pre-verbal: con carácter universal, común a todo ser humano y que le permite comunicarse aún antes de que llegue a estructurar su lenguaje hablado. Una expresión corporal paralingüística: ya que el cuerpo expresivo continúa actuando paralela y simultáneamente al habla. No podemos dejar de acompañar la palabra con gestos, miradas, etc.*



manifestación artística) los movimientos corporales deben pasar por un proceso de transformación, agregándole los siguientes componentes:

- El aspecto temporal: relacionado con la velocidad y duración con que se realizan los movimientos (rápido, cámara lenta, etc.)
- El aspecto espacial: hace referencia por un lado a la forma y tamaño de los movimientos producidos (distancias largas, cortas, etc.) y por otro al espacio en el que estos mismos se estén realizando o se imaginen realizar (en el agua, en el aire, la arena, etc.)
- El aspecto energético: Se remite a la mayor o menor fuerza o energía que se le imprimen a los movimientos (fuerte, despacio, etc.)

Nos dice que si después de realizar todas estas acciones nos proponemos un fin expresivo-creativo, como crear un tipo de danza, se alcanzará la transformación.

Es decir; para que un movimiento o expresión corporal cotidiana pueda transformarse en expresión corporal-danza, éste debe variar dichos componentes enfocados a la educación y al arte y a su vez dirigirse hacia la creación de un estilo de danza, o bien, “Podemos decir que la Expresión Corporal como manifestación artística se basa y se nutre de la expresión corporal cotidiana, pero que como toda actividad artística reelabora lo cotidiano para presentar un producto artístico con una gran carga emocional y estética”<sup>36</sup>

En palabras de Kalmar (1998) *“La expresión Corporal, cuando se desarrolla como lenguaje en sí mismo, con su propia autonomía, con su propia gramática y “códigos para la comunicación”, pertenece al campo de la danza”*.

Es danza porque se ocupa al propio cuerpo como medio de expresión, *“(…) el instrumento no se puede separar del instrumentista. El bailarín, su instrumento-*

---

<sup>36</sup> XIOMARA MORALES HERNÁNDEZ, ISABEL RODRÍGUEZ ALVAREZ, LA EXPRESIÓN CORPORAL.p16.

*cuerpo, y su obra, la danza, son todavía una unidad inseparable, porque la danza vive en el instante en que el bailarín la está bailando<sup>37</sup>”.*

Creo que lo esencial de la danza, como lenguaje artístico es la posibilidad de expresar la subjetividad de cada uno, para construir aprendizajes que puedan compartirse en contextos educativos en diferentes edades. En el caso de esta investigación, en la edad adolescente.

*“La expresión corporal ofrece estar inventando cosas, divertirse inventando y en ese sentido mi subjetividad emerge en mi propio movimiento”* (Entrevista a Daniela Marini 2015)

La edad adolescente es un momento en el que se hace muy importante la consciencia de quién es el individuo que se construye para validarse frente al mundo a través de la mirada de los otros. Es por esto que el joven necesita herramientas que este medio puede brindarle. Ellas son principalmente de comunicación frente al mundo en el que existe.

Citando a Oliveto y Zylberberg (2005) La expresión corporal tiene sus propias técnicas:

La primera sería **la sensopercepción**: Adoptada por Patricia Stokoe como técnica base, y que ella define como “una disciplina al alcance de todos que forma una parte fundamental en la búsqueda de la propia imagen y el desarrollo de esta forma única e irreplicable que es la expresión corporal propia(...) Se refiere específicamente a dos aspectos:

1. Todas las actividades prácticas cuyo objetivo es facilitar la posibilidad de registrar con creciente claridad los diversos estímulos que darán lugar a la elaboración de percepciones del propio cuerpo (imagen corporal) y del medio externo.

2. Un concepto y una técnica general de acercamiento sensoperceptivo a otros aspectos de la expresión corporal como, por ejemplo: la comunicación, el desarrollo

---

<sup>37</sup> HARF RUTH, KALMAR DÉBORA, WISKITSKI JUDITH.1998.

de las cualidades físicas, la sensibilización musical, la capacitación motora y rítmica, la ejecución de la imagen reproductiva y la integración de objetivos.

Durante las clases, la función de la sensopercepción es abrir caminos para lograr que los estudiantes conecten hacia adentro y hacia afuera con su corporalidad para enriquecer a través de la percepción nuestras imágenes.

Citando a Rappoport: “En los adultos, las investigaciones sobre privación de estímulos han mostrado que cuando se disminuye marcadamente la estimulación sensorial, los procesos mentales se desorganizan...”<sup>38</sup> “La estimulación es necesaria para que los sistemas nerviosos se desarrollen y se mantengan debidamente.”<sup>39</sup>

La práctica del movimiento a través de la expresión corporal puede prevenir procesos de deterioro o desestructuración a nivel cerebral, ya que estimula nuestro sistema neuronal propiciando un mejor desarrollo de nuestras habilidades motrices, afectivas y sociales, además de reforzar nuestra imagen y esquema corporal entre otros.

La segunda técnica a considerar sería **la improvisación**:

Considerando que improvisar es responder inesperadamente ésta permite responder de inmediato a los estímulos propuestos, y así conservar intacto el valor de la espontaneidad adherimos al concepto de improvisación como:

*“la búsqueda sobre la marcha de nuevas y personales respuestas motrices, ante un estímulo o premisa de partida, común a todos los componentes de la clase”* (Padilla, 2002, p. 43)

En el contexto de esta investigación en la expresión corporal con adolescentes, pienso en la improvisación como una actividad que se realiza usando como sustrato nuestro cuerpo, donde el estudiante tiene la posibilidad de hacer emerger lo que sus contingencias corporales e imaginación le permitan, junto con convertir la práctica del movimiento en un proceso que facilite y desarrolle su creatividad.

---

<sup>38</sup> VALLEJO BENITO JOAQUÍN.2001.p4.

*“En cierto sentido, todo arte es improvisación (...).Lo que alcanzamos a través de la improvisación es el sabor del viaje mismo. En todas estas formas de expresión hay una experiencia unificante que es la esencia del misterio creativo. El centro de la improvisación es el libre juego de la consciencia mientras dibuja, escribe, pinta y ejecuta la materia prima que surge del inconsciente. Este juego implica un cierto grado de riesgo”<sup>40</sup>.*

Si dejamos que los jóvenes asuman ese riesgo les permitimos transitar un camino de preguntas, donde lo interesante no es encontrar las respuestas, sino vivenciar el recorrido hacia ellas. En esa vivencia será indispensable tener la atención en el momento presente, es decir en el aquí y ahora.

Para estar presente en el tiempo de la improvisación es necesario estar “a la escucha” del momento y de las circunstancias del instante, dejarse atravesar por la circunstancia actual. En otras palabras, como señala Nancy Jean Luc, en su libro *A la escucha*, Nómadas ED. Amorrortu, España: *“Danzar desde ese estado de improvisación con un cuerpo alerta y despierto”*

Todos estos elementos y técnicas que identifican a la Expresión Corporal, son llevados a procesos en el aula a través de sus contenidos fundamentales: Educación del movimiento, creatividad y comunicación. A continuación, un esquema extraído del artículo Expresión corporal en educación, aportes para la formación docente escrito por Nora Ros en la Revista Iberoamericana de Educación detallado en la figura N°1:

---

<sup>40</sup> OLIVETO MERCEDES, ZYLBERBERG DALIA 2005. p20 y 21.

**Figura n°1: Expresión Corporal-Danza**



Fuente: Ros (2002)

Durante el aprendizaje, estos tres procesos se conjugan e interactúan a través de la experiencia y de la teoría. Tal como expone Ros, para su desarrollo, será fundamental la apertura del estudiante en cuanto a:

Disponibilidad corporal:

- Darse permiso para mover el cuerpo, sentirlo, escucharlo, tocarlo, mirarlo, explorarlo, descubrirlo.
- Atreverse a jugar con el cuerpo, a imaginar, emocionarse, reproducir, inventar, investigar, recrear, crear.
- Transformar estereotipos corporales.
- Permitirse el placer de moverse y danzar cultivando la alegría y el sentido del humor.

### Disponibilidad comunicacional:

- Expresar desde y con el cuerpo, consigo mismo, con el otro y con los otros.
- Valorar el proceso creativo del diálogo corporal por sobre el producto.
- Estar atento a los procesos grupales, permitiendo que fluyan, se canalicen y enriquezcan.

Creo en la necesidad de que el adolescente vivencie y experimente el movimiento del cuerpo para abrir caminos hacia la sociabilización a través del conocimiento y aceptación de su propio cuerpo, el descubrimiento de su movilidad, la comunicación con otros y el desarrollo de la creatividad.

En su experiencia como profesora de improvisación y creación con adolescentes, Alejandra Fuentes comenta:

*“Creo que es importante empezar a crear un mundo desde lo que uno es, construir con ellos consciencia y lenguaje. El cuerpo refleja una manera de comunicar y vivir. El cuerpo dice mucho, cuando uno ve a alguien moverse y expresarse a través del cuerpo, uno entiende a la persona, y creo que si ellos empiezan a tener esa consciencia podrían conectarse mucho más profundo en las relaciones también. Tanto a ellos como en la relación con otro. En todo ámbito de la vida cotidiana referente a la comunicación”* (Entrevista a Alejandra Fuentes 2015).

Se debe considerar que para que el proceso de comunicación ocurra, no basta solo con que exista un otro, pues será necesario que el individuo tome consciencia de sí mismo en y durante el proceso de interacción. Para explicarlo citamos a Oliveto y Zylberberg (2005), que definen cuatro relaciones de comunicación en la expresión corporal:

1. Comunicación intrapersonal: Se refiere a los trabajos individuales, donde la atención se centraliza en el propio cuerpo. Ejemplos: Espacio personal, sentidos, imágenes que refieran al propio cuerpo.

2.- Comunicación interpersonal: Ocurre cuando la propuesta implica la comunicación entre dos personas. Ejemplos: espejos, sombras, espacio compartido, limitado, complementario.

3.- Comunicación intragrupal: es la que se da entre cada miembro del grupo y todos los demás. Ejemplos: fondo y figura, liderazgo, canon, paralelismo (sombra) grupal.

4.- Comunicación intergrupala: Ocurre entre los subgrupos de un grupo. Ejemplos: eco, o preguntas y respuestas realizadas por diferentes subgrupos, esquemas grupales.

Es decir, se puede observar que en la formación a través del cuerpo, los estudiantes se familiarizan en la conciencia de sí mismos y con el grupo, estableciendo relaciones de comunicación que se diversifican según el criterio de cada profesor. A mí me interesa trabajar a través de estas relaciones grupales, pues creo que son herramientas necesarias para el desarrollo integral del adolescente en cuanto a convivencia, cooperación y colaboración. A continuación se profundizará en el término grupo, para explicar por qué he escogido esta estrategia metodológica en el campo de la danza.

## II.2. EL GRUPO

*“Etimológicamente la palabra grupo es de origen reciente. Proviene del italiano Groppo o Gruppo cuyo sentido fue en un primer momento “nudo” y sólo más tarde va a hacer alusión a conjunto-reunión. Los lingüistas lo derivan del antiguo provenzal gropinudo y suponen que es un derivado del germano occidental Kruppo-Masa redondeada, originándose este último significado de la palabra círculo. Es así que desde el punto de vista etimológico se estarían planteando dos campos de acción: el del nudo y el del círculo. Esto nos remite a la idea de abordar a los grupos desde sus complejidades, desde sus nudos, pero también desde sus producciones de efectos singulares e inéditos, sus círculos”<sup>41</sup>.*

Se entiende por grupo *"la constitución de dos o más personas con los mismos objetivos y que tienen una relación psicológica significativa y estable, lo que se expresa en un sentimiento de pertenencia y de responsabilidad"*. Por tanto todo grupo nace cuando dos o más personas buscan satisfacer necesidades afines o responder a las mismas demandas en una situación dada<sup>42</sup>

Según el Manual de dinámicas de grupo para jóvenes (2000), existen diferentes formas de clasificar grupos, en la que distinguen las siguientes:

### De acuerdo al origen:

- Los grupos naturales que se forman por la amistad o la afinidad entre sus integrantes.
- Los grupos artificiales a los cuales se les designa para una tarea sin escogerse los integrantes entre ellos.

### De acuerdo a la actividad que los caracteriza:

- Los grupos de convivencia en los cuales se reúnen sus miembros para compartir, vivenciar algo juntos, expresar sus emociones, sus ritos, sus creencias.

---

<sup>41</sup> DEL CUETO A.M Y FERNÁNDEZ A.M Del Cueto A.M. 2000

<sup>42</sup> Programa Interdisciplinario de investigaciones en educación.2000.p8. [en línea]



- Los grupos de estudio destinados por sus integrantes para reflexionar, investigar, estudiar la realidad.
- Los grupos de trabajo en los cuales sus integrantes se abocan principalmente a desarrollar acciones o actividades tanto hacia el interior del grupo como hacia la comunidad.

De acuerdo al tiempo de duración nos encontramos con:

- Los grupos permanentes en los cuales sus integrantes mantienen el encuentro más allá de las tareas que se proponen.
- Los grupos transitorios que terminan luego de lograr los objetivos iniciales que unieron a sus integrantes.

De acuerdo a la cantidad de miembros:

- Los grupos grandes, de más de 40 integrantes. Es necesario dividirlo en comisiones o grupos pequeños para que sean efectivos.
- Los grupos medianos de entre 30 y 40 integrantes. Se requiere de técnicas que permitan facilitar la toma de decisiones.
- Los grupos pequeños de menos de 15 integrantes. En estos se dan las relaciones “cara a cara” y son más dinámicos y ágiles.

Pienso que el grupo proporciona al adolescente una plataforma distinta para ver el mundo. Le ofrece un lugar relativamente estable, aprenden a establecer relaciones sociales y a la vez pueden encontrar apoyo para afrontar sus conflictos y elementos para construir su identidad.

*“... en torno a los 13,...hay una idea de grupo, (porque me gusta porque son mis amigos, porque me entretiene), pero no hay una crisis existencial pareciera. Ya después desde los 15, 16 años, hay como un asentamiento de esta cosa existencialista, ideológica y experimental, (...) ya no el grupo porque me entretiene sino porque me da la confirmación y existo gracias a ello. (...) Es un momento en el que en general se necesita mucho del otro y de la reafirmación del otro , osea; es un momento donde se pone en evidencia qué soy, cómo me veo contigo y tú me ves y de cómo generamos ese vínculo para que mi sensación de confort sea más*

*contundente y no tan vulnerable a los cambios...*” (Entrevista a Poly Rodríguez, 2015)

Algunas de las particularidades que integran los grupos adolescentes está dada por la participación, pero; ¿qué es lo que buscan y pretenden encontrar los jóvenes en el grupo?

Intentando responder a esta pregunta, se puede decir que el adolescente pasa por momentos de reestructuraciones complejas, por lo que busca referencias para compararse y apoyarse en las opiniones externas de modelos que él admira y respeta. Todo esto, para construir un sentido de identidad y pertenencia al grupo que será una expresión de su propia libertad de elección, ya que a través de éste, puede conservar su capacidad crítica junto a su forma de pensar y sentir.

La expresión corporal, se caracteriza por ser un proceso de intercambio y colaboración, siendo un contexto propicio para que el grupo de adolescentes, se encuentre y organice hacia algún objetivo en común. De esta manera, el proceso de expresión y consciencia corporal no sólo operará interna e individualmente, sino que, apoyado por la guía del docente, logrará conectarse a través de la sociabilización con la creatividad y diversidad del grupo, contexto que le permitirá movilizar este cuerpo que cambia en todos sus aspectos; reconociéndose, comprendiendo y valorando sus infinitas capacidades a nivel individual y colectivo.

En el informe de la UNESCO de la comisión nacional sobre la educación para el siglo XXI, <sup>43</sup> se afirma que la educación debe estructurarse en torno a cuatro aprendizajes fundamentales o pilares del conocimiento: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Como se puede observar, cuando dice aprender a vivir juntos necesariamente requiere un proceso de organización y COLABORACIÓN.

Para definir colaboración, me quedaré con la definición de Prendes (2000; 2003).

*“Situación social de interacción entre grupos donde se persigue el logro de objetivos a través de la realización (individual o conjunta) de tareas. Exige a los participantes*

---

<sup>43</sup> DELORS.1996. p95-109.

*habilidades comunicativas; relaciones simétricas y recíprocas; y deseos de compartir la resolución de una tarea.”*

A su vez Prendes expuso las características principales o más significativas del trabajo colaborativo. Nosotros hemos escogido quedarnos con las siguientes:

- Responsabilidad individual en el logro, (todos han de contribuir al éxito de la actividad).
- Interdependencia entre todos los miembros del grupo.
- Se diseñan tareas para la colaboración y no para la competencia (las más idóneas (son tareas complejas y con necesidad de pensamiento divergente y creativo).
- Es necesaria una alta interacción entre los estudiantes.

En relación a los puntos señalados, Daniela Marini comenta su experiencia como profesora de danza con adolescentes:

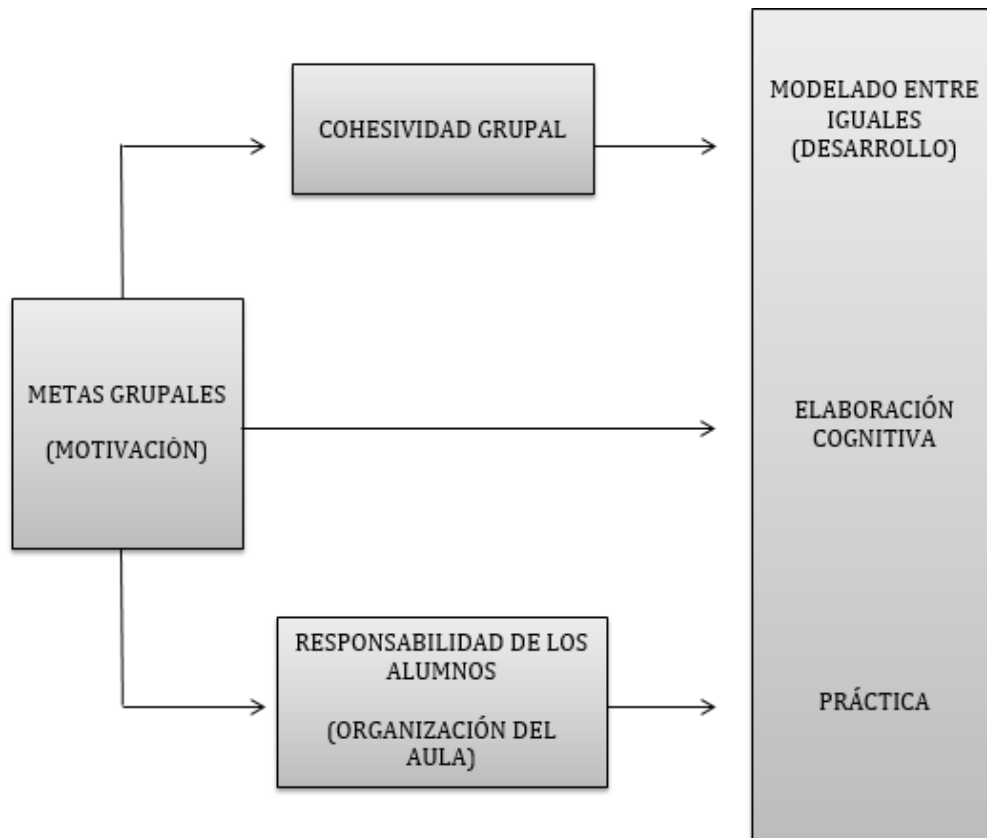
*“Creo que es muy importante fomentar la colaboración y la escucha. Más allá de los contenidos específicos, yo creo que cual sea el contenido, tiene que haber una consciencia de colaboración que es lo que es la danza probablemente. Una disposición a la escucha del otro, de ti mismo, de como estas, de donde estas, de cómo te estás relacionando, y es algo que se despierta en ti”* (Entrevista a Daniela Marini 2015)

Del mismo modo, Yeimy Navarro comenta:

*“La colaboración es un punto que se da entre ellos, a partir de la contención a través de todo lo que sucede, se organizan, a veces los ayudo, pero lo que aparece a través de la colaboración es la contención, son muy buenos compañeros.”* (Entrevista a Yeimy Navarro (2015)

Por su parte, M<sup>o</sup>Begoña Alfageme en “Una introducción al aprendizaje colaborativo” (2002) cita a Slavin (1992,p.166), que representa esquemáticamente qué es lo que ocurre en el desarrollo de una tarea de tipo colaborativo (figura 2):

**Figura n°2: Aprendizaje colaborativo**



Fuente: Alfageme (2002)

De la figura se desprende que el grupo refuerza e incrementa el rendimiento individual por la responsabilidad que los estudiantes adquieren durante la práctica de la organización y la colaboración que se genera en el grupo para lograr una meta en común.

Según Lobato (1998, p.11) el trabajo en grupo y la colaboración favorece en los alumnos una actitud activa, así como también:

- -Contribuye al desarrollo personal y social de los alumnos.
- -Permiten aprovechar la diversidad dentro del grupo y promueve relaciones multiculturales positivas.

- Maximiza la igualdad de posibilidades en la educación.

Creo que la posibilidad de aprendizaje que brinda en grupo es significativa para relacionarse y aceptarse unos a los otros, así como también a validarse durante el aprendizaje.

*“Hay un libro que se llama el espectador emancipado, que habla de otro libro que se llama el maestro ignorante, que en el fondo lo que plantea, es que no hay cosas que se saben o no se saben, o cosas que se haya que enseñar sino que si hay un grupo que se junta pueden aprender muchísimo(...). A mí eso me hace mucho sentido, y en general ofrezco eso (...) No nos construimos solos, sino que es el otro el que colabora en la construcción de mí mismo”* (Entrevista a Daniela Marini 2015)

Las clases de expresión corporal, buscan fortalecer la autonomía del adolescente en cuanto a emoción, conducta y valores que serán fundamentales para interactuar con el grupo. Para colaborar y participar el joven debe desarrollar su AUTONOMÍA e independencia.

Tal como comenta Daniela Marini en relación a su práctica como profesora de danza con adolescentes, de la cual fui ayudante:

*“Hay veces que creen que no saben nada y lo primero que hay que hacer es darles confianza, y decirles que saben mucho. Entonces claro, en la metodología para mí la autonomía es fundamental. Contener la autonomía, fomentar la autonomía (cursos más grandes igual, adolescentes más grandes) para que cada uno se pueda ver a sí mismo, y se sostenga a sí mismo “(Entrevista a Daniela Marini 2015).*

Otro referente en la definición de autonomía nos dice:

*“Ser autónomo es ser uno mismo, es tener una personalidad propia que es diferente de la de los demás, con nuestros propios pensamientos, sentimientos y deseos y esto nos garantiza tener la capacidad de no depender de los demás para sentirnos bien, para aceptarnos tal y como somos y tener la seguridad de que seremos capaces de valernos por nosotros mismos durante nuestra vida”<sup>44</sup>.*

---

<sup>44</sup> LASO VALLEJO TERESA MARÍA Centro de Psicología [en línea]

La autonomía para un adolescente es importante, ya que sienten que se pueden valerse por sí mismos y enfrentar sus problemas por sí solos.

*“Los términos autonomía e independencia, significan cosas ligeramente distintas. En general, la independencia se refiere a la capacidad individual de actuar por sí mismo. El aumento de la independencia es, sin duda, parte de volverse autónomo”<sup>45</sup>.*

Se me hace difícil relacionar el término autonomía en el contexto educativo chileno. Siento que los espacios formales de educación (fuera del marco artístico) no siempre tienen dentro de sus objetivos propiciar el desarrollo de la independencia y de la singularidad de cada estudiante, pues se ha dirigido la enseñanza hacia una estructura rígida que no siempre valora y trabaja con las diferencias que cada integrante del grupo presenta.

Si se habla de las disciplinas en lo que respecta al desarrollo de las habilidades corporales dentro del currículum escolar como la educación física, creo que muchas veces se centran en la imitación de un modelo y en la competencia más que en el desarrollo de un lenguaje propio y de las habilidades sociales del estudiante...

*“(...) hay un apabullamiento del cuerpo, un acallamiento del cuerpo y de la expresión, de la subjetividad, sí, hay una educación que más bien aplaca a las personas (...) hay gente que dice que el cuerpo es un reducto rebelde y resistente, y entonces los sistemas prefieren callarlo” (Entrevista a Daniela Marini 2015)*

Creo que motivar a pensar, reflexionar y crear por sí mismo al estudiante, naturalizaría la diversidad, comprendiéndola como un aporte a la comunicación y construcción del individuo, y al enriquecimiento del grupo.

*“(...) la educación no se hace cargo de la independencia del niño, el mundo no se hace cargo de la autonomía de nadie, todo el tiempo les están diciendo que hacer y qué no hacer. Lo que se permite y lo que no”... (Entrevista a Vannia Villagrán, 2015)*

Es de mi interés como docente de expresión corporal, tomar la responsabilidad que significa educar al ser humano en la consciencia de su cuerpo tanto en el

---

<sup>45</sup> Desarrollo del Adolescente.2013. [en línea]

reconocimiento de sus habilidades como en sus capacidades comunicativas y creativas. Parte de este argumento se sustenta en las dinámicas grupales como un motor para reconocernos y organizarnos como sociedad.

Dentro del trabajo grupal, independiente del área que se utilice como recurso pedagógico, podemos encontrarnos con personas o grupos que suelen tener mayor seguridad y confianza a la hora de expresarse. A esa característica le llamaremos LIDERAZGO.

La palabra liderazgo define a una influencia que se ejerce sobre las personas y que permite incentivarlas para que trabajen en forma entusiasta por un objetivo común. Quien ejerce el liderazgo se conoce como líder.

*“(...) Uno empieza a ser líder desde el momento en que resuelve por sí mismo como ser. Conócete a ti mismo significa separar lo que uno es y quiere ser de lo que el mundo piensa que es y quiere que sea. Algunos inician el proceso temprano y otros más tarde. No importa. El auto conocimiento y la auto invención son procesos de toda la vida”<sup>46</sup>.*

Creo que el líder sólo existe ante la presencia de un otro. En las clases de expresión corporal, pienso que en algún momento todos deberían poder llegar a ese lugar de seguridad respetando las cualidades y la diversidad de cada quien.

En relación a este punto me parece atinente destacar las palabras de algunas de las entrevistadas:

*“Se hacen notar los líderes. Creo que aparecen los que tienen más confianza en sí mismos, y se hacen notar porque intentan traducir lo que el profesor quiere decir para que los que no entienden puedan entrar en las actividades. Me ha pasado encontrar buenos líderes durante mis clases. Canalizadores que colaboran, también salen primeros a probar la actividad sin vergüenza y son un referente, motivan al resto del grupo (...). Igual hay que guiar para que ese líder no tenga tanto protagonismo que entiendan que todos formamos parte de un proceso. Nos respetamos y hay buena onda pero, hay que equilibrar y ahí entro yo, a guiar más.”*  
(Entrevista a Alejandra Fuentes 2015)

---

<sup>46</sup> Liderazgo en la adolescencia. [en línea]

*“Los líderes generalmente son un aporte, les paso el mando porque a veces son muchos y los dejo algo a cargo para enseñar, ensayar, generalmente el líder está colaborando siendo un aporte”* (Entrevista a Vania Villagrán, 2015)

Considero importante que, ya insertos en el grupo, los adolescentes puedan motivarse entre ellos, actúen como mediadores de posibles conflictos y puedan delegar roles. De manera que se pueda generar un espacio de contención y aprendizaje fluido hacia los objetivos que nos presentemos como grupo.

Ya he hablado de la colaboración, la autonomía y el liderazgo, elementos fundamentales en la constitución de un grupo. Hay un factor más que quisiera nombrar. Un elemento que se expresa tanto en la reflexión como en la acción corporal de cada individuo como herramienta para solucionar un problema. Vinculada con todos los aspectos de la vida psicológica y social: LA CREATIVIDAD

*“Creatividad es la capacidad para relacionar o combinar elementos conocidos (...) Favorece el conocimiento personal, la habilidad comunicativa y el manejo de conflictos. La creatividad es una forma de pensar, de sentir y de relacionarse con los demás (...) es una manera de estar en el mundo”*<sup>47</sup>

Si bien la creatividad es una forma de pensar, también supone actitudes y factores de tipo afectivo (Pérez 1999). A continuación mencionaremos algunos de ellos que consideramos relevantes para la práctica de la expresión corporal en la adolescencia.

