



**LA DANZA COMO ELEMENTO DE TRANSFORMACIÓN SOCIAL EN  
JÓVENES RESIDENTES DE LA URBANIZACIÓN LORENZO MORALES DE  
VALLEDUPAR**

**GUERRA NIEVES MARLLULYS**

**TARAZONA ARIAS YALEINYS**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**VALLEDUPAR-CESAR**

**2022**

**LA DANZA COMO ELEMENTO DE TRANSFORMACIÓN SOCIAL EN  
JÓVENES RESIDENTES DE LA URBANIZACIÓN LORENZO MORALES DE  
VALLEDUPAR**

**AUTORAS**

**GUERRA NIEVES MARLLULYS & TARAZONA ARIAS YALEINYS**

**Trabajo presentado como requisito para optar el título de psicólogas**

**Asesor Temático**

**Darío Leguizamo**

**Asesor Metodológico**

**Doris Colina**

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

**PROGRAMA DE PSICOLOGÍA**

**VALLEDUPAR-CESAR**

**2022**

## DEDICATORIAS

Dedico este proyecto a mi padre por enseñarme cada día a ser feliz con lo poco que se tiene, pero a nunca dejar de trabajar por conseguir lo que merecemos y soñamos. A mi hermana mayor que solo piensa en que no nos falte nada, con el tiempo nos hemos convertido en una sola, es mi ejemplo a seguir. A mi hermano menor que en ocasiones ha demostrado ser más adulto que yo, espero estar para él mucho tiempo más, estoy orgullosa de ver el hombre en el que se está convirtiendo. A mis sobrinitas que se han convertido en mi tesoro más grande. En especial a mi madre, mi ángel, sé que estarías muy orgullosa de ver la mujer en la que me he convertido, todo en mi vida es por ti y para ti, cuídame siempre.

**Marllulys Guerra Nieves**

Este proyecto lo dedico con mucho amor a mi madre Doris Arias por trabajar incansablemente y animarme a realizar mis sueños, por apoyarme de manera incondicional y apostarle siempre a mi educación, enseñarme que sin importar los obstáculos debía seguir adelante hasta lograr realizarme como psicóloga y ser buena profesional, termino diciéndole a mi madre que mis sueños siguen intactos y que al ser este un nuevo comienzo siempre estaré dispuesta a escuchar sus consejos y así verla orgullosa de mí.

**Yaleinys Tarazona Arias**

## AGRADECIMIENTOS

Primero que todo a Dios, que me ha dado la fuerza suficiente para superar cada uno de los obstáculos que se han presentado en el transcurrir de mi vida. A la universidad, profesores, compañeros de estudio y asesores de proyecto, por brindarme su conocimiento y ayudarme a culminar uno de los tantos logros que deparó para mi vida. A mis tíos Rafael, Bladimiro, Liana, José Augusto y mi abuela Ada Luz, por haber aportado siempre su granito de arena ayudándome a culminar mi proceso educativo y por enseñarme que no hay nada más importante que el amor hacia la familia. A mi tío Josimar por tomar el rol de hermano mayor cuidándome siempre, por permitirme vivir nuevas experiencias y enseñarme a soñar siempre en grande. A mis mejores amigos por ser especiales, tolerantes conmigo y me acompañan en cada proceso que decido emprender. A mi compañera y ahora amiga de este proyecto, le agradezco a la vida y a la universidad por haberla puesto en mi camino, irradia esa paz que todos necesitamos tener en nuestras vidas. Y a Él, que conoce mi historia y decidió quedarse demostrándome que merezco ser amada, que estará y creará en mí siempre, aun cuando yo misma no lo haga. A todos mis más grandes agradecimientos, bendiciones para todos.

**Marllulys Guerra Nieves**

Inicio mis palabras dando las gracias a Dios por ser el dueño de mi tiempo, el proveedor de mi fe, sabiduría y fuerzas para perseguir mis sueños, ya que en cada una de mis oraciones estaban mis propósitos y proyecto de vida, que con una muy agradable

sorpresa me daba cuenta que todo marchaba no como siempre yo quería, pero si como debía ser, ya que era lo mejor para mí. Gracias a mí alma Mater por recibirme como su hija y a cada uno de mis docentes y asesores por compartir su conocimiento conmigo además de eso enseñarme el camino a seguir y que así fuese largo, pero con esmero, disciplina y un muy buen desempeño todo se podía lograr. A mis amigos de la infancia por animarme a seguir adelante, son como esos hermanos incondicionales que siempre te apoyan y animan pero que cuando te estás desviando del camino se paran firmes y te dicen que está mal y que debes corregir. A mi amiga y compañera de proyecto de grado por compartir su apoyo y conocimientos desinteresadamente. A mi hermana por siempre brindarme su apoyo y además regalarme esa hermosa sonrisa que era como esa luz que brillaba en todo momento. A mi madre que es lo más sagrado que tengo en este mundo, por respaldarme con su bendición y sus oraciones diariamente, por ser ese rayito de Luna que solo con una llamada o hablar conmigo me hacía recapacitar y saber por qué me estaba preparando cada día y que ella era uno de mis motivos además de mis enormes ganas de superación. A mi padre que me ha enseñado a tener mucha templanza y que está bien llorar, pero no hacerlo sin ir buscando una solución en el trayecto. Gracias a todos.

**Yaleinys Tarazona Arias**

## Contenido

<b>MOMENTO I ESTADO DEL ARTE.....</b>	<b>9</b>
Revisión de la literatura.....	9
Vinculaciones teóricas y prácticas .....	12
<b>La Danza.....</b>	<b>12</b>
<b>Historia de la danza .....</b>	<b>13</b>
Dimensiones de la danza .....	15
Clasificación de la danza según escobar (2000) .....	18
Según su funcionalidad.....	19
Según su modalidad .....	20
Según el movimiento .....	20
Según su género .....	21
<b>Danzas autóctonas.....</b>	<b>21</b>
<b>Danzas populares .....</b>	<b>22</b>
<b>Danza clásica.....</b>	<b>22</b>
<b>Danza moderna .....</b>	<b>23</b>
Elementos que componen la danza según sosa (2012).....	23
Danzas típicas de Colombia.....	25
<b>Región norte Atlántico y Caribe.....</b>	<b>25</b>
<b>Región oriental Llanos orientales .....</b>	<b>26</b>
<b>Región Andina Cordillera de los Andes.....</b>	<b>27</b>
<b>Región occidental Océano Pacífico .....</b>	<b>28</b>
Transformación Social.....	28
<b>Elementos sistémicos para una teoría de la transformación .....</b>	<b>31</b>
<b>MOMENTO II PLANTEAMIENTO PROBLÉMICO .....</b>	<b>34</b>
Enunciación del campo temático y acercamiento al problema de investigación .....	34
<b>PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>38</b>
<b>PROPÓSITOS .....</b>	<b>38</b>
<b>Central.....</b>	<b>38</b>
<b>Derivados .....</b>	<b>38</b>
Definición de las premisas .....	38

<b>MOMENTO III DISEÑO METODOLÓGICO .....</b>	<b>39</b>
Enfoque investigativo.....	39
Tradición de la investigación.....	39
Muestreo.....	40
Unidad de estudio e informantes claves .....	40
Instrumento de recolección e información.....	40
Definición conceptual de las categorías y subcategorías apriorísticas .....	41
Categorías .....	41
Subcategorías.....	42
Proceso de análisis de la información.....	43
Consideraciones éticas y consentimiento informado.....	43
Ley 1090 de 2006 - Código Deontológico .....	43
Consentimiento Informado .....	44
<b>MOMENTO IV PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS .....</b>	<b>45</b>
Categorías .....	45
Subcategorías.....	47
Subcategorías emergentes.....	49
<b>MOMENTO V INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN .....</b>	<b>54</b>
Reflexiones finales .....	54
Beneficios psicológicos y físicos que trae la práctica de la danza.....	55
La danza como proyecto de vida.....	57
Impacto de la danza a nivel emocional.....	59
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>61</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>61</b>

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Red de categorías y subcategorías transformación.....	51
<b>Figura 2.</b> Red de categorías y subcategorías danza.....	52
<b>Figura 3.</b> Red de categorías y subcategorías beneficios psicológicos y físicos.....	53

## MOMENTO I ESTADO DEL ARTE

### Revisión de la literatura

Teniendo en cuenta nuestro tema de investigación, los antecedentes presentados a continuación están relacionados con nuestra temática. Estas indagaciones fueron realizadas en diferentes ciudades.

Martínez y Rentería (2018) en la ciudad de Bogotá realizaron una investigación de tipo cualitativa con un grupo de veinticinco mujeres titulada Expresiones artísticas como factor de resiliencia, que aportan a la construcción de paz, con el fin de resaltar el valor de estas como instrumentos mediadores en pro de la construcción de una cultura de paz aportando enormemente a la convivencia entre ciudadanos. Buscaban a través del Hip-Hop, dar cuenta de aspectos experienciales de fenómenos socioculturales como la violencia, los riesgos psicosociales y la adversidad, con la finalidad de entender los diferentes significados de vivencias asociadas a la violencia y el conflicto experimentadas por los participantes realizando un acercamiento hacia los procesos resilientes que se construyen desde el arte, así como también se analizan los beneficios a nivel tanto físico como emocional del ejercicio de la expresión artística en pro del desarrollo individual y social.

La información fue obtenida por medio de grabaciones de audios y como estrategias se realizaron grupos focales, programa de radio y escenarios conversacionales de tipo reflexivo, brindando finalmente a nuestra investigación los aportes y beneficios que contienen las expresiones artísticas como posibilitadoras de paz desde procesos resilientes ya que la población con la que trabajaremos son jóvenes que han sido víctimas del

conflicto, de violencia o problemas emocionales los cuales han logrado ser resilientes gracias a la práctica de la danza.

Por otro lado Velasco (2018) realiza una investigación de tipo cuantitativa en Quetzaltenango-Guatemala titulada Danzaterapia y su influencia en el bienestar psicológico subjetivo, con la finalidad de determinar la influencia que tiene la danzaterapia en el bienestar psicológico subjetivo de seis mujeres entre las edades de diecisiete y veintiún años, residentes del albergue de la Asociación Nuevos Horizontes quienes fueron víctimas de violencia y reciben ayuda psicológica, médica y asesoría legal. Para obtener la información necesaria para la investigación, se utilizó como instrumento la escala de bienestar psicológico EBP de José Sánchez Cánovas que tiene como objetivo evaluar el bienestar general de una persona basándose en la información de los distintos ámbitos de la vida de la persona y su nivel de satisfacción, aportando de esta manera a nuestro trabajo los beneficios tanto físicos como psicológicos que trae consigo la práctica de la danza.

El artículo titulado El arte como elemento de transformación social y verdad en el Tolima, llevado a cabo por La comisión de la verdad, el colectivo Gamba y el programa de Juventudes de la Alcaldía de Ibagué, realizaron en el 2019 el primer Encuentro Internacional de Grafiti y Arte Urbano “RompeMuros” realizando talleres donde se reforzó el concepto de verdad y construcción de paz que se ha dado por medio del cambio social, se trató también la aplicación del arte en terapia y la forma en la que se narra el dolor desde la construcción colectiva; Apostándole a la resiliencia y a mostrar como afrontan lo que deja la guerra, la herramienta principal fue la realización de murales a gran escala escogiendo

locaciones en el centro, norte y sur de la ciudad, siendo cada uno de los puntos liderados por un artista internacional, siete nacionales, quince artistas locales y tres procesos de escuelas de formación de grafiti del Tolima, buscando con esta iniciativa estimular una conciencia crítica, sensible y audaz sobre la verdad del conflicto armado del departamento del Tolima y la construcción de paz a través de la pintura y diversas expresiones artísticas que ayuden a plasmar en el territorio las memorias del conflicto, teniendo así semejanza con nuestro proyecto debido a que en la comunidad con la que trabajaremos se encuentran personas víctimas del conflicto armado que solo quieren sanar y expresar sus heridas a través del arte.

Buitrago (2020) en la ciudad de Bogotá realizó una investigación llamada La danza: Mecanismo de resiliencia y creación colectiva, con la que buscaba crear una metodología de formación en danza promoviendo el descubrimiento del cuerpo, estimulando el talento y la vocación en las clases populares. Buscaba favorecer también el desarrollo de nuevos espacios para la construcción artística de niños y jóvenes entre los 8 y 16 años de edad en situación de pobreza, víctimas del conflicto y exclusión. La información para esta investigación fue obtenida por medio de registro visual, video y fotografía, utilizando también como estrategia la observación, el diario de campo y la entrevista no estructurada, logrando con todo esto tener un acercamiento con los niños y jóvenes para conocer su día a día y lograr intercambiar saberes y experiencias, teniendo así semejanza a nuestra investigación en el sentido de que se basa en las experiencias propias de los jóvenes.

Continuando con el contexto de los antecedentes, en la ciudad de Medellín-Antioquia, la fundación Telón Arriba, Armas Abajo, Paz y Dignidad, conformada por estudiantes de psicología, derecho y filosofía de la mano de profesionales de esas áreas, habitantes de las comunidades, líderes de los barrios y jóvenes voluntarios, buscan por medio de las diferentes expresiones artísticas generar una transformación social en comunidades vulnerables de la ciudad, propiciando espacios de participación artística y esparcimiento social tanto para los niños como para sus familias. Buscan también potencializar las habilidades sociales, socioeconómicas y comunicativas, de los niños, niñas y jóvenes a través del arte, bajo los ejes de paz y dignidad. Logrando así tener semejanza con nuestro proyecto debido a que buscan también la participación de la comunidad e inclusión social y cultural de los niños, niñas y jóvenes utilizando las diferentes expresiones artísticas como método para la transformación social.

### **Vinculaciones teóricas y prácticas**

En el siguiente apartado se hace mención del cuerpo teórico que vincula nuestro trabajo con la realidad presente en el sector objeto de estudio y, que lleva a los jóvenes a optar por una opción distinta para el uso de su tiempo libre de una manera creativa, ayudando a la mitigación de situaciones externas que involucran conductas inapropiadas.

### **La Danza**

Dallal (2020) dice que la danza trata de mover el cuerpo dominando y guardando una relación consciente con el espacio impregnando de significación la acción que a través de los movimientos se ejecuta. Siendo considerada como la expresión de arte más antigua a

lo largo de la historia, el hombre ha utilizado la danza como liberación de emociones mostrando también el aspecto religioso, de ritual y artístico que esta puede abarcar. Se sabe que la danza es un fenómeno, que ha estado formando parte en todas las culturas, siendo múltiples las formas expresivas y artísticas que ha adoptado a lo largo de la historia.

En ese orden de ideas, aunque pareciera sencillo definir danza como tal, resulta algo complejo, es muy difícil de conceptualizar, y por esa razón teniendo en cuenta lo comentado anteriormente por Dallal (2020) se deduce que la danza es una expresión artística que te permite ejecutar movimientos corporales acompañados de música con la finalidad de mostrar o contar la historia cultural de cada individuo.

### **Historia de la danza**

Platón, definía la danza como un regalo de los dioses por ser un elemento importante en el culto religioso, en la pedagogía y en las artes bélicas. La danza es una forma de comunicación y de expresión y va unida a la vida y servicio del hombre.

Serra, M., Baravalle, G., Marimon, G., & Crous, S. (2013) expresan que el origen de la danza data de vertientes rituales y sociales las cuales han sido expresiones que han primado desde el inicio de la civilización. Debido a su carácter efímero resulta sumamente complicado ubicar el origen de la danza cronológicamente, solamente se hallan algunos testimonios expresados a través de las artes rupestres cuyos comienzos datan en Egipto y Grecia, de acuerdo a dichos testimonios se ha podido determinar que en las épocas de la Antigua Grecia es donde la danza por primera vez se considera como un arte digno de presentarse en público. Si hablamos de tiempos modernos (renacimiento) se hace

inevitablemente alusión al ballet (expresión artística por excelencia de esta época) y se situaría aproximadamente en el siglo XIX con la llegada del movimiento romántico.

En las sociedades primitivas la música iba de la mano con la danza, ya que ellos la empleaban para iniciar una guerra o para terminarla, también les servía para expresar la unidad y carácter de la tribu. Por medio de la danza han podido manifestar toda clase de sentimientos a nivel religioso, social y cultural, para cada ocasión tenían una danza apropiada: nacimiento, pubertad, cortejo, casamiento, fertilidad, cosecha, siembra, enfermedad, conjuro y sanación entre otros; también empleaban la danza como medio de comunicación entre los espíritus del bien y el mal.

Con el transcurrir del tiempo hemos observado como miles de personas por lo menos una vez en su vida han practicado danza sin importar la condición que estos padezcan ya sea física, económica, mental y entre otras, gracias a que la danza no posee algún tipo de impedimento permitiendo así, que sea ejecutada por cualquier persona sin importar su edad o género. Sabemos que la danza ayuda a que las personas se sientan bien consigo mismas, mejora la salud física y mental del individuo y muestra las diferentes culturas que existen en el mundo siendo esto una enseñanza importante para las nuevas generaciones ya que en distintas regiones las culturas y tradiciones pueden irse perdiendo debido al avance económico, tecnológico y educativo que va obteniendo la sociedad.

De acuerdo a la expresión de la danza se describen a continuación según Abad (2004) momentos históricos importantes:

**Antigua Roma:** En los romanos predominaba una danza llamada pantomima en los entierros, en la que un hombre del común se vestía como el difunto colocándose una careta y personificaba a través de gestos y movimientos corporales los modales del difunto, de modo que expresaba mediante el lenguaje no verbal las costumbres más conocidas del muerto.

**Edad media:** En esta época la danza medieval fue relegada a un segundo plano debido al carácter pagano que la Iglesia le asignó, por lo que el único indicio de que hubo danza en este periodo fueron las danzas de la muerte las cuales guardaban un mensaje moral en específico. En cuanto a la aristocracia se rescatan las “danzas bajas” denominadas así porque se bailaba arrastrando las extremidades inferiores.

**Renacimiento:** En este periodo la danza se recobra con más vigor debido al papel protagónico del hombre sobre la religión hasta ese entonces impuesta, por lo que es considerado que aquí nace la danza moderna. Se desarrolló sobre todo en Francia – donde fue llamado ballet-comique–, en forma de historias bailadas, sobre textos mitológicos clásicos, siendo impulsado principalmente por la reina Catalina de Médicis.

**Barroco:** Aquí evoluciona la danza instrumental a partir del ballet. Luis XIV tuvo el protagonismo en este periodo logrando hacer de la danza un espectáculo público e internacional

## **Dimensiones de la danza**

**Dimensión Antropológica:** Díaz (2007) manifiesta que en la danza intervienen tanto mecanismos fisiológicos, cognitivos, culturales y sobre todo lo más importante

explica cómo el movimiento (base de la danza) se halla compuesto de componentes como actitudes, motivaciones y creencias, son dichos componentes los que permiten a través de la danza expresar emociones, y en definitiva lo que se observa al danzar no es la conducta observable en sí, sino todos sus significados e intenciones que esta conlleva.

**Dimensión Psicológica:** En este sentido la danza terapia concibe la mente, cuerpo y alma con una unidad cuya interacción constante es necesaria para lograr el equilibrio, por ello la meta es lograr la unión mente, cuerpo y alma además de dotar de significado los movimientos posturales que influyen tanto en la esfera cognitiva como emocional. En esta dimensión se puede hallar la terapia de tipo artística y la psicoterapia corporal, esta última se centra en la representación del movimiento y la impronta que deja en la memoria humana.

**Dimensión Sociológica:** En sus inicios la danza se incorpora como un medio de expresión cuya función principal es constituirse como un apoyo a los procesos de lenguaje a través de la socialización, es indiscutible el poder comunicativo que esta posee, independiente de las habilidades lingüísticas del individuo. El profesor István Winkler (Universidad de Budapest) se atreve por primera vez a mostrar ante el mundo como los seres humanos tienen una afinidad innata hacia los estímulos musicales que resultan agradables. Como lo expresa Winkler dentro de los múltiples beneficios asociados a la danza el más sobresaliente radica en la promoción de las relaciones sociales, ya que al ejercer dicha actividad motriz surge la oportunidad de ampliar el círculo social, potenciar las interacciones, y además de que la danza no distingue sexo, raza o estrato socio-

económico; es en el preciso momento donde empieza la danza en el que no importa nada más sino abrirse a las posibilidades de interacción con personas de distintas edades, nacionalidades, formas de pensar.

**Dimensión Artística:** Corpas (2006) manifiesta: “El arte orientado hacia la canalización de talentos y al desarrollo de la comunicación interior del niño, le permite animar su vida emotiva, iluminar su inteligencia, guiar sus sentimientos y su gusto hacia las más puras formas de belleza por caminos con norte definido hacia el encuentro del punto máximo de creación y desarrollo espiritual” (p.126).

La Organización de Estados Iberoamericanos (OEI) complementa lo anterior al plantear que tanto el arte como la danza complementan la comunicación y expresión ayudando al individuo a la mejora del movimiento, cognición y orientación espacial.

**Dimensión musical:** La danza no trata de realizar movimientos sin sentido, sino de integrar cada movimiento y postura dentro de un todo social. La danza es entonces un tipo de lenguaje que guarda estrecha vinculación con la coreografía y estímulos musicales ya que la relación afectivo-emocional de la melodía y el movimiento es muy estrecha, por ello Bachmann (1998) propone que es importante la selección de estímulos musicales donde prime la variedad de repertorios, abarcando así desde lo clásico hasta lo contemporáneo, incluyendo también el folklore, danzas de otros lugares del mundo la integración de todo esto permitirá desarrollar gran capacidad creadora y de ejecución evitando caer en la monotonía. La danza a través de la música contribuye significativamente al fortalecimiento del esquema corporal, respiración, técnicas de coordinación psicomotriz, llegando incluso a

condicionar elementos como forma, velocidad, y plasticidad de la coreografía. Observar a la danza como un medio de expresión asociado a la música permite concebirla como una forma de expresión que guarda relación con los procesos de terapia tanto grupal como individual desde las sociedades más primitivas.

Cada una de estas dimensiones nos resaltan las fortalezas que tienen las manifestaciones dancísticas para los seres humanos, ya que el poder realizar un baile no solo ayuda a tu acondicionamiento físico, sino también a mejorar tu estado psicológico y social. Siendo así la danza una herramienta indispensable para la salud mental, permitiendo a cada persona descubrir lo que es, como mostrarse ante el público y el relacionarse en un ambiente ajeno al suyo.

La danza es de las manifestaciones artísticas más completas del arte, ya que no solo se enfoca en un área de tu vida, al contrario, toma cada área de lo que eres y lo mejora llevando así a cada persona a un estado de tranquilidad con sí misma y con su entorno social.

### **Clasificación de la danza según escobar (2000)**

La danza ha evolucionado mucho desde sus comienzos, mejorando y modificando sus distintas formas de ejecución y expresión. Gracias a su funcionalidad, modalidad, movimiento y género, se ha logrado saber cómo estas se distinguen al permitir que las personas diferencien en cada una de ellas su ejecución.

La clasificación de las expresiones dancísticas que se darán a conocer más adelante, es muy importante para la cultura y las costumbres de la comunidad que las preservan, debido a que cada una de las danzas es única y especial para enseñar y celebrar con distintos tipos de público e individuos. Por lo general solo se toman danzas sin saber para qué fueron hechas y por qué se ejecutan de determinada manera, por ende, estudiarlas para saber cada una de sus funciones y que queremos transmitir por medio de ellas es lo que va a permitir realizar de manera asertiva la historia inmersa que traen consigo.

### **Según su funcionalidad**

**Danza ceremonial:** Es la que se practica en ceremonias como el nacimiento, la muerte y la pubertad entre otros.

**Danzas teatrales:** Estas danzas por lo general se realizan en los espectáculos públicos, generalmente al aire libre y con gran espacio, su objetivo primordial es el de recrear y entretener a los asistentes.

**Danzas académicas:** Son danzas aprendidas con metodología y su finalidad es la proyección artística, pedagogía y documental. Su función básica es la formación profesional y el espectáculo artístico.

**Danzas sociales:** Estas danzas se practican en reuniones familiares y su función primordial es pasar un rato agradable y feliz, no existen coreografías específicas por lo tanto sus desplazamientos y ejecuciones son libres y espontáneas.

### Según su modalidad

**Danza individual:** Se practica en las danzas primitivas como parte de sus rituales, también en el ballet clásico y en la danza moderna especialmente con los ritmos que van saliendo de moda en el mercado musical.