*Apertura a la experiencia:* disposición interna para ampliar los límites de la consciencia, que se traduce normalmente en curiosidad por el entorno y en iniciativas para explorar y conocer.

*Tolerancia y resolución de ambigüedad:* con frecuencia la realidad no se acomoda a las expectativas y ello acarrea sensaciones desagradables e ideas de fracaso. La capacidad para soportar y superar estas situaciones es lo que se llama *tolerancia a la frustración.*<sup>48</sup>

---

<sup>47</sup> PÉREZ LÓPEZ RICARDO.1999.p10.

<sup>48</sup> Op. Cit.p31.



Considero que estos aspectos adquieren gran importancia en la edad adolescente. Por un lado, la apertura a la experiencia en este caso, sitúa al joven en el aquí y el ahora, llenando de atención y presencia ese momento.

*“(…) para mí la creatividad tiene que ver directamente con la presencia. Una persona creativa es una persona que está presente en lo que está haciendo, no puede ser creativo si no está ahí. Y si no está su atención ahí porque además tiene que haber una intención de querer crear, yo no los puedo obligar a crear, eso no es creatividad eso es obligación…” (Entrevista a Consuelo Pacheco, 2015)*

Por otro lado, creo que la atención puesta en el presente ayuda al joven a dejar de lado las expectativas hacia un resultado, desafiándose, pues es la experiencia misma de resolver una idea en el presente la que cobrará mayor sentido. Estoy hablando de un enfoque que se centra en el proceso más que en el resultado.

*“Para mí lo creativo, también sería la disposición actitudinal, si se puede decir así, de embriagarse con las consignas y de explotarlas, y de llevarlas a diferentes ámbitos, de a poquito, como corriendo los límites (…)” (Entrevista a Poly Rodríguez (2015)*

Cada adolescente es único e irrepetible, reaccionan de diferente manera en una misma situación, pues sus experiencias de vida han sido variadas. El encuentro permanente con esta diversidad, es un privilegiado nicho para aprender y compartir. Creo que la expresión corporal se interesa en la respuesta particular y original de cada uno y no busca uniformidad, sino que la pluralidad, que es educar en el *pensamiento divergente*\* <sup>49</sup> y hacer sentir a cada estudiante escuchado e importante, desarrollando el respeto y la apertura a nuevas respuestas. Puede que no sea fácil, sin embargo la posibilidad de verlos como oportunidades y experiencia, puede cambiar el rumbo de nuestro aprendizaje.

---

<sup>49</sup> \*Divergente: el pensamiento divergente equivale a pensar desde distintas perspectivas. Es ante todo un pensamiento que no se restringe a un plano único, sino que se mueve en planos múltiples y simultáneos. Característicamente, busca más de una respuesta a un desafío o problema. Actúa removiendo supuestos, desarticulando esquemas, flexibilizando posiciones y produciendo nuevas conexiones. Es un pensamiento que explora, ensaya, abre caminos y se mueve en un universo sin límites, frecuentemente hacia lo insólito y original. Es un pensamiento que no se detiene ante las normas establecidas

En esta edad en la que los jóvenes están en una constante búsqueda de su identidad, es de gran importancia que este proceso tenga lugar. La persona irá adquiriendo seguridad en sí misma, perdiendo el miedo a mostrarse como es, encontrándose y valorando tanto sus riquezas como limitaciones.

En la entrevista realizada a Daniela Marini (2015), cuenta su perspectiva respecto a los procesos creativos de los jóvenes:

*“...Bueno yo encuentro que son alucinantemente creativos. Y que además es bonito porque es como que enciendes una chispita apenas, les ofreces una chispita, y ellos sacan llamas, incendios preciosos. Con eso poquito que le ofreces hay una fascinación total por eso que van aprendiendo y descubriendo de ellos mismos, y van abriendo, y abriendo, para mí es súper emocionante verlos. Cuando entra la racionalidad y el juicio ahí nos encontramos con problemas, porque muchos no se valoran a sí mismos como lo que son (no es que haya que súper valorarse ni tirarse para abajo) pero hay algunos que todavía no pueden verse, que necesitan que otro los vea, y está bien, se les respeta eso... pero entra el juicio y entra el problema... igual cuando es una exploración ahí hay un gozo...”*

Si los juicios pueden ser un obstáculo para el aprendizaje, creo que una buena manera de deshacernos de ellos es propiciar espacios confortables y de confianza entre los participantes del grupo. Que las actividades propuestas tengan objetivos y contenidos claros, junto con entregarles responsabilidades, ayudará a que no se sientan tan perdidos.

*“Como los adolescentes están en una edad reflexiva y cuestionadora, puede ser muy importante que los procesos de exploración se realicen en base a la materialidad de lo concreto que existe en ellos, como por ejemplo: observar imágenes y leer acerca de su estructura ósea, musculatura, etc., para luego ver las posibilidades de movimiento que tienen sus articulaciones. De esta manera, la creatividad aparece como consecuencia (...) es algo que va a ir emergiendo en la variedad, en la diversificación de experiencias.”* Tal como señala Poly Rodríguez (2015).

### **CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL CON ADOLESCENTES**

Tomando en consideración las características de un grupo expuestas en el capítulo anterior, puedo decir que, en cuanto a su organización, se producen constantes cambios que van incidiendo en la forma de trabajar en conjunto. Se está hablando de un "proceso grupal" que es dinámico. Existe, por tanto, una "dinámica grupal".

En este capítulo he querido compartir la visión de "Educación Participativa" del educador brasilero Paulo Freire en relación a una educación que se basa en la reflexión y la práctica colaborativa, para fundamentar la importancia que tiene la cohesión del grupo para el desarrollo del adolescente. Pero antes, definiré qué se entiende por dinámica de grupo.

### III.1. DINÁMICA DE GRUPO

La dinámica de grupo ha sido definida como un movimiento surgido de la psicología de la Gestalt<sup>50</sup> o de la forma, en el que se destacan las fuerzas socio psicológicas existentes dentro de un grupo.

El término dinámica, se ha desarrollado como las energías y las fuerzas que se derivan tanto de los individuos como de su interacción recíproca y la suma y conversión de estas fuerzas en actividad, en contraposición con la conducta estática.

El término dinámica de grupo se entiende también como:

*“Un proceso propio de interacción dentro del grupo, fuerza interna que mueve la acción del grupo, desde el inicio de su formación hasta la desintegración o consolidación; toma en cuenta los papeles individuales, la división del trabajo, el comportamiento por la acción grupal, la capacidad y flexibilidad en la toma de decisiones en función del logro de los objetivos del grupo<sup>51</sup> .*

Desde que comencé esta investigación acerca de las incidencias de la expresión corporal en el desarrollo integral de los adolescentes, me di cuenta que era, fundamentalmente, a través del grupo, que se enlazaban e interactuaban elementos necesarios para la construcción de la identidad y el desarrollo de la autonomía del adolescente.

Al tomar consciencia de la importancia del trabajo grupal, de la organización y la colaboración en la práctica pedagógica, me encontré con los estudios de uno de los educadores latinoamericanos más influyentes del siglo XX, el brasileño Paulo Freire. Sus postulados comenzaron a reafirmar las ideas que tenía acerca del cómo llevar a

---

<sup>50</sup> La psicología de la Gestalt es un movimiento de la psicología que surgió a comienzos del siglo XX en suelo alemán, con teóricos como Kurt Lewin, Max Wertheimer y Kurt Koffka, entre otros. Esta escuela sostiene que la mente se encarga de configurar, mediante diversos principios, todos aquellos elementos que pasan a formar parte de ellos gracias a la acción de la percepción o al acervo de la memoria. Para la psicología de la Gestalt, el todo nunca es igual a la sumatoria de sus distintas partes, sino que es algo diferente.

<sup>51</sup> “Curso de Inducción del Profesor Universitario de Técnicas Grupales de Enseñanza Aprendizaje” [en línea]

cabo la práctica educativa considerando una educación que se basa en la reflexión y la práctica, no tan solo en la repetición ni en el depósito de los conocimientos del profesor al estudiante. La horizontalidad, en este caso, funciona como motor de retroalimentación y transformación de la realidad.

Esto me permitió abrir la mirada no sólo hacia la crisis del adolescente, sino también a problematizar mi labor como profesora. Tomé mayor conciencia que la educación existe sólo cuando somos capaces de reconocernos en el otro, generando espacios de diálogo y comunicación que abren posibilidades a la participación.

A continuación daré a conocer algunos puntos de la propuesta educativa de Freire, que a mi parecer son relevantes y competentes para complementar en términos teóricos los aspectos fundamentales para el desarrollo de la práctica de la expresión corporal con adolescentes.

### **III.1.1. Paulo Freire: Educación Participativa**

Para Freire la educación no debe ser neutral. Toda forma de educar está guiada por la forma de ver el mundo de quien nos lo enseñe. En su propuesta señala cinco principios en los que debe basarse la pedagogía, los que hemos extraído de la “Guía para el facilitador de grupos adolescentes, técnicas orientadas al desarrollo del liderazgo y las habilidades sociales dirigidas a la prevención de drogas por Jorge Luis Arnao Marciani, Lima- Perú” (2004):

#### **1.- Importancia a partir de la realidad.**

La forma de conciencia crítica se hace a partir de la realidad, para ello:

- Debemos distanciarnos de la realidad para ser objetivos
- Analizar, interpretar y crear una nueva realidad
- Partir del aquí y del ahora
- Mantener una actitud crítica y cuestionadora

## **2.- Importancia de la acción.**

La toma de conciencia debe desembocar en la acción, entendida como transformación de la realidad. De esta manera, el camino más recomendable para seguir es el de la praxis: acción- reacción.

## **3.- Importancia del grupo**

La concientización existe a partir de la comunidad, el grupo es la célula educativa básica. El grupo es quien educa.

## **4.- Nueva relación entre método y contenido**

El contexto de este punto radica en que el método debe ser educativo en sí. Los cambios se centran en el cambio de actitudes fundamentalmente, no en la transmisión de información. Incorporándose nuevas conductas en la persona misma.

## **5.- Nueva relación entre maestro y estudiante**

En la “educación liberadora” ocurre una horizontalidad entre maestro y estudiante que realizan juntos una experiencia creadora: develar la realidad de una manera crítica quiere decir que juntos se educan.

“La relación entre compañeros deja de ser competitiva para volverse interpersonal, y la del maestro con los estudiantes cambia de la imposición vertical y juzgadora, a una relación en la que todos comparten respeto y vulnerabilidad. Por todo ello, la reintegración del cuerpo y la mente en esta propuesta conduce al maestro a examinar su propio estilo relacional”<sup>52</sup>

La educación posee siempre una dimensión política, porque trata con relaciones de poder a través de relaciones de saber. El trabajo del educador debe estar al servicio del educando<sup>53</sup>. La clase popular construirá su cultura a medida que aprende a

---

<sup>52</sup> ISLAS ILDA, CÁMARA ELIZABETH. p230.

<sup>53</sup> Relaciones entre el Educador y el Educando

Considera como sujetos de la educación al educador - educando y al educando - educador.

Los educandos se transforman en “investigadores críticos” en diálogo con el educador, quien a su vez es también un “investigador crítico”.

El papel del educador es el de proporcionar las condiciones para que el educando pase del nivel de la doxa (opinión) al nivel del logos (conocimiento veraz) en su comprensión del hombre y del mundo.

cómo crear su propio saber. Se trata de la construcción colectiva de las ideas base que dan sentido tanto a la crítica del orden vigente, como a la disposición del pueblo para transformar.

### **Características:**

- Se basa exclusivamente en eventos educativos y no privilegia ningún modelo educativo por sobre otro.
- Se da a lo largo de un proceso de manera intencional
- Requiere una debida preparación y un permanente monitoreo
- Convierte la realidad y el proceso de transformación en hechos educativos en sí mismos
- Se realiza a través de la interpretación de la realidad y de los procesos

Maestro y estudiante se educan juntos, el educador se encuentra al servicio del educando, lo que se da a lo largo de un proceso. Esto contempla la visión de futuro y su efecto en la acción, poniendo el foco en la construcción de un futuro mejor para todos.

*“Respetar al otro y a ti mismo en todo sentido, yo no soy un ser supremo por ser profe y ellos tampoco, estamos todos aprendiendo”.* (Entrevista a Vannia Villagrán, 2015)

Enlazando la pedagogía de Paulo Freire en función del grupo y la expresión corporal, me centraré en la importancia de poner nuestra atención en el presente y la reflexión a partir de la realidad para accionar, así como también en la relación de horizontalidad que se establece entre profesor y estudiante a lo largo de un proceso de aprendizaje. En relación a la horizontalidad entre profesor y estudiante me parecen interesantes las siguientes reflexiones:

*“ Cuando trabajé con octavos básicos era como: “-hola soy la profe” y no me resultó así, me resultó cuando los empecé a ver; hola Juanito, hola Andrea como estas, porque ellos saben que tú eres la profe, solo que...Tú tienes que saber también quiénes son ellos... entonces cuando pasaba eso, yo sentí que tenía que tener ese*

*trato más horizontal, como respetar que ellos no quisieran hacer todo y también ser permeable, creativa, porque en el fondo no es que yo llegue con una clase y esa clase yo la voy a hacer sola, sino que la hacemos todos.”(Entrevista a Consuelo Pacheco, 2015)*

Es decir, poner atención en el presente y en el contexto del aula, puede abrir nuestra mirada y la de los estudiantes con quienes trabajamos. Estar atentos a la manera en que responden a los estímulos de la clase, y el cómo nosotros respondemos a los mismos, nos permitirá a ambos desarrollar preguntas y respuestas dirigidas a las necesidades de un aprendizaje en conjunto.

Como comenta Marcela Ortiz de Zárate (2015) en entrevista:

*“Tengo mis metodologías personales que tienen que ver con observar el entorno cultural y saber qué necesita el grupo, porque todos los grupos necesitan diferentes cosas porque son diferentes y también necesidades muy específicas. Porque ok, yo puedo tener un programa súper estructurado pero si me voy a una isla, o a un campo, es súper importante la contextualización del trabajo y saber escuchar las necesidades del grupo y de las personas porque no todos tienen las mismas necesidades.”*

Retomando el concepto de educación horizontal, Vallejo y Ridocci<sup>54</sup> consideran la vivencia como un componente fundamental en el aprendizaje y la enseñanza de la expresión corporal. Plantean que la experimentación, (tanto en el profesor como en el estudiante) en todos los aspectos del movimiento, desarrolla nuestros recursos corporales a la vez que nos impregna de sensaciones y nos hace identificar emociones. Como todo proceso, ocurre en el tiempo de cada persona y no puede ser obligado.

A su vez, exponen factores fundamentales para su práctica y enseñanza:

- El profesor debe favorecer y facilitar la vivencia corporal del estudiante, siendo parte de ese proceso de retroalimentación y formación permanente apoyada por la teoría

---

<sup>54</sup> VALLEJO BENITO JOAQUÍN, MERCEDES RIDOCCI [en línea]



- El profesor debe haber experimentado previamente con su propio cuerpo el material que es enseñado
- La práctica y experimentación debe ser apoyada y complementada por la teoría, pero la vivencia adquiere un rol fundamental en la expresión corporal
- Cada estudiante aprende de una manera diferente, por lo que el profesor deberá apoyarse por diferentes metodologías y recursos

A través de la danza, los adolescentes conectan con su realidad corporal, lo que provoca un equilibrio entre el afuera (cambiar el mundo) y su adentro (reconocimiento del ser). Su ansiedad por los futuros acontecimientos y el cómo podrá enfrentarlo ya no serán objeto de preocupación, ya que se encontrarán más alertas al presente. La posibilidad de probar, equivocarse y lograr metas en un espacio donde el profesor guía sus descubrimientos cuidadosamente, permitirá que el adolescente elabore sus propias respuestas frente al mundo, lo que lo ayudará a construir su identidad.

## **CAPÍTULO IV: ESTRATEGIAS PARA EL PROCESO DE LA PRÁCTICA CORPORAL**

Desde la teoría; “Tradicionalmente, la danza ha estado orientada hacia la repetición y memorización de patrones de movimiento, centrándose en un trabajo de “reproducción” (trabajo memorístico- copia de un modelo”<sup>55</sup>.

Cuando se reproduce mecánicamente, no existe realmente un proceso creativo o de toma de conciencia corporal, ya que se basa en la apropiación de un material para la reproducción de un modelo, precisamente lo contrario a lo que he defendido en esta investigación. Quisiera que cada estudiante pueda buscar y encontrar su propia manera de expresión a través del cuerpo. Para ello existen diferentes estrategias y métodos. Ya en el capítulo II, se enunció la IMPROVISACIÓN como una de ellas, en este capítulo se revisarán algunas de sus características, viéndola como la capacidad de reinventar y permitir la expresión de la persona, además de la selección de otras Técnicas de Grupo que he considerado atingentes para utilizar con adolescentes en la expresión Corporal.

### **IV.1. TÉCNICAS GRUPALES**

Como ya se mencionó, las dinámicas de grupo en la expresión corporal ponen en relación y comunicación a sus integrantes.

Hemos seleccionado algunas técnicas grupales para el aporte del trabajo en la expresión corporal enfocada a la etapa adolescente, que pueden ser utilizadas en cualquier técnica de la danza o bien, en un taller corporal:

El adolescente, como se ha visto a lo largo de los capítulos, se ve en la necesidad de construir herramientas que le permitan enfrentarse al mundo de una manera autónoma e independiente. Creo que la improvisación es una estrategia que, con una buena guía y objetivos claros, es un medio para que el joven pueda experimentar la libertad de bailar y conocerse a sí mismo y al grupo.

---

<sup>55</sup> Padilla, 2003

### IV.1.1.Técnicas de improvisación

Se entiende improvisación como: “La búsqueda sobre la marcha de nuevas y personales respuestas motrices, ante un estímulo o premisa de partida, común a todos los componentes de la clase”.<sup>56</sup>

Para el trabajo grupal con adolescentes dentro del marco de la Expresión corporal, he seleccionado la técnica de improvisación más bien como medio terapéutico, en el que “se utiliza el movimiento como un proceso para lograr en el individuo la integración física y psíquica (...) y para explorar con el movimiento nuevas formas de pensar y sentir”<sup>57</sup>.

Creo que para generar dinámicas de improvisación será necesario que el profesor tenga claridad en el contenido y los objetivos a desarrollar durante esta práctica, acompañado de una buena propuesta para que los jóvenes se motiven a investigar. Para esto, tomé los aportes realizados por Guerber-Walsh, Leray y Maucouvert (1991) extraídos del libro “La danza en la escuela” de Herminia M°García Ruso” (2005), quienes estudian factores del movimiento danzado y de la composición escénica y que consideran a estos factores como materiales determinantes creativos a partir de los cuales se elabora el movimiento significativo.

Los he escogido para darlos como pistas o consignas para crear actividades dentro de la técnica de improvisación. Se exponen los “factores del movimiento” y a su vez las variaciones de éstos:

- Cuerpo: Percepciones, intenciones, sensaciones, mirada, concentración.
- Peso: Apoyos, aligeramiento, presiones, suspensiones, equilibrios, resistencias, contactos.
- Contacto: Escucha del compañero/de su acción, zonas y procesos de apoyo iniciadores del movimiento, tracciones, suspensiones, rechazar, llevar
- Espacio: Propio, escénico, imaginario, forma, masa, materia, ambiente
- Tiempo: Duración, ritmos, estructuras
- Intensidad: Energía, dinamismo, fuerzas resultantes, cualidades, fluidez
- Interacción: Objetos, accesorios, personas, ambiente, luces.

---

<sup>56</sup> Op. Cit.p43.

<sup>57</sup> CASTILLO TODOROVA NELLY.2008: p20.

Considerar estos elementos como consignas, pueden ayudar a los adolescentes a sentir que transitan desde un camino de lo concreto a lo abstracto en su variación, tal como comenta Poly Rodríguez:

*“Pienso en contenidos que surjan desde su propio cuerpo, de sentir sus movi­lidades articulares, de variar esas posibilidades de moverse con su peso, con el peso del otro, con acciones, con cosas concretas que les permitan acceder al material y que les den la confianza la seguridad de diversificar, de variarlas”* (Entrevista a Poly Rodríguez 2015)

- La improvisación como método o técnica exploratoria en la expresión corporal permite que el estudiante refuerce su consciencia corporal, espacio-temporal y social, además de potenciar una actitud creativa e única. De lo mencionado se desprenden dos objetivos específicos para esta técnica grupal
- Que los estudiantes exploren y creen sus propios elementos de danza (movimientos) para conseguir su propia autoexpresión y una mejor consciencia de sí mismo
- Que los estudiantes desarrollen su creatividad a través de la exploración del tiempo, del espacio, de su capacidad de movimiento y de las relaciones con otros compañeros u objetos.

Es importante que para desarrollar esta práctica el profesor tenga en consideración los diferentes tiempos y procesos de cada estudiante, que sea capaz de ver como se encuentran de estado anímico al momento de la clase, sobre todo en adolescentes que están más propensos a la sensibilidad.

Así como comenta Vannia Villagrán (2015) en le entrevista que le realizamos:

*“En mi caso tengo un espacio en el que trabajo harto con la creatividad y con la improvisación, trabajo harto con el lenguaje de ellos porque la danza educativa es la búsqueda del lenguaje personal, para conocerse a uno mismo es su lenguaje, y trabajo la improvisación con muchas actividades, con consignas, con juegos, también ellos crean sus propias frases, se relacionan... los dejo ser, porque eso es lo que buscan. Al final la pega es de ellos, porque ellos se encontraron y son felices consigo mismos.”*

Improvisar es asumir un riesgo, transitar en un camino de preguntas, donde lo interesante no es encontrar las respuestas, sino vivenciar el recorrido hacia ellas, silenciarse y dejarse atravesar por la circunstancia del presente. Justamente lo que nos interesa ayudar a reforzar los adolescentes, asumir un riesgo que tiene que ver con una apertura a la experiencia, constancia, ganas de trabajar en grupo, compartir y conocerse a sí mismo (entre muchos otros) a través de la práctica corporal.

*“Lo que uno aprende en la adolescencia, dentro del proceso cognitivo y exploratorio en la danza queda para toda la vida”* (Entrevista a Marcela Ortiz de Zárate 2015)

#### **IV.1.2. Técnicas de presentación e integración**

Todo grupo de personas que deseen trabajar juntos necesitan conocerse. Estas técnicas lo guían y permiten. Hay de diferentes complejidades, lo que permite diferentes grados de conocimiento interpersonal y de integración grupal. Permiten el conocimiento individual recíproco, condición básica para eliminar las barreras individualistas desde el principio. Las personas se conocen y se percatan del trabajo en equipo.

No debe dejarse de lado la presentación. Los participantes de un grupo u organización comunitaria no podrán establecer ninguna relación de confianza que los estimule a participar si es que no se conocen.

#### **IV.1.3. Técnicas de animación y juegos**

Los Juegos son una de las técnicas más usadas en el trabajo grupal, permiten romper barreras entre los participantes de un grupo. Tienen como objetivo crear un clima de alegría y buena disposición para cualquier trabajo posterior. Favorecen la participación mediante el juego de papeles que desempeñan, el aumento en la capacidad para tomar decisiones fomentando el trabajo en equipo y el aprovechamiento de los recursos.

Durante su aplicación se deberá tomar en consideración:

- Que los participantes del grupo se sientan a gusto, y de esta manera evitar situaciones en las que se ironice o pongan en ridículo a otros

- Enfatizar en el sentido y la práctica del respeto, el compromiso y la confianza con los integrantes del grupo
- El coordinador debe tener claridad a la hora de explicar la actividad
- La voz del coordinador será esencial al dirigir la actividad, de tal forma que anime a participar activamente.

Los juegos en las técnicas grupales proporcionan una serie de ventajas relacionadas con la generación de espacios participativos al interior de los grupos. Pero habrá que poner especial atención en la posibilidad de que se reproduzcan conductas y actitudes sociales tales como la competencia. De este modo, la técnica de juegos en la dinámica de grupos en el marco de la expresión corporal deberá ser un espacio donde no existan ganadores ni perdedores, sino un lugar de experimentación en el que todos aprendemos y nos respetamos.

Para desarrollar las técnicas de juego en las dinámicas grupales se han generado propuestas con estructuras cooperativas, centrados en la participación y en el que el objetivo y la "diversión" se transformen en metas colectivas y no individuales.

### **Los "juegos cooperativos" tienen las siguientes características:**

#### a) Excluyen la competencia

Tienen como objetivo la participación de todo el grupo para poder lograr una meta en común.

La estructura asegura que todos jueguen juntos y los participantes no se preocupan si van a ganar o perder.

#### b) Excluyen la eliminación

Se busca, a través del juego, incluir y no excluir.

- o Estimulan la creación. Las reglas son flexibles y los participantes pueden contribuir a cambiar el juego. Los juegos se adoptan al grupo, a los recursos y a los objetivos de la actividad. El énfasis del juego no está en el resultado final, sino en el proceso.

- Desarrollan actitudes. Los juegos cooperativos desarrollan un conjunto de actitudes como son la empatía, la comunicación y la cooperación.

#### **IV.1.4 Técnicas de análisis y reflexión**

Estas técnicas están diseñadas para facilitar el trabajo o análisis de un tema en forma grupal. Tienen características especiales, ya sea porque se prestan para determinados temas o porque algunas permiten compartir ideas ordenadamente, resumir o sintetizar opiniones, otras promover discusiones amplias y otras hacer comparaciones e interpretaciones sobre determinados temas. Se utilizan para dinamizar el proceso de Aprendizaje o para la resolución de problemas, activando didácticamente conducción de los grupos.

Estas técnicas tienen como objetivo:

- Organizar al equipo de trabajo
- Facilitar el trabajo, la discusión y el estudio
- Permitir el clima y apertura necesaria para un intercambio y diálogo abierto
- Permitir la planificación compartida y participativa

Como se puede apreciar, las técnicas escogidas poseen un orden para atender las necesidades de un grupo y para desarrollar los objetivos que se quieran plantear pedagógicamente.





## **CAPÍTULO V: TEMAS, OBJETIVOS Y ACTIVIDADES PARA TRABAJAR A TRAVÉS DE DINÁMICAS GRUPALES CON ADOLESCENTES**

A continuación, he extraído del libro “Expresión corporal con adolescentes” (Hernández y Rodríguez, 2000). Algunos temas, objetivos y actividades que son de mi interés para trabajar en clases. Las ACTIVIDADES 1 corresponden a la selección de actividades que realicé propuestas por las autoras del libro. Las ACTIVIDADES 2 corresponden a mi propuesta con la finalidad de dar ideas y pautas optativas para trabajar con adolescentes vinculando el material expuesto a lo largo de esta investigación.

En toda relación enseñanza- aprendizaje existen dos personas que toman decisiones, el profesor y el estudiante. El ítem “Estrategias” detallado en cada actividad, corresponde al siguiente detalle de estilos didácticos:

“El ESTILO DIRECTO se caracteriza por el total protagonismo del profesor en la toma de decisiones, generalmente se remite a la imitación y a un resultado específico. Cuando es el profesor quien toma todas las decisiones y el alumno obedece se logran los siguientes objetivos: respuesta inmediata al estímulo, uniformidad, ejecución sincronizada, réplica de un modelo predeterminado, mantenimiento de normas estéticas, eficiencia del tiempo (...)”<sup>58</sup>. Este tipo de estilo no será utilizado dentro de las actividades expuestas, debido a que sus características no cumplen con mis objetivos en el tema abordado “Dinámicas grupales”. Además, podría caer en la subestimación del desarrollo del aprendizaje del adolescente en una educación que transfiere conocimientos.

El ESTILO INDIRECTO “crea nuevas relaciones entre profesor y estudiante, ofreciendo nuevas condiciones de aprendizaje(...) el profesor aprende a confiar al alumno la toma de decisiones adecuadas mientras práctica, y éste aprende a tomar decisiones independientes de acuerdo con la ejecución de la tarea”. Mosston (2001)

Además, propicia la producción bajo el concepto de creación, se centra en el proceso y el profesor actúa como capacitador, co-investigador.

---

<sup>58</sup> MOSSTON MUSKA, ASHWORTH SARA.2001:p29.