**Danza por parejas:** Heredada de los europeos y en la actualidad es la que más se practica a nivel social y folclórico.

**Danza de grupo:** Son las danzas que tienen más de tres integrantes, a nivel folclórico encontramos muchos ejemplos como el bambuco, mapalé, congo y la danza del tres entre otras. Estas danzas pueden representarse en grupos mixtos o de un solo sexo.

**Danza abierta:** Los bailarines en esta modalidad pueden entrar y salir del escenario libremente sin que esto afecte la coreografía.

**Danza de reguero:** Cada pareja ejecuta los pasos libremente, estas se desplazan por el escenario sin que afecte el desplazamiento de las demás integrantes del grupo. Modalidad que se practica con frecuencia en los bailes de salón.

**Danzas colectivas:** Esta modalidad se practica en las danzas de carnaval, fandangos y rituales, por lo general se ejecutan al aire libre, por el número de bailarines.

### Según el movimiento

**Circulares:** Tendencia a formar dentro de la coreografía círculos, rondas, ruedas, semi círculos y ochos.

**Lineales:** Tendencia a formar líneas o hileras rectas, unidas o separadas.

**Mixtas:** Se combinan formas circulares con desplazamientos lineales.

## Según su género

### Danzas autóctonas

Es una danza tradicional que se ejecuta en comunidades antiguas y se ha transmitido de generación en generación. Cada una de ellas tiene una gran riqueza cultural ya que se adentran en las tradiciones de los pueblos y comunidades.

Sus representaciones de baile muchas veces están representadas junto con otros objetos como instrumentos antiguos, collares, pulseras, reliquias, etc. Algunas de estas danzas se han originado hace mucho tiempo atrás, pero hay otras que se han creado hace muy poco. Entre las danzas autóctonas más populares están:

- **Joropo:** Se realiza en zonas orientales del llano colombiano y gran parte de Venezuela. Es de ritmo vivo y está compuesto por diferentes figuras coreográficas con influencias de las músicas negras y criollas.
- **Calabaceado:** Baile autóctono de México. Es una mezcla de música norteña, baile vaquero, baile de cambio de pareja e imitaciones de algunas actividades o gracias del ganado, como los brincos, giros y patadas.
- **Baile del dragón:** Es practicado en China. Conocido popularmente como danza del dragón, se ve en celebraciones festivas y es realizado por un equipo de bailarines que manipulan una figura larga y flexible de un dragón.

- **Danza del vientre:** Es una danza autóctona que se practica principalmente en Egipto. Es un baile muy elemental, prácticamente sin desplazamientos y con movimientos principalmente de pelvis.

### **Danzas populares**

Las danzas populares son una expresión con la se identifican las personas de determinado lugar. Asimismo, es parte de la expresión de sus problemas que han tenido con el paso del tiempo, es decir que está relacionada con la historia del pueblo. Una de las características principales de estos bailes es la antigüedad de ellos ya que las primeras danzas populares que se han registrado forman parte de la expresión cultural de determinado pueblo.

Cabe recalcar que según donde provengan y en donde se realizan las danzas populares estas se subclasifican en las danzas folclóricas, las cuales se ejecutan en determinadas regiones y expresan la forma de ser de sus habitantes.

### **Danza clásica**

También conocida como ballet, es una forma de danza cuyos movimientos se basan en el control total y absoluto del cuerpo, el cual se debe enseñar desde temprana edad. Se recomienda iniciar los estudios de esta danza clásica a los tres o cuatro años, ya que el ballet es una disciplina que requiere concentración y capacidad para el esfuerzo como actitud y forma de vida. Es una danza que cuenta con distintos movimientos específicos y varias técnicas, el ballet también es el nombre que permite hacer referencia a la pieza musical compuesta para ser interpretada por medio de la danza.

A diferencia de otras danzas, en el ballet cada paso está codificado. Participan invariablemente las manos, brazos, tronco, cabeza, pies, rodillas, todo el cuerpo en una conjunción simultánea de dinámica muscular y mental que debe expresarse en total armonía de movimientos. Asimismo, con este baile se puede expresar varios sentimientos como alegría, tristeza, rabia, entusiasmo, amor, etc.

### **Danza moderna**

La danza moderna se basa en la individualidad del bailarín o coreógrafo y como este realiza el baile. Este género de la danza surge como respuesta a los criterios y las reglas de la danza clásica o el ballet clásico deshaciéndose de estos y creando nuevos. Los movimientos de la danza moderna están caracterizados por una expresión libre y fluida de los estados de ánimo. Cabe recalcar que este género no sigue movimientos establecidos de forma prevista.

Otra característica relevante de los movimientos de la danza moderna es el lenguaje orgánico que estos utilizan, es decir que sus movimientos son muy arraigados al suelo y se balancean siguiendo los principios anatómicos del cuerpo, tratando de expresar la verdad interior.

### **Elementos que componen la danza según sosa (2012)**

**Ritmo:** Es la repetición ordenada de elementos que produce la sensación de movimiento, controlado o medido, sonoro o visual. Se considera que el ritmo significa flujo, fluidez, curso; es decir, algo dinámico. El ritmo es una característica básica de todas las artes, especialmente de la música, la poesía y la danza.

**Tiempo:** Su función es la duración del movimiento, pasos, coreografía, baile o danzas, y se manifiesta también en cada uno de los ejercicios o rutinas que van desarrollando los bailarines en cada una de sus ejecuciones.

**Movimiento:** De él depende mucho la expresión corporal, como el conjunto de maneras que tiene nuestro organismo de transmitir sentimientos y emociones.

**Sonido:** Acompañamiento musical o de percusión para imprimir el ritmo al movimiento y crear el ambiente de la obra, baile o danza.

**Vestuario:** Son las prendas que la persona coloca sobre su cuerpo.

**Escenografía:** Son los objetos que se utilizan en el lugar donde se va a realizar la danza, además sirven como ambientación de escenario.

**Temática:** Es la información o la historia que se quiere transmitir en una danza con ayuda de los bailarines, sus gestos y figuras.

**Participantes:** Son las personas que integran la danza, es decir, los bailarines.

**El espacio:** Lugar donde se va a presentar el trabajo coreográfico. Este puede ser total o parcial. Total, es donde aquel bailarín realiza sus desplazamientos a lo largo y ancho del escenario. Parcial, es el espacio donde el bailarín no se desplaza, pero hace movimientos en un punto determinado del escenario.

## Danzas típicas de Colombia

### Región norte Atlántico y Caribe

- **Cumbia:** La cumbia surge del sincretismo musical y cultural de aborígenes, negros y, en menor escala, de los europeos en la región del delta del río Magdalena en Costa Caribe Colombiana, con epicentro en la región de la población de El Banco, Magdalena, hasta Barranquilla. Es un ritmo popular en distintos países americanos, donde ha seguido distintas adaptaciones como la cumbia mexicana, cumbia peruana, cumbia argentina, cumbia salvadoreña entre otras.
- **Mapalé:** Es el nombre de un pez y el nombre de un tambor. Baile de marcada ascendencia africana propio del litoral Caribe. Se dice que esta danza nació como canto y danza de labor de pescadores que se realizaba, acompañada de tambores, como diversión en la noche al terminar su jornada.
- **Fandango:** El origen se remonta a la coexistencia (S.XVI-XVIII) de las culturas precolombina, española y africana. En Colombia tiene mayor presencia en el litoral Atlántico. Es un baile popular y callejero, y se refiere al acto de bailar en carnavales acompañado con instrumentos de viento no tradicionales.
- **Salsa:** Es un género musical de la música latinoamericana, que surgió en New York. Emigrantes latinoamericanos, especialmente de Cuba y Puerto Rico, mezclaron en los años 70 ritmos tradicionales latinos con elementos del jazz según el ejemplo del mambo y del chachachá. Dieron fondo a la música con varios tipos de instrumentos de percusión.

- **Bullerengue:** Danza realizada exclusivamente por mujeres, que destaca el mayor realismo de la ascendencia africana, por la percusión de los tambores, el palmoreo y el canto coral características de su ejecución. Parece haber surgido como una reacción cultural dentro del contexto ceremonial de las comunidades cimarronas, probablemente en el Palenque de San Basilio extendiéndose por otras regiones del litoral Caribe donde la población afro colombiana fue mayor. Básicamente es una danza ritual que se realiza de manera especial cuando las jóvenes llegan a la pubertad. El Bullerengue simboliza la fecundidad femenina, aunque no se descarta que también en tiempos coloniales haya tenido connotaciones fúnebres.
- **Puya:** Danza callejera conocida en los departamentos del Cesar y Magdalena desde 1885 como expresión regional de ambiente fiestero, con movimiento en las caderas moderado y rítmico. Se baila con parejas sueltas. La actitud tanto de mujeres y hombres es de vivacidad.
- **Porro:** Es una danza suelta de cortejo amoroso originaria de la región que limita con el océano Atlántico, la cual en su evolución hacia el porro orquestado se convirtió en un baile de parejas entrelazadas. En el comienzo se interpretaba con gaitas. Al incorporarse las bandas de viento en un porro totalmente instrumental se conservó la estructura de la danza.

#### **Región oriental Llanos orientales**

- **Joropo o jarabe venezolano:** Proviene de los Llanos colombo-venezolanos. Es una de las danzas folclóricas que presenta típica supervivencia española y se baila en

todo tipo de reunión festiva. Del joropo parten todos los aires actuales del folklore llanero, pero no podemos olvidar que en los orígenes de esta música se encuentra el galerón ("fiesta de los galerones", que se efectuaba en distintos lugares de Tierra firme desde 1625, en acción de gracias por el feliz arribo a España de la Flota de ese año.) como canto acompañado con instrumentos de cuerda y que en la época de la colonia eran usuales los aires de ascendente español en las voces de damas y señores de alcurnia, quienes solían tañer el arpa, la vihuela y la guitarra, rememorando trovadas antiguas.

### **Región Andina Cordillera de los Andes**

- **Bambuco:** Su origen es mestizo, pues conjuga las melodías de tradición indígena y ritmos varios, entre ellos, muy posiblemente los vascos. Es la expresión musical y coreográfica más importante y representativa del folklore colombiano por su enorme dispersión que cubre más de trece departamentos de la región andina.
- **Sanjuanero:** Es la forma fiestera del Bambuco. El Sanjuanero huilense es la pieza musical y el baile más representativo del Huila. Identifica a plenitud las Fiestas de San Pedro. Es la máxima expresión cultural del Huila ante el mundo entero. Por la elegancia del baile y la vistosidad del vestuario ha sido catalogado como uno de los bailes más hermosos de América.
- **Torbellino:** Es una danza donde hay la sugestión de que los cantos de viaje de algunas tribus, como los de la Yuco-motilón de la serranía de Perijá, contienen células rítmicas que podrían haber dado origen al compás del torbellino, que no es

otra cosa sino la medida del "trotecito de indio", que indígenas y mestizos usan para sus correrías y viajes, peregrinaciones y romerías por las montañas. Con la melodía los campesinos expresan en forma sencilla sus sentimientos religiosos, sus amores, y la descripción del paisaje.

### **Región occidental Océano Pacífico**

- **Contradanza:** Procedente de la Antigua Escocia donde recibía el nombre "Country-Dance", o Danza Rustica Aldeana. De allí pasó a Inglaterra donde fue enriquecida por las influencias cortesanas y adquirió una coreografía completa y espectacular, asemejándose en ciertos momentos a la clásica "Cuadrilla".
- **Currulao:** Este ritmo tiene su mayor zona de influencia en el Centro y Sur del Litoral Pacífico. El Currulao hizo su entrada por Cartagena de Indias en el siglo XVII, donde se le mencionaba como "Baile de Esclavo", definición que duró por largo tiempo. Sin embargo hoy el Currulao es tonada y danza exclusiva del Litoral Pacífico colombiano hasta el punto de ser la tonada base o danza típica de la zona en la actualidad, es decir, todo el Chocó y la mitad occidental de los departamentos del Valle, Cauca y Nariño.

### **Transformación Social**

Los análisis de los procesos de transformación social pueden proveer la base para un nuevo entendimiento de las conexiones entre la movilidad humana y el cambio global.