Adhiero en sus principios pedagógicos de los cuales se desprenden los siguientes métodos que he seleccionado adecuados para trabajar con adolescentes:

- Recíproco: Este estilo propicia el desarrollo social y cognitivo del estudiante “El profesor traspasa la tarea de feedback al alumno (verbal y no verbal), quien es fuente de información, toma decisiones ampliando su rol activo en el proceso de aprendizaje.”<sup>59</sup> Los objetivos de aprendizaje de la actividad deben estar claros, sino correremos el riesgo de que los contenidos del curso no sean integrados.
- Divergente: “El alumno inicia el descubrimiento y la producción de opiniones con relación al contenido (...). Este estilo involucra al alumno en la capacidad humana de la diversidad, le invita a ir más allá de lo conocido”<sup>60</sup>. El profesor propone un estímulo en forma de pregunta, problema o situación que lleva al estudiante a la necesidad de buscar soluciones. Por lo tanto, estimula la creatividad. El profesor actúa como mediador; acompañando el proceso e interviniendo si fuera necesario (en el caso de la adolescencia, en algún conflicto en particular, o para motivar hacia la búsqueda de la pregunta a resolver)
- Descubrimiento Guiado: “El profesor toma las decisiones en la fase de pre impacto. Las decisiones más importantes son los objetivos, la finalidad del episodio y el diseño de la secuencia de preguntas que guiarán al alumno a descubrir la finalidad” Mosston (2001).

Que el estudiante descubra las respuestas significa que toma decisiones sobre algunas partes del contenido en el tema que se está trabajando, por lo tanto el profesor confía en la capacidad cognitiva del alumno y el estudiante hace pequeños descubrimientos que lo llevarán al descubrimiento de un concepto.

En el ítem “Técnica Grupal” (que se encuentra en las Actividades número 2 creadas por mí), especifico el tipo de técnica grupal al que corresponde la actividad, presentadas durante el capítulo anterior.

---

<sup>59</sup> Op. Cit.p81.

<sup>60</sup> Op. Cit.p220.

Debo aclarar que existen otros métodos didácticos que no he mencionado, por lo que será de exclusiva responsabilidad de quien enseñe investigar y profundizar en cuáles son las estrategias que más se acercan a la forma de practicar la enseñanza de la expresión corporal.

Por último, he realizado ilustraciones tanto para las actividades extraídas del libro como para las propuestas por mí, intentando generar un material didáctico que aporte al desarrollo de éstas.

La idea de este capítulo es invitar a que cada profesor pueda motivarse a crear nuevas actividades según su experiencia, características del grupo con el que trabaje, circunstancias e intereses. Recordando que la formulación del material que he desarrollado en esta investigación puede ser utilizada para personas que trabajen con adolescentes en un amplio rango educativo.

## **5.1 ACTIVIDADES**

### **5.1.1 Integración**

#### Objetivos:

- Desarrollar el sentido de pertenencia al grupo
- Cohesión, unión del grupo
- Sentirse acogido y aceptado por los compañeros

## ACTIVIDAD 1

Nombre de la actividad: Corriendo

Material: Música energética

Descripción: Todos corren de diferentes formas y a diferentes velocidades según vaya indicando el animador. Así mismo, han de respetar los límites de longitud y altura de la habitación marcados por él.

Algunas consignas: Correr de espaldas, de lado, más deprisa, más despacio, a cámara lenta...

Límites:

- Cuando el animador abre sus brazos a los lados está marcando la posición de la pared que tiene detrás de sí y andará hacia delante y atrás sin que nadie pueda correr a su espalda.
- Cuando el animador eleva su brazo con la palma de la mano mirando al suelo, ésta indica la altura del techo y puede bajar y subir la mano a su capricho. Los estudiantes habrán de ir agachándose a medida que desciende el techo (la mano).
- Cuando mantiene un brazo a un lado y otro elevado los otros límites entran en juego.

Conviene comenzar simplemente corriendo de distintas formas, luego añadir cambios de velocidad para finalmente jugar con formas, velocidades y límites. Puede terminarse acorralándoles al final del aula, con la mano a la altura de las rodillas y pidiéndoles que vayan muy deprisa.

## Dibujo n°1: Actividad 1 de Integración



Fuente: Elaboración Propia

## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: Conociéndose

Técnica grupal: Presentación e Integración, Juegos Cooperativos

Estrategias: estilo recíproco. Estimulación a través de la sensopercepción y coordinación visomotriz.

Material didáctico: Pelota, música que los active

Descripción: Al inicio los estudiantes se ubicaran en un círculo. El profesor comienza diciendo su nombre, luego mirará a una persona y se la lanzará. Quien reciba la pelota dirá su nombre y repetirá la dinámica. Cuando ya todos hayan dicho su nombre varias veces la dinámica cambia. Esta vez antes de lanzar digo el nombre del compañero escogido, genero contacto visual y se la lanzo. Se repite unos minutos. Finalmente los estudiantes se trasladarán por el espacio con esta misma consigna (la pelota no debe caer al suelo). Se debe tener especial atención al lanzar y al recibir la pelota en conectar el centro del cuerpo y mantener las articulaciones disponibles, lo que le dará tiempo a la pelota de transitar un semi círculo en su trayectoria.

Variaciones:

- Agregar niveles alto, medio y bajo, saltos al lanzar o al recibir.
- Cuando se logre una concentración colectiva se puede realizar la actividad sin decir los nombres y con música.
- Para aumentar el grado de complejidad se pueden agregar una o dos pelotas más según la cantidad de estudiantes.

Dibujo n°2: actividad 2 de integración



Fuente: Elaboración Propia



## 5.1.2 Cooperación

### Objetivos:

- Integración
- Desarrollo de la autonomía, de la capacidad de valorar y de la toma de decisiones
- Poner los recursos personales al servicio del grupo
- Desarrollar la capacidad de adaptarse a los otros
- Ser conscientes de lo que puede conseguirse gracias a la unión de intereses y esfuerzos

## ACTIVIDAD 1

Nombre de la actividad: Los monstruos

Material: música de activación

Descripción:

- **Parejas:** Unidos de alguna manera, cada pareja crea la figura de un monstruo. Ha de poseer una forma de desplazarse y gruñir característicamente
- **Grupos de 4:** Entre los cuatro crean un único monstruo que se mueve y emite sonido. Realizamos un “pase de monstruos”. El monstruo desfila ante el resto de los compañeros.

Dibujo n°3: Actividad 1 de Cooperación



Fuente: Elaboración propia

## ACTIVIDAD 2

Nombre de la actividad: Los nombres

Técnica grupal: Presentación e Integración

Estrategias: Estilo Recíproco, Divergente

Material didáctico: Música a elección (para tercera etapa)

Descripción:

- *Primera etapa:* Se divide al curso en 3 o 4 grupos dependiendo en número de integrantes. Dentro de cada grupo uno a uno irán diciendo su nombre con un movimiento según sus sílabas. Ejemplo: DA-NIE-LA (tres movimientos a los que pueden incorporar giros, traslados, movimientos curvos, rectos, etc) y todos lo repetirán diciendo el nombre en voz alta. Se repite hasta que hayan pasado todos.
- *Segunda etapa:* Se les explica que deben organizar los movimientos de cada nombre en una coreografía por el espacio, trabajando en conjunto para tomar las decisiones que sean necesarias como: el orden de comienzo a fin, el frente o cambios de frente que usarán, cambios de velocidad, etc.
- *Tercera etapa:* Cada grupo podrá escoger su música o bien bailar en silencio.

Observaciones: Esta actividad necesita de un largo tiempo para desarrollarse en todas sus etapas, ojalá dos o tres clases.

Dejarlos que sean capaces de organizarse en grupo. Atención en el trato de unos con otros, si se produce algún conflicto, actuar como mediador. También será importante intentar que haya un equilibrio entre quienes lideran, que todos sean capaces de participar.

**Dibujo n°4: Actividad 2 de Cooperación**



Fuente: Elaboración propia

### **5.1.3 Atención y Memoria**

#### Objetivos:

- Desarrollar la capacidad de atención, memoria inmediata y concentración
- Desarrollar la sensibilidad

## **ACTIVIDAD 1**

Nombre de la actividad: Los cuadros

Descripción: 3 equipos de igual número. Han de numerarse dentro de cada equipo. El número 1 de cada equipo ha de fijarse en lo que hace el número 1 de los otros equipos e igualmente el resto de los números. A continuación:

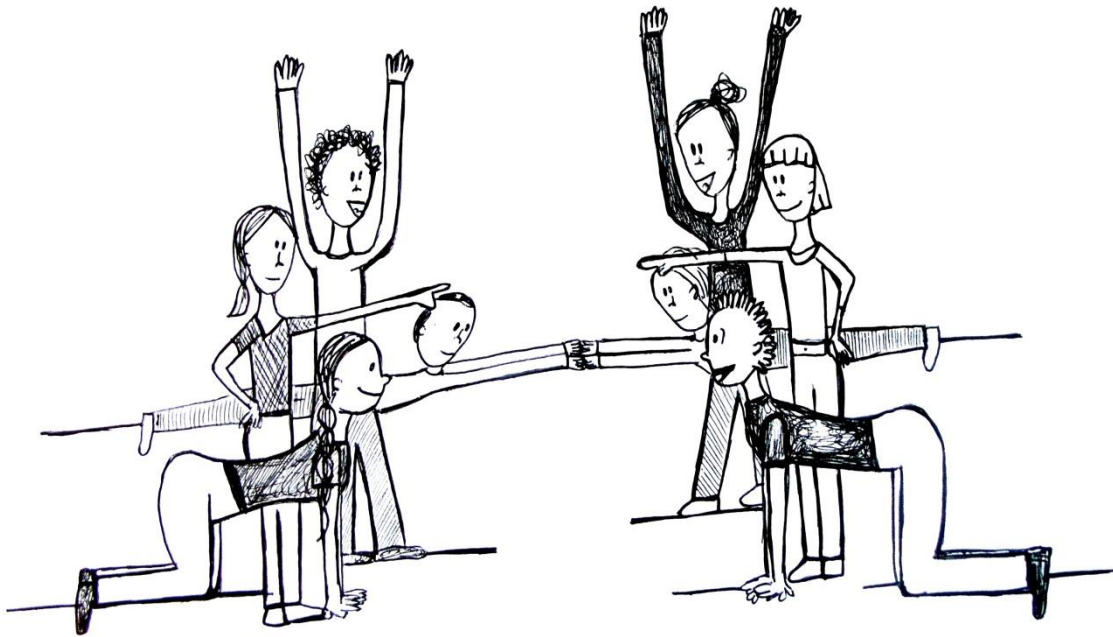
**Equipo 1:** de uno en otro y a la voz de "1", "2", ... van saliendo al centro de la sala y adoptan una postura manteniendo alguna parte del cuerpo en contacto con algún compañero. Los alumnos han de procurar que el cuadro final esté equilibrado, es decir, que haya figuras en todos los niveles, y los demás equipos han de comentar si a su juicio lo han conseguido. El equipo 1 queda inmóvil hasta que se le indique.

**Equipo 2:** de uno en uno salen y van creando la imagen espectacular del cuadro del equipo 1. El número 1 refleja como un espejo la postura del número 1 del primer equipo y así sucesivamente (ver dibujo). El equipo 3 corrige a viva voz (o manipulando al compañero si fuera necesario) los fallos observados. Fijarse en todos los detalles. El equipo 1 se levanta, el 2 continúa en su figura.

**Equipo 3:** de uno en uno van sustituyendo al compañero con su mismo número del equipo 2 procurando imitar la misma figura (se levanta el número 1 del equipo 2 y se coloca en su lugar el número 1 del equipo 3, etc.). Una vez realizado quedan inmóviles mientras el equipo 1 y 2 corrige los errores.

Observaciones: Si el número de estudiantes no es divisible por tres, puede ser una buena ocasión para participar como uno más en la sesión. También alguien del equipo 1 puede luego estar en el 3. Cuidar que la forma en que unos se corrigen a otros sea respetuosa. Dar varias oportunidades al que se ha equivocado de corregirse a sí mismo a partir de lo que oye de sus compañeros. Si no lo consigue, alguien se acercará a colocarte en la forma correcta delicadamente.

**Dibujo n°5: Actividad 1 de Atención y Memoria**



Fuente: Elaboración propia



## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: 1, 2, 3,4

Técnica grupal: Improvisación

Estrategias: Estimulación a través de la coordinación audiomotriz, Estilo Descubrimiento guiado.

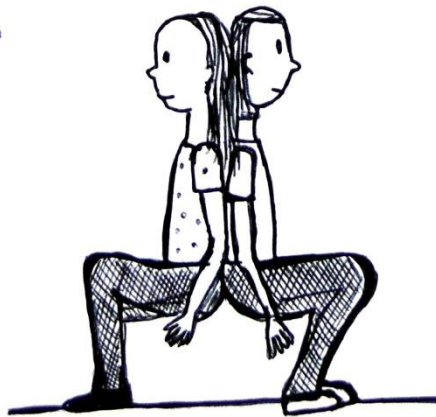
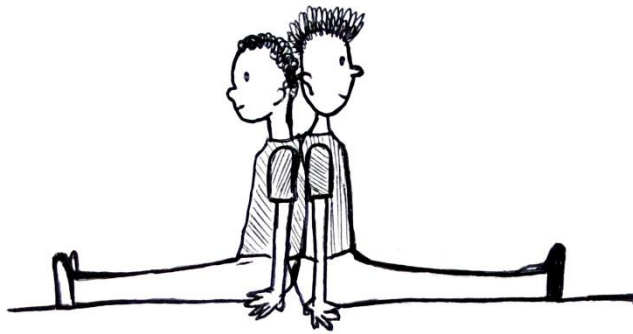
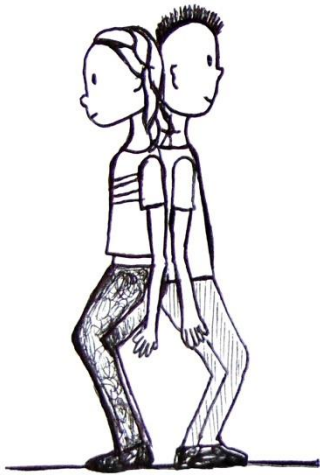
Descripción: Los estudiantes estarán distribuidos por el espacio caminando. Las consignas serán las siguientes: El profesor;

- Al decir número uno, los estudiantes tendrán que apoyar como soporte una, dos o tres partes del cuerpo en el piso. (según sea la indicación)
- Al decir dos, los estudiantes deberán ubicarse en parejas espalda con espalda, darse peso y bajar hasta sentarse para volver a subir sin separarse
- Al decir tres tendrán que tomar las dos manos de un compañero en contrapeso (Peso que ejerce una fuerza opuesta a otra)
- Al decir cuatro se detendrán en una pausa

Variaciones: El profesor puede cambiar a nuevas consignas del 1 al 4 o aumentar el número de consignas.

Observaciones: Antes de realizar la actividad el profesor debe introducir a los estudiantes el contenido de peso del cuerpo y contrapesos en parejas para poder desarrollar la actividad con mayor tranquilidad y consciencia. El profesor debe dejar claras las indicaciones desde el comienzo, la atención y concentración serán fundamentales para su realización, de esta manera prevenimos accidentes.

**Dibujo n°6: Actividad 2 de Atención y Memoria**



Fuente: Elaboración propia

#### **5.1.4 Fluidez**

##### Objetivos:

- Potenciar la agilidad mental
- Huir del conformismo por medio de la búsqueda de nuevas posibilidades
- Toma de decisiones

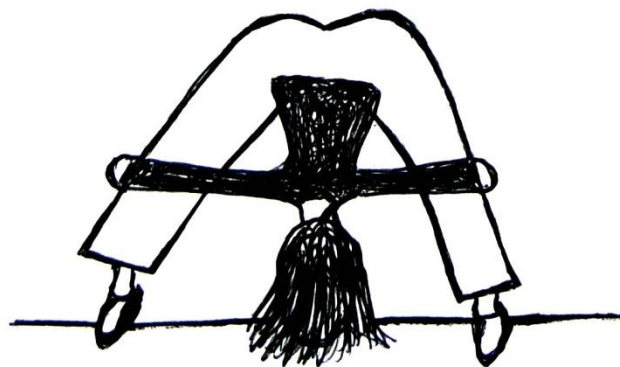
## **ACTIVIDAD 1**

Nombre de la actividad: Saludos

Material: música dinámica de fondo

Descripción: *Todos con todos*, cada cual, moviéndose por la sala, va saludando uno a uno al resto de los compañeros, pero cada vez ha de hacerlo de una forma diferente. Por ejemplo: dando la mano, haciendo una reverencia, dando dos besos, chocando las palmas, golpeando la espalda, al estilo árabe o chino... etc.

Dibujo n°7: Actividad 1 de Fluidez



Fuente: Elaboración propia

## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: Cambio

Técnica Grupal: Improvisación

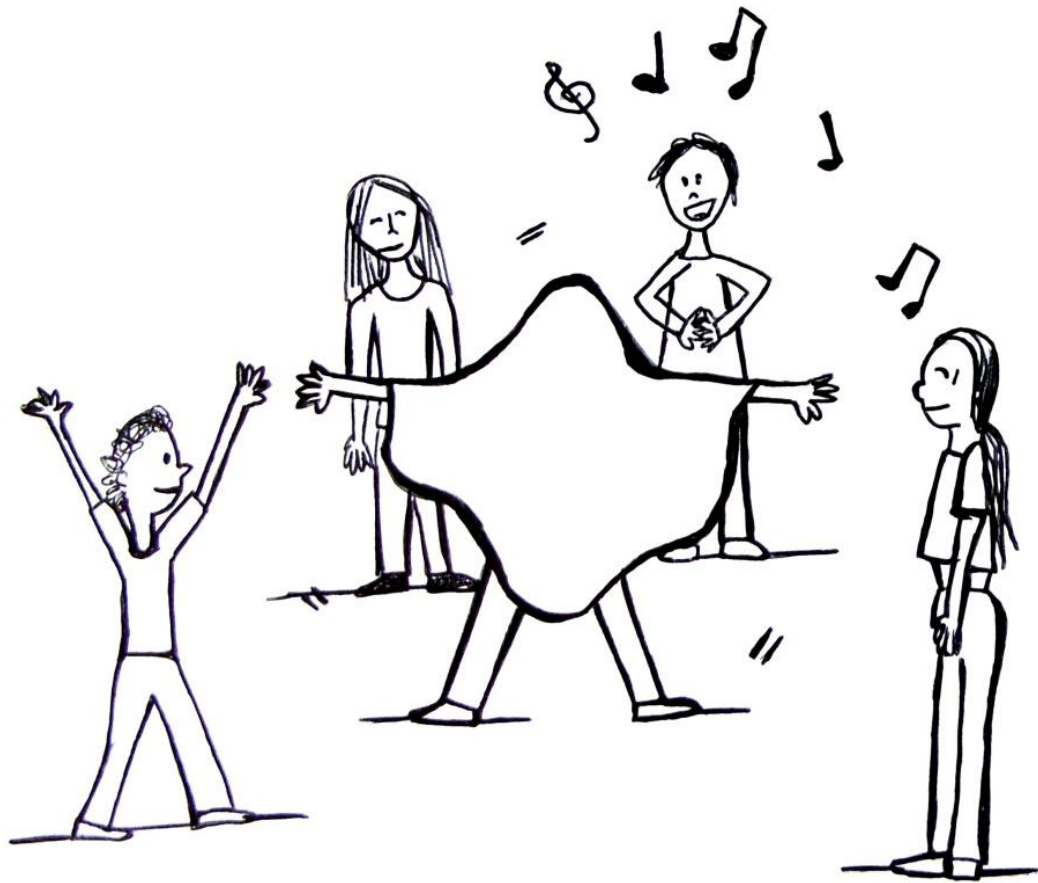
Estrategias: Estilo divergente

Material didáctico: Objetos como: palo de escoba, mesa, silla, tela grande, ovillo de lana y diferentes estilos de música

Descripción: Los estudiantes se ubicaran en un círculo, y dentro de él, el profesor pondrá algún objeto que tenga a su disposición. Irán saliendo de a uno al centro a realizar alguna acción con el elemento cambiando la función de éste. Ejemplo: Convierte una tela tomándola con las dos manos de las dos puntas y la mueve como si fuera el mar, o se la pone encima para convertirse en fantasma, etc.

Observaciones: Habrá que poner atención en que no salgan siempre los mismos, para ello se le puede invitar a quien no ha salido. Se deberá motivar a no repetir las mismas acciones, para ello el clima debe ser de motivación. Ojalá antes de esta actividad se haya realizado un encuentro de confianza con el grupo para prevenir la vergüenza.

Dibujo n°8: Actividad 2 de Fluidez



Fue

nte: Elaboración propia

### **5.1.5 Empatía**

#### Objetivos:

- Desarrollo de la empatía y la tolerancia
- Crecer en el respeto hacia los demás
- Reconocer la riqueza que reside en la diversidad



## **ACTIVIDAD 1**

Nombre de la actividad: Trayectorias

Material: Música a elección

Descripción:

- *Individual.* El estudiante elige una trayectoria. A continuación la recorre primero andando y después con un paso diferente (de espaldas, a pata coja...) o/y con una velocidad diferente. Repetirlo varias veces para memorizarlo.
- *Parejas.* Uno muestra su trayectoria con el movimiento y la velocidad elegida a su compañero, que a continuación le imita. Cambio. Si fuera necesario se corrigen uno a otro, dándose una nueva oportunidad.

Variantes: Grupos de 5. Cuatro imitan a la vez o por turno al que ha mostrado su composición.

**Dibujo n°9: Actividad 1 de Empatía**



Fuente: Elaboración propia

## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: Eco

Técnica grupal: Improvisación

Estrategia: Estilo recíproco

Material didáctico: Música a elección

Descripción: El grupo se dispondrá en una gran fila. El que esté adelante irá moviéndose a un ritmo que le permita a los de atrás ir siguiéndolo. Será importante que cada estudiante siga a quien esté exclusivamente delante de él, de manera que se vaya produciendo un movimiento colectivo en efecto dominó. Después de unos minutos el primero de la fila irá atrás y así sucesivamente hasta que se todos hayan pasado.

Variaciones:

- Luego de que hayan pasado todos por la primera experiencia, se pueden hacer 2 o 3 filas para ocupar todo el espacio.
- Después pueden deshacer las filas y ser pequeños grupos o solos por el espacio, dando la posibilidad de seguir a otros grupos y que vayan cambiando a quien siguen según el frente.

Observaciones: Será importante reforzar la idea de respeto junto con la libertad de movimiento y espontaneidad de cada estudiante.

**Dibujo n° 10: Actividad 2 de Empatía**



Fuente: Elaboración propia

### **5.1.6 Expresión**

#### Objetivos:

- Tomar consciencia de los recursos expresivos que cada uno posee y potenciarlos
- Desarrollar un lenguaje corporal propio

## **ACTIVIDAD 1**

Nombre de la actividad: Oposición

Material: Música energética

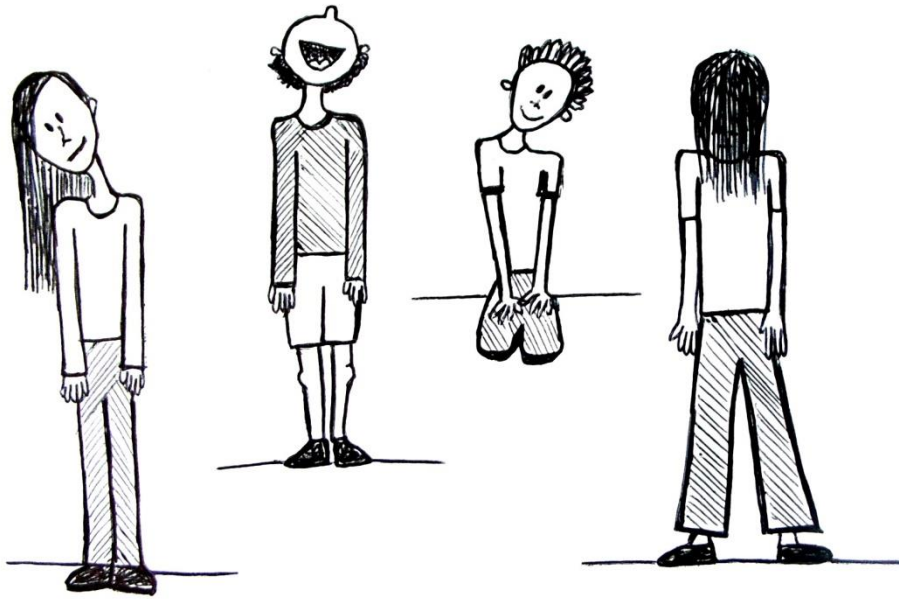
Descripción: *Grupos de 4, 5 o 6*

Sale un equipo y cogen un papel de la bolsa. Salen de uno en uno para adoptar una postura en la que destaque la parte del cuerpo que venía escrita, creando entre todo el grupo un cuadro. Todos tratan de adivinar la parte del cuerpo de que se trata y un segundo equipo crea otro cuadro adoptando distintas posturas, tratando de ocultar o de ignorar dicha parte del cuerpo. A continuación, sale otro equipo y coge un nuevo papel.

Variantes: En vez de usar papeles, cada equipo puede decidir en el momento la parte del cuerpo a destacar.

Observaciones: Dado que trabajamos con adolescentes, si dejamos que elijan ellos las partes del cuerpo, podemos dar lugar a bromas y gestos de “mal gusto” relativas a la actividad sexual. En vez de recriminar, aprovechar para no darle más importancia que a otras partes del cuerpo, de forma que ayudemos a que se consideren como algo natural y no necesariamente motivo de risas o vergüenzas sexuales.

Dibujo n° 11: Actividad 1 de Expresión



Fuente: Elaboración propia

## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: Traslados

Técnica grupal: Improvisación

Estrategias: Descubrimiento guiado

Materiales didácticos: Música de activación

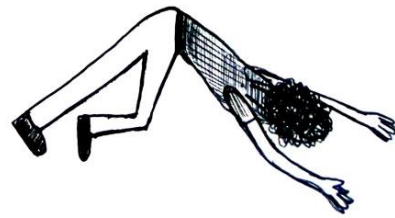
Descripción: El grupo se dispone en una fila mirando en diagonal. Van saliendo de a uno inventando caminatas con diferentes apoyos en el piso trasladándose de un extremo de la sala al otro. El profesor guía diciendo: en cuatro apoyos; en dos, etc.

Variaciones: Va saliendo uno primero y todo el grupo lo sigue detrás experimentando su traslado.

Observaciones: También pueden ir saliendo de a dos y turnarse quien propone la manera de avanzar. Habrá que poner especial atención en que las formas de traslado no sean riesgosas. De ser así, proponer que busquen otra manera.



Dibujo n°12: Actividad 2 de Expresión



Fuente: Elaboración propia

### **5.1.7 Percepción**

#### Objetivos:

- Desarrollo de la sensibilidad:
- Aumentar la consciencia de lo que transcurre a nuestro alrededor
- Desarrollar la percepción visual, auditiva y táctil
- Descubrir nuevos canales de comunicación

## **ACTIVIDAD 1**

Nombre de la actividad: Nuestras espaldas

Material: música relajante

Descripción: *Parejas*

Sentados, pegar las espaldas con la máxima superficie en contacto posible. Para ello los dos se echan hacia delante, juntan sus coxis y entonces yerguen sus espaldas. Ambos mantienen los ojos cerrados y un completo silencio. Uno comienza a mover por ejemplo el hombro, el otro lo percibe y reacciona moviendo otra zona de la espalda de forma que llegue un momento en que ambos se mueven simultáneamente y no necesariamente de igual manera. Se trata de comunicarse a través de la espalda, de enviar mensajes y de captarlos al mismo tiempo. Avisarles antes de comenzar que una vez que se baje la música cambiarán de pareja en el mayor silencio posible y volverán a realizar la dinámica.

Observaciones: Esta dinámica exige mucho respeto y silencio para motivar la concentración que de otro modo se rompería. Por ello, antes de comenzar hay que aclarar que si alguien no pudiera controlar la risa se levante sin ningún problema y quede aparte durante el ejercicio.

La dinámica se realiza dos veces (o más) con la intención de que descubran que al igual que hablando, corporalmente la compenetración con el otro y las sensaciones que nos producen difieren dependiendo de con quién estemos. En este sentido podemos sorprendernos de lo bien que nos compenetramos a través de la espalda con quien verbalmente creíamos no congeniar.

Dibujo n° 13: Actividad 1 de Percepción



Fuente: Elaboración propia

## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: Agudizando nuestros sentidos

Técnica grupal: Juegos Cooperativos, Análisis y reflexión

Estrategias: Estimulación de los sentidos, estilo divergente

Material didáctico: vendas para los ojos, un recipiente con barro, un recipiente con agua, flores, naranjas, manjar, sal, algodón, etc.

Descripción de la actividad: Se pondrán en parejas, por lo tanto el grupo curso queda dividido en dos. Un grupo le venda los ojos al otro y los sienta en el suelo con mucho cuidado. El profesor saca solo la mitad de los elementos a ocupar (para que sea sorpresa. Puede mantenerlos tapados con una gran tela) y los pone distribuidos delante de cada persona vendada.

Cada pareja que observa guía al compañero donde tocar, oler o degustar, por ejemplo le pone las manos en el recipiente con agua, luego irá pasando al siguiente objeto para ser percibido hasta que hayan pasado por todos.

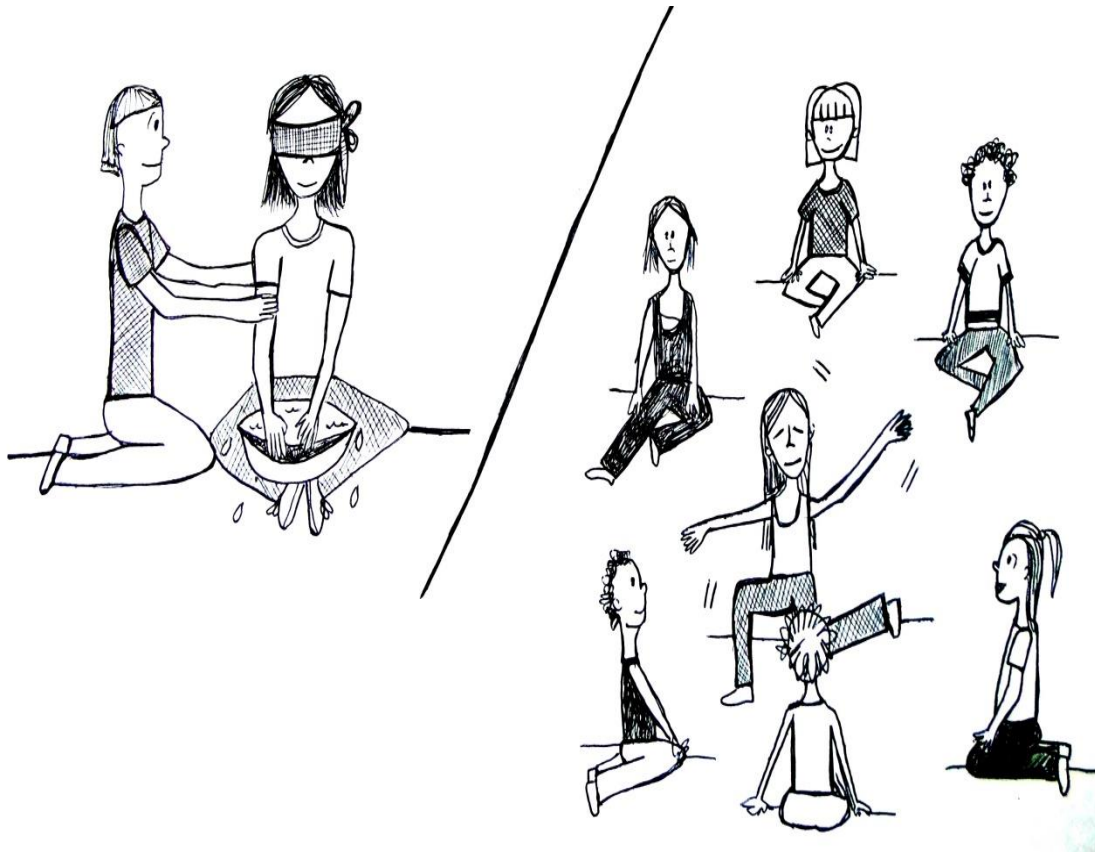
Se les sacan las vendas y le toca al otro grupo de la misma manera. Esta vez el profesor saca los elementos para el grupo 2.

Cuando los dos grupos han pasado percibiendo a través del olfato, el gusto y el tacto, se sientan todos en un círculo. Uno a uno irán entrando a representar con el cuerpo una de las sensaciones percibidas (por ejemplo si es la suavidad del algodón con movimientos lentos, curvos y blandos) hasta que hayan pasado todos.

Al final de la sesión se reflexionará en grupo acerca de la actividad experimentada.

Observaciones: Se recomienda realizar actividades reforzando la confianza en ejercicios grupales antes. Al comienzo de la actividad el profesor debe dejar en claro que está diseñada con absoluto cuidado para disfrutar y experimentar, y que no correrán ningún riesgo. Se recomienda que cada estudiante tenga un cuaderno a modo de bitácora, donde vaya escribiendo su proceso y reflexiones clase a clase.

Dibujo n° 14: Actividad 2 de percepción



Fuente: Elaboración propia

### 5.1.8 Confianza

#### Objetivos:

- Descubrir niveles de seguridad y confianza de unos alumnos con respecto a otros
- Proporcionar oportunidades para asumir responsabilidades

#### **ACTIVIDAD 1**

Nombre de la actividad: De la mano

Material: Música energética

Descripción: En parejas, tomados de la mano. El de la izquierda guía al otro por toda la sala, corriendo, agachándose, esquivando a otros, girando, avanzando de espaldas, de lado etc, según las consignas que vaya dando el profesor.

Variaciones: luego de realizar la actividad en parejas se agrega un tercero y se repite, un cuarto hasta quedar en dos grupos según el número de estudiantes.

Observaciones: Esta es una primera dinámica de introducción suave a los ejercicios de confianza. Me dejo llevar por el otro pero tengo control visual sobre el entorno. La inseguridad y riesgo provienen de la velocidad e incertidumbre de los movimientos del compañero. Deberán estar alerta y atentos a escuchar para prevenir accidentes. La actividad puede estar sujeta a cambios según las condiciones físicas del espacio donde se realice y el número de estudiantes.

Dibujo n° 15: Actividad 1 de Confianza



Fuente: Elaboración propia



## **ACTIVIDAD 2**

Nombre de la actividad: Dejarse caer

Dinámica Grupal: Improvisación

Estrategia: estilo recíproco

Descripción: El grupo hace un círculo. Una persona del curso se pone al centro con los ojos vendados. La actividad consiste en que se deje caer en diferentes direcciones con las articulaciones disponibles, manteniendo el centro de peso conectado al tren superior e inferior, de manera que no se desarme sobre sus compañeros que lo recibirán. Cada uno tendrá la experiencia de pasar por el centro.

Variaciones: El grupo puede dividirse en dos al comienzo. De ser así, el profesor explicará con algunos en un comienzo antes de que inicien la experimentación. Luego se pueden hacer grupos más pequeños.

Observaciones: El profesor debe mostrar primero cómo dejarse caer, para prevenir accidentes. El estudiante que esté al centro debe confiar plenamente en sus compañeros. También será fundamental la alerta del grupo, siendo todos responsables de quien esté al centro.

Dibujo n° 6: Actividad 2 de Confianza



Fuente: Elaboración propia

## CONCLUSIONES

El presente estudio ha tenido por objetivo contribuir al análisis de la expresión corporal con adolescentes para la práctica educativa en un documento que fundamenta los aportes del trabajo en grupo en esta disciplina y en la edad juvenil.

Para iniciar esta investigación, primero se realizó una recopilación de material bibliográfico con respecto a la edad adolescente para entender los procesos psicológicos por los que atraviesan. Luego pensamos en cómo la danza podría ayudar a la formación de personas, entonces comenzaron a aparecer preguntas como ¿qué de la danza? ¿La danza a través de qué metodologías?... Estas preguntas comenzaron a abrir otras cuando nos encontramos con los términos de Expresión Corporal y grupo, que nos inspiraron a conectar los conceptos de colaboración y aprendizaje.

Posteriormente generamos una pauta de entrevista con preguntas que apuntaban a responder porqué la danza puede ser un aporte para el desarrollo integral del adolescente. Entonces nos preguntamos de qué maneras trabajan hoy los profesores de danza con este grupo etario.

Las siete entrevistas realizadas a siete profesoras de danza y expresión corporal fueron bastante reveladoras para nosotros, debido a que en sus palabras y discursos encontramos la clave para comenzar a armar este rompecabezas.

En primer lugar, entendimos que el punto de partida para trabajar con adolescentes es reconocer que son seres humanos cambiantes en construcción en cuerpos que requieren conocerse, reafirmar su autoestima y encausar su energía para comunicar aquello que quieren decir.

La reestructuración de su aparato locomotor necesita de una continua revisión del esquema corporal, siendo ésta una etapa fundamental para reeducar la capacidad propioceptiva. La danza les ofrece mejorar su coordinación neuromuscular proporcionándoles una mayor riqueza de combinaciones motrices, y aprovechando que los adolescentes se encuentran desarrollando su pensamiento hipotético y

deductivo, podemos potenciar que encuentren sus propias maneras de resolver a través de la práctica, incentivando la creatividad.

Creemos que en un proceso educativo el profesor debe estar disponible y atento a las necesidades de sus estudiantes para construir la práctica que se desarrollará durante las clases. A su vez los estudiantes deben saber qué se espera de ellos y ellos deben sentirse con la libertad de expresar qué esperan de quién los guía y acompaña, teniendo consciencia que todos forman parte de un proceso en el que se prueba, se experimenta y se vive el descubrimiento de sus cuerpos a través del reconocimiento de sus posibilidades y limitaciones.

Dentro de este mismo espacio pedagógico idealmente el estudiante confía en el profesor y el profesor en lo que el estudiante puede entregar. Creemos que el espacio de aprendizaje debe darle la posibilidad al estudiante de poner a fluir su curiosidad en el material que se esté trabajando. La curiosidad aparece como un modo de hacer y experimentar, que de alguna manera pone a prueba todas esas “verdades” que alguna vez construimos en nuestra realidad, permitiendo actualizar las maneras de percibir el mundo a través de la experiencia corporal y su consciencia.

La edad adolescente es un periodo en que el individuo puede cuestionar, reconocer y darle valor a la consciencia de su proceso corporal en un contexto determinado. La danza en este sentido, puede ayudarlo a reafirmar su seguridad y confianza, ya que lo hace explorar constantemente con las infinitas posibilidades que su cuerpo le ofrece y a la vez hacerse preguntas que pueden ser respondidas durante una clase de expresión corporal, ya que el cuerpo es su medio de expresión y motor de aprendizaje.

Tomando en consideración estas características entendiendo su amplio rango de posibilidades en las maneras de acompañar un proceso de expresión corporal con este grupo etario, nos parece que el grupo como metodología aparece como un amable facilitador del aprendizaje. Ya sea en parejas, tríos o el grupo completo, el grupo actúa como mediador y sostén tanto de cada uno como en relación a otro, lo que propicia un espacio de mayor seguridad y contención.

Para poder trabajar en grupo, debemos reforzar paralelamente la autonomía del adolescente, pues si bien el grupo actúa como sostenedor de la experiencia, que los estudiantes se sepan como seres autónomos permite que tomen consciencia de sus fortalezas y debilidades en cuanto a su organización motora, además de conectar con sus necesidades para comunicar aquello que los moviliza.

En relación a la práctica del grupo como estrategia metodológica cabe la importancia de señalar que cuando hablamos de organización grupal, podemos observar que en todo grupo aparecen líderes. En el contexto adolescente, creemos que debemos facilitar su desarrollo como ayudantes espontáneos sin excluir a los demás, como facilitadores y colaboradores del aprendizaje. Incluir en este espacio a los más tímidos, puede funcionar invitando a participar activamente a todos por igual, pues todos son importantes.

El profesor debe entrar en el mundo del adolescente, conocer su realidad y contexto para que el material que se entregue y comparta este a disposición del grupo y sea experimentado en un espacio de confianza y entrega. Esto permite que haya más presencia en las acciones, compromiso e interés de parte de los estudiantes. A su vez, entender el camino de la educación corporal como un proceso, prioriza la apertura a la experiencia y la atención a los caminos del aprendizaje que se van transformando, y así cuidar las frustraciones de los estudiantes, lo que les ofrece la posibilidad de entregarles un espacio de libertad para que desplieguen su creatividad

La colaboración es fundamental. Si estamos atentos la relación con el grupo prevenimos el ensimismamiento del adolescente, para lo que se deberá construir un eje de aprendizaje que pueda entregar herramientas hacia la sociabilización. Estas herramientas permiten entender que el tiempo que se destina a cada actividad se comparte con cada integrante del grupo, es decir se valora el tiempo que se requiera para investigar con igual importancia a cada quién. También es necesario el *feedback* entre compañeros, pues potencia el diálogo y hace que todos se sientan parte del mismo proceso, los hace volver a reflexionar sobre el tema abordado y expresar sus opiniones en relación al aprendizaje mismo.

En ese espacio de retroalimentación aparecen diferentes visiones y preguntas, lo que colabora en el reconocimiento de los adolescentes como seres pensantes y observadores.

En los profesores que entrevistamos, la adolescencia parece un lugar escogido, por el interés que les provoca esta edad. Porque al adolescente le importa su relación con el entorno, porque están construyendo su identidad con un gran compromiso y ganas de incidir en el mundo.

A ellos les interesa acompañar esos procesos, ya que es una edad en el que se despiertan las convicciones, se rompen estructuras y se construyen nuevas con una gran determinación y obcecamiento.

Para nosotros tiene que ver con que es un momento de la vida muy significativo en el que adolecer se vincula a empatizar, sentir el entorno, conmoverse y dejarse atravesar por el contexto, y sobre todo en tomar acciones que inciden en el mundo del que formamos parte. Es por todo esto que nos parece un interesante momento para trabajar las dinámicas grupales en esta edad. Por el valor o importancia que toma el otro en esta etapa.

Refiriéndonos a los aportes que generamos con esta investigación, creemos que se cumple el objetivo de generar un material de estudio que contribuye al análisis de la expresión corporal con adolescentes para su práctica, teniendo en consideración los aspectos psicológicos de esta etapa y las riquezas que el trabajo en grupo nos puede brindar para su desarrollo. Todo ello entendiendo la práctica docente en un amplio rango de trabajo corporal y grupal, que no está necesariamente enfocado en la técnica profesional.

En cuanto a las entrevistas realizadas, notamos que los argumentos que sustentan este trabajo se fueron construyendo y revelando en el camino, por lo que las preguntas de la pauta no apuntaron directamente al trabajo en grupo, sino más bien a la manera en que los profesores de danza observan y trabajan hoy con este grupo etario. Creemos que se puede profundizar aún más en el estudio de éste, y a su vez pensamos que podría ser de gran ayuda (en una segunda etapa de estudio) poner en práctica un trabajo con adolescentes que pueda observar su comportamiento, evolución y desarrollo para generar nuevas preguntas y actualización del material

pedagógico en el que se podría entrevistar a los mismos estudiantes adolescentes, para complementar con sus experiencias y reflexiones sobre este material.

En relación al material didáctico generado a partir de actividades, dejamos abierta la posibilidad de transformarlas según las necesidades y contexto del grupo con que se esté trabajando, invitando a los profesores a crear y transformar el material que desarrollan durante sus clases y a sí mismo disfrutar de la práctica educativa tanto del movimiento como de su reflexión, siendo éstas sólo una referencia en el abanico de posibilidades que existen.

Agradecemos y valoramos la oportunidad de investigar y reflexionar sobre la manera en que nos relacionamos con nuestro trabajo como docentes y con nuestros estudiantes, así como preguntarnos si somos fieles a nuestras ideas de sociedad y construcción de mundo y si las ponemos en práctica poniendo especial atención en el amor a lo que hacemos, ya que ahora estamos aún más convencidos de que las herramientas que compartimos en la expresión corporal, son relevantes en el desarrollo integral de las personas, en este caso de los adolescentes.

## BIBLIOGRAFÍA

### Material impreso:

- Alemán Fructuoso Carolina, Serrano Gómez Carmen, La danza como elemento educativo en el adolescente, Educación física y deportes, APUNTS
- Ausubel, 1954, tomado de Arnold, Barbany, Bieniarz, Carranza, Fuster, Hernández, et al., 1985
- Castillo Todorova Nelly, Aspectos a considerar en la enseñanza de la improvisación en danza, Memoria para optar al Título Profesional de Profesora Especializada en Danza, Departamento de danza, Facultad de Artes, Universidad de Chile, 2008
- Curso de Inducción del Profesor Universitario de Técnicas Grupales de Enseñanza Aprendizaje Universidad de San Carlos de Guatemala Facultad de Ciencias Médicas Programa para formación de docentes- pdf- Centro Universitario Metropolitano, Guatemala, Febrero del 2005
- Diverio Silva Irene, Instituto de la Juventud, La adolescencia y su interrelación con el entorno, España, Madrid
- Garbarino Mercedes, Garbarino Héctor, “La adolescencia”, APU, Revista Uruguay de psicoanálisis (en línea), ISSN 1688-7247 (1961-1962) IV 03 Montevideo, Uruguay
- GARCÍA RUSO, M<sup>o</sup> Herminia, La danza en la escuela. Tercera Edición. Barcelona, España. INDE Publicaciones, 2005
- Harf Ruth, Kalmar Débora, Wiskitski Judith, ARTES Y ESCUELA, Aspectos curriculares y didácticos de la educación artística, Paidós, Buenos Aires- Argentina 1998
- Herrero Jiménez, Anza B. “Intervención Psicomotriz en el primer ciclo de educación infantil: estimulación de situaciones sensoriomotoras”, 2.1. Tono, postura y equilibrio. Fundamentos neurobiológicos



- Islas Hilda, Cámara Elizabeth Pensamiento y acción, El método Leeder de la escuela Alemana, Consejo Nacional para la cultura y las artes, México, D.F 2005
- Larraín Jorge Identidad Chilena, LOM, Santiago de Chile 2001
- Le Breton David, La edad solitaria, Adolescencia y sufrimiento, LOM Ediciones, Santiago de Chile
- Marciani Arnao Luis Jorge, Guía para el facilitador de grupos adolescentes, Técnicas orientadas al desarrollo del liderazgo y las habilidades sociales dirigidas a la prevención de drogas, Lima-Perú 2004
- Ministerio de salud de Chile, Guía práctica de Consejería para Adolescentes y Jóvenes-ORIENTACIONES GENERALES-Dirigida a los equipos de Atención Primaria, Santiago de Chile 2011
- Mosston Muska, Ashworth Sara, La Enseñanza de la Educación Física a reforma de los estilos de enseñanza, Hispano Europea, Barcelona, España 2001
- Manual de dinámicas de grupo para jóvenes, Piie-Programa Interdisciplinario de investigaciones en educación, Santiago de Chile, Julio 2000
- Merleau-Ponty, Fenomenología de la percepción, Editorial Planeta-De Agostini, S.A, Aribau, Barcelona, 1945
- Oliveto Mercedes, Zylberberg Dalia, Movimiento, juego y comunicación, perspectivas de Expresión Corporal para niños, Ediciones NOVEDADES EDUCATIVAS, Buenos Aires, Argentina, 2005
- Pérez García, María Matilde. "El instrumento del intérprete en la danza: El cuerpo como medio de expresión y comunicación escénica"
- Pérez López Ricardo, La creatividad, Editorial Universitaria, Santiago de Chile, 1999
- Ruano Niki, Sánchez Galo, Expresión corporal y educación, Editorial deportiva Wanceulen, Universidad de Salamanca, España

- Ros Nora, Expresión Corporal en Educación, Aportes para la formación docente, OEI-Revista Iberoamericana de Educación, Universidad del Centro de la Provincia de Buenos Aires, Argentina, 2001
- Scalozub Telma Lidia, El protagonismo del cuerpo en la adolescencia, Psicoanálisis - Vol. XXIX - Nº 2 - 2007 Malabia 2330, 1º "10" C1425EZH, Capital Federal Argentina
- Vallejo Benito Joaquín Carencias Sensoriales -Tacto y movimiento- Experto en Psicomotricidad, Movimiento Orgánico, Eutonía, Expresión Corporal. Madrid, Abril 2001 Alfa – Movimiento Orgánico y Expresión Corporal
- Vega Blanco María de Jesús, Enfoque teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación, institución universitaria Iberoamericana, Volumen 11. Nº 1, Bogotá 2009
- Xiomara Morales Hernández, Isabel Rodríguez Álvarez, La expresión corporal

### **Bibliografía en línea**

- Denyz Luz Molina Contreras, Concepto de Orientación Educativa: Diversidad y Aproximación, Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, Venezuela <http://www.rieoei.org/deloslectores/736Molina108.PDF>
- Kiki Ruano, Galo Sánchez: Expresión Corporal y Educación, Universidad De Salamanca <<http://www.expresiva.org/wp-content/uploads/2015/01/12-La-EC-danza-en-Patricia-Stokoe.pdf>>
- Desarrollo del Adolescente 2013 <<http://desarrolloadolescentegg.blogspot.cl/2013/01/autonomia.html>>
- Lic. Ana Isabel María, CULTURAS ADOLESCENTES: Los grupos <[http://www.cpcba.com.ar/grupos\\_adolescentes.html](http://www.cpcba.com.ar/grupos_adolescentes.html)>

- María De Jesús Blanco Vega, Enfoques teóricos sobre la Expresión Corporal como medio, Septiembre 2009
- María Teresa Vallejo Laso, Cómo fomentar la autonomía en los adolescentes, Psicotesa Centro de Psicología on line <<http://psicotesa.com/articulos/como-fomentar-la-autonomia-en-los-adol>>
- Moya Retamal Gonzalo <  
<http://www.leonismoargentino.com.ar/INST433.htm>>
- [EnfoquesTeoricosSobreLaExpresionCorporalComoMedioD-4892962.pdf](#)  
file:///C:/Users/Camila/Downloads/Dialnet-
- María José Jiménez, La educación Postural a través de la Expresión Corporal: Una propuesta práctica  
<<http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/bibliografia/POSTURA.html>>
- Miguel ángel Prieto Bascón, “La percepción corporal y espacial” Nº 38 Enero del 2011  
<[http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_38/MIGUEL\\_ANGEL\\_PRIETO\\_BASCON\\_01.pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_38/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf)>
- Razón y Palabra- Primera Revista Electrónica en América Latina Especializada en tópicos de comunicación, Número 13, Año 4, Enero - Marzo 1999 <<http://www.razonypalabra.org.mx/anteriores/n13/freirem13.html>>
- Tesis Doctoral realizada por Orlando von Doellinger, Cuerpo e Identidad estereotipos de género, estima corporal y sintomatología psiquiátrica en una población universitaria  
<<http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/80720/tese.entregue.pdf;jsessionid=582D834EAA196797AE6AAC50696166B3.tdx1?sequence=1>>
- UNICEF, Ciudadanía y liderazgo adolescente, Santiago de Chile, Julio de 2013 <[http://www.unicef.cl/web/wp-content/uploads/doc\\_wp/03-CiudadaniayLiderazgoAdolescente%20final.pdf](http://www.unicef.cl/web/wp-content/uploads/doc_wp/03-CiudadaniayLiderazgoAdolescente%20final.pdf)>

## ANEXOS

### Entrevista 1

Daniela Marini. Realizada en Abril del 2015

**1.-Qué significa trabajar con la adolescencia** El término adolescencia es bien particular igual porque es adolecer de algo y yo creo que es una transformación nomás, y creo que esa transformación está ocurriendo en el ser humano todo el tiempo. No tengo un estudio específico de lo que es la adolescencia más bien tengo una experiencia y una relación con aquel grupo llamado adolescente. Que yo confirmo no es que adolezca, sino que todos estamos en transformación... ¿y que es para mí? Uff...para mi es súper potente, lo agradezco todo el tiempo enormemente porque hay seres humanos conformándose y posicionándose. Siento que esas dos palabras los definen un poco, estar en construcción pero con un deseo, con una voluntad de posesionarse de saber quién soy no?... y en eso a veces como un poco de obcecamiento y a veces hay una reflexión profunda para esa obcecación. Para tomar esa posición.

**En qué consiste esta etapa de transición y como se revela durante tu trabajo** En algún minuto durante mi trabajo cache que lo que había que formar no era solo como a gente en los aspectos técnicos de la danza, o creativos de la danza sino que había que colaborar en la formación de un ser humano, y plantear preguntas que los conforman en tanto seres humanos. Con una ética, con una consistencia de vida además de lo específico del curso. Cómo ofrecer una plataforma para que haya una reflexión...

**Y una construcción que sea algo más que la forma...** Claro, bueno pero mi hijo que tiene seis, los objetivos de su educación están orientados en ofrecerle experiencias para que vaya conformándose en tanto ser humano. Que los números y las letras vienen si o si digamos, lo mismo en la danza que es como ya, respiración... claro son los contenidos específicos del curso pero yo creo que uno no puede desentenderse de que está colaborando principalmente de la construcción de un ser humano.

**Características de los tipos de adolescencia. (Respecto a sus cualidades, varía según qué)** No he pensado, por lo que te he dicho me parece, tengo la impresión, pero que también se da por llegar a un contexto nuevo, no?... a un nuevo lugar digamos.. a la universidad, al primer año, vienen de distintas ciudades, de distintos lugares, yo creo que hay un fenómeno que es de validación, de que el otro vea quien soy. El otro no tanto los profes sino que el otro sobre todos sus pares. De validarse ante sus pares. Y también de diferenciarse, yo creo que eso es bien potente, cada uno empieza a perfilar su diferencia. Y luego creo que hay chicas muy maduras, muy conscientes de que no necesitan demostrar... pero nada, están todos en distintos momentos, vienen de distintos procesos, de distintos contextos familiares también, por eso yo siento que tratan de acentuar su diferencia, su particularidad. Ya no entrar en la masa, y eso a veces los lleva a ser o competitivos, o rebelde, o si es un poquito introvertido aumentar, si es un poco mañoso aumentar, entonces ahí hay que traerlos un poco al centro como para que vean que eso viene con la madurez, para que cachen que a veces no es necesario perder energía en esas cosas pero hay veces que necesitan hacerlo para reconocerse ellos mismos. Es un proceso muy biológico...

**Cómo y porqué llegaste a trabajar con este grupo etario?** Estaba pensando si eran las casualidades de la vida o una decisión, estaba pensando en eso... mis primeras dos experiencias fueron con niños pequeños, una fue en el ISUCH con los niños del conservatorio de música y de danza que fue una experiencia muy linda y la otra fue un curso de pre ballet. Y luego trabaje con estudiantes de teatro y allí fue como hallar un lugar de confort. Si bien los niños son exquisitos, y son una sorpresa permanente, yo sentí que

crecía más con el grupo adolescente. Porque no solo son adolescentes, sino que son adolescentes que han decidido estudiar artes, por lo tanto hay una predisposición hacia la sensibilidad, a las distintas experiencias, o al mundo, no solo al arte, una apertura al espacio de reflexión. Hay un compromiso hacia al trabajo, aunque sea muy pequeño hay un gran universo que se abre, entonces siento que ahí, tengo un referente. Con los niños puede que sea solo un viaje de ida,...claro te devuelve un montón. Pero para mí...claro como soy coreógrafa, profesora, bailarina,...lo que me ofrece estar con estos chicos de esta edad, es que me ofrece estar cuestionándome constantemente ciertas cosas también. Siento que es un viaje muy de ida y vuelta.

**2.- Por qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?** Como yo trabajo con un grupo de gente que llega a la universidad es un grupo de gente para la que es vital expresarse y moverse con el cuerpo... ahora para un chico que está en el colegio porque sería bueno... y ahí vamos al tema de la educación general, no? Que hay un apabullamiento del cuerpo, un acallamiento del cuerpo y de la expresión, de la subjetividad, sí, hay una educación que más bien aplaca a las personas y esa posibilidad de manifestación, que está ocurriendo ahora en la plaza Italia no?... y eso es bien jodido yo creo que claro, hay gente que dice que el cuerpo en un reducto rebelde y resistente, y entonces los sistemas prefieren callarlo. Ahora en mi experiencia, que es con gente que ya viene con información en general que ya ha optado por expresarse con su cuerpo, ... si yo creo que para algunos es una cosa de vitalidad...para otros me imagino que tiene que ver con que hay una fiscalidad que no se ha encauzado que se da por el lado del deporte, sobre todo en los hombres, y que logra encauzar más por el lado de la creatividad en el movimiento por ejemplo. Porque quizás hay chicos que son muy físicos, que podrían ser deportistas, pero quizás les gusta más el estado de estar moviéndose y creando al mismo tiempo. Y eso es lo que ofrece la danza, o la expresión corporal, como estar inventando cosas, divertirse inventando y en ese sentido mi subjetividad emerge en mi propio movimiento o en los que conocen pasos en la mezcla de esos pasos...