La transformación social puede ser definida como un cambio fundamental en la manera en que la sociedad se organiza que va más allá de los procesos continuos de cambio

social gradual siempre en curso. Esto implica un cambio radical en el que todos los patrones sociales existentes son cuestionados y muchos reconfigurados. Las transformaciones sociales están vinculadas muy de cerca a los grandes cambios en las relaciones económicas, políticas y estratégicas dominantes. (Castles, 2010).

Para iniciar es supremamente importante aclarar que los fenómenos sociales son muy diversos y han cambiado de estructura a través del tiempo. La estructura de las sociedades animales por ejemplo como afirma Berger (1986) resulta invariante en períodos breves de tiempo, pero indudablemente ha cambiado con la evolución de las especies. Evidentemente es muy distinta la sociedad humana primitiva de la postindustrial en que estamos comenzando a vivir. Pero, ¿cuándo aparece el fenómeno social? ¿Es único de los seres vivientes? Los conjuntos de protistas o de virus ¿poseen características sociales? ¿Podría decirse que los átomos y las moléculas también tienen algún tipo de comportamiento social?

En el grupo social humano, toda transformación precisa de la actuación de un grupo lo suficientemente numeroso y coordinado para alcanzar un cambio cualitativo, esto es, un nuevo modelo de sociedad, ya sea por medios pacíficos o revolucionarios. La transformación de una sociedad humana, según las grandes líneas históricas, es un instante turbulento, pero no ocurre simultáneamente en todo el espacio del sistema, sino en un núcleo central o periférico, desde donde se crean nuevos núcleos que van extendiéndose al resto del sistema, al modo de las infecciones o de las mutaciones atómicas y genéticas.

Ciertos sectores o grupos no quedan afectados por la transformación, formando focos marginales, algunos de los cuales pueden reactivarse en períodos posteriores.

Los seres humanos constituyen, con los mismos individuos, como expresa estructuras sociales muy distintas mediante sus sistemas de relación y sus códigos de información. La libertad para establecer relaciones y la variedad de los sistemas de información multiplica la flexibilidad para transformar unas estructuras sociales en otras, haciendo cada vez mayor la complejidad estructural de los individuos y de los grupos.

El rápido cambio en las relaciones interindividuales y en las cualidades emergentes que se derivan de esas relaciones, potenciado por los medios de comunicación de masas, aumenta cada vez más la velocidad de transformación social.

Las actuales sociedades están sometidas a una mezcla de factores biológicos, psíquicos, intelectuales, ideológicos, emocionales y sentimentales imposibles de disociar. Brand (2012) expresa que su análisis mediante diversas ciencias y metodologías oculta el aspecto global de los diversos grupos humanos, que es radicalmente diferente de cada uno de sus componentes.

Gago (2015) a este respecto expresa que las sociedades de recolectores primitivos, las agrícolas, las comerciales y las industriales, muestran, a través de la historia, muy diferentes características, cada vez más complejas e interdependientes. Pero estamos lejos de comprender los factores que inducen, aceleran o retardan esos cambios en cada grupo social.

Carecemos de una teoría de la transformación de los grupos sociales, humanos, Para establecerla tal como afirma Gallas (2011) es preciso realizar un serio esfuerzo de investigación interdisciplinar. Una concepción de la transformación desde el punto de vista de la Teoría General y de la Metodología de Sistemas, parece ofrecer una base sólida para investigar la posibilidad de crear una "Sociología General", que permita crear leyes globales del comportamiento de las especies vivientes y de los grupos en los diversos niveles de la escala natural y de la actividad humana.

### **Elementos sistémicos para una teoría de la transformación**

Las concepciones clásicas de Heráclito de Parménides aparecen como opuestas lógicamente en su enunciación absoluta, pero desde un punto de vista sistémico, resultan complementarias. Carrión (2015) expresa que no sería posible definir ni observar ningún sistema natural aislado sino poseyera elementos estructurales invariantes. Esto es, relativamente permanente, que lo diferencien de los demás sistemas de su clase. Tampoco es definible ningún sistema social compuesto por elementos relativamente aislados, si no pudiera diferenciarse de los demás sistemas de otras clases.

Las transformaciones cualitativas de los sistemas sociales humanos; los ciclos de nacimiento, desarrollo y decadencia de las civilizaciones; la aparición repentina de nuevas estructuras sociales, económicas y políticas; las revoluciones científicas y tecnológicas, y otros fenómenos análogos muestran elementos que deben ser estudiados para comprender los fundamentos del cambio y aplicar nuevos conocimientos a la realidad humana.

Los sistemas socio técnicos se crean, como se crearon los sistemas agrícolas y como se están creando los sistemas postindustriales de la información y del conocimiento, mediante ideas que encarnan en la realidad social.

En otros casos, en lugar de crearse, se transforman cualitativamente, como al dividir o al fusionar empresas o cualquier otra entidad, o al reorganizar una entidad creando nuevos órganos y funciones, eliminando otros y cambiando la estructura de algunos. Una transformación profunda llega a constituir un nuevo sistema, diferenciado del anterior, aunque también puede destruirlo.

Dentro de este marco se encuentran los procesos de mutación ideológica mediante los cuales una estructura mental -individual o social- se transforma en otra.

A este respecto Carrión (2014) manifiesta que el gran problema consiste en que la transformación del sistema mundial ha de realizarse mediante una teoría de extrema flexibilidad, que tenga en cuenta la diversidad de circunstancias y de nivel de los grandes grupos humanos. Un modelo único y rígido de nada serviría, por ser aplicable únicamente a algunos países y durante un tiempo muy breve.

Sin embargo, la capacidad transformadora de los países sociotécnicos está cambiando otros parámetros que parecían invariantes, El ser humano se ha convertido en fabricante de desiertos, de basuras, de humos, productos y ruidos perjudiciales. La contaminación es cada vez más peligrosa.

Al mismo tiempo, Gallas (2011) plantea que están surgiendo tecnologías adecuadas para fabricar bosques en el laboratorio, para cultivar ríos y mares, para hacer florecer huertos en los desiertos, para descontaminar la tierra, el aire y el agua. Las consecuencias económicas, políticas, sociales y culturales de una labor integrada de transformación positiva de la geosfera y de la biosfera, son incalculables. La reconstrucción del medio ambiente constituirá una enorme fuente de trabajo para los desempleados. Faltan únicamente proyectos viables y voluntad política para realizarlos

Los impactos de esa transformación no tienen menos implicaciones en el campo de las relaciones sociales, en este caso hemos ido pasando de órdenes estables a situaciones indescifrables, inestables, fragmentadas que requieren ser explicadas desde un proceso donde prime la individualidad.

En resumidas cuentas, la desigualdad sigue existiendo e incluso es cada vez más creciente pero sus descriptores se han modificado sustancialmente. Gago (2015) manifiesta que no hay un eje dominante, sino ejes heterogéneos en cuanto a desigualdad y vulnerabilidad. Los antecedentes históricos permiten dar cuenta de los riesgos en los sectores sociales, y a partir de ello emergen respuestas sociales de diversa amplitud que buscan hacerse notar en contextos políticos con el fin de hallar respuesta a problemáticas relacionadas con condiciones de vida y laborales.

Robles (2014) expresa que frente a la anterior noción de estructura social que sugiere importantes continuidades, hoy existe un concepto fragmentado de pobreza y riqueza. Un ejemplo ilustrativo lo constituye la llegada de migrantes provocando rupturas

inquebrantables en las dinámicas sociales, costumbres y valores. En este orden de ideas la noción de convivencia también se ha modificado ya que no representa el mismo significado que en la época industrial. Otro ejemplo es el caso de la emancipación femenina generando gran impacto en el acceso de este género al mercado laboral y afectando las instancias de socialización primaria y de criterios de transformación social primaria.

En resumidas cuentas, para lograr un concepto objetivo y actualizado de transformación social es necesario comprender la cultura holísticamente, atender a los procesos culturales internos y observar cómo están inmersos los elementos que promueven la transformación facilitando el diálogo. Por ende, sin motivo a duda este ámbito debe ser todavía aún más explorado por las instituciones políticas con el fin de evaluar el impacto que ha tenido toda esta transformación en estas entidades. Estos son algunos de los muchos aspectos benéficos de la transformación social a través de y con la cultura. Sin sombra de duda, este aspecto debe ser explorado en el ámbito de los procesos políticos de forma a evidenciar el potencial positivo.

## **MOMENTO II PLANTEAMIENTO PROBLÉMICO**

### **Enunciación del campo temático y acercamiento al problema de investigación**

La urbanización Lorenzo Morales ubicada al suroccidente de Valledupar, ha sido considerada como zona vulnerable durante mucho tiempo por factores socioeconómicos, deficiencias en el sistema educativo (entre ellas deserción escolar) y carencia de escenarios deportivos y culturales que permitan un buen aprovechamiento del tiempo libre.

Todos estos factores, según lo expuesto por la población inicialmente entrevistada, terminan afectando en gran manera la posibilidad de capacitarse para ingresar al mercado laboral, generando así un bajo nivel de pertenencia a la comunidad.

Vale la pena resaltar que, dentro de los grupos etarios más vulnerables frente a los factores socioeconómicos y educativos mencionados, se encuentra tanto la infancia como la adolescencia, quienes al no tener escenarios de ocio y recreación adaptados para el buen uso del tiempo libre se encuentran en un amplio rango de vulnerabilidad para cometer actos ilícitos e incluso consumo de SPA como fue reportado en el encuentro inicial.

Podemos decir que el consumo de sustancias psicoactivas vendría a ser uno de los problemas más comunes de los jóvenes del siglo XXI, la cual constituye una situación de gran preocupación para los habitantes de esta comunidad y sus alrededores, ya que son jóvenes que a muy temprana edad se ven envueltos en comportamientos disruptivos que de no ser tratados a tiempo llegaría a convertirse en vandálicos por esto, la líder del barrio expresa su alto nivel de preocupación frente a la situación sobre todo las conductas de evitación de los jóvenes los cuales la mayoría de veces “le hacen creer a sus padres que están en sus colegios o con compañeros haciendo actividades diferentes a las que realmente hacen”.

Todo lo anteriormente descrito permite plantear la necesidad imperante de crear estrategias integrales de prevención oportunas y eficaces dentro de este contexto particular que vayan más allá del plano escolar, es decir, que cobije de igual manera a la población que se encuentra desescolarizada.

Ya descrita la vulnerabilidad social en la que están inmersos los habitantes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar, un aspecto clave y fundamental para el mejoramiento de las comunidades, es la construcción y desarrollo de una propuesta generadora de cambios la cual su contenido no se base en un interés personal, sino, un aporte a la edificación de mejores sociedades en donde permanezca la paz, la tranquilidad y la necesidad de un mejor vivir en comunidad.

Por ello el presente trabajo tiene como objetivo general comprender cómo la danza, la cual es una manifestación del cuerpo que sincroniza música y movimiento, contribuye a la canalización de emociones y narración de historias, disfrute del movimiento mismo, además, de que es utilizada como proceso resiliente y en muchas otras ocasiones como un proyecto de vida enfocado a corto y mediano plazo con el fin de organizar un mejor porvenir a largo plazo, sirve como elemento de transformación social. Resumiendo, así la motivación de utilizar en esta ocasión la danza como herramienta transformadora y enriquecedora de relaciones sociales que son claves en el desarrollo del ser humano y en la vida cotidiana, involucrando a los jóvenes a participar, a dejarse llevar por las buenas costumbres y mantener relaciones apropiadas con las personas del medio, es decir con aquellas que comparten día a día sucesos, experiencias, motivaciones y momentos de diversión, por medio de la práctica de la danza.

Los defensores del arte suelen afirmar que las artes son importantes porque “salvan” a los niños, especialmente al niño problema que no prospera en las aulas académicas estándar, que tiene baja autoestima, está en riesgo de abandonar la escuela, etcétera.

Oímos decir que las artes brindan un propósito, autoestima y capacidad social.

También nos dicen que las artes fortalecen la empatía de los niños y su comprensión de los demás (a lo que en este reporte nos referimos como asumir la perspectiva de otros, y que en la literatura psicológica suele referirse como tener una teoría de la mente. (Winner y Hetland, p.190)

El desarrollo de la actividad implica la praxis de diferentes habilidades; a nivel motor implica tanto recibir como procesar información de tipo sensorial. En el nivel perceptivo, se hace uso del esquema corporal, figura-fondo, y se trabaja profundidad. También implica fortalecimiento de procesos neurocognitivos, fuerza y resistencia e integración bilateral.