**Y en la adolescencia que podría ser importante, tu relacionas esa edad como...si bien hablaste de la construcción de identidad, cómo se manifestaría esto cómo importancia en la actividad corporal por ejemplo, como que vinculó puedes hacer tu con eso...** O sea en el ámbito de la creación por ejemplo, la creación te obliga a mirarte a ti mismo no? Y desde ahí para proponer algo yo creo, pienso que construye totalmente en esa construcción del ser humano no? O sea el hecho de que tengas una tarea de creación, vas para adentro y en ese ir para adentro te encuentras contigo y si hay desorden lo ves, puedes verlo y tienes la posibilidad de mirarlo y tienes la posibilidad de hacer algo con eso... encuentro que es fundamental.

**3-Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes ¿Qué estrategias de aprendizaje usas? (grupos, solos, manada, líderes)** (Igual apelando que este es un contexto de formación universitaria formal) emmm... las estrategias que uso en general, es que cuando hay un contenido a tratar se explora primero desde la propia corporalidad, no desde una formalidad, sino como de a ver, como yo me encuentro con esto. Que encuentro en esto, y como me hace sentido como yo a mí mismo. Y siendo acompañados más que dirigidos. Todos solos pero contenidos en un grupo. Y muchísimo trabajo de a dos,...hay un libro que se llama el espectador emancipado, que habla de otro libro que se llama el maestro ignorante, que en el fondo lo que plantea, es que no hay cosas que se saben o no se saben, o cosas que se hayan qué enseñar sino que si hay un grupo que se junta pueden aprender muchísimo. Sin que necesariamente haya otro que sabe. A mí eso me hace mucho sentido, y en general ofrezco eso, creo que es mucho más significativo el aprendizaje si viene desde ti mismo, a que si viene desde otro, que si bien; siempre es necesario otro, que te acompañe y que te ofrezca que hacer para encontrarte con tu escucha, emm... creo que es muy significativo cuando viene de ti mismo. Cuando hay un hallazgo en ti mismo sobre todo cuando estamos hablando del cuerpo en

movimiento, porque es tu cuerpo. Y es una sensación muy íntima y muy particular también. Y lo otro que me gusta mucho también es trabajar en parejas, atendiendo a que no nos construimos solos, sino que es el otro el que me colabora en mi construcción de mí mismo. Y ahora estoy probando cosas en tríos también, pero tríos para la tarea de uno. No es solo que solo todos juntos creamos algo para todos, sino que todos podemos crear también para otro y en ese sentido siento que hay algo que educar que es la generosidad...tomar mucho tiempo para otro, no solo tomar mucho tiempo para mí. Y ahí es la formación de un ser humano; puedo tomar y puedo empatizar y mirar al otro, y colaborar también y confiar, en lo que yo le puedo decir al otro también. Porque hay veces que nadie confía en que sabe, y eso pasa con algunos cursos más grandes... hay veces que creen que no saben nada y lo primero que hay que hacer es darles confianza, y decirles que saben mucho. Entonces claro, en la metodología para mí la autonomía es fundamental. Contener la autonomía, fomentar la autonomía (cursos más grandes igual, adolescentes más grandes) para que cada uno se pueda ver a sí mismo, y se sostenga a sí mismo no? Que no necesita de otro,...

### **¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? Existe una autorregulación?**

Justo ahora me he estado haciendo la pregunta con un caso que tengo particular... porque al mismo tiempo que impulsan a los grupos, también callan a los grupos a veces... Como hacer que todos tengan voz, como hacer... hay veces que también creo que no me preocupan tanto los líderes sino los que se van escondiendo detrás... entonces como darles voz a esos que están medios escondidos, que hay algunos que son tímidos pero nuestro sistema educativo nos ha formado en acallarlos, en no ser activos, en ser muy pasivos en los procesos. Entonces los que han tenido la posibilidad de tener esa experiencia de aprendizaje activas, claro, son súper participativos, entonces más que preguntarme por esos líderes, que muchas veces los agradezco, es preocuparme o preguntarme cómo hacer que los más pasivos tomen una actitud activa, como ofrecerles esa plataforma. Porque es muy cómodo cuando el profesor pregunta algo, quedarse en silencio porque sabe que hay otro que va a responder. Y no es la culpa del que habla, sino cómo idear una regulación y complementación. Que algunos aprendan a ceder espacio, y otros aprendan a tomar el espacio.

**¿Y cómo lo haces?** Puede ser muy directo, preguntando, invitando, interesándose o manifestando el interés que tengo por todos, y no por uno, por 3 o 5. Manifestar que me interesan e invitarlos y hay veces que es súper exigente porque es casi obligándolos....pero eso es al principio porque luego como que se sueltan, y son bien participativos. Ahora; todo eso en un grupo, tiende a autorregularse, si es un grupo amoroso, tiende a autorregularse. Pero hay que generar contextos amorosos yo creo que en una clase, sobre todo en algo que tiene que ver con tu cuerpo, no puede ser un contexto que no sea amoroso. Lo primero es la confortabilidad, la amabilidad, la comodidad... además hay muchas cosas pasando en el interior de ellos, actualizándose, no es solo la clase. Son súper transparentes también porque como están en este momento de construcción, hay veces que hay momentos de conflictos familiares, también están en sus primeras relaciones afectivas, de pareja, y también hay mucho movimiento interior en esta próxima entrada a la adultez,...y también hay que ser bien generoso para dejar que esos espacios ocurran. No exigirles que sea solo la clase, porque para ellos jamás es solo la clase.

**Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)** Chuta no se... o sea yo creo que más allá de los contenidos de un programa, es fomentar la colaboración y la escucha. Más allá de los contenidos específicos de coordinación, consciencia del peso...yo creo que cual sea el contenido, tiene que haber una consciencia de colaboración que es lo que es la danza probablemente. Una disposición a la escucha del otro, de ti mismo, de como estas, de donde estas, de cómo te estás relacionando, y es algo que se despierta en ti, así como

lo demás no queda fuera de la sala de danza, lo que está dentro de la sala de danza no queda fuera de todo lo demás. Es una experiencia de aprendizaje global, entonces si esa persona después se encuentra caminando con alguien... o bueno es mi utopía quizás, que como hay tanta información ahora y las cosas pasan muy rápido, a hay veces no logran atravesar a las personas. Yo creo que habría que ofrecer experiencias de colaboración, de que todos somos parte de y que si falta uno, hay algo que se tambalea.

**¿Tiene que ver con involucrarse también no? ¿Como de tomar un rol y hacerse cargo?** Si, comprometerse como parte de un todo, ofrecerle una experiencia práctica de que somos parte de algo muy grande, es importante, aprender a organizarse con otro...comunicarse, a decir lo que te pasa, y darse cuenta,... De verse en uno y verse en el otro, sería una práctica muy bella de ver... creo que ocurre pero quienes están más vinculados a ese espacio de reflexión, están más tranquilos, en el estar, en la atención en el estar...creo que puede tener que ver con eso también...

**4.-Qué rol juega la creatividad ¿De qué manera potencias la creatividad en tu metodología con los adolescentes? Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué** Bueno yo antes te comentaba que no hablaba mucho de creatividad,...si tampoco es una noción que tenga tan clara,...si yo creo que lo que más hago es ofrecer distintas posibilidades, no?... la otra vez leí algo sobre la resiliencia y fue como ya; pero en el fondo lo que hay que hacer, es que no te encuentras con algo que es solo eso, sino que puede ser otra cosa. Cómo puedes transformar esta experiencia que puede ser dolorosa, en una experiencia de aprendizaje y salir fortalecido de ella. Y en el fondo es claro, te encuentras con algo, y quizás es ser creativo, bueno de qué manera puedo resolver este asunto. Vale tengo que hacer un plié, o tengo que conectar cierta cosa con otra, de qué manera resulta; y de qué otra manera, ahhh, y de qué otra manera, como ser capaz de abrir la mirada y de no tener una sola vía,...**Y si hablamos de la adolescencia, ¿cómo podríamos manejar dentro de este abanico de oportunidades esta frustración que puede ocurrir en el adolescente?** Bueno, con humor; como lo que decía la profe del Amaru (su hijo) no pasa nada, si no te resulta hoy día, no pasa nada, sobre todo con la frustración el cuerpo se tensa entonces toma el doble o el triple de movimiento, que el chico o la chica puede hacer tal movimiento... está tan preocupado de hacerlo bien, que esa preocupación que es linda y se agradece profundamente, como ese deseo de hacer bien las cosas, (no todos ah, son perfiles distintos) o declarar desde antes bueno, lo vamos a hacer, y hoy día no nos va a resultar, no pasa nada **Le quita la carga de la expectativa...**No tengo que ser exitoso, no tengo que ser el mejor, ni la estrella de la clase, nada estamos todos juntos en un proceso de aprendizaje, juntos, donde cada uno tiene su ritmo. Sin embargo tenemos que llegar a ciertos lugares donde hay que llegar al final de un ciclo básico,...lo más importante es lo que estás aprendiendo, no si estas siendo el mejor o el peor... en ese sentido yo digo, para mí la sala es mi reducto subversivo, porque tenemos una sociedad que fomenta la individualidad, que fomenta la competitividad, para mí es como bueno, vamos a ir juntos, y vamos a colaborar entre todos. Si eso es específico de la adolescencia, no lo sé, pero yo siento que es un terreno bien fértil para plantearlo. Porque los niños pequeños... bueno quizás los niños pequeños lo saben, no hay que enseñárselos...

**¿Es interesante que aparezca además de la colaboración esta contención grupal necesaria, así como la confianza no?**Es que yo creo que no hay proceso formativo sin una vinculación afectiva.

**¿Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué** Lo que te decía recién, que una de las grandes herramientas es trabajar desde la propia corporalidad, creando, generando, disfrutando; es ahí donde está la libertad de lo que entre comillas pueda hacer o quiera yo hacer,... lo otro que está esta idea como del reconocerse, de

mirarse y generar algo, y después de reconocerse en ese algo que se ha creado; de verse a sí mismo.

**Una pregunta; ¿cómo podrías explicar cómo se puede hacer con esa libertad que se les da que de pronto podría ser un obstáculo en esa edad no?** No la libertad total es un abismo. Pero yo creo que es la creación en sí. Como todo es nada... la libertad como dentro de... vamos a hacer esto, de esta manera para este día, en este camino, para trabajar tal y tal cosa, pero lo puede trabajar de la manera que quiera. Si usted lo hace de esta manera y usted de esta otra, no es que haya una mejor manera sino que son maneras distintas, y esta súper bien para que podamos compartirlas y podamos hacerlas todas. Y luego validándolos mucho. Ahora con los cursos más grandes yo no me preocupo mucho de si está bien, o no... trato de no emitir mucho juicio durante la clase,...lo intento. Alguna vez tuve una profesora que se ocupaba de eso y me parecía que era súper libre el espacio de aprendizaje; no está bien, ni está mal; estoy trabajando. Y como estoy trabajando y estoy aprendiendo voy bien. Sin necesitar el juicio del otro. Hay estudiantes que lo piden, y lo necesitan; ¿profe voy bien? ¿Profe estoy mal? ¿Estoy muy mal?...

**Cómo se despliega la creatividad en tus alumnos** Bueno yo encuentro que son alucinantemente creativos. Y que además es bonito porque es como que enciendes una chispita apenas, les ofreces una chispita, y ellos sacan llamas, incendios preciosos. Con eso poquito que le ofreces hay una fascinación total por eso que van aprendiendo y descubriendo de ellos mismos, y van abriendo, y abriendo, para mí es súper emocionante verlos,-...cuando entra la racionalidad y el juicio ahí nos encontramos con problemas, porque muchos no se valoran a sí mismos como lo que son(, y no hay que sobrevalorarse ni tirarse para abajo ) pero hay algunos que todavía no pueden verse, que necesitan que otro los vea, y está bien, se les respeta eso... pero entra el juicio y entra el problema... igual cuando es una exploración ahí hay un gozo...

**¿El juicio en la adolescencia será heredado? ¿De la familia, remitido a una historia?** Claro, todo tiene que ver con sus historias de vida, como aprenden, cómo asocian, como relacionan, cómo se expresan, todo...qué experiencias físicas y corporales han tenido, si han crecido en departamento, si han crecido al lado de la playa, todo está en nuestros cuerpos, todo está conectado, y aparece, sobre todo en los primeros años que comienzan a verse y aparece como lo ven...

## **5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescente**

**Qué pueden crear, de qué maneras se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión** Vale ahí hay varias diferencias entre acción y reflexión... o sea en esa relación. Y es divertido porque se da harto por género. Los chicos tienden a estar en un momento mucho más físico, donde quieren hacer todo el tiempo y las mujeres al contrario, necesitan el momento de pausa, para poder conversar, para poder preguntar, para poder decir lo que están sintiendo, porque hay veces que no pueden más con lo que están sintiendo, necesitan decirlo... y los chicos tienden a ser muy sintéticos en sus reflexiones como, si muy prácticos... a mí me encanta verlos porque ocurre como que abrumadora la diferencia. no estoy diciendo que todos sean así, pero es una generalidad. Y luego nada, que se acompañan mucho, y eso es muy lindo de ver, como forman parte de unos procesos creativos juntos y esta tan atravesado por la intimidad, necesitan acompañarse mucho. Y eso es bonito, sostenerse mucho entre ellos.

**Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)** En general trabajo desde su propio material. Entonces la apropiación está dada desde el principio como una estrategia.

**¿Y qué pasa si se resisten a entrar en esos lugares de conflicto?** Si pienso igual en que tanto sentido podría tener algo para que ellos entren en un lugar de conflicto. Que no los



haría crecer, porque hay conflictos que te hacen crecer y hay conflictos que no, y entonces para que... yo creo que ahí es más importante el sentido de lo que se está haciendo más que la obra, o la muestra o la presentación de no sé qué... más allá del resultado habría que pensar; vale, trabajó desde el material propio. Pero si eventualmente hay una estructura que genera un conflicto, que no es nutritivo,... hay estructuras que generan conflicto y que tú sabes que va a funcionar por algo que ellos tienen que hacer un click, no porque es una escena bonita, o porque sea súper choro, por algo que hay que cuajar, no? Y ahí los acompañas y apelas a la confianza un poco. Como probemos, haber, probemos otra vez... y si hay conflictos que no van a llevarte a ningún sitio, yo abandono esos lugares.

**6.- ¿Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?** Creo que es entenderla en cuanto arte, en tanto expresión del hombre pero una expresión artística y entendiéndose también en relación con otras artes. Y con el mundo. Porque no puede ser la clase de movimientos que se repiten, sino que en realidad la práctica de la danza es una práctica artística que no puede estar separada del mundo y que no puede estar separada de los otros campos del saber. Eso básicamente.

**7.- ¿Crees que me falta alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?** Más bien yo he quedado preguntándome si trabajo con adolescentes, ¿no debería investigar más acerca de esta etapa?...quizás sería bonito ayer estaba en reunión del Amaru del colegio donde me explicaban que es lo que le ocurre a un niño a los ocho años, y fue como woow... así es que iré a buscar un libro de la adolescencia... mi margen etario ha sido este entonces todas las estrategias o metodologías han ido en función de este grupo en estudio.

## **Entrevista 2**

Marcela Ortiz de Zárate. Realizada en Junio del 2015

**1.-Qué significa trabajar con la adolescencia** Para mi adolescencia significa cambio, significa encontrarse a uno mismo, significa transformación, también encontrar las maneras de comunicarse con el otro.

**En qué consiste esta etapa de transición y como se revela durante tu trabajo** Que el material propuesto tiene que ser investigativo y exploratorio con los puntos que mencionamos anteriormente. Que tiene que ayudar a explorarse, comunicarse, ayudar a encontrarse... yo creo que un niño es como una esponjita, está abierto a todo y no es prejuicioso en cuanto a lo que ve, a lo que experimenta...y en el adolescente hay una necesidad de procesar todo eso que se aprendió en la niñez internamente. De saber qué hacer con todo eso, con toda esa materialidad, esa vida, esa existencia, y como poderlo transformar en una voz propia, entonces yo creo que la clase tiene que conllevar eso, crear eso, crear las condiciones necesarias para que eso se dé.

**Características de los tipos de adolescencia.(respecto a sus cualidades, varía según qué)**

Yo creo que ahí tiene mucho que ver con una cosa cultural, que el adolescente necesita verse reflejado en la sociedad. Necesita poder comunicar eso que encuentra de sí, entonces eso va a depender mucho en la cultura en la que te desenvuelves, yo creo que la cosa cultural en toda su amplitud es decir qué país, qué lengua, qué música, todo va a influir. Me imagino que un niño mexicano que está acostumbrado a usar por ejemplo dentro de su vocabulario las danzas populares o de salón, que las bailan en los cumpleaños, etc...o cualquier niño centroamericano está acostumbrado a que esos estímulos sean parte de su cultura. Va a reaccionar diferente a ese medio cultural corporal que a un niño chileno,

que por lo menos el contacto que yo tengo es más urbano, yo veo a mi hijo por ejemplo que es pre adolescente, y se identifica totalmente con street dance y música contemporánea y el trata de encontrar su lenguaje dentro de eso, yo creo que el adolescente necesita verse, comunicación y eso es lo que está alrededor de el, me imagino que un niño santiaguino urbano necesita encontrar su incorporar eso dentro de su lenguaje, independientemente que haya muchos otros estímulos y posibilidades, sentirse parte.

### **¿Cómo y porqué llegaste a trabajar con este grupo etario?**

Fue una decisión, yo inicie mi trabajo con adolescentes en nueva york. Cuando decidí trabajar en danza mis primeros trabajos fueron en escuelas públicas. Por eso hablo de la importancia del entorno cultural... primero fue una escuela ortodoxa judía en el brooks, eran niños y niñas pre adolescentes, eran muy respetuosos con el trabajo y muy tímidos porque venían de una cultura muy cerrada. Y luego mi segundo trabajo fue en una escuela públicas de alto riesgo social, donde había mucho adolescente de origen latino y afroamericano. Alto riesgo socioeconómico. Ahí mi concepto del trabajo con adolescentes tuvo que adaptarse al medio en el que ellos vivían, y a incorporar un trabajo mucho más físico, más propositivo donde ellos pudieran expresarse compartiendo destrezas físicas que ellos querían alcanzar, que ellos necesitaban esas herramientas entonces ahí trabajo con colchonetas, giros, rodadas, entonces tenía que encontrar es fiscalidad dentro de la clase. Les gustaba el riesgo y también lo complementaba con la exploración y búsqueda su lenguaje. Dependiendo del lugar donde trabajaba, era lo que tenía que hacer en las clases. Hubo momentos en que tuve que trabajar cosas que culturalmente ellos veían en la televisión, entonces tenía que decodificar las cosas que me interesaba compartir con ellos y lo otro tirarlo. Había mucha basura también mucha cosa ya hecha, resuelta, ya hecha, que no había mucho que investigar entonces trataba de evitarlo un poco, no era tan fácil. Y después hice un programa muy bonito con una chica neoyorquina que teníamos una puesta en escena. Que era parte performance, y después parte clase con ellos y los integramos dentro del trabajo que tenía que ver con el estereotipo de la mujer. Eso me gustó mucho, también lo desarrolle con adolescentes se llamaba After School Program, el programa después de la escuela tradicional. Eso fue durante unos 5 o 6 años. Y después cuando llegue a Santiago, hice varios talleres en Balmaceda arte joven. Y eso me permitió conectarme directamente con adolescentes. Por alguna razón ahí era un territorio más amplio para explorar y proponer cosas. Y terminamos siempre con trabajos que se mostraban, de creación.

### **2.- Por qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?**

Porque el adolescente necesita encontrar su propio lenguaje, en general. Su propia voz, su propio ser. Y el cuerpo y el movimiento es una parte muy importante para encontrar tu persona, quien no encuentra su cuerpo, yo creo que no se encuentra sí mismo. Entonces eso importante.

### **3-Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes**

#### **¿Qué estrategias de aprendizaje usas? (grupos, solos, manada, líderes)**

Mucho grupal, también trabajo individual, también aprender a observar, aprender a verbalizar lo que vemos, y verbalizar lo que experimentamos. Es parte del trabajo.

#### **¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? Existe una autorregulación?**

No, Ahí si trato de poner reglas.es decir; Yo propongo. Y creo que si existe la fórmula que alguien lidere un ejercicio, una parte del trabajo, es rotativo, para mí tiene que ser rotativo. Para mi es importante que todas las personas son importantes en el grupo. Es como básico. Y otra cosa importante que trabajo es aprender a cuidarse uno, y aprender a cuidar al otro, aprender a respetarse uno y aprender a respetar al otro. Porque hay mucha autocrítica y también mucha crítica hacia el exterior. Y entonces cómo podemos hablar de lo que vemos sin pasar a llevar al otro, establecer límites y eso también es parte del trabajo.

## **Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)**

Fundamental es entregar herramientas técnicas para que conozcan su cuerpo y segundo herramientas con las que puedan explorar su cuerpo, de autoconocimiento. También es fundamental crear circunstancias en las que se sientan contenidos para poder llevar la exploración a cabo. Porque si yo me expongo o un adolescente se expone ante sus pares si no hay una contención es demasiado vulnerable, puedo mostrar pero si no me siento cuidado y con un soporte desde afuera me voy a sentir perdido, y creo que no se trata de eso, no se trata de exponer y dejarte solo, sino que crear un ambiente de trabajo en el que se puedan desarrollar y encontrar y se puedan abrir en un lugar cuidado por ellos mismos y por el grupo. Que aprendan eso, eso se aprende.

**4.-Qué rol juega la creatividad** Sin creatividad no hay goce y sin goce se vuelve todo muy árido. Si mi imaginación y mi mente y mi visión, sino se crea la curiosidad por querer conocer no hay nada, no hay avance, sin la creatividad no hay nada. Tiene que ser un elemento fundamental durante la clase.

**Define creatividad:** Primero es interés, luego foco. En algo que quiero buscar, en algo que quiero explorar, en algo que nosé qué es pero que tuyo o que por lo menos estoy abierto a experimentar.

**¿De qué manera potencias la creatividad en tu metodología con los adolescentes? Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué** Yo creo que en el proceso de conocimiento, de exploración y del conocimiento de tu propio cuerpo que puede ser solo, o con el otro o a través del propio grupo, hay un momento en que si la persona está conectada con su cuerpo y está enfocada en lo que está pasando en su cuerpo eso va a crear un estado que tú quieres que ese cuerpo quiera seguir viendo qué pasa, quiere seguir sintiendo, pero eso si estas conectado, si no hay ese estado, ese trabajo interno...

**¿Y cómo ocurre cómo se potencia ese trabajo interno para que exista? Conociendo cómo funciona el cuerpo en todas sus posibilidades infinitas. Y como profesora de danza; ¿cómo acercas al adolescente a ese lugar?** Trabajo todo, su peso, su volumen, su espacio, su ritmo, su respiración, su conexión, su visualidad, su tacto, con todo...es decir técnicamente es un trabajo muy amplio.

### **Cómo se despliega la creatividad en tus alumnos**

Yo casi siempre, no siempre pero muchas veces por ejemplo podría iniciar con ejercicios simples en el piso para sentirse, conectarse y estar habitando el cuerpo y ese trabajo en conexión con otros, con el espacio, con el ritmo, con temas, como puede haber un texto, puede haber una historia, la historia propia de la persona, una imagen, puede haber sencillamente el paisaje, o siendo conscientes del lugar donde estamos, ... y conectarnos con ese lugar...

**¿Y Desde ahí la creatividad cómo se despliega, en su propio lenguaje, durante la búsqueda?** Es un proceso, no? Y cada ejercicio y cada experiencia va a tener un despliegue diferente, es decir si haces un ejercicio para trabajar las espirales y después esas espirales las llevas al espacio, y a niveles, y las trabajas en colores, y en tiempos, a lo mejor puede ser en silencios, todo depende los elementos que vayas incorporando, es como se va a ir desarrollando ese proceso.

### **5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescentes**

**Qué pueden crear, de qué manera se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión**

Yo no soy una experta, yo tengo mis metodologías personales que tienen que ver con observar el entorno cultural y saber que necesita el grupo, porque todos los grupos necesitan diferentes cosas porque son diferentes. Y necesidades muy específicas. Y de acuerdo a eso yo tengo mi manera de escucha, por eso no hablo de metodologías en general sino que de acuerdo a mi manera, qué es proponer cosas muy específicas de trabajo en desarrollo y experimentación de acuerdo a lo que yo observo que necesitan, Porque ok yo puedo tener un programa super estructurado pero si me voy a una isla, o a un campo, es súper importante la contextualización del trabajo y saber escuchar las necesidades del grupo y de las personas porque no todos tienen las mismas necesidades.

### **Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)**

Ok, no creo que haya una fórmula única... los tiempos, volvemos a la cosa cultural... y las necesidades de cada grupo van a determinar el cómo, cuánta información visual puedo entregar, cuanta información textual de la anatomía, cuanto voy a entregar, cuántos ellos pueden absorber, transformar y en qué tiempo, cuales son los tiempos que tenemos, hay tiempos acotados y hay tiempos más largos, ahí va a depender de que es lo que vas a dar, cómo lo vas a dar y en qué profundidad dependiendo de cómo ellos vayan asimilando el trabajo, como lo vayan procesando, y ese proceso se va a ver en lo que ellos pueden transformar con lo que tu compartes o con que le proponen... y esa transformación que va a ser el resultado de la asimilación de ese material en algo nuevo, algo que ellos proponen pero ese proceso creativo es un proceso que va a tener tiempos diferentes según el grupo con el que estés trabajando, no es un tiempo fijo, mas que tú digas, tengo 4 sesiones y en esas 4 sesiones que es lo que puedo hacer entonces planteas la situación al revés.

### **Cómo pueden los adolescentes utilizar, construir y modificar el material que se les entrega para sus propios trabajos.**

Depende de la madurez del grupo, y de las personas que participan en el grupo. Con adolescentes por ejemplo para decir dependiendo de los contextos culturales en, México en las escuelas públicas necesitan resultados inmediatos casi catártico el trabajo, en Santiago siento que había mucho más miedo en el cuerpo, mucho más autocontrol, pero al mismo tiempo que eso se podía sobrepasar y abrirse de alguna manera era un trabajo mucho más interno, por eso te digo lo importante del contexto cultural.

**6.- Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?** Si, la importancia de comunicarse pero en ese comunicarse como individuo. Que es ya una premisa para el adulto porque el adulto eso ya lo tiene muy claro, pero en el adolescente es un descubrimiento.

### **7.-Crees que me falto alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?**

Si, de qué edad tu consideras adolescentes...Si porque yo en lo que te respondí fue muy general pero hay diferencias grandes, aparte el contexto de las personas que deciden estudiar danza y tienen ideas mucho más prefijas de lo que debería ser la investigación. Entonces la teoría ahí es muy importante, porque te abre la manera de pensar y de investigación. Tiene que ir a la par la parte metodológica exploratoria físicamente y la parte teórica a la par. Con más chicos la parte teórica puede ser mucho más visual, con libro mostrar esqueletos pero una vez que uno entra dentro de un programa de carrera los procesos son más acotados, y con objetivos más claros,...Tal vez hay que separar en diferentes niveles como 3 tipos de adolescencia por ejemplo. Preadolescentes está viendo todo el tiempo como se ve, y está chupando toda la información que ve de la tv, entonces la importancia de dar buena información respecto a eso porque hay danza callejera buena, proponer y seleccionar cosas de mejor calidad y con diferencia de los que están en la universidad que necesitan una referencia de la historia, de lo que están desarrollando e investigando con lo que se ha hecho en la historia, porque van a tener un grado entonces la parte lúdica y de goce se tiende a dejar de lado para poder

pasar al siguiente nivel y pasar la carrera... pero la danza es comunicación y goce y la parte exploratoria relacionada con la exploración y descubrimiento del lenguaje propio y perder el tiempo si quieres ponerlo de esa manera... entonces ponerlo con un trasfondo del porqué es necesario tener una voz propia independiente de que podamos bailar diferentes estilos y conocer todo ese material pero que si no se procesa internamente va a quedar superficialmente. Debe haber un proceso interno para ser yo y no lo que los otros quieren que yo sea,... hay que saber quién es uno y la danza y el movimiento es una herramienta importantísima. Todo lo que es exploratorio, investigativo, y desarrollo de la creatividad tiene que ir apoyado con textos y contextos, la historia para saber que es parte de la historia de la danza y que tiene un lugar y contextualizado, no de un día para otro. Lo que uno aprende en la adolescencia dentro de la adolescencia dentro del proceso cognitivo y exploratorio queda para toda la vida.