Por ende, la danza se convierte en una práctica que puede fortalecer la capacidad expresiva corporal debido a las diferentes capacidades motoras y sociales que se muestran a través de su práctica; en este sentido, la danza como manifestación rítmico expresiva presenta amplias posibilidades para la formación del alumno desde un punto de vista integrador plano físico, intelectual y emocional. (Sánchez, 2011). Esto quiere decir que la danza es una herramienta que ayuda a los jóvenes a liberar cargas emocionales y encontrar un refugio en el arte.

En definitiva, el presente proyecto además de relacionar ejercicios prácticos relacionados con el arte, aporta las estrategias y herramientas que permitirán construir un mejor tejido social a través de acciones positivas comunitariamente.

### **Preguntas de investigación**

¿De qué manera la danza sirve como elemento de transformación social en jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar?

### **Propósitos**

#### **Central**

Comprender la manera en que la danza sirve como elemento de transformación social en jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales De Valledupar

#### **Derivados**

- Explorar el significado de transformación social que le atribuyen a la danza los jóvenes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar
- Analizar los significados de la danza como expresión del cuerpo en los jóvenes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar
- Aportar a la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar un abordaje respecto a los beneficios psicológicos y físicos, que trae la práctica de la danza

#### **Definición de las premisas**

Al explorar el significado de transformación social que le atribuyen a la danza los jóvenes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar, se espera conocer qué tanto saben acerca de lo que es transformación social, cómo se puede dar o que trae consigo una transformación para así, proseguir con la manera en que ellos relacionan este concepto con el cambio que ha traído a sus vidas el practicar danza.

Posterior a saber el pensamiento de los jóvenes, procederemos a analizar los significados de la danza como expresión del cuerpo, es decir, aquí conoceremos cómo estos por medio de la danza y su cuerpo, expresan todas esas emociones, sentimientos, vivencias y demás situaciones que no son capaces de mostrar en palabras a las demás personas.

Finalmente, teniendo en cuenta lo que nos han contado los jóvenes con base a lo que saben y han vivido, se les brindara una información de los beneficios tanto psicológicos como físicos que trae la práctica de la danza, con el fin de que comprendan que bailar no es solo colocar música y moverse al ritmo de esta, sino que consigo vienen muchos beneficios que les brindara una vida más tranquila y saludable tanto física como mentalmente.

### **MOMENTO III DISEÑO METODOLÓGICO**

#### **Enfoque investigativo**

Esta investigación se enmarca dentro del enfoque cualitativo que según Blasco y Pérez (2007, p. 25) estudia la realidad en un contexto natural al igual de como sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas. La investigación tiene como alcance ser explicativo el cual está dirigido básicamente a responder esas causas que se presentan en los eventos físicos o sociales y explicando también por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se da este. (Hernández, Fernández y Baptista; p.58).

#### **Tradición de la investigación**

Según Martínez (1994, p, 10), la etnografía es el análisis que se hace mediante la observación y la descripción de las mismas personas del modo de vida de un grupo de

individuos. Describe las creencias, el cómo interactúan entre sí los individuos, sus valores, sus motivaciones y sus perspectivas.

### **Muestreo**

Debido a que los jóvenes participantes fueron escogidos teniendo en cuenta ciertos criterios para la obtención de respuestas concisas y necesarias para la investigación, se realizó un muestreo intencional el cual Arias (2006) lo define como aquel donde los individuos son escogidos en base a criterios del investigador.

### **Unidad de estudio e informantes claves**

Se realizó la entrevista a cuatro chicos entre los dieciocho y veintiún años de edad pertenecientes al grupo de danza de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar quienes son los que más tiempo llevan perteneciendo al grupo o bailando por decisión propia.

### **Instrumento de recolección e información**

Para esta investigación se realizó una entrevista semiestructurada la cual consiste en que el investigador lleva a cabo un trabajo de planificación, elaborando un guion que determine aquella información temática que quiere obtener. Durante el transcurso de la misma se relacionarán temas y se irá construyendo un conocimiento generalista y comprensivo de la realidad del entrevistado. (Vargas, 2012)

### **Definición conceptual de las categorías y subcategorías apriorísticas**

A continuación, se definirán las categorías y subcategorías de nuestra investigación las cuales fueron escogidas teniendo en cuenta temas puntuales que se trataron en el transcurso de la investigación.

#### **Categorías**

**Transformación social:** Es un cambio fundamental en la manera en que la sociedad se organiza que va más allá de los procesos continuos de cambio social gradual siempre en curso. Esto implica un cambio radical en el que todos los patrones sociales existentes son cuestionados y muchos reconfigurados. Las transformaciones sociales están vinculadas muy de cerca a los grandes cambios en las relaciones económicas, políticas y sociales dominantes, es decir, implica la creación de nuevas condiciones de vida interna que permitan una adaptación activa a las exigencias del entorno. (Castles S. 2010)

**La danza:** Consiste en mover el cuerpo dominando y guardando una relación consciente con el espacio e impregnando de significación el acto o la acción que los movimientos desatan, considerada, generalmente, como la expresión de arte más antigua. A lo largo de la historia, el hombre no sólo ha utilizado la danza como liberación de emociones, sino también, desde otros aspectos, tales como: ritual, religioso, artístico, etc.

Es evidente, que la danza es un fenómeno, que ha estado formando parte en todas las culturas, siendo múltiples las formas expresivas y artísticas que ha adoptado a lo largo de la historia. (Alberto Dallal, 2020).

**Beneficios Psicológicos:** Se optimizan las relaciones interpersonales, las personas fortalecen su yo, se liberan cargas emocionales, mejora la autoimagen, estimula la creatividad, desarrolla la autoestima, mejora la capacidad expresiva, comunicativa. (Seykholya, 2013)

**Beneficios Físicos:** Se da un aumento del volumen cardiaco que hace que el corazón reciba más sangre, se fortalece el sistema cardiovascular, mejora la capacidad pulmonar, se activa el funcionamiento de los órganos de desintoxicación, se incrementa la coordinación psicomotriz y aporta flexibilidad. (Gustems, 2013)

### Subcategorías

**Cambio social:** Innovaciones o variaciones en las creencias, costumbres, materiales, de los patrones de conducta individual o colectiva que representan el contenido de la cultura. (White, 1949)

**Relaciones sociales:** Comportamiento de muchos individuos cuyo sentido está definido recíprocamente y que por esa reciprocidad se orienta, estas proveen un fuerte anclaje a la acción afectiva. (Weber, 2001)

**Proyecto de vida:** Se comprende como un modelo ideal-real complejo de la dirección perspectiva de la vida de una persona, de lo que espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y las posibilidades internas y externas de lograrlo; define su relación hacia el mundo y hacia sí mismo, su razón de ser como individuo en un contexto y tipo de sociedad determinada.” (Angelo. D, 1999)

**Ritual:** Son patrones verbales repetitivos e institucionalizados, actualizados originalmente y mayormente para propósitos religiosos, una de cuyas funciones es la regulación de situaciones de paso tales como el nacimiento, el matrimonio, la muerte o la iniciación que ayudan a soportar sentimientos de miedo e inseguridad surgidos de la situación lábil de las fases de paso (Goffman, 1971)

### **Proceso de análisis de la información**

La información obtenida en la investigación, se analizará a través de una triangulación hermenéutica la cual según Pérez (2000), se refiere a la reunión y cruce dialéctico de toda la información obtenida en la investigación, para luego efectuar comparaciones múltiples utilizando perspectivas diferentes.

### **Consideraciones éticas y consentimiento informado**

#### **Ley 1090 de 2006 - Código Deontológico**

Tiene como objeto dotar a la profesión de un marco de referencia para su práctica idónea y responsable, garantizando así el mejor servicio posible a la comunidad y consolidando el prestigio de la Psicología colombiana como profesión de crucial relevancia social. (Colegio Colombiano de Psicólogos 2006).

**Artículo 3°** en el ejercicio de su profesión el/la psicólogo/a tendrá en cuenta las normas explícitas e implícitas, que rigen en el entorno social en que actúa, considerándose como elemento de la situación y valorando las consecuencias que la conformidad o desviación respecto a ellas puedan tener en su quehacer profesional.

**Artículo 6°** La profesión de psicólogo/a se rige por principios comunes a toda deontología profesional: respeto a la persona, protección de los derechos humanos, sentido de responsabilidad, honestidad, sinceridad para con los clientes

**Artículo 7°** el/la psicólogo/a no realizará por sí mismo, ni contribuirá a prácticas que atenten a la libertad e integridad física y psíquica de las personas.

### **Consentimiento Informado**

En investigación, el consentimiento informado implica hacer explícito, al sujeto participante, de los beneficios y/o perjuicios que implica la participación en una determinada investigación. Desde este campo, al igual que en otros, se remarca la necesidad de que el sujeto firme voluntaria y libremente su autorización para la participación en un tratamiento y/o investigación. Lo expuesto es válido además para publicaciones y exposiciones académicas o científicas, debiéndose tener una clara constancia de que el sujeto ha comprendido lo que le han dicho. (Leibovich de Duarte, 2000).

El CI describe un proceso interactivo en el cual el individuo (o su representante legal) accede voluntariamente y sin coerción a participar en un estudio, luego de que los propósitos, riesgos y beneficios de este han sido cuidadosamente expuestos y entendidos por las partes involucradas. En consecuencia, el CI no solo es necesario e imprescindible en una investigación científica, sino que tiene igual significación en cualquier momento en que el individuo necesite, por razones diversas, alguna intervención médica.

## **MOMENTO IV PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS**

Como primera parte de los resultados de la investigación, se realizó una triangulación hermenéutica con las categorías y subcategorías mencionadas anteriormente, con el fin de relacionar, comparar o complementar el pensamiento de los jóvenes entrevistados con el de diferentes autores. Las categorías fueron escogidas por las investigadoras basándose en el tema central de la investigación y sus objetivos. Las subcategorías basándose en temas puntuales que se trataron en los encuentros con los jóvenes. Y, por último, las subcategorías emergentes, se escogieron teniendo en cuenta los temas más mencionados por los jóvenes en el transcurso de la entrevista.

### **Categorías**

La transformación social, se hace mención de los aportes de Castles (2010) quien afirma que es un cambio fundamental en la manera como la sociedad se organiza yendo más allá de los procesos continuos de cambio social gradual siempre en curso, esto implica un cambio radical en el cual todos los patrones sociales existentes son cuestionados y muchos reconfigurados, estando esto acorde con el pensar de los jóvenes entrevistados expresando que la transformación social es el cambio que se debe hacer en la sociedad para que esta sea mejor en diferentes aspectos por ejemplo, en lo político y económico, comentaban que el país no está pasando por la mejor situación debido a que ha tenido una mala administración y viene desde la parte política pues esta se encuentra llena de corruptos que solo se ayudan entre sí, dejando a las personas de bajos recursos sin ningún tipo de beneficio y a merced de sí mismos. Por esto, los jóvenes creen que una transformación social debe traer consigo justicia, igualdad y equidad entre todas las personas sin importar

su posición dentro de la sociedad para que de esta manera se vaya minimizando el desbalance que existe entre las personas de altos y bajos recursos y así se vaya formando una sociedad más inclusiva que poco a poco va ayudando a los más desprotegidos.

Alberto Dallal (2020) afirma que la danza consiste en mover el cuerpo dominando y guardando una relación consciente con el espacio e impregnando de significación el acto o la acción que los movimientos desatan. Siendo la danza para los entrevistados ese elemento que les ha ayudado a mostrarse ante las demás personas como en realidad son, contar sus historias de vida, expresar lo que llevan por dentro, gracias a ella han superado traumas tanto físicos como mentales que de una u otra manera no les permitía salir de su zona de confort y los hacía sentir que no lograrían ser nadie en un futuro.

Cuentan que la danza ha permitido que sus familiares compartan más con ellos y que no les gusta esa idea errónea que existe acerca de que la persona que se quiera dedicar en un futuro a este tipo de arte no lograra vivir de la danza ya que ellos piensan que la danza salva vidas, es inclusiva, real, y brinda la oportunidad de que seas libre y quien tú quieras ser por lo que la mayoría de estos jóvenes aseguraron que más adelante les gustaría ayudar a más jóvenes a través de la danza. Teniendo en cuenta lo anterior, tomamos como antecedente la investigación La danza: Mecanismo de resiliencia y creación porque busca generar espacios en donde los niños y jóvenes pueden a través de la danza conocer su cuerpo, contar sus historias, lograr un cambio en sus vidas utilizando como base sus experiencias propias siendo esto último lo que más llamó nuestra atención debido a que en

nuestra investigación estamos trabajando en base a las experiencias que nos cuentan los jóvenes.

Para Seykholya (2013) y Gustems, (2013) practicar danza trae consigo beneficios físicos y psicológicos, varios de estos son que se optimizan las relaciones interpersonales, las personas fortalecen su yo, se liberan cargas emocionales, mejora la autoimagen, mejora la capacidad expresiva, comunicativa, se da un aumento del volumen cardiaco, se fortalece el sistema cardiovascular, entre otros. Así mismo los jóvenes entrevistados en la investigación afirmaron que luego de un tiempo de estar practicando danza, han logrado tener una comunicación más asertiva con sus compañeros y familiares, se sienten más sanos y saludables, no se cansan rápido debido a que ha mejorado su capacidad pulmonar, se sienten seguros de sí mismos viendo como su cuerpo está en mejor forma, han dejado de practicar conductas que afectan física y mentalmente tanto a ellos como a las personas que los rodean, de igual manera, la investigación llamada Danzaterapia y su influencia en el bienestar psicológico subjetivo nos muestra cada uno de los beneficios físicos y psicológicos que brinda la danza.

### **Subcategorías**

White Lynn (1984) afirmaba que el cambio social son innovaciones o variaciones en las creencias, costumbres, materiales, de los patrones de conducta individual o colectiva que representan el contenido de la cultura, igualmente para los jóvenes para que un cambio social se dé es necesario reestructurar o se crear nuevas reglas, nuevos derechos o nuevas formas de vivencia dentro de la sociedad que permitan una mejor vida a los ciudadanos.

Las relaciones sociales para (Weber, 2001) son el comportamiento de muchos individuos cuyo sentido está definido recíprocamente y que por esa reciprocidad se orienta, estas proveen un fuerte anclaje a la acción afectiva, entendiendo los jóvenes las relaciones sociales como la amistad, la comunicación, el compartir del diario vivir con cada uno de sus compañeros y familiares dentro y fuera de la comunidad, relación que se ha visto positivamente cambiada a raíz del grupo de danza.

Teniendo en cuenta que el proyecto de vida Angelo. D, (2003) lo comprende como un modelo ideal-real complejo de la dirección perspectiva de la vida de una persona, de lo que espera o quiere ser y hacer, que toma forma concreta en la disposición real y las posibilidades internas y externas de lograrlo confirmando así los entrevistados que el proyecto de vida es ese plan que ellos están creando a largo plazo donde están planteando todas esas metas y sueños que esperan ir alcanzando con el transcurrir del tiempo, hasta llega a ser lo que ellos desean.

Según Goffman, (1971) un ritual son patrones verbales repetitivos e institucionalizados, actualizados originalmente y mayormente para propósitos religiosos, una de cuyas funciones es la regulación de situaciones de paso tales como el nacimiento, el matrimonio, la muerte o la iniciación que ayudan a soportar sentimientos de miedo e inseguridad surgidos de la situación lábil de las fases de paso, pero para los jóvenes un ritual dentro de la danza es la manera en la que dan a conocer un juego coreográfico basado la mayoría de veces ya sea en una historia, un tema o una situación en específico.

### **Subcategorías emergentes**

Las subcategorías emergentes fueron palabras claves y repetitivas en las respuestas que dieron los jóvenes en la entrevista.

La Real academia española (RAE) tiene como concepto de la corrupción que es la acción de corromper, alterar o abusar de las cosas materiales y no materiales en la sociedad, por lo tanto, junto con los jóvenes entrevistados dedujimos que la corrupción es el uso del poder para el beneficio de una persona o entidad para así obtener un bien en particular ya sea monetario o personal. Corrupción que ellos sienten que se está presentando en el país por ejemplo, comentaron que en el tema de salud en varias ocasiones sienten que los entes encargados de destinar el dinero para las personas de bajos recursos desvían ese dinero para llenar cuentas bancarias personales dejando a la comunidad sin un buen sistema de salud con infraestructuras en mal estado y mal servicio y así mismo sienten que pasa con la educación y demás temas sociales que no permiten que el país progrese.

Para Aristóteles una sociedad es el conjunto de personas que comparten fines, comportamientos y culturas, que se relacionan, cooperan e interactúan entre ellos para formar un grupo. Pensando de igual manera los jóvenes de la investigación afirmaron que una sociedad es conformada por un grupo de personas u organizaciones que se juntan para formar un solo grupo donde se definen reglas, valores, deberes y derechos que se deben cumplir a cabalidad para poder convivir entre sí.

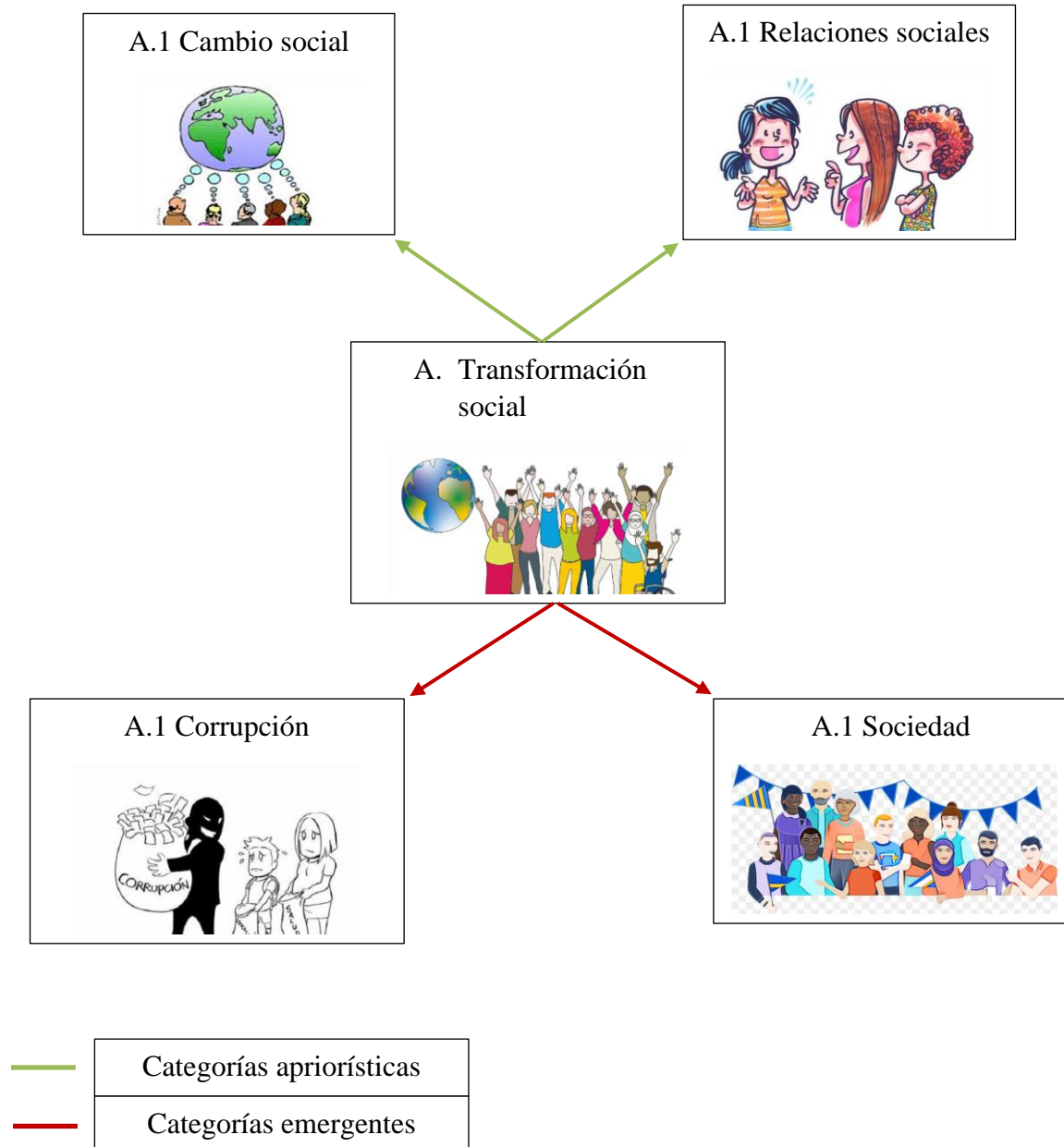
Sartre afirmaba que la libertad no es algo que se otorga, sino que reside en nuestra existencia ya que estamos arrojados a ser libres y que esta libertad viene determinada por

los valores imperantes de cada persona. Por ende podemos entender la libertad como un derecho que tiene toda persona de actuar libremente sin que sea vulnerado, no obstante, el ser libre no da derecho de hacer todo lo que se quiere sin limitación alguna, esta nos da la capacidad de tomar decisiones bajo nuestro propio criterio pero rigiéndonos por unos valores éticos, que nos muestran cómo debemos actuar y comportarnos sin perjudicar a otra persona y de esta forma lograr ser juzgados; los jóvenes la comunidad comentan que cuando danzan se sienten libres porque de cierta manera están mostrando y haciendo algo que les gusta, los llena y que los identifica, sienten que experimentan la libertad cuando sus compañeros no los juzgan por como bailan, por como visten, por cómo se ven físicamente, por cómo es su forma de ser y porque los aceptan desde el primer día que llegan al grupo.

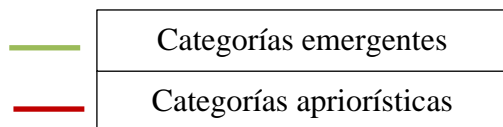
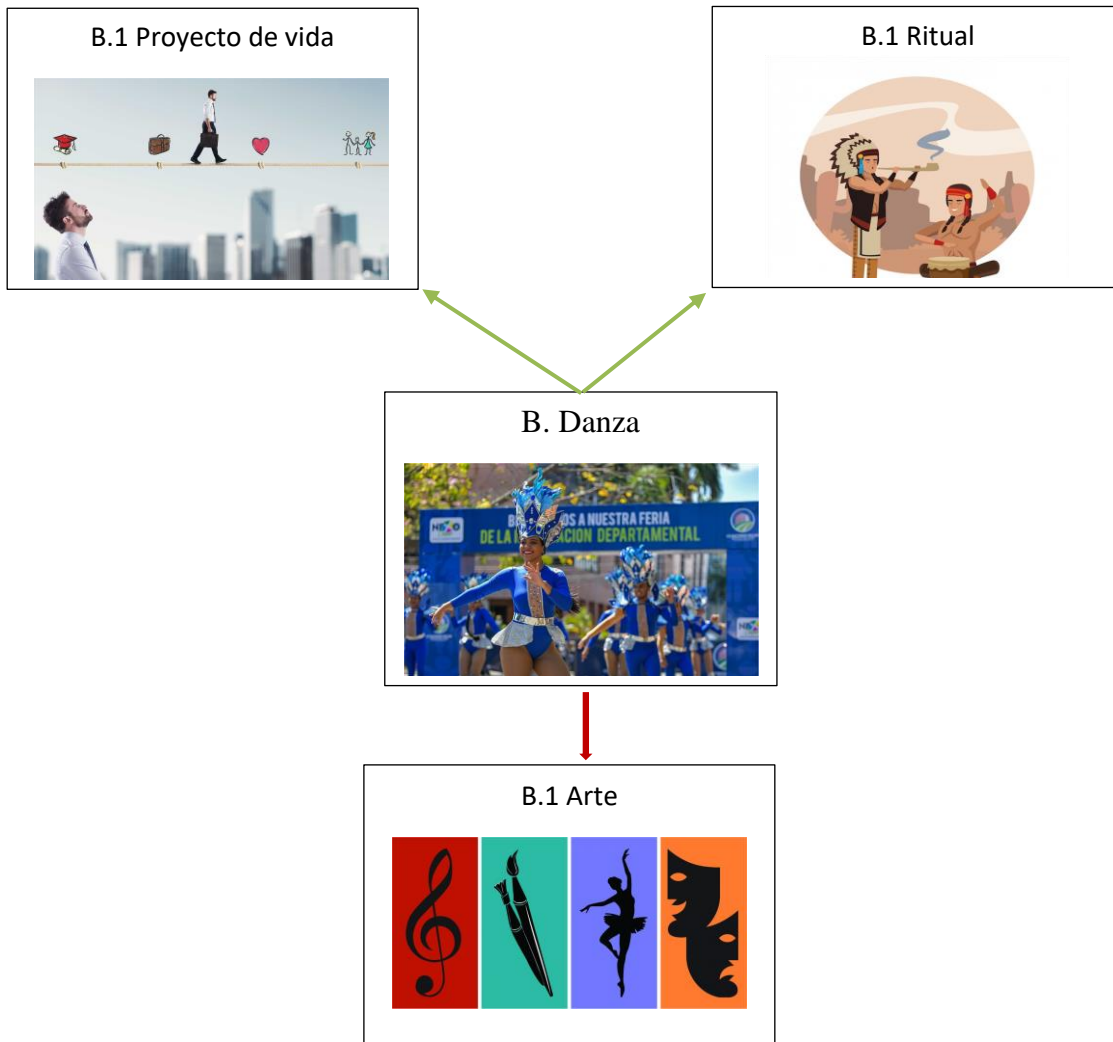
Para Tolstoi el arte es un medio de comunicación equiparable a la palabra, de la cual se diferencia por el contenido transmitido, pues para él, mientras la palabra transmite pensamientos, el arte transmite sólo sentimientos y emociones. Es decir, el arte es el medio que permite expresar y mostrar todo lo que somos y sentimos a través de la habilidad que más te guste, siendo esta para los jóvenes la danza porque les ha permitido crecer y sentirse más fuertes emocionalmente, los ha ayudado a salir adelante y han logrado descubrir y desarrollar aptitudes que no sabían que tenían para el baile.