### Entrevista 3

Alejandra Fuentes. Realizada en Mayo del 2015

**1.-Qué significa trabajar con la adolescencia** Complejo; el año pasado tuve la experiencia de trabajar con adolescentes de 20 a 21 años que están al borde de terminar la adolescencia. Y me dí cuenta que la manera de llegar a los estudiantes tiene que ser muy delicada. Porque todos tienen un mundo especial y con una palabra puedes herir la susceptibilidad de cada persona. Porque están construyendo su mundo, entonces la pedagogía en ese sentido puede ayudar a seguir construyendo o a derrumbar esa nueva estructura. Y siento que como profesor hay que aprender a leerlos, en movimiento con lo que dicen y sobre todo con lo que no dicen, porque cuando omiten uno también puede darse cuenta de lo que les puede estar pasando.

**En qué consiste esta etapa de transición y como se revela durante tu trabajo** Durante las clases aparece mucho la rebeldía, si no accede al trabajo que se pide hay un bloqueo y pueden destruir la dinámica, la rebeldía puede desarmar la concentración, el respeto,...

**¿Y cómo manejas ese punto?** Dejándolos tranquilos, si yo veo una mala actitud, dejo que sigan haciendo y de a poco, suavemente comienzo a aislar de manera natural, no paro la clase, y el alumno se da cuenta de que finalmente se resta solo, no hay que ser violento ni con la palabra ni con la acción, sutilmente llegan a sentarse o a incorporarse.

**Características de los tipos de adolescencia.(respecto a sus cualidades, varía según qué)** Me he dado cuenta que influye mucho el cuerpo. El cuerpo determina cómo se construyen como personas, a veces hay gente que en la adolescencia posee un cuerpo muy de niño o muy de adulto, y eso va determinando los grupos que se forman, las personalidades. Y de alguna manera como se sienten y actúan en su vida. Su corporalidad determina su tipo de adolescencia y su personalidad.

**¿Cómo y porqué llegaste a trabajar con este grupo etario?** Porque siento que engancho con ese grupo, tengo paciencia con ellos porque son más concretos, para el trabajo en clases. La palabra puede ayudar mucho. También porque son conscientes de su construcción, y me siento como un aporte para potenciar habilidades y porque hay una conciencia mayor del mundo, para mejorarlo.

**2.- ¿Por qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?** Lo que yo hago, expresión corporal e improvisación. Creo que es importante empezar a crear un mundo desde lo que uno es, construir con ellos consciencia y lenguaje. El cuerpo refleja una manera de comunicar y vivir. El cuerpo dice mucho,

cuando uno ve a alguien moverse y expresarse a través del cuerpo, uno entiende a la persona, y creo que si ellos empiezan a tener esa consciencia podrían conectarse mucho más profundo en las relaciones también. Tanto a ellos como en la relación con otro. En todo ámbito de la vida cotidiana referente a la comunicación.

**3-Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes ¿Qué estrategias de aprendizaje usas? (grupos, solos, manada, líderes...)** Al comienzo siempre trabajo en grupo, no los pongo incómodos para enfrentarse. El grupo contiene y es progresivo para llegar a trabajar solos. El grupo trabaja junto pero sin perder la individualidad. No ocupo la imitación. Si los trabajos de percepción y sensación. Como por ejemplo les vendo los ojos a todos en la sala y todo el grupo se cuida, están todos en las mismas condiciones. Cada uno asume el deber de cuidarse y cuidar al otro, hay exploración individual y grupal. Cuando trabajo con los solos todo el grupo participa en feedback a sus compañeros y se nutre la clase. Existe un grupo, un equipo de trabajo horizontal. Cuando comentan se revela lo que hay fuera o dentro de la clase, creo que es importante porque el que hace se da cuenta de cómo lo ven.

**¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? Existe una autorregulación?** Se hacen notar los líderes. Creo que aparecen los que tienen más confianza en sí mismos, y se hacen notar porque intentan traducir lo que el profesor quiere decir para que los que no entienden puedan entrar en las actividades. Me ha pasado encontrar buenos líderes durante mis clases. Canalizadores que colaboran, también salen primeros a probar la actividad sin vergüenza y son un referente para el resto y motivan al resto del grupo. Igual hay que guiar para que ese líder no tenga tanto protagonismo y no se sienta tan a la par, que entiendan que todos formamos parte de un proceso como grupo pero que además hay un profesor que guía el trabajo. Nos respetamos y hay buena onda pero no es la idea que el líder se imponga y los demás en segundo lugar, hay que equilibrar y ahí entro yo a guiar más.

**Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)** Por ser ayudante, profesora y alumna lo que considero más importante es el trabajo personal, encontrar un lenguaje personal, lo que te gusta de ti, lo que no, de asumir tu cuerpo y desde esa información crear algo. No se impone, el contenido fundamental se encuentra en ellos. Cuando se mueven que trabajen en identificar cuáles son sus cualidades, sus patrones de movimiento, su historia, que se repite, aparece su propia historia en el trabajo de creación. El contenido fundamental es cómo se conocen a través del movimiento. También otro punto es la comunicación. A pesar de que el trabajo es individual para sacar a la luz las particularidades de cada persona, si no hay un otro no funciona. Siempre debe haber una relación con otro, a través de la palabra, del movimiento porque uno desarrolla el respeto, valorar al otro y creer en algo. El arte es así, no existe sin otro, para comunicar y expresar un mundo interno para compartir.

**4.-Qué rol juega la creatividad** Creo que hay dos conceptos que recién estoy entendiendo, creación y creatividad. Creación tiene que ver con construir, armar algo, darle sentido y la creatividad tiene que ver con inventar algo nuevo. Aparecen los hábitos y les intento mostrar que con un pequeño material ellos pueden modificar y componer, porque todo se ha dicho y hecho, es cómo transforman aquellos que les pertenece de alguna manera. Siempre se le puede dar un giro. La creatividad está pero no es fundamental.

**¿Cuáles son las condiciones que tienen que haber para que aparezca el acto creativo?** La problematización con uno, el conflicto. Las nuevas lecturas en salir de ese lugar de comodidad para descubrir.

**¿De qué manera potencias la creatividad en tu metodología con los adolescentes?** A través del material que ellos me dan. Más que yo crear mi método ellos lo hacen. Cada clase los veo y como ellos ponen el material es ahí donde uno construye metodologías y

maneras de hacer con ellos. A través de la observación, del análisis, la reflexión, de buscar varias aristas en un solo punto. Y claro, sobre todo a través de sus respuestas corporales, que siempre variarán dependiendo del alumno.

**Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué** Es importante, pero para mí el método que se usa para llegar a ese espacio es más importante que ser creativo. Como la repetición, el trabajo con imágenes, el reconocer ciertos lugares corporales...me lleva al espacio, la energía, el sonido... siempre tiene que ver inicialmente con los lugares de tu cuerpo, que pasa en esos patrones, en esos lugares, porque tiene cierta movilidad...se refleja la historia en el cuerpo. Uno se mueve siempre desde una historia. Se oculta o se evidencia algo.

**Cómo se despliega la creatividad en tus alumnos** Últimamente a través de la materialidad del sonido y el objeto. A esta edad les cuesta mucho entrar solamente en el cuerpo, entonces comenzamos a agregar un apoyo...( en el contexto de danza espectáculo en donde están acostumbrados a la imitación y ejecución a través de la repetición ). Muchas veces se niegan a la experiencia de la investigación, se resisten. Les da miedo. Entonces se hace más amable vincularse a un objeto o sonido. Hasta texto pero si yo les digo solo muévete desde un lugar se entran. Metodológicamente para llegar al cuerpo uso imágenes de zonas importantes del cuerpo como la columna, la pelvis... no uso metodología de contacto porque siento que les es más difícil. Sobre todo por el pudor, la vergüenza...

#### **5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescente**

**Qué pueden crear, de qué manera se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión** Creo que en el caso de creación ellos crean a partir de la emocionalidad. Y con su sensación, relaciones familiares, historias...el material viene desde algo propio y personal, y resuelven eso personal que los conflictúa.

**Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)** El material viene de ellos, si ellos no asumen la responsabilidad y el interés de movilizar ese material no pasa nada. El alumno asume el rol que yo no asumo, en la apropiación del material. Ellos se deben hacer cargo...

**Cómo pueden los adolescentes utilizar, construir y modificar el material que se les entrega para sus propios trabajos.** Tiene que ver con entender que están poniendo en escena su historia, algo que les pertenece, no es una forma, es un estar. Lo usan a través de preguntas, angustia, conflicto, lo que los demás ven en ellos. Los puede alejar metodológicamente el psicoanálisis, se resisten a ver sus conflictos pero cuando entran resuelven. Pueden poner barreras también. Es una línea delicada para usar, porque el alumno también pone freno, no se le puede obligar. Si no cede busco otro mecanismo, llegar a través de un tercero, compañeros, no figuro cuestionando yo como autoridad y se suelta. Sino a través del tiempo que se toma el alumno...clase a clase... y estar atento a observar el proceso de cada uno. Todos los alumnos son distintos

**6.- Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?** Desde la primera clase decirles que ese espacio es de ellos, que tienen libertad y poder para jugar con lo que es de ellos, que no tengan miedo. La libertad también los limita, entonces intentan resolver solos y grupalmente. Grupalmente a través del feedback, la colaboración, la confianza...

**7.-Crees que me falto alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?** Que entrevistes a alumnos de esta edad, sobre sus procesos de creaciones. Preguntas que ellos no se hacen, porque ellos son los sujetos de estudio.

## Entrevista 4

Consuelo Pacheco. Realizada en Junio del 2015

**1.-Qué significa trabajar con la adolescencia** De la experiencia que tengo más significativa en esa edad trabajando con danza, el año pasado en un colegio, donde sentí un quiebre de un proceso de consciencia corporal si se podría decir así, fue como en séptimo y octavo básico, en comparación a los otros cursos que hacía (de pre-kinder a sexto).. en las edades más pequeñas, la sensación era que los niños eran más blandos al momento de recibir la información, era más fluido. Y en séptimo y octavo básico pasaba como que tenía que ver más con el otro. “El otro me va a tocar, el otro... que pasaba en los demás cursos también, pero aquí había una importancia mayor aún. Como si lo que estuviera pasando por dentro de ellos tuviera un mayor grado de importancia. Una complejidad diferente al momento de moverse que yo podría decir es pudor, es esto, pero también es un misterio. De que cada uno según su experiencia tiene una manera de entender su cuerpo y según, a cómo llegó ese momento es la complejidad que tiene. Hay unos que se van muy hacia adentro, otros hacia afuera, otros que se ocultan y tú no te das cuenta, hasta que oye nunca lo vi, se ocultó muy bien...entonces yo sentí que tenía que hacer para hacer una clase con estos niños era aceptar primero, al momento de estar con ellos, que ellos estaban así. Entonces de alguna manera yo entraba en su mundo, yo entraba en esa complejidad. Porque también me podría haber puesto como testigo y haber dicho a ver, qué hacemos con eso, trabajo con el pudor o que se yo... pero a mí la sensación que me daba era es que estaban siendo mucho más sensibles, o sea ya no era solo tocar, ya no era solo un juego, es loco porque es volver a la experiencia...es un momento como una puerta, que se abre entre séptimo y octavo, más en octavo en que están medios sin filtro, como expuestos y vulnerables. Recibiendo y al mismo tiempo, teniendo una autoimagen mucho más consciente, como me quiero mostrar ante el otro. Cuando era experimentar; “vamos a ocupar esta música” ya estaban cuestionando, no era cualquier cosa lo que iban a hacer, a filo, da lo mismo, había uno entre cuarenta.

**Claro, ¿se vuelve un espacio más serio también no?** Si, Se tomaban todo mucho más en serio, aunque no me pescaran. Porque por ejemplo en octavo era como: hola soy la profe” y no me resultó así, me resultó cuando los empecé a ver; hola Juanito, hola Andrea como estas, porque ellos saben que tú eres la profe, solo que...

**Tú tienes que saber también quiénes son ellos...** Sí, entonces cuando pasaba eso, yo sentí que tenía que tener ese trato más horizontal, como respetar que ellos no quisieran hacer todo y también permear de eso, y ahí ser creativa, porque en el fondo no es que yo llegue con una clase y esa clase yo la voy a hacer... porque si yo hago eso, con esos cursos, no puedo hacer ni el primer ejercicio, ni uno, y más encima sale pésimo, como tieso. Entonces lo que yo hacía, era llegar con motivaciones y verbos por ejemplo; caer, contacto...

**Si, vamos por parte, ya vienen esas preguntas; Ahora; características de los tipos de adolescencia, respecto a sus cualidades, según que varía** Enfocada en la experiencia que tuve, en séptimo que ya se veía que entraban en una etapa de pololeo y me lo confiaban, y yo los dejaba ser libre, ser ellos conmigo...los de séptimo todavía, como decirlo...tenían como en general una cualidad de todavía estar más unidos como grupo...es una transición...estaban entrando, todavía se dejaban ser guiados como más manada, pero en octavo nopo, ya habían grupos, había alguien que lideraba, y de una! Unos quiebres de líder... en séptimo habían muchos líderes, pero yo los observaba, ellos no se me mostraban a mí... en el otro no, hola, yo soy este, yo soy así y necesito que me respeten así, era mucho más confrontacional. Y en eso también cambiaba la danza, cambiaba todo. Entonces yo distinguiría eso, y es muy loco porque entre que había más liderazgo y más yo estoy aquí y tal vez no quiero bailar, o si quiero bailar, otros no se y depende de lo que diga mi



amigo que es el líder... porque también pasaba eso, que hay grupos y uno lidera un poco, y me imagino que pasa en muchos colegios...y si el líder era bueno por decirlo así todos bailaban, entre comillas por decir algo, y si no, era como no, o hasta me da vergüenza porque él no baila, entonces necesito que me validen también en esa mini manada

**¿Cómo y porque llegaste a trabajar con este grupo etario?** Porque en el colegio tienen un plan que es artístico y hasta ahora Danza es el único plan que se ha mantenido de pre-kínder a octavo **¿qué colegio es este?** Colegio artístico Santa Cecilia de Osorno) que tiene dos vertientes de guía educativa que es por un lado la religión y por el otro el arte, van como simultáneas... danza llega hasta octavo, y por eso le di clases a ellos y las otras áreas tienen hasta cuarto medio. La idea es implementar eso en danza pero como tienen menos conocimientos no han logrado establecerse, aparte tienen solo una profe, pero yo creo que es falta de estudio porque los directores son músicos, saben hacerla, en teatro hay 5 profes. Era igual una asignatura obligatoria, había otro taller paralelo, pero ahí se mezclaban las edades

**2.-Por Qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?** Porque yo creo que es un momento de apertura que se da biológicamente, a también estarse viviendo otros procesos, como en el caso de la mujer, aunque haya sido un poco antes, a esa edad están muy abiertos, es un momento en el que el cuerpo está hablando mucho, entonces si ellos no tienen contacto con esas transformaciones y cambios biológicos y sociales tan fuertes, siento que forman un cuerpo a imagen de lo que ven en la tv por ejemplo, que se ve mucho, imagen de lo que tienen que ser y no como ellos quieren ser, de hecho para mí esa edad es súper importante la danza. La danza es transversal porque depende de los procesos que vayas viviendo como te va a ir afectando a ti. Yo lo encuentro importante porque se viven cosas a distintas dimensiones a nivel mental, emocional, espiritual, física, que si uno puede escuchar y abrir en ese espacio de danza, para ellos será más significativo e integral, aprendiendo a expresar sus cosas sin cuestionarse tanto, un flujo normal que no evade su presente.

**3- Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes** A mí la que me ha funcionado mucho y encuentro muy linda, es trabajar primero, es medio abstracto quizás al decirlo pero muy concreto en la clase es trabajar de manera horizontal, quiere decir que la manera de llegar yo con ellos es con el grupo, de la manada entera, y no ponerme en un lugar especial. El círculo es muy importante porque yo me di cuenta que se necesita cierta emoción para formar un círculo verdaderamente. Yo puedo decir ya, hagamos un círculo, pero observo y en verdad hay 2 personas que están en el círculo, porque las otras están obligadas ahí...porque la energía del círculo como estrategia para generar ciertas dinámicas, no es fácil, tiene que haber una contención y del grupo entero. Entonces a mí me pasaba que encontré que ese era un lindo lugar para comenzar para hacerme parte de ese grupo, como yo me puedo hacer parte del grupo sin que me separaran, porque en eso se genera una distancia que hacía menos significativa la experiencia. Y al mismo tiempo me gusta trabajar con ayudante, como esto de no hacer cosas que yo puedo hacer y los otros no, sino que yo necesito otro para mostrar el ejercicio... sin el otro yo no puedo hacer algo...de repente yo pedía voluntarios, y costaba mucho, de repente había por días que no salía nadie, y también eso era cuando me conocían poco. Cuando me conocieron se relajaron...y cuando pasaba eso yo también tenía la confianza de sacar a alguien que quizás nunca saldría, que en su vida diría yo quiero. Y cuando me pasaba eso era muy lindo, tuve una experiencia con un niño de séptimo básico que nunca hablo y le dije que fuera mi ayudante, y claro, súper nervioso con su cuerpo tieso, nunca me han dicho, ayudar a alguien...y te juro que toda esa información a mí me venía, era increíble ese diálogo y yo decía wow qué onda esto... y cuando trabajé con él lo disfruté mucho mas también, por lo mismo, porque sabía que ya solo el hecho de generar ese momento, era significativo, lo otro ayudaba. Pero entonces a través de la danza poder ver también eso, lo importante que es eso...y ese niño después no se me despegaba,

era ahh ya que vacan su clase, ahh, quiero ser ayudante de nuevo, un cariño, unos abrazos que me dejaban para atrás... Entonces eso, trabajar mucho en grupo, de manera horizontal y al mismo tiempo pedirle a gente que ayudara. No me funcionaba mucho lo de las filas, vamos pasando... buuuu no... trabajo de grupo dividiendo no. El trío me funciono en relación a la colaboración, ya hay dos que van a hacer esto (porque trabajé con hartos contacto) y hay otro que va a ver o ayudar si se necesita. O trabajo de dúo cuando era contacto solamente y eso funcionaba bien, era lindo, porque por ejemplo con esto que te contaba de los líderes que era como no, no me gusta mucho la clase, y de repente le tocaba trabajar a dos que eran súper así, por ejemplo, hombres de octavo. Entonces había un momento en que se soltaba eso, se soltaba ese personaje, esa tensión también puesta afuera, ese deber ser... porque es una atención puesta afuera también, del cómo me estoy viendo. Y yo lo que hacía era llevarlos hacia adentro, como te estas sintiendo...

**¿Eso pasaba con los tríos? ¿Con los dúos o con los dos?** Con los dúos y bueno con el trío era cuando un ejercicio era medio complicado y tenía que colaborar. Y pasaba que era espontáneo, todos sabían que era difícil, entonces no se pensaba en tríos, sino que en la colaboración. Y ahí se armaban los grupos también. Y ahí era lindo, porque se abría un espacio de no tiempo, en relación a este espacio cotidiano en el que uno se mueve...

**¿Bonito esto de cómo veo y después del como estoy...un poco en la presencia no?** Sí, porque de repente te tenías que tirar para atrás, y tenías que poner atención donde estaba tu espalda en relación a la del otro para no caerse, entonces yo generaba dinámicas para que su atención tuviera que ir al cuerpo. Así como, ahora es momento del cuerpo, de la piel. No puedes estar pensando en que si es fome o no es fome la clase, tienes que estar ahí. Y eso se daba más en dúos. Donde cada uno se conectaba más con la presencia y el cuerpo.

**¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? Existe una autorregulación? Haz tocado varias veces el tema del liderazgo, hay alguna estrategia o método didáctico que te ayude a trabajar este tema durante las clases?** Es loco porque todo esto es muy de piel... cuando quise pensar en cómo no me resultó, me sentí súper frustrada, y en un momento fue como... "solo convive" en ese momento, o sea cuál es la convivencia, que está ocurriendo, que me pasa a mí también con un chico de 14 años, de 15 años, que me está todo el tiempo diciendo algo y yo estoy tranquila, como en eso de querer estar con todos y está aquí encima o que puede estar muy lejos, pero lo tienes muy cerca, en su presencia. Pasaba algo curioso, que en general los que tenían presencia muy fuerte hacían las cosas muy bien, y me empezó a pasar que al principio no querían hacer nada porque lo encontraban todo fome y en algún momento ya tuvieron que ceder, porque yo también no era pesada, entonces no había esa excusa que había con el resto de los profes, para no hacer, igual entonces empezaron a ceder y a hacer pero todo el tiempo eran desafiantes porque sentían que lograban hacerlo muy rápido. Entonces qué viene ahora, y el resto seguían experimentando en eso. Lo que yo hacía de repente era un trabajo diferenciado; por ejemplo si yo veía que les salía muy bien les proponía cosas más complejas, y en eso nos manteníamos súper bien, pero eso no era todo el tiempo, dependía del día... bueno y otras veces si habían terminado el ejercicio que miraran, que ayudaran a sus compañeros, siempre había algo que hacer, nunca era yo hago el ejercicio y se acaba, ya que fome. De a poco fui aprendiendo que habían diferentes roles dentro del aula, y que no tenían que ver solo conmigo, tenía que ver con los demás; o sea, como yo trabajo (porque eran hartos niños también, como 30) y no los puedo tener a todos haciendo lo mismo, entonces de alguna manera ellos que eran líderes tenían otras necesidades nomas, tenían otra energía, otro tiempo, y lo que había que hacer era jugar con eso, entonces pasaba eso, que de repente les ponía cosas más complejas, lo hacía yo con ellos, porque yo no siempre trabajaba con ellos... mostraban si estaban muy ansiosos,

**¿Y de pronto dejarlos un poco funcionaba? ¿O siempre debían ser específicamente atendidos?** Yo creo que lo que fui haciendo fue naturalizar su presencia dentro del grupo porque de hecho es un círculo vicioso. porque yo cuando llegué al colegio, me dijeron; estos niños; tal y tal nombre, te van a hacer problemas, pero tranquila, aunque igual no vas a estar tranquila porque te van a desordenar el gallinero... entonces lo que yo hacía, ablandarme frente a eso y frente a eso me encontraba con otras personas. Había momentos en que la clase funcionaba para ellos pero yo atendía a todo el grupo, algunos había que bajarlos y a otros subirlos...

**Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)** Para mí se me hizo súper latente cuando trabaje con estos chicos, que ellos supieran lo que estaban haciendo. Y fue muy loco para mí, darme cuenta de eso porque fue como caer un poco en lo que uno se imaginaría que no quiere caer...o contrastará en un colegio, en que están todo el día escribiendo, anotando en el pizarrón...pero en esa edad, en séptimo y octavo aparecía una necesidad muy importante de contarles cómo se llamaban ciertos huesos, y desde ahí, claro, conocer su estructura corporal más consciente, porque ellos están también en un momento, en el que podrían darle un mayor sentido a ese contenido. Por Qué, porque es todo tan desconocido y ya están más grandes, entonces están eligiendo por donde moverse y si eso es muy abstracto, como que no les queda. Siento que también en ese sentido quizás para mí fue súper significativo mostrarle algunos textos, algunos videos, estilos de danza, por ejemplo, para que ellos supieran lo que estaban haciendo. Entonces para la parte entre comillas más teórica de la danza, en esa edad a mí me quedó súper bien. Sentí que atendían mucho, muy concreto el que se está moviendo, como se llama, porque a esa edad, que movieran todo el cuerpo y no supieran que tienen una columna vertebral, que no estuviera en su lenguaje, era súper raro. Y al mismo tiempo la importancia del trabajo sensorial a través de la piel yo creo que es súper importante. Porque también están en una edad un poco más grande donde están agarrando una postura, también por sus hábitos...

**¿De la piel en el contacto con el otro? ¿O a qué te refieres con la piel?** En la sensibilidad más que nada, que puede ser en el contacto con el otro, ...nose yo digo la piel pero son todos los sentidos pero me llama la atención la piel y hacer distintos tipos de ejercicios, de uno, de dos, de grupos, porque hay un tema con la postura en esa edad, que son más vergonzosos, y lo que hace el trabajo de la piel es neutralizar, esas corazas o maneras de ser que están teniendo que a veces están más hacia afuera, o los que están más hacia adentro, siento que vuelven...

**¿Y alguna actividad con tocarse la piel?** El mismo trabajo del tocarse, la piel y el trabajo del tono muscular con ellos y con el otro...porque no saben tocarse y tienen ideas de cómo tocarse... para esa edad encuentro que nutre lo que están viviendo. En ese proceso hormonal y social...entonces yo vincularía los procesos de la piel, de la estructura corporal, directamente con lo social. Porque están muy expuestos, muy sensibles a lo que piense el otro, a como quiero ser, entonces sus emociones y sensaciones están muy a flor de piel, entonces como que estas cosas también los traen de vuelta, a su presente. Siento que es como encarnarlos más. Entonces con la parte más teórica y la parte de la piel y el tacto son fundamentales. Y el otro es la respiración. Que quizás para mí es un momento en el que es tan importante en el proceso de desarrollo humano, quizás nunca tuviste conciencia de tu respiración, pero hay una puerta que se abre que si tu logras que sea significativo para ellos, puede quedar.

**¿Y como trabajas la respiración con los adolescentes?** En grupo, teniendo un tiempo grupal y de alguna manera conteniéndonos entre nosotros mismos en eso, y en eso pasaba por ejemplo; Hacíamos una respiración en cuatro tiempos, después pasaba que teníamos que retener en 5 tiempos y botar...(todo esto con progresión por supuesto) y en eso reteníamos uno, y alguien se reía y todos se reían, y como que explotaban... y fue todo un

trabajo, hasta que de repente se empezó a respetar esa dinámica y todos contenían, entonces algo pasaba también con el cuerpo en ese momento... o sea todo muy relacionado a su postura también., en el como yo me enfrento o convivo con el otro. Otro concepto importante que se podría desprender de ahí tiene que ver con la convivencia y la colaboración. Porque la convivencia yo la relaciono mucho al cuerpo. Como en los límites que tengo con el otro, si los respeto o no, y también respetando mis propios límites... y la colaboración como en la parte más social. Como como juego con eso; la fluidez y la flexibilidad.

**4.-Qué rol juega la creatividad ¿De qué manera potenciar la creatividad en tu metodología con los adolescentes?** Abriendo espacios de experimentación, consciente, o sea se proponen ejercicios pero siempre los ejercicios dependen de ellos, por ejemplo yo puedo mostrar algo, pero yo no les estoy pidiendo que ellos imiten. Lo que yo estoy ofreciendo es que ellos experimenten y que vean cómo logran experimentar a partir de eso que yo dije. Entonces es un ejercicio abierto, nose si les da miedo por ejemplo que experimenten con eso, ...y de alguna manera pasa mágicamente también que ellos crean más cosas, y dicen ah se me ocurrió esto, o esto otro... o sea yo doy un ejemplo y les pido a ellos que hagan tres más también... hay una persona en cuatro apoyos, y yo digo a mi se me ocurre esto para pasar por aquí...y a ustedes? (podemos pasar y jugar entre la estructura que el compañero nos entrega, también tiene que ver con la invitación) al comienzo lo primero que ocurre es que espontáneamente te imitan...hacen la misma posición que muestro, pero después agarran un poquito de confianza y pueden ir probando otras cosas. Igual al comienzo cuesta. Y ahí me di cuenta que la imitación en esa edad es muy fuerte y que yo no la ocupo mucho para mis clases. No es mi fuerte...

**¿Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué** Si, completamente...porque para mí la creatividad tiene que ver directamente con la presencia. Una persona creativa es una persona que está presente en lo que está haciendo, no puede ser creativo si no está ahí. Y si no está su atención ahí,... entonces yo fui súper paciente con eso, no les pedía que fueran creativos, si no que yo tuve que generar varias instancias antes para que llegara un momento... es que más encima en la creatividad y en la autonomía, porque además tiene que haber una intención de querer crear, yo no los puedo obligar a crear, eso no es creatividad eso es obligación.. Entonces si es muy importante porque habla de una presencia.