Tanto para la Real Academia Española (RAE) como para los jóvenes de la urbanización Lorenzo Morales, las expresiones son una técnica practicada por el intérprete para expresar circunstancias de su papel por medio del gesto y movimientos, es decir que

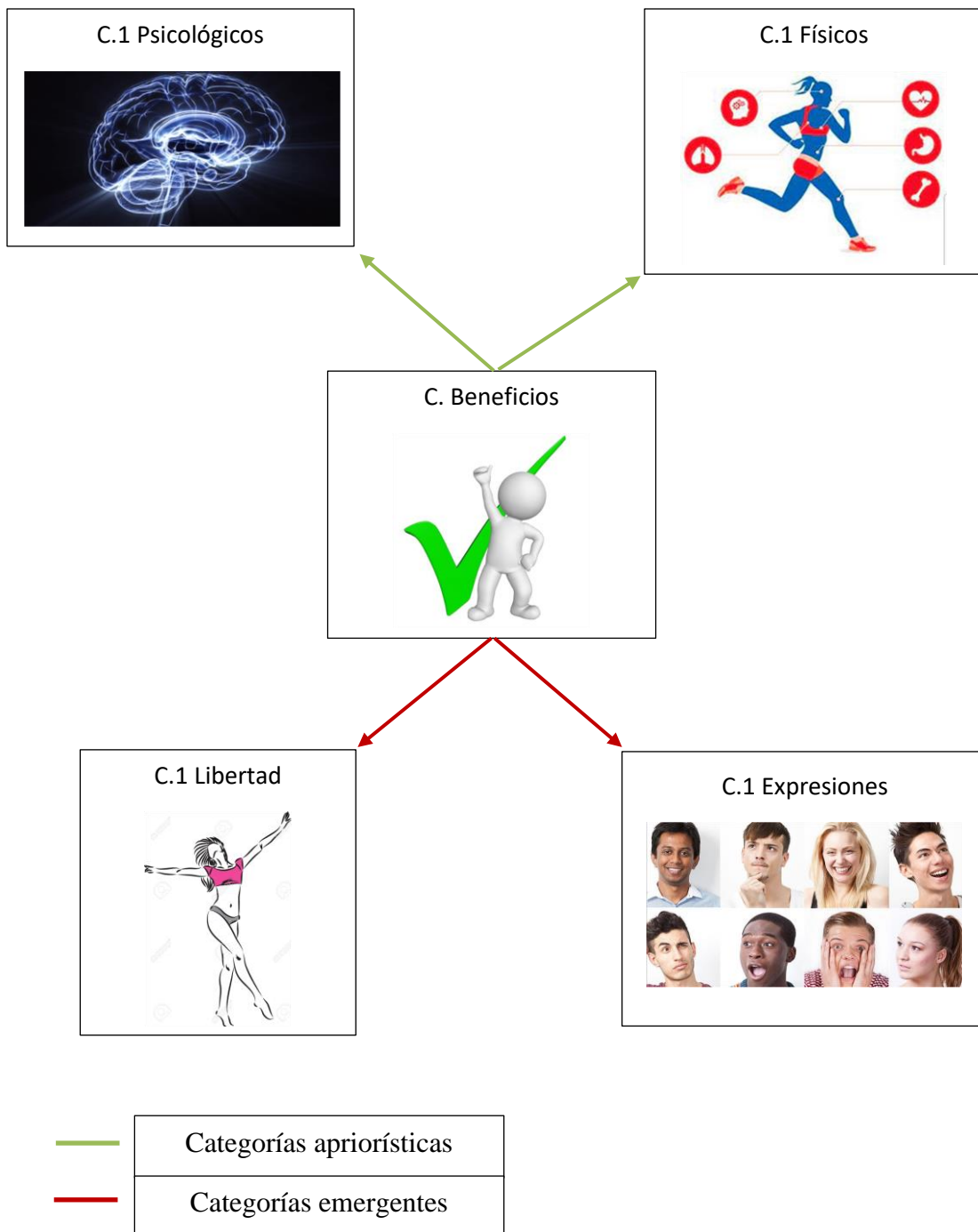
por medio de las expresiones que realizan durante el baile que están ejecutando, hacen saber a los que están observando la historia que están danzando.



**Figura 1.** Red de categorías y subcategorías transformación social



**Figura 2.** Red de categorías y subcategorías danza



**Figura 3.** Red de categorías y subcategorías beneficios psicológicos y físicos.

## MOMENTO V INTERPRETACIÓN DE LA INFORMACIÓN

### Reflexiones finales

En cada uno de los encuentros con los jóvenes de la urbanización se trataron temas como la danza, transformación social, proyecto de vida, beneficios físicos y psicológicos de la practica de la danza e incluso temas como la resiliencia y el trabajo en equipo desde una perspectiva más profesional apoyándonos en los conocimientos obtenidos durante toda la carrera de psicología y en contenido basado en autores.

Además de conocer las historias de vida de los jóvenes, sus pensamientos y la problemática en la que se encuentra inmersa la urbanización, observamos que la colectividad se dio a la tarea de promocionar iniciativas que involucren tanto al arte como a la cultura a través de la danza, la cual apunte hacia una transformación social teniendo como base la construcción de tejido social, además de generar logros significativos en procura de conformar un escenario de convivencia que propenda por la no violencia, la tolerancia, la diversidad de opiniones y de género, y sobre todo la tan anhelada paz. Buscando así, derribar de raíz la causa de la violencia, contrarrestar las consecuencias indeseables de los actos delictivos tanto para adolescentes como para el resto de la colectividad y disminuir los factores de riesgo elevando el nivel de protección ante posibles conductas problemáticas que vallan en contra de una transformación social positiva.

Teniendo en cuenta lo anterior, en definitiva, elementos como arte y cultura son instrumentos genuinos de educación y cambio social, posicionándose como un medio de intervención por excelencia ante las comunidades vulnerables, ya que permite la

participación activa de toda la colectividad, y el desarrollo de los derechos humanos, salud física y mental, equidad y justicia social.

Sabemos que inicialmente muchos proyectos emergen con el objetivo de crear espacios de paz y reconciliación, invalidando toda brecha que le impida a niños y adolescentes acceder a sus derechos básicos, y sobretodo permitiendo concebir al arte como un catalizador de la expresión emocional y del bienestar psicológico de toda la comunidad, ya que a través de su implementación se reconstruye la realidad sobre la cual el joven ha decidido construir su proyecto de vida, lo cual le dota de independencia y autonomía al crear su propia herramienta para la supervivencia. En consecuencia, la cultura ofrece recursos metodológicos en aras de facilitar procesos en población de adolescentes que se encuentren en riesgo, contribuyendo al enriquecimiento cultural, crecimiento de la dimensión humana, y sobretodo permitiendo que puedan utilizar los espacios de tiempo libre de una forma asertiva a través de la vivencia cultural de la sana convivencia y paz.

### **Beneficios psicológicos y físicos que trae la práctica de la danza**

Es un hecho innegable que las secuelas originadas de la violencia, (drogadicción, el pandillismo, la violación, entre otros) denotan el llamado urgente de parte de la comunidad hacia la apropiación de la educación popular como herramienta que ayude a salvaguardar sus derechos, pero es de anotar que todo proceso que cumpla con lo anterior debe sustentarse en la socialización, participación activa, interacción dialógica, y por encima de todas las cosas la visibilización de las capacidades del potencial humano logrando poco a

poco validar la transformación social cuya protagonista sea la danza pero también que se permita celebrar la vida.

Mediante las intervenciones realizadas por los jóvenes se pudo determinar que en definitiva se consideran seres más sociables, han vencido la timidez, encontrado las fortalezas y limitaciones de su cuerpo, y despertado el sentido de líder en la construcción y ejecución del proyecto de vida.

A continuación, se citan testimonios de algunos participantes que corroboran lo anteriormente establecido:

“Para mí ha causado un impacto positivo ya que yo sufro de TOC, es decir, trastorno obsesivo compulsivo y pues para mi bailar, ejercer o hacer un movimiento en el piso se me hace bastante difícil, pero digamos que este arte ha ayudado bastante a que yo controle o que el TOC baje poco a poco entonces para mí, ha sido de muy buen impacto lo ya que me ha permitido avanzar en lo que es este trastorno y poder obtener digamos que una vida normal”.

#### **Testimonio 1 participante investigación**

“La danza ha cambiado mi vida porque por medio de ella puedo mostrarme como soy y me olvido de los problemas, de las cosas que pasan en mi casa, de la droga que algunas veces llegué a probar y también me da esperanza para tener un mejor futuro más adelante”.

#### **Testimonio 2 participante investigación**

“He tenido que pasar por muchas situaciones dolorosas desde pequeño y la danza este hermoso arte, ha sido esa ayuda de escapar de todas esas situaciones que todavía me siguen pasando. Colocarme mis audífonos y encerrarme en mi cuarto a bailar es un escape de la realidad que vivo a diario o que de pronto estar en mi grupo de danza que todos estemos ahí porque en verdad amamos lo que hacemos es gratificante y es una sensación inexplicable que siento cada vez que bailo”.

### **Testimonio 3 participante investigación**

#### **La danza como proyecto de vida**

Cuando se entremezclan arte y cultura se construye una realidad en la cual el joven puede diseñar su propio proyecto de vida, teniendo en cuenta su contexto cultural y socioeconómico, sus experiencias cotidianas, los sistemas en los cuales participa en la familia, la calle, la escuela, el trabajo, la comunidad, las instituciones del Estado) de ahí que por medio el ejercicio artístico extraiga lo más significativo para ir diseñando sus propios espacios de productividad acorde a sus necesidades.

A continuación, se citan testimonios de algunos participantes que corroboran lo anteriormente establecido:

“Creo que si se puede llegar a hacer un proyecto de vida muy estable con este arte que es la danza. En estos momentos de pandemia la danza ha permitido que las personas se expresen y acerquen de una manera distinta a cada una de las personas que observa. Bailar es una de las formas digamos que más antigua con lo que puedes expresar lo que sientes y también, aunque la sociedad piense que no es una forma bastante estable con la que se

puede llegar a obtener ganancias económicas muy buenas, siento que están equivocados en ese pensamiento”.

#### **Testimonio 4 participante investigación**

“La verdad si contemplo la danza como un proyecto de vida y uno de mis sueños es tener una academia o un espacio donde los niños puedan ir a bailar, me gusta ver la ilusión de los niños de pronto ser algún día bailarines, es muy lindo ver un niño soñar, ver a un niño sonreír cuando baila y es gratificante y satisfactorio ver un niño feliz, por eso lo tomaría como un proyecto de vida”.