**¿Cómo se despliega la creatividad en tus alumnos?** A distintos tiempos, y lo lindo de los distintos tiempos es que repercute cada tiempo en los tiempos de los demás. Como que alguien en un momento fue súper creativo cuando alguien dijo o hizo esto, y es impresionante como eso también es del grupo. Y le da confianza al del lado, al del frente, ... y también es lindo porque la creatividad no solo tiene que ver con lo que se hace, sino con lo que se siente. Yo me puedo imaginar más cosas luego de estar estudiando seis meses estudiando danza.. por ejemplo...pero quizás no hago mucho más, pero quizás tengo una apertura mayor a recibir, componer...que se yo...

**5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescente Qué pueden crear, de qué manera se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión** Este es otro grupo, que era el elenco del colegio, sentía que estaban en un proceso de exploración...igual ellos tienen artes hace muchos años, por lo tanto una gran sensibilidad. Era creación coreográfica, y pasaba esto de entrar en su mundo y no proponer cosas tan lejanas, esta metodología fue así...hicimos una creación coreográfica en el bosque que estaba alado del colegio. Yo sé que al comienzo les costó un poco vincularse con el movimiento al bosque...pasaba que yo estaba muy abierta y jugando, y ellos estaban ahí mirando y también se abrían a experimentar...hubo todo un proceso de sensibilización, y se dio algo bien simple, pero que estaba lleno de sus presencias. Yo diría

que más que hacer cosas espectaculares con la danza, era la presencia que ponían en eso...

**¿Y eso desplegaba su creatividad?** Sí, mucho, porque cuando después de harto tiempo de entrar en el contacto con el árbol desde este lugar más danzado, y sobre todo del encuentro con otro, que en este caso era el árbol, se generaban unas composiciones desde las presencias, el proceso creativo era muy simple en la forma, pero súper profundo en la interpretación.

**¿Y en la acción reflexión ellos notaban la diferencia? ¿Se notaba eso?** Sí, completamente, porque tenían unos descubrimientos muy importantes a través de la vida por ejemplo; yo estoy vivo el árbol está vivo, me estoy conectando con un árbol desde otro lugar, experimentando y apropiándome de ese espacio de creación.

**¿Una de las estrategias entonces es que ellos te vean involucrada en el proceso, y otra el estado de presencia en la acción entonces? Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)** Sí, exactamente. Es lindo para mí darme cuenta que cuando uno hace danza, no hace solo danza entre humanos, sino que todo el tiempo danza, entonces ya tan solo en esa apertura, como de decir oye entonces yo podría hacer esto mismo con el sillón, por ejemplo...ya es un espacio de creatividad.. que se abra ese espacio, esa posibilidad, es una gama de creaciones, apertura, destapar un estado mental que también pasa por lo físico y lo emocional porque pasa con el asombro., en la emoción... y las consignas no eran diferentes a las clases de danza, eran las mismas, era aplicar lo que hacíamos nosotros, que en este caso era Contact, ahora hacerlo con un árbol. Y en eso la composición era instantánea.. Era "yo y el árbol"... y ese momento era una danza porque se lo estaba permitiendo, y ahí yo me di cuenta que lo he visto poco, que hay pocos espacios en los que se genera eso...en ese caso el contexto era el sur, también el lugar. Entonces esa estrategia, de utilizar lo mismo que hay para desplegar la creatividad.

**Cómo pueden los adolescentes utilizar, construir y modificar el material que se les entrega para sus propios trabajos.** Su propio cuerpo, porque hay un contacto con lo que son, ese es el valor de la danza, un momento de conexión con su capacidad muscular por ejemplo, para después llevarlo a la disertación, por ejemplo, cómo llevar su cuerpo y la clase a cualquier momento de su vida cotidiana con su corporalidad, en otros espacios cotidianos, caminar, sentados, todo el tiempo...

**6.- ¿Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?** Yo creo que tiene que ver con las influencias, que en el fondo cada movimiento que ellos hacen repercute en ellos y en los demás, como hacia adentro y hacia afuera. Estamos todo el tiempo entramados, y aunque pareciera que no, sí. Porque puede volverse un proceso súper ensimismado y solo ensimismado.. y eso es donde yo pondría ojo en la adolescencia, que no sea como claro es que le están pasando cosas, entonces hay que dejarlos ser, claro, pero dejarlos ser que.. Para mí es, que hagan contacto con las experiencias que están viviendo porque es distinto, le da profundidad al proceso que están viviendo.

**7.- ¿Crees que me falto alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?**

Sí, algo muy importante que es el diálogo que hay entre género femenino y masculino durante el proceso. En la carga social de cómo se mueven hombres y mujeres. Igual aparecen los roles, es inevitable no verlo. Trabajaban juntos, hombre mujer, mujer con mujer, etc., que tengan posibilidades para liberarse de eso, de esos estigmas sociales, modifica las estructuras, la danza y el ejercicio...

**¿Y Como estrategia?** Trabajar mucho con lo concreto, traspaso de peso, mucha información pero concreto absolutamente físico, un equilibrio en lo que se conjuga todo, y la danza aparece. Yo vengo con esto y qué hay de ustedes para que abramos un espacio y dialoguemos,.. La danza en la expresión corporal es de muchos colores y mezclamos, y tenemos la oportunidad de descubrir y elegir.

## Entrevista 5

Jeimi Navarro. Realizada en Julio del 2016

**1.-Qué significa trabajar con la adolescencia** Significa trabajar con un grupo inestable, con un grupo muchas veces silencioso, otras veces inquieto, donde el cuerpo es muy importante porque están en búsqueda de su identidad, en la que buscan definirse, encontrarse, sentirse cómodos con lo que son, con lo que los compone, significa ser parte importante del proceso de esa búsqueda de identidad, significa ayudar a definir, a formar o a deformar...

**En qué consiste esta etapa de transición y como se revela durante tu trabajo** Consiste en un cambio hormonal, físico, químico, donde el niño está encontrándose, ajustando todas sus partes, está definiéndose y entendiéndose en su cabeza... se revela en sus actitudes, en su cuerpo, muchas veces estar echado en la pared y no querer pescar nada, toda su inestabilidad se revela en eso, en sus cambios de ánimo, actitud, en la respuesta que van dando clase a clase.

**Características de los tipos de adolescencia.(respecto a sus cualidades, varía según qué)**

Yo trabajo con un grupo de niños con diferentes capacidades, que tienen epilepsia, Parkinson y síndrome de Down y algunas deficiencias intelectuales, y todos son muy distintos, cada niño es un universo diferente, entonces hay niños que son mucho más autistas, otros más silenciosos, retraídos, otros muy extrovertidos, otros extremadamente egocéntricos, otros inseguros, ...entonces la personalidad varía del día y según la enfermedad y de la frecuencia de las crisis...

**Cómo y porqué llegaste a trabajar con este grupo etario?** Por una amiga supieron que yo tenía un trabajo previo con niños con diferentes capacidades, necesitaban una profesora que a través de la entretención y pudiera desarrollar capacidades y estimularlos a través de la danza. Vieron mi trabajo por internet, currículum, y así. Llegue a la Fundación Miradas Compartidas.

**2.- ¿Por qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?** Porque te da seguridad... Siento que todas las inseguridades que tienen los niños a esta edad, que se sienten feos, gordos, ... o no se sienten conformes con lo que son, al ir conociendo tu cuerpo te vas queriendo un poquito más. De alguna manera vas encontrándote, te vas reconciliando con esas ideas erróneas de ti entonces es importante que el niño no sienta su cuerpo ajeno a lo que es sino que se acerque, que sea capaz de tocarse, que sea capaz de mirarse al espejo y sea capaz de no verse como a un extraño, y que aprenda a través del movimiento a encontrar ese amor propio.

**¿Cuando hablas de ideas erróneas te refieres a estigmas sociales, o a que específicamente?** Sí, porque sobre todo los niños que tienen diferentes capacidades son muy discriminados entonces llegan niños que no tienen amigos, y nunca tuvieron en el colegio porque siempre le hicieron bullying. Entonces hay muchos problemas de

autoestima, en especial en esos niños porque nada está hecho para ellos... todo el sistema los deja fuera. Y las ideas erróneas que tienen sobre ellos son porque nosotros como sociedad los hemos puesto en un lugar apartado y encasillado.

**3-Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes ¿Qué estrategias de aprendizaje usas? (grupos, solos, manada, líderes)** Lo que yo trabajo mucho en este caso específico es trabajar diferentes objetivos a través de la entretención. Acá la idea es que los niños no tengan tiempo para sentirse diferente al resto, sino que conectándose con canciones más populares, bailando puedan sentirse parte de algo a través de la diversión y la entretención. Acá la metodología donde si bien hay una diferencia entre profesor y alumno de roles, se trata de equilibrar la situación fortaleciendo las capacidades de los alumnos y donde siempre hay un positivismo, no hay cosas que estén malas, sino que hay niños que siempre pueden dar más, y más,... no es una clase especial para ellos, sino que es inclusión a través de la entretención. No hay espacio para la frustración. Las clases se diseñan en actividades que todos podamos hacer.

Todos juntos siempre, los trabajos son todos grupales, no trabajamos con el contacto. Todos bailamos y ellos eligen sus lugares dentro de la sala, a veces el cambio para variar...Entonces yo trato de que se identifiquen conmigo, a través del lenguaje como un par invitándolo a una fiesta, entrar en sus conversaciones que tienen que ver con sus crisis, me sumo y me integro a sus vivencias para compartir. Ocupamos la imitación kinética, trato de hacer movimientos claros para que puedan hacerlos...

**¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? Existe una autorregulación?** En este grupo si hay líderes y personas que quieren destacar, y que quieren solo mostrarse. Hay que ser respetuoso y darle un espacio, y también invitarlo a que participe como todos. Se permite hasta cierto punto pero se le recuerda que somos un grupo...que pasa si nos tomamos de la mano y uno se suelta? No se completa el círculo...ellos entienden a través de la buena onda la invitación a la experiencia. Mi clase aunque la prepare nunca va a ser igual, porque uno se desmaya, otro tiene otitis, hay diferentes sucesos por las enfermedades de cada uno. Todos los días son diferentes. Para que haya diálogo durante la clase ellos necesitan que nos conozcamos, que además de una cierta admiración que aparece, haya una empatía. Es importante también el diagnóstico de cada estudiante porque tienen diferentes capacidades y patologías que son necesarias de atender.

**Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)** Los contenidos más importantes son direcciones básicas, motricidad, rítmica, disociación... y fortalecer la confianza, el autoestima, la expresión, donde aparece el ser de cada uno... el respeto, la aceptación... La colaboración es otro punto; que se da entre ellos es a partir de la contención a través de todo lo que sucede, se organizan, a veces los ayudo, pero lo que aparece a través de la colaboración es la contención. Todos saben cómo ayudar y reaccionar para un ataque de epilepsia de alguien, o cualquier tipo de algo que le pase a uno, muy buenos compañeros.

**4.-Qué rol juega la creatividad** Es muy importante porque si bien no estamos componiendo, ellos crean entre una canción a otra, cuando hacemos pausa y ellos frente al espejo se apropian del material, cambian el movimiento, la energía, y las mamás me cuentan que ellos bailan y practican en la casa. Ellos escogen este taller, entonces están muy motivados...

**5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescente Qué pueden crear, de qué manera se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión** La creatividad se da de manera natural, es espontáneo, no hay una guía para eso.

**Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)** No hay proceso de creación en mi taller

**Cómo pueden los adolescentes utilizar, construir y modificar el material que se les entrega para sus propios trabajos.** La seguridad igual creatividad porque cuando ellos se sienten seguros, cómodos y en confianza se sienten acogidos por ese espacio y aparece la creatividad.

**6.- Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?** El amor propio y la reconciliación con lo que uno es. Porque de alguna manera todo adolescente que busca la danza es porque necesita soltar y expresar lo que tiene adentro. Y es ahí donde va apareciendo la creatividad, la seguridad, espontaneidad, yo creo que hay algo guardado en esos cuerpos, por eso llegan a ese lugar. La danza te entrega la posibilidad de ayudar a expresar y a sentir el cuerpo.

**7.-Crees que me falto alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?** ¿El tema de la inclusión, te has preguntado en incluir otras personas en tus clases, en tu metodología? ¿Pensar sin egoísmo llevar la danza a otro tipo de personas en lo que podamos aportar a incluir a personas con diferentes capacidades? ¿Por qué no lo has hecho hasta el momento? (entendiendo que hay que estudiarlo, pero es una propuesta importante para compartir e incluir.

La adolescencia es una etapa en la que te destruyes o te potencias para sobrevivir, entonces cómo ayudamos desde la danza a hacer esa sobrevivencia más cálida, para que puedan sentirse más cobijados y contenidos en un espacio en el que se acoge la diversidad. Alivia todas las pasiones propias de la adolescencia.

## **Entrevista 6**

Poly Rodríguez. Realizada en Agosto del 2016

### **Contexto: adolescencia/danza/movimiento**

Ya, a ver... para mí la adolescencia es una etapa compleja, en el sentido que hay muchos factores en juego, o sea hay cambios corporales, hay cambios hormonales, hay una atención hacia el yo muy importante entonces es un momento que en general se necesita mucho del otro. Y de la reafirmación del otro para reafirmar o sea es un momento donde se pone en evidencia que soy en función o de cómo me veo contigo y tú me ves... y de cómo generamos ese vínculo para que mi sensación de confort sea más contundente y no sea tan vulnerable a los cambios. Es un momento también en el que el pensamiento empieza como a agarrar por lo mismo fuerza desde la propia adhesión de las cosas que están siendo más importantes para mí. Entonces es un momento donde lo "valórico" para poder darle un nombre, es importante, como que uno empieza a entender quién es uno desde lo valórico, entonces también empieza a mirar esos valores en los otros y esas ideologías en la sociedad. La adolescencia para mí es un lugar donde uno agarra mucha convicción, tomar fuerza de quien es uno en función de ese reconocimiento, como afirmación social, entonces es un lugar donde uno empieza a tomar decisiones a nivel ideológico también. Y muy cargado de la emocionalidad, cargado de lo hormonal emotivo, un lugar donde hay cambios en ese nivel... y además se empiezan a generar las primeras relaciones más consistentes, uno empieza a evaluar con quien quiere estar como pareja, entonces es un ámbito bien emocional de la personalidad, como en la constitución del yo en función de los otros yos...



**Con las decisiones también** Claro, entonces las decisiones son muy importantes, como que no es tan a la ligera y es un lugar muy vulnerable porque tú te abres a la sociedad entonces la sociedad de alguna manera o tus círculos cercanos no están en esa misma sintonía entonces te puedes poner más ostra, (cerrado) como...te interesa mucho porque no está tan claro el yo, está como en proceso entonces te interesa mucho el otro. Eso, además es un lugar de independencia familiar, uno agarra sus propias convicciones,...

**Edades, periodos que tu manejas** mm...depende del autor...o sea si la adolescencia es algo que se da antes de la madurez, como la madurez vista como que realmente agarro una autonomía, una manera de pensar propia... ser independiente económicamente, intelectualmente,.. Claro podría extenderse hasta los 25, 30 años... Claro si uno piensa en edad, en edad años, como todo esto que hablamos de la adolescencia es como un camino, si...emmm... para mí donde esas cosas que mencionamos se van como afianzando. Claro entonces desde los once, hasta los 13, desde los 9 hasta a los 13, no sé, hay más cambios, hay menos comprensión de lo que a uno le pasa... como que hay una idea de grupo, porque me gusta porque son mis amigos, porque me entretiene, pero no hay una crisis más existencial pareciera. Ya después desde los 15, 16, hay como un asentamiento más de esta cosa existencialista, ideológica y experimental, como que uno esta tan a prueba con esta idea, ya no el grupo porque me entretiene sino porque me da la confirmación y existo gracias a ello, que esto es mucho más intenso a nivel de emocionalidad y de coherencia entonces en la educación en esa edad hay siempre como un choque de ponerte a prueba, como...realmente tu eres como dices? O lo que dices es más cuento...¿cachay? Están como mucho más alerta de que uno sea lo que dice. Y la coherencia...por eso son tan potentes a mí me da la sensación que por eso son tan fuertes las marchas, en esa medida porque no están cuenteando, o sea hay que decir la verdad pero esa consecuencia como en la coherencia. Y después eso ya está más reforzado, ya hay un disfrute de esa decisión que tomaste, y una expandida a desarrollarme en ese colchoncito que ya aclaré. Entonces trato de ser coherente con lo que digo yo ahora, como que ya no pongo tanto ojo en el afuera, en el como para existir con el otro o no, sino que ya estoy mucho más afirmado de mi autoestima entonces ya no estoy tan vulnerable, hay un cambio de que ya la gente entra a la universidad, entonces ya hay una decisión en función de esa convicción, que también está todavía en proceso pero está más clara... la edad es un tema, porque cuando hablamos de edad hablamos de una estadística, hay una concepción a nivel de estadística entonces estaríamos dejando fuera todo el tema de la inclusión, si?... claro las etapas del desarrollo son estadísticas de una sumatoria de individuos o de ser humano entonces hay una tendencia de eso hacía ese orden o esa escalada, pero no todos van al mismo tiempo, entonces podemos encontrar a alguien que a los 25 años todavía tiene rasgos adolescentes más primarios... o si hablamos de la inclusión, personas con algún trastorno de personalidad, o con un ...no lo vamos a poder acertar en la edad, entonces también hablar de las edades en función de las etapas también pone el ojo en un tipo de ser humano, con una característica y versus otro, pero..

### **1.-Qué significa trabajar con la adolescencia**

**En qué consiste esta etapa de transición y como se revela durante tu trabajo. Características de los tipos de adolescencia.(respecto a sus cualidades, varía según qué)** A ver si yo pienso que trabajo con adolescentes y los adolescentes quieren trabajar conmigo, les interesa quizás más que conmigo Poly sino que les interesa la danza, va a ser un lugar desafiante en que van a querer siempre complejizar eso que se está proponiendo. Va a ser desafiante en que es una edad, me da la sensación en que si te gusta lo que haces, estas súper disponible. Y estas en esa insistencia de ir un poco más allá, un poco más allá, entonces por ahí desafiada, y también desafiante en el ámbito emocional porque hay igual una vulnerabilidad, entonces atendiendo y cómo de alguna manera hacerlo consecuente en mi hacer, y un estado de mucha alerta para poder propiciar abrir los límites de ellos. Que si están en la clase se van a meter, pero que hay una idea de que las cosas

son de alguna manera entonces estar alerta a expandir esas maneras de ver para poder entender cómo se van viendo las cosas... Es una etapa en que si yo digo blanco, y lo digo yo y ellos tienen una valoración sobre mí esto va a ser blanco. Entonces cómo estar atenta a como no entrenar esas verdades para que también empiecen dentro de esa rigidez también a querer buscar como más algo a qué adherirse, se vayan como expandiendo. Ese sería el ideal, el ideal de que ellos quieren hacer. Ahora, sí, adolescentes, tienen que hacer un taller de danza y hay gente que quiere hacer y gente que no quiere hacer, es otro el panorama, es otra la disponibilidad porque un adolescente que no quiere ser, esta como muy punzante, quiere experimentar que no va a querer hacer, que es la realidad también porque la realidad también es muy diversa...emm... es una edad en que hay menos docilidad si es que a alguien le interesa la docilidad entonces trabajar con adolescentes es exponerse a trabajar en un lugar como performativo, no con mucha idea de esperar, sino una postura de estar muy atento a todos, a todos y cada uno para ir propiciando el material y sobre todo desde la vuelta de eso.

**Cómo y por qué llegaste a trabajar con este grupo etario?** Hay algo, quizás si pensamos de los 13 a los 17, hay una estandarización de lo femenino o lo masculino, o el oponerse eso o el decidirse a eso, entonces también uno podría enfrentarse a que no es tan disponible la apertura. O es muy clara, y es como una ideología, si... o es algo que está todavía más parcializado entonces también uno mezcla, hay mucha cosa hormonal, entonces como uno facilita el trabajo cooperativo para que se vayan desestereotipando esas maneras de comprenderse. Solo de esa manera.

**¿Diluyendo el prejuicio también, y varias cosas que pueden ir poniendo el cuerpo menos disponible al aprendizaje no?** Sí, sobre todo el cuerpo como todo el aprendizaje; si sobre todo en los adolescentes es muy interesante que se pone muy evidente es el cuerpo. Porque el cuerpo no es una materia, es la emoción, es lo que está pensando entonces hay que dar un espacio en el que se puedan expresar, también a nivel de lenguaje, para saber en qué están, en la comprensión del material, y en la existencia de ese material, en cómo lo están viviendo. En el presente y que está pasando, como están configurando su experiencia. Porque si ellos realmente están en eso, están queriendo que sea una experiencia, entonces si no damos cabida a saber en qué están, tampoco va a ser asertivos, pero tampoco va a ser para nosotros, como que es un círculo...y menos vamos a ayudar a lo que está pasando en ese momento que es afirmar. En el momento en que ellos logran expresar, aparece lo de ellos en eso, entonces en ese solo hacer, hay una verificación de su yo, y al compartirlo con el otro, también está siendo un reconocimiento sin dar una afirmación o negación, solo por esa existencia expresiva, entonces hay que permitirla.

**Y eso es de tu interés...** Y eso es de mi interés, y me interesan en realidad todas las edades, pero hablando de la adolescencia, porque es un lugar que te pone en jaque, porque te ves muy expuesto si no estás muy permeable, adaptable, en ese lugar performativo te pone a ti en un lugar más artístico, más creativo, más despierto, entonces es interesante. Y también porque no hay una decisión tan clara de lo que les guste. Si, pueden estar tomando talleres de danza pero pueden estar ahí buscando, hay como mucho. Mucha inocencia no se si es la palabra, no sé si es lo que me interesa pero hay una cosa ahí más por descubrir o por construir.

**2.- Por qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?** Porque te permite más un avistamiento, de ti mismo, como la expresión en cualquiera de sus ámbitos, la expresión corporal, es algo que te va a dar mucha más libertad en tu forma de constituir-te porque antes se han venido expresando escolarmente a través de otro formato, como no se expresan a través del deporte por expresarse, sino que disfrutaban de eso lúdico y se están expresando; pero si pensamos principalmente en un colegio tradicional están expresándose a través de la escritura, de la expresión oral, pero

también hay un poco validación de que también hay una manera de expresarse que es igual de literal tal vez a través del cuerpo pero que también permite un vínculo para poder también estar con el otro, y querer comprenderse, pero también es muy abstracto, entonces te permite como ese disparo cognitivo en otra dimensión, de tu desarrollo como humano. ¿Se entiende? Por un lado te da la libertad de comunicación, de querer, pero también como no es tan clara, es más abierta, es más cualitativa, entonces es como; ahh entonces esto que puede ser blanco, a lo mejor no es tan blanco y puede ser más quizás como; te da como esa oportunidad de vivir desde otro lugar, una manera de expresar.

### **3-Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes**

**¿Qué estrategias de aprendizaje usas o recomiendas? (grupos, solos, manada, líderes** A ver si pienso en adolescencia, pienso en una metodología a favor de la organización pienso en grupo, y en grupos en los que ellos quieran ser cercanos a, y grupos en donde se empuje a conocer a otro. Pero es todo súper relativo porque depende del grupo, si es un grupo con mucha inseguridad a querer exponerse, a lo mejor ocupar una disposición en la que nunca se estén mirando, donde no se expongan, donde yo pueda guiar, y ellos puedan hacer hacer... hasta que vayan agarrando la confianza de querer compartir con el otro... o que en el grupo se permita que cada uno donde tiene confianza, aporte a esa actividad. Pero lo ideal es que si pensamos que les interesa ser parte de; y queremos como ideología trabajar la cooperación, hay que ponerlos en ese lugar, donde otras estrategias pueden ser también reorganizar desde sus decisiones, a través de cómo se sintieron, qué les gustó...no sé si que les gustó, pero cómo se sintieron, como creen que hubiera sido si... etc... como ellos van reconfigurando esos dispositivos que voy dando porque les tiene que hacer sentido a ellos. Porque si a ellos no les hace sentido, es como nada... entonces como yo busco un feedback de cómo ellos van recibiendo y como valido que esa idea es parte, es posible, y también se comparte. Y también cosas que me permitan comprender cómo va su proceso cognitivo en función de la aspiración. ¿Si? Entonces como les va a dar más seguridad algo más concreto, y después de eso concreto donde se sienten seguros, como ir empujando un poquito hacia otros ámbitos.

#### **¿Y qué lugares concretos identificas tú?**

El cuerpo biomecánica mente, y después me imagino que llevarlo a sensaciones, y después al imaginario... (Progresivamente) y quizás no un progresivo lineal, pero sí ir de lo concreto, un saltito, ver que pasó, volver acá, y en eso ir viendo donde uno se va quedando. (Cuánto tiempo necesita según el grupo...)

**¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? ¿Existe una autorregulación?** Yo creo que la autorregulación sería un ideal para la madurez, así como una etapa post, porque es muy complejo tener esa consciencia de cuánto y hasta donde em... para que todos nos cooperemos...¿sí? Entonces... pero no por eso no hay que probar, pero si aparecen estas personalidades más fuertes que pueden permitir que se resuelvan las tareas, "cómo resolvemos mejor la tarea" entonces aparece el líder que de alguna manera reorganiza al resto, sin imponer obviamente (si uno ve que está imponiendo entra...) organiza mejor y se resuelve la tarea. Pero igual eso va a generar un foco en la tarea y no en las relaciones humanas, entonces como al final propiciar, si pensamos que es la danza, como una práctica artística, que todos sean parte de este liderazgo; casi yo diría como ir propiciando que no se piense en un liderazgo, y cómo esos líderes están ahí muy fuertes tampoco anularlos, pero ir transformándolos para que vayan propiciando la salida de todos... ese ideal sería como ir buscando para todos ese trabajo cooperativo, como estoy abierto a tu idea, entonces tu idea me remueve la mía, y estoy ...pero es como el ideal, como si es que yo puedo acceder después...como más progresivo también e ir viendo quienes, están más fuertes en eso, no anularlos, pero permitir también que los demás aparezcan para que de una u otra manera se sientan seguros, siempre lo grupal, lo par o el trío, mezcla también cómo generar esos espacios más íntimos para que no solo uno le diga

al otro lo que tiene que hacer, sino para que la consigna sea crear entre los dos. (cocrear-coexistir) entonces mientras más chiquitito el grupo, menos posibilidad hay de que uno se tome el poder, ¿si? Y después eso como que lo vas ampliando.

**¿Y cómo lo harías con la gente que le cuesta más aparecer?** Si pensamos en un trabajo en parejas como en lo concreto de una práctica, que creen en función de lo que cada uno propone. Dos movimientos, ya; tu propones dos, yo propongo dos, ya construimos algo con esos cuatro, como concreto, entonces ya esos cuatro cuando lo mostremos, va a ser producto de los dos...o esos cuatro les muestran uno a la pareja, y arman un gran grupo de los uno... como en ese detalle de dejar que aparezca eso, ese ejercicio de constancia siempre...o del grupo pero donde cada uno debe aportar porque se construye a través del aporte de cada uno, la tarea evidencia que están todos. Todos van a aportar. Claro eso sería una metodología...

**4.- Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)** La posibilidad de experimentar, y que de alguna manera esa posibilidad de experimentar de alguna manera les de la confianza, de cómo se sienten ellos, no solo de algo que puedan idear, sino como desde lo concreto; desde su materialidad, pueden sentir quienes son. Cómo llevarlo a ese plano; eso sería algo importante a trabajar, y lo otro, como diversificar para no llegar a esta es la manera en la que se hace, la única manera, sino que ir buscando en esa exploración, claro, la posibilidad de diversificar y ponerlo como en primer plano e importante( eso que surge de ahí). Más que de ideas ideológicas, que es como lo que en ellos está como atrapado, crear puente tu desde la idea de algo, como crear desde la propia experiencia corporal pueden ir buscando afinidad o no con eso que le da más sentido a ellos en ese momento. Como buscarle sentido a esas mismas experiencias corporales y que eso se pueda exponer, se pueda mostrar. Pienso en contenidos que surjan desde su propio cuerpo, de sentir sus moviidades articulares, de variar esas posibilidades de moverse con su peso, con el peso del otro, con acciones, con cosas concretas que les permitan acceder al material y que les den la confianza la seguridad de diversificar, de variarlas si? Porque pienso en esa etapa y pienso como en que están buscando cosas o situaciones que les permitan afianzar su identidad o su búsqueda de identidad, entonces como su propia corporalidad y consistencia le permite también desplegarse a cosas más subjetivas como validar, como el movimiento creativo o como el movimiento del brazo de una manera variada, que no se prejucien desde lo intelectual,... y entonces ellos comienzan a mover el brazo y vas guiando esa apertura ellos confían en esas variaciones.

**¿Desde ahí el material concreto se hace fundamental como en primera instancia no?** Si, si, y como eso ojala también, ponerlo en relación como que es una etapa donde es muy importante el resto, y ellos en relación al resto entonces es muy vulnerable si se aceptan, si no se aceptan, si son parte, si no son parte, es como que un momento rico para relacionarlos, para entender la diversidad también desde las diferentes maneras entonces como en esta metáfora de dos cuerpos, se pueden concretamente relacionar, y uno pasa esa capita que es más profunda que es como la relación seres humanos, si? Más que peso, sí, pero el peso me permite ponernos en relación. Y entenderlo en algo particular, como; los dos tenemos peso. Aunque somos muy distintos.

**4.-Qué rol juega la creatividad ¿De qué manera potenciar la creatividad en tu metodología con los adolescentes?** A ver, el rol que juega la creatividad es un rol esencial pero no como algo preconcebido. Me parece relevante pero no es lo único, y no como algo preestablecido, sino como algo que va a ir emergiendo en la variedad, en la diversificación de experiencias. Como que no se les ocurra algo creativo a priori, sino que sin expectativas de lo creativo, lo creativo sería esa profundización de una variante en función de la práctica. Y lo propicio no dando juicios y no dando ni bueno malo, ni por ahí va ni no, sino, permitiendo que suceda, y se profundice, y por ende que se despliegue, se

complejiza. Animando a que suceda esa profundización que por ende va a ser variada y diversa y creativa. Como atender a eso que ya se trae, que podría ser una manera, y cómo ir de a poquito en esa profundización o exploración despegándose de esas maneras, para mí eso sería como lo creativo. Como la disposición también actitudinal, si se podría decir así, de embriagarse con la consigna y de explotarla, y de llevarla a diferentes ámbitos de a poquito como corriendo los límites...sí?

### **¿Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué**

Sí, pero también hay otras cosas, no es solo la creatividad, también están las relaciones que se van generando, que van propiciando un ambiente donde fluya el cerebro, ... la creatividad no solo sería solo algo que se quiere lograr, si una función artística, vinculada al arte, pero si están las relaciones sociales, la autonomía, está como ir generando sus propios aprendizajes e ir recordándoles y memorizando lo que ya se sabe para ir a otros lugares más desconocidos.

**Cómo se despliega la creatividad en tus alumnos** A través de la insistencia...de la consigna, y claro, aparece el conflicto cuando uno tiene que ir tomando la decisión de desapegarse un poco de eso que quiere, o del hábito o de la manera de hacer. Un conflicto pero en realidad que si se quiere hacer no genera ningún conflicto. Y en mi genera la atención de ir propiciando ese despliegue, de darme cuenta de ese despliegue, de pensar en cómo generar ese despliegue, de qué palabra usar, de cómo tocar, de cómo mover, como lo despliego? Con una atención a ese presente.

### **5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescente**

**Qué pueden crear, de qué manera se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión** A ver, claro el usar la reflexión, me parece que es pertinente en todas las edades, pero yo lo uso como un tiempo de otra manera de expresarse, como la escritura, o con conversación, para que se pueda experimentar lo experimentado o revivirlo desde otra expresión. Y así con su tiempo, o con compartirlo con el otro, van complejizando su experiencia, van tomándola desde otros puntos de vista. Sí, me parece muy ligada, como no hay una sin la otra, y a veces en la intimidad nada más de decantar alguna sensación que les pareció interesante, a ellos o una sensación que apareció nueva, o que quieren realmente dedicarse a escribir, y eso también se puede compartir, y exponer de otra manera.

**Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)** Desde lo que a ellos les parezca pertinente, como claro, hay una consigna que surge desde lo corporal, y de alguna manera eso va generando imaginarios, o relaciones con temáticas, y ahí está el estar muy abierta a generar un diálogo entre el grupo, para ir guiando este proceso donde todos se sientan parte de ese proceso y hacia dónde va ese proceso. Como dando esos espacios de reflexión y de toma de decisiones, como va y como más o menos se quiere ir. Siguiendo y ahí uno prepara la práctica siguiente, para ir conduciendo ese camino. Y más que como una guía, como si yo supiera percé, como esa disposición a estar abierta a poder como generar la conciliación de algunas miradas, o como esas miradas si las reunimos y armamos un foco, y seguimos con ese foco, y como yo también me siento involucrada creativamente. Como todo el tiempo movida por eso que se está moviendo, y de alguna manera la decisión se va tomando in situ en el camino. Sin saber todo tan explícito.

**Cómo pueden los adolescentes utilizar, construir y modificar el material que se les entrega para sus propios trabajos.** Yo creo que los adolescentes, que no se si adolecen de algo, pero están con muchas ideas y con muchas ganas de decirse, de expresarse, de afirmarse, de encontrarse, entonces es muy importante tomar esas opiniones o tomar esas decisiones. Pero a la vez, como moverlos de esos lugares que son más estáticos. Sí,

porque son muy ideológicos entonces quizás esa ideología puede sesgar otro. Puede como anular a otro. Entonces es importante como generar que ellos se sientan parte y puedan tomar acuerdos. Pero que esos acuerdos a la vez no sean tan sesgados, y permitirles que se exponen otros puntos de vista para que estos puedan modularse y queden todos dentro. No la mayoría, no el líder, sino que todos dentro de un proceso creativo, entonces de alguna manera un proceso que les permita expandir esas miradas que tienen de algo, o del tema a o de la experiencia corpórea, experimentada. Por esta sensación que tienen que tienen que descubrieron y esa es la verdad, que sí, es la verdad, pero que también hay otras verdades, entonces de que siempre está esa apertura creativa de alguna manera al diálogo, y a la no certeza, o a la no declaración.

**6.- ¿Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?** Sí, yo creo que promover, la adolescencia es muy social, entonces cómo permitir que eso social no excluya, entonces si hay algo que atender, es como lo previo del adulto, entonces hay una vulnerabilidad de no tener la experiencia de un adulto como no tener la independencia, la autonomía, o depender del hogar o del colegio o de otras cosas, pero a la vez tener la fuerza del grupo, entonces cómo generar relaciones que no excluyan a otros, cosas que no pueden dejarse fuera que tienen que ver con cómo, que tenemos de igual, o cómo podemos ser distintos en este espacio en común, tiene que ver con estas cosas que son más transversales, que son muy radicales que se piensan post madurez. Si es que se puede clasificar. Y desde el cuerpo porque todos tenemos un cuerpo, todos somos, entonces aparece una metáfora desde esto concreto y desde esta diversidad particular al crear desde el cuerpo. Como oportunidades de encuentro.

**7.- ¿Crees que me falto alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?** Sí porque a ver la adolescencia como etapas, que habría en común con otras etapas, si es algo específico con esa edad, o es transversal a todas las edades, o que sería lo que no o lo que sí, O ¿porque la danza en esa edad, el arte, o porque la danza y no otra disciplina, hay algo específico que nutra dentro desde esa experiencia?

## Entrevista 7

Vannia Villagrán. Realizada en Octubre del 2016

**1.- Qué entiendes por adolescencia; fases y características** La adolescencia como todo el mundo dice que viene de la palabra “adolecer” adolecen muchas cosas, y yo entiendo eso como que son muy apasionados en el sentido en que los que les da pena les da mucha pena, lo que les da alegría mucha alegría,...entonces en ese sentido están en un periodo muy emocional, y no así entendiéndolo, sino lo viven, solo lo están viviendo, lo están experimentando. Por eso también se enojan mucho con las amigas, o con el pololo, o se enojan mucho con los profesores, cuando no entienden algo, cuando tienen un discurso idealista, etc., tienen ese entre comillas no control de la emoción, entre comillas porque creo que es algo que nos da la pasión, que nos da la fortaleza que nos hace incluso terminar los caminos...eso que los papas te dicen cómo, cuando yo tenía tu edad.... Entonces hay algo ahí con la madurez que a mí me hace ruido, porque la madurez no significa dejar de ser esto, como anularlo... **Hay una madurez biológica, etc... no?** Si en términos de cuerpo, claro, en términos técnicos puede haber contenidos más complejos, técnicos pueden entrar y profundizar en mucha más información que puedan aplicar, desarrollar, crear,... en la teoría, análisis, a nivel reflexivo discursivo...

**2.- Qué tipos de diferencia hay entre 11 y 14,/ 15 y 18 años** Claro es que a los 11 años están en una etapa de transición súper importante, en términos culturales y sociales también, como yo trabajo en un colegio, me manejo en esos términos como escolar,

entonces yo tengo que entender en qué proceso están esos chicos, por ejemplo los que tienen 11 años están pasando como a 5to, entonces están pasando de una sala, de un pabellón a otro, de un lugar que están muy protegidos a estar con los grandes, tienen mucho más permiso de un día para otro tienen mucho más independencia. Antes era mucho más así como el lápiz mina al lápiz pasta, que el lápiz mina permite equivocarte mucho más, y el lápiz pasta es más difícil, que el corrector... eso es importante, lo del error. Que no te permite, cuaderno chico a cuaderno grande entonces tienes que adaptarte, entonces uno tiene que estar como en esa transición porque además la educación no se hace cargo de la independencia del niño, la vida no se hace cargo, el mundo no se hace cargo de la autonomía de nadie, entonces pretenden que de un segundo a otro los niños sean autónomos. Hagan sus cosas, hagan su mochila, su ropa, contesten las preguntas, sean reflexivos, hagan las tareas, entonces es como un absurdo. Porque todo el tiempo les están diciendo que hacer y qué no hacer. Lo que se permite y lo que no. A Partir de quinto se quedan más solos, viven más la transición, se quedan solos sin herramientas. Yo en mi taller de danza trabajo desde primero básico la autonomía, tía amárreme el zapato, no amárrese lo solo, tía... así como súper concreto a nivel de acciones, de que se hagan cargo

**¿Alguna otra característica importante en esta transición?** Yo creo que según Mis años de experiencia, a mí me indican que pueden haber patrones parecidos pero que depende de cada niño, de su grado de madurez, de su grado de adolescencia, y uno como docente tiene que estar súper alerta y atento a eso no puedes trabajar todo tan general, mi experiencia de primero a cuarto medio y llevo 13 años acá yo he podido tener un desarrollo con mis estudiantes en la autonomía y en la independencia, entonces yo puedo ver, que ellos pueden llegar de quinto a sexto con una madurez y autonomía perfecta y yo los trato así, como súper de igual a igual, y estamos súper tranquilos y me empiezan hasta a decir Vannia,...entonces o con eso porque yo igual estudie a Piaget, etc. pero creo que eso ya está obsoleto, yo creo que no existe una teoría única...no existe la verdad, no puede, imposible...porque hay gente que se guía siempre, es que el niño está en esta etapa de coordinación y por eso, etc.... De hecho yo creo que es un mecanismo de control, en esta etapa solo puedes aprender esto,... Yo creo que no.

### **1.-Qué significa trabajar con la adolescencia**

**En qué consiste esta etapa de transición y como se revela durante tu trabajo** Yo creo que como le hago clases de primero a cuarto se revela de una manera muy positiva, pasan a quinto y es otro mundo, se revela de una manera muy positiva, muy autónoma, muy autocrítica y muy empoderados, son muy emocionales y sensibles. Yo tengo un cariño especial por esa edad porque lo pasamos súper bien, son súper divertidos porque igual están en esta cosa que son niños un poco todavía, juguetones, entonces que se ríen, se empujan, gritan se tiran encima, y un desorden, pero hay mucha felicidad, se derrocha, y yo no puedo controlarlo, pero yo estoy tranquila, los dejo expresarse, es una etapa en la que quieren mucho hacer, son muy creativos y propositivos. Y mientras tú los dejas y les das un poquito de caminos, funciona perfecto, no tengo ningún problema. Si creo que hay que saber manejarlos, cuando yo empecé a hacer clases, me acuerdo que eran hay tía que linda y luego eran gritones y no te hacían caso, eran un poco terribles pero era porque yo no tenía mucha experiencia y me estresaba un poco...

**Características de los tipos de adolescencia.(respecto a sus cualidades, varía según qué)** Yo creo que hoy en día con el acontecer de Chile político y de todo, sobre todo en este colegio que es muy político yo encuentro que empieza a variar en el discurso. Hay mucha más reflexión, hay mucho más cuestionamiento, más proposición también, como más necesidad de hacer también lo que te gusta realmente consecuente con eso,... el tipo de adolescente de acá del colegio de partida hay una generación de padres jóvenes que tienen toda una cosa política, socialista, comunista, que le dan espacio a la reflexión, al discurso, espacio para que los niños se expresen, sin embargo, están inmersos en el sistema

cotidiano, por lo tanto hay una contradicción permanente. Te dejan pensar y reflexionar pero hay una exigencia académica, en notas en el uniforme,... Y hay profesores que los están presionando y luego los dejan, entonces obvio que los niños se enojan, porque no entienden... y obvio que el discurso no lo van a llevar a la práctica, porque nunca los han dejado hacer nada práctico... yo en el fondo comprendo que no tienen esas herramientas, porque no se las han dado...

-sobre todo en esta edad en la que se dan más cuenta, están más atentos... Absolutamente, son súper reclamones, son súper exigentes y al mismo tiempo flojos. Pero también yo creo que esa es la cultura chilena, es la cultura chilena, los profesores son iguales, todo el mundo es igual acá. Pero claro, se supone que los estudiantes son distintos, porque se supone que los estamos formando y construyendo con herramientas...

### **¿Cómo y porqué llegaste a trabajar con este grupo etario?**

Pre práctica, 2003, universidad Arcis, una de mis compañeras era ex alumna de acá y estaba haciendo clases aquí, y me invitó a trabajar con ella, llegué un segundo semestre del 2003, me encontré con un cuarto y quinto básico, y ahora varias de ellas están en segundo en danza en la universidad de Chile. Yo entré a estudiar danza para ser bailarina, y no estaba interesada en el tema de la pedagogía, pero entré, me encontré con este curso y, nada, nunca más los deje y me di cuenta que mi vocación era ser pedagoga.

### **2.- Por qué consideras importante trabajar la expresión corporal en la adolescencia específicamente?**

Yo creo que para mí la danza debiera trabajarse siempre, obvio, no puedo pensar de otra manera, tiene que ver con mi discurso, la danza, el movimiento a través del cuerpo es fundamental,... y como yo hago para todas las edades, y hasta tengo taller de ex alumnos... ahora en la adolescencia porque necesitan expresarse, están con un déficit de caminos para expresarse, están tan coartados, tan controlados social y culturalmente de cómo deben hablar, de cómo deben comportarse en qué momento hacerlo... y sin ir más lejos por eso que hay ese problema de alcoholismo, drogas...no es que yo esté criticando eso, pero me refiero a los excesos, un momento de perdición en el que ellos buscan escaparse, y se van y empiezan a carretear y quedan perdidos, y es siempre...

**¿Y cómo crees tú que a partir de la danza tú puedes ayudarlos?** Como relacionarse con sus papás, cómo hablar con ellos y comunicarles que son homosexuales, o vegetarianos,... O sea ¿la danza como un medio para comunicar y llevarlo a todos los aspectos de la vida no? No solo comunicar, si es una herramienta pero tiene que ver más con un camino de conocerse a sí mismo, un camino de conexión personal, un camino de satisfacción personal de sentirse mejor bailando para canalizar...entonces no es solo sí a través del arte yo me expreso y muestro cosas, y digo lo que quiero decir desde otra mirada, y da lo mismo porque la gente no entiende, entonces es muy chistoso... no entienden su mensaje... pero si yo parte de mi quehacer y es como respirar es un cariño eso es, es amarse a uno.

### **3-Metodologías para el trabajo en danza o movimiento con adolescentes**

**¿Qué estrategias de aprendizaje usas? (grupos, solos, manada, líderes)** Ya o sea que si tú me preguntas eso yo te digo grupos. Si hay algunas que resaltan más que otras es porque les encanta, y me whatsappean, y me hacen regalos, uno finalmente doy algunas responsabilidades a esas personas porque confío, pero yo trabajo, mi metodología es grupal y autónoma, todos se contienen entre ellos, son todos iguales, no hay preferencias,...en mi taller en especial casi no existe la envidia, la competencia,...cuando se puede producir algo así yo converso con ellos, etc... Estrategias de clase tiene que ver con el grupo, con el contenido... pero como es la estructura de la clase, tiene que ver con el grupo...la primera parte tiene que ver con entender, primero se familiarizan con el



contenido, en el calentamiento, ellos van siempre entre todos funcionando, improvisando, etc. Luego hay otra parte que tiene que ver más con las destrezas, entonces puede ser que yo haya hecho algunos fraseos y ellos los repiten, los repiten, y los van incorporando. Y otro ítem que es el crear, que ellos crean a partir del contenido crean sus propias frases, estructuras, y ahí se van en voladas. Al momento de crear ocupo parejas, tríos, grupo, depende mucho de si son muchos, pocos, o de cómo trabajan, de cómo se llevan, de las relaciones humanas, de cómo están enfocadas las clases...por ejemplo con los más chiquititos, trabajo muchos dúos y ellas siempre quieren estar con la amiga, entonces yo quiero que se conozcan y a la integración grupal. Y con los grandes pasa lo mismo, momentos de dúos, tríos, cuartetos grupos, mitad mitad, momentos de crear coreografías es un trabajo colectivo, yo trabajo mucho con la creación de ellos el material es de todos desarmar y arman fraseos...yo ordeno al final, porque alguien tiene que hacerlo.

**¿Cómo se equilibra el trabajo entre quienes lideran? Existe una autorregulación?** Los líderes generalmente son un aporte, la llevan, les paso el mando porque a veces son muchos y los dejo algo a cargo para enseñar, ensayar, generalmente el líder está colaborando siendo un aporte, no tengo otros líderes ni favoritos.

**Cuáles son los puntos fundamentales según tu opinión a trabajar en danza con adolescentes (conceptos, contenidos y actividades)**

Chuta es bien extensa pero yo encuentro que... a ver, hablando como en el tema integral, yo siempre tengo que estar atenta a sus tres ámbitos; parte emocional afectiva, en la parte intelectual/cognitiva y en la parte corporal. Entonces si yo voy a trabajar los contenidos de danza como del espacio, siempre tengo que cubrir esas tres áreas aprendizaje, de desarrollo y de relación. La tridimensionalidad del individuo, y como yo trabajo la danza educativa, estoy trabajando al desarrollo integral del individuo o sea yo estoy ayudando a formar personas, no bailarines entonces no se me puede olvidar ese tema. Y yo trabajo con términos de danza, muchos, unidades, con su contenidos de danza contemporánea y eso está en función de estos tres factores, entonces lo que yo espero es que el individuo se sienta bien, se sienta cómodo, confiado, seguro y feliz. Se sienta contenido porque es su espacio, de hecho lo transforman en su propio espacio. Y es súper lindo ver cuando llegan a la sala, y se sacan los zapatos, y se cambian de ropa, y se tiran al suelo, porque es su momento. Y los grande lo mismo, llegan a la clase y quieren masaje, y los adolescentes que no están acostumbrados a estar en contacto es una gran ventana de aprendizaje. El beneficio de estar en contacto, igual la mayoría está contextualizado en el abrazo, el tacto, etc. Por mis talleres desde chicos. Tú puedes hacer los mismos ejercicios para grandes y para chicos si no han estado en este proceso y es heavy como esta poco desarrollado el contenido corporal de conocimiento y expresión. Por ejemplo el otro día en párvulo fui a poner música y los niños se movían solos, les brotó, y los comienzan a adiestrar con no se mueva, la vergüenza, la competencia, y la falta de aceptación, una anécdota pero tiene que ver...

**4.-Qué rol juega la creatividad** Es fundamental, la creatividad nos da vida, aliento, inspiración, nos hace conectarnos con algo superior y más profundo. Entonces el trabajo constante permanente de resucitar esa creatividad que está siendo pisoteada por otros lados y apagada, porque no estamos hablando de la creatividad de proponer una idea "creativa", sino que tiene que ver con tu comportamiento creativo como soluciones y te desenvuelves, cualquier cosa, como ir a buscar la pelota, cómo vas...un camino diverso para hacer distintas cosas y como vida cotidiana, como algo chistoso, que te da vida, que te divierte todo el rato. Que tiene que ver con el estar, con conectarte con lo que te está pasando, con dejar... la creatividad es natural e inherente al ser humano y es sencillamente reprimida. Dejar fluir la espontaneidad, con la búsqueda en el adolescente de la identidad, como se peinan, como se relacionan con el otro, en la forma, en esa búsqueda, y tiene que ver porque tiene que ver con esa identidad reprimida, porque no han podido buscar en quienes son...no lo han permitido desarrollar, los uniforman, y está fundamentada además, para coartarlos. Hay que cuestionar permanentemente todo porque las cosas no son de una

manera, y menos con adolescentes, lo más entretenido de mi pega es eso, yo aprendo de ellos, el aprendizaje aquí es... yo como profe tengo que estar muy atenta a sus propuestas y a lo que me dicen de otra manera también. Hay gente que te dice que a esta edad están desarrollando su identidad, pero es porque ellos están reprimidos culturalmente, y anulados... entonces es porque se ponen rebeldes, ya no te creen todo, ya no te necesitan para cruzar la calle y se dan cuenta que pueden tomar la micro solos, y obvio que tienen rabia y enojo porque se dan cuenta que no tienen cosas que podrían haber tenido antes, esa cosa absurda de tratar a los niños como niños, cuando claro en Chile en el sistema político estamos tratados todos como niños. Entonces tiene que ver con eso. Por ejemplo yo tengo niños de primero y segundo básico que llegan con unos look lentes, mochilas súper extrañas, y no hay tanta discriminación, y los papás se los permiten, se puede ver pésimo pero da lo mismo, está jugando con eso, no tiene vergüenza, imagínate todos pudieran hacer eso.

**¿De qué manera potencias la creatividad en tu metodología con los adolescentes?** En mi caso tengo un espacio en el que trabajo mucho con la creatividad y con la improvisación, trabajo mucho con el lenguaje de ellos porque la danza educativa es la búsqueda del lenguaje personal, para conocerse a uno mismo es su lenguaje, y trabajo la improvisación con muchas actividades, con consignas, con juegos, también ellos crean sus propias frases, se relacionan... dejarlos ser, porque eso es lo que buscan. Al final la pega es de ellos, porque ellos se encontraron y son felices consigo mismos.

**¿Consideras que es un punto importante a considerar? Explique porqué** **Cómo se despliega la creatividad en tus alumnos** Fundamental, o sea para mí la danza técnica, sobre todo con esa metodología de la imitación a mí me carga, no la comparto, ahí entramos en el tema del ballet, clásico, con estereotipos, uff terrible, que lo único que crea es frustración, no me gusta esa danza...pero acá la búsqueda de sus propias posibilidades, de quererse así como están, cómo son, y también querer desarrollarse más, no quedarse con lo que son nomás. Sino que igual están en una búsqueda de desarrollo porque se motivan, porque experimentan. Igual para ellos también es un fin, a ellos les gusta bailar, cuando son más grandes como en la adolescencia ahí quieren más bailar, no tanto juego, yo quiero hacer la frase todo el rato. Ahora entonces ahí entro yo en cómo les hago la frase. Ahí también yo trabajo mucho desde la práctica somática, mucho trabajo reflexivo y consciente entonces ahí lo importante es el camino, no la forma. Logramos la forma, pero por consecuencia...

**Entonces tocando el tema de la somática, ¿cómo es una edad en la que son muy concretos y reflexivos, necesitan saber que están moviendo no? Esta cosa de anclaje necesario para que ellos puedan desplegarse...** En términos como esquelético, fluidos etc. tienen que ser un poco más grandes, depende del grupo, si vienen desde chicos si, y los grandes se sorprenden con la articularidad, etc. Se mueven igual en mi lenguaje y me muero de la risa... se puede profundizar solo bajando por columna y coronilla coxis y ahí la creatividad aparece uff, impresionante. Yo digo ooh si yo hubiera sido así cuando chica,...en esas clases de libertad.

## **5.-Qué implicancia hay en los procesos creativos con adolescente**

**Qué pueden crear, de qué manera se ha dado o construido metodológicamente este eje de acción/reflexión**

Cuando ellos se sienten validados, cuando ellos sienten que son importantes, que vale todo lo que digan o hagan, aparece.

**Desde qué lugar puedes abarcar el proceso de creación con los adolescentes (apropiación del material)**

Trabajamos temáticas que a ellos les interesan. Porque en general igual tratan de buscar un poco el significado, en general el ser humano busca el significado de la vida. Igual siempre

quieren reflejar algo, quieren decir un mensaje, y a mi me parece súper importante el decir. Creo que que es una responsabilidad, un hacerse cargo de...entonces ellos proponen temas y de la temática lo vamos conceptualizando, hacemos esa pega de mesa, ya que tema, varios temas, y se elige el tema que más les gustó, si quieren el tema del consumo, obvio, típico tema, empezamos a ver los conceptos del consumo... hay algunas que de repente llegan con música, o ropa, etc., proponen todo el rato, todo es una creación colectiva y el material aparece desde ellos. y componemos y descomponemos frases o las inventamos en base al concepto. Diferentes metodologías, trabajando el gesto significativo, se descontextualiza y va apareciendo el fraseo.

### **Cómo pueden los adolescentes utilizar, construir y modificar el material que se les entrega para sus propios trabajos.**

Si mira yo me he dado cuenta, son libres de hacer lo que quieran, y el material está a su disposición y beneficio. Así como cosas concretas por ejemplo, yo sé que había una alumna que tenía que hacer un trabajo para arte, y son distintas instalaciones, lo podían hacer gráfico, lo podían hacer como escultura, etc., y una alumna hizo un video danza en los pasillos y se grababa, y hablaba. Daba testimonios e imágenes. Otra lo dibujaba, uso la idea de la libertad. De que tu opinión vale. Buscan sus maneras para decir. La danza no solo es "expresarse corporalmente" sino que te da autoestima, confianza en ti tu opinión vale y tú hablas nomas, estás tan conectado contigo mismo que sabes quién eres. O estás sabiendo permanentemente quien eres, no es una cosa absoluta, imposible.

### **6.- ¿Hay algo que consideres significativo para entender la danza y el movimiento en la adolescencia?**

A ver, yo creo que aquí el tema de la pedagogía yo la defiendo mucho. Yo siempre que me preguntan, yo nunca digo soy bailarina, yo digo soy pedagoga. Antes que todo, es muy complejo y una tremenda responsabilidad. O sea lo tomo con humildad pero al mismo tiempo con orgullo, entonces yo creo que tienes que tener súper claro que con un buen profe, apasionado que cree en lo que está haciendo, que sabe lo que está haciendo, qué está ahí, que es flexible, que tiene una mentalidad abierta, que está atento al presente, y con estudiantes que demuestren ganas, todo es posible. Así de sencillo. Te puedes demorar más o menos, claro depende de cada individuo, pero tú vas encontrando las diversas metodologías y estrategias de aprendizaje y de relacionarte, si es la vida misma. Entonces yo encuentro que fundamentalmente la danza en la adolescencia tiene que ver como con la pasión. Y la pasión no como esta cosa como el cliché, sino que tiene que ver con tu nivel de compromiso. De credibilidad, de cuanto tú crees en eso, no es una moda. Y yo creo que estos alumnos son una súper buena materia prima, yo creo que quien venga a dar clases aquí, tiene una buena experiencia. Pero yo no sé si se logra todo lo que hemos construido porque todo lo construimos en base al amor de esto, una cosa heavy como nos enamoramos todos de este arte. Alumnas que armaron un taller de ex alumnas para seguir viniendo,...

### **7.- ¿Crees que me falto alguna pregunta que podría colaborar para esta investigación de la práctica en danza con adolescentes?**

Mira yo creo que es fundamental trabajar con el otro, como eso como otro, en cualquier etapa...trabajar con otro ser humano, y relacionarte desde ahí, desde la profundidad y el todo finalmente. Respetar al otro y a ti mismo en todo sentido, yo no soy un ser supremo por ser profe y ellos tampoco, estamos todos aprendiendo.

(Se comenta el problema con la evaluación, genera competitividad, desarma el proceso, pero la vida no es con nota...sistematiza y te formatean.)