#### **Testimonio 5 participante investigación**

“La sociedad tiene el pensamiento de que la danza solo es un pasatiempo y que no es algo con que se pueda salir adelante, eso es lo que pasa aquí en Colombia, tienen tan desvalorizado todo este campo de la danza y del arte que desmeritan el trabajo de nosotros, entonces si cada uno cambiáramos el pensamiento para cosas positivas y nos dieran la oportunidad a nosotros los bailarines podríamos hacer cosas buenas y así saldríamos adelante con este arte tan hermoso como lo es la danza”.

#### **Testimonio 6 participante investigación**

“Creo que, si se puede salir adelante en este arte, en este gran mundo artístico, porque es un mundo que te brinda muchas oportunidades, te permite poder llegar a lugares que tú nunca has llegado o conocido, se conoce gente del medio, te relacionas con personas que también

tiene la misma pasión que tú y este es un arte que, aunque la gente lo menosprecie o lo denigre a veces, creo fervientemente que se puede llegar a ser muy grande”.

### **Impacto de la danza a nivel emocional**

Es un hecho que la danza puede aportar significativamente un alto grado de motivación y actividad orientada a la realización de ejercicio físico, consecuente a ello beneficios para la salud física, también estimulación al sistema nervioso previniendo así numerosas enfermedades (Torrents et al. 2008)

En general un fortalecimiento de la autorregulación también se asocia con la danza, lo cual guarda relación con otros estudios (Aldana, 2006), estos autores concuerdan en que la parte más importante es el gran aporte a la motivación individual, independiente incluso del nivel de motivación grupal de la clase o contexto dentro del cual se encuentre inmerso.

La autodeterminación, empoderamiento y autoconocimiento también se vieron fortalecidos lo cual sería la base para el desarrollo posterior de habilidades para la vida lo cual poco a poco se traduce es un gran nivel de desarrollo personal, incluso construir un nivel bueno de autoconcepto, así como fortalecimiento de la autoestima.

A continuación, se citan testimonios de algunos participantes que corroboran lo anteriormente establecido:

“Mi familia me apoya, dicen que por medio de la danza yo he cambiado, he mejorado mi forma de ser, ya no soy tan grosera y antipática como antes”.

### **Testimonio 8 participante investigación**

“La danza me ha beneficiado muchísimo emocionalmente como lo dije anteriormente, la danza hace que yo me sienta libre por un momento de la realidad que vivo a diario, la danza me lima las perezas, me quita la tristeza, me hace feliz, pleno y en paz conmigo mismo y con las personas a mi alrededor”.

#### **Testimonio 9 participante investigación**

“La danza me ha ayudado mucho ya que no me puedo relacionar como quisiera porque mi TOC no me deja tener contacto físico, pero digamos que me ha permitido avanzar mucho en este tema, a relacionarme más y a conocer personas que también, aunque no tienen problemas iguales que el mío tienen sus problemas que también les impide poder crecer, entonces relacionarse con personas en el ámbito o en el mundo de la danza es muy excelente porque se consiguen buenos amigos y de cierta manera se es un poco más libre”.

#### **Testimonio 10 participante investigación**

“He dejado de ser muy agresiva ante las demás personas porque cuando bailo dejo todo lo malo que me pasa en mi vida y al momento de comunicarme con las demás personas, hablar con ellas, me hace sentir mucho mejor y puedo mostrarles y expresarles de manera más tranquila aquello que siento y quiero decir”.

#### **Testimonio 11 participante investigación**

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad, A. (2004). Historia del ballet y de la danza moderna. Alianza Editorial, Madrid. ISBN 84-206-5666-6.
- Aldana, C. (2006). Aprender a convivir sin violencia, Cuadernos de pedagogía, Madrid.
- Bachmann, M. (1998). La Rítmica Jacques-Dalcroze. Una educación por la música y para la música. Pirámide.
- Becoña, E. (2007) Bases psicológicas de la prevención del consumo de drogas. Papeles del Psicólogo. Vol. 28(1), pp. 11-20. Disponible en: <http://www.cop.es/papeles>
- Berger, L. (1986) La construcción social de la realidad. Amorrortu, Buenos Aires.
- Brand, U. (2012) “El papel del Estado y de las políticas públicas en los procesos de transformación”. En: Lang, Miriam y Dunia Mokrani (coords.). Más Allá del Desarrollo. Abya-Yala, Quito, pp.145-158.
- Buitrago, A. (2020). La Danza: Mecanismo de resiliencia y creación colectiva. (Fundación Universitaria los Libertadores)
- Carrión, D. (2014) Pensar las alternativas, imaginar la transición. Economía extractiva y efectos comparados: turismo, petróleo y minería. Fundación Rosa Luxemburg, Quito.
- Carrión, D. (2015) “¿Apostar al petróleo y a la minería o al turismo comunitario? Ecuador: escenarios comparativos entre estrategias económicas y sus impactos”. En: Lang, Miriam, Belén Cevallos y Claudia López (coords.). La osadía de lo nuevo: alternativas de política económica. Grupo Permanente de Trabajo sobre Alternativas al Desarrollo/Fundación Rosa Luxemburg, Quito.
- Castillo, E. (2004). Expresión corporal en primaria. Servicio de publicaciones de Huelva.
- Colegio colombiano de Psicólogos “Ley 1090 de 2006”.

- Corpas, J. (2006). Manual de Danzas Folclóricas de la Zona Andina de Colombia. Bogotá: Patronato Colombiano de Artes y Ciencias.
- Díaz, J. (2007). La conciencia viviente, México: Ed. Fondo de Cultura Económica.
- Fandiño, G. (2013). Lineamiento pedagógico y curricular para la educación inicial. Bogotá.
- Gago, V. (2015) “El neoliberalismo hoy es una paradoja que desdibuja la frontera entre arriba y abajo, explotación y resistencia” [en línea].  
[http://www.eldiario.es/interferencias/neoliberalismoeconomias\\_populares\\_6\\_371022904.html](http://www.eldiario.es/interferencias/neoliberalismoeconomias_populares_6_371022904.html) [Consulta: 14 de julio, 2015].
- Gallas, A. (2011). Ingo Stütze, John Kannankulam y Larz Bretthaur (eds.) Reading Poulantzas. Merlin, London.
- García, A. (2015). La danza Folclórica en Bogotá. Revista Calle 14, 12.
- González, L. (2008). El desarrollo de la expresión corporal a través de la danza folclórica. Bogotá.
- Infoamerica.org (s.f.). Perfil biográfico y académico de Bachelard, Foerster, Vygotsky, Maturana, Piaget, Morin, Glaseferd y Watzlawick [Revista virtual]. Disponible en: [http://www.infoamerica.org/teoria/teoricos\\_uno.htm](http://www.infoamerica.org/teoria/teoricos_uno.htm). Consultado: 24 de junio de 2011.
- Manifestaciones Artísticas (s.f.). La Habana, Cuba. Recuperado de: [ecured.cu](http://ecured.cu).
- Martínez, O. & Rentería, E. (2018). Expresiones artísticas como factor de resiliencia, que aportan a la construcción de paz. (Título profesional, Universidad Santo Tomás).
- OEI. (s.f.). Organización de Estados Iberoamericanos. Recuperado el 25 de Febrero de 2018, de <http://www.oei.es/>
- Robles, R. (2014). El autocuidado, aspecto clave para el desarrollo social y personal. Universidad pontificia bolivariana. Recuperado de: [http://www.ucentral.cl/responsabilidad-personal-factor-clave-delautocuidado/prontus\\_ucentral2012/2014-03-19/112819.htm](http://www.ucentral.cl/responsabilidad-personal-factor-clave-delautocuidado/prontus_ucentral2012/2014-03-19/112819.htm)

- Rodríguez, L. & Carrero, V. (2017). Un viaje a través de mí misma.
- Sampieri, H., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). Metodología de la investigación 5ta Edición. Editorial: McGrawHill.
- Serra, M., Baravalle, G., Marimon, G., & Crous, S. (2013). Proyectos educativos en danza: una realidad creativa en construcción. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (24), 154-157.
- Sosa, J. (2012). La danza o el baile es un arte en donde se utiliza el movimiento del cuerpo. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/331676584/La-Danza-o-El-BaileEs-Un-Arte-en-Donde-Se-Utiliza-El-Movimiento-Del-Cuerpo>.
- Torrents et al. (2008) El efecto del modelo docente y de la interacción con compañeros en las habilidades motrices creativas de la danza. Un formato de campo para su análisis y obtención de T-patterns motrices. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (14), 5-9.
- Velasco, B. (2018). Danzaterapia y su influencia en el bienestar psicológico subjetivo. (Título a psicóloga clínica, Universidad Rafael Landívar).
- Winner, E., & Hetland, L. (2000). The arts and academic achievement: What the evidence shows. Journal of Aesthetic Education.
- Cosmisión de la Verdad, Diciembre (2019) El arte como elemento de transformación social y verdad en el Tolima
- Fundación Telón Arriba, Armas Abajo, Paz y Dignidad: Educar para transformar.

## ANEXOS

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

CIUDAD: Valledupar/Cesar

Fecha: 27 de octubre del 2021

Yo, Viviana Castro M. identificado(a) con el número de cedula 1003231412 acepto de manera voluntaria participar en el proyecto de investigación "La danza como elemento de transformación social en jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar" de las estudiantes de psicología de la Universidad Popular del Cesar, Marlulys Guerra Nieves y Yaleinys Tarazona Arias, respondiendo de manera honesta y clara las preguntas que se me realizaran con el fin de recoger información para la elaboración del proyecto. Autorizo que lo hablado durante la entrevista será grabado en audio, así como también autorizo el uso de los datos recolectados para publicación de resultado final de la investigación.

Expreso que las investigadoras me han explicado con antelación los objetivos de dicho proceso y la manera en la que se realizará.

FIRMA: Viviana Castro

CC: 1003231412

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

CIUDAD: Valledupar/Cesar

Fecha: 27 de octubre del 2021

Yo, Jency Ramos identificado(a) con el número de cedula 1003264671 acepto de manera voluntaria participar en el proyecto de investigación "La danza como elemento de transformación social en jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar" de las estudiantes de psicología de la Universidad Popular del Cesar, Marlulys Guerra Nieves y Yaleinys Tarazona Arias, respondiendo de manera honesta y clara las preguntas que se me realizaran con el fin de recoger información para la elaboración del proyecto. Autorizo que lo hablado durante la entrevista será grabado en audio, así como también autorizo el uso de los datos recolectados para publicación de resultado final de la investigación.

Expreso que las investigadoras me han explicado con antelación los objetivos de dicho proceso y la manera en la que se realizará.

FIRMA: Jency Ramos

CC: 1003264671

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

CIUDAD: Valledupar/Cesar

Fecha: 27 de octubre del 2021

Yo, Ivan Ramos identificado(a) con el número de cedula 1065865702 acepto de manera voluntaria participar en el proyecto de investigación "La danza como elemento de transformación social en jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar" de las estudiantes de psicología de la Universidad Popular del Cesar, Marlulys Guerra Nieves y Yalainys Tarazona Arias, respondiendo de manera honesta y clara las preguntas que se me realizaran con el fin de recoger información para la elaboración del proyecto. Autorizo que lo hablado durante la entrevista será grabado en audio, así como también autorizo el uso de los datos recolectados para publicación de resultado final de la investigación.

Expreso que las investigadoras me han explicado con antelación los objetivos de dicho proceso y la manera en la que se realizará.

FIRMA: Ivan A

CC: 1065865702

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

CIUDAD: Valledupar/Cesar

Fecha: 27 de octubre del 2021

Yo, Cesar Andres Bautista identificado(a) con el número de cedula 1065592619 acepto de manera voluntaria participar en el proyecto de investigación "La danza como elemento de transformación social en jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar" de las estudiantes de psicología de la Universidad Popular del Cesar, Marlulys Guerra Nieves y Yalainys Tarazona Arias, respondiendo de manera honesta y clara las preguntas que se me realizaran con el fin de recoger información para la elaboración del proyecto. Autorizo que lo hablado durante la entrevista será grabado en audio, así como también autorizo el uso de los datos recolectados para publicación de resultado final de la investigación.

Expreso que las investigadoras me han explicado con antelación los objetivos de dicho proceso y la manera en la que se realizará.

FIRMA: Cesar A.

CC: 1065592619

<p>UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES PROGRAMA DE PSICOLOGIA 2021 GUÍA DE ENTREVISTA</p>					
<p><b>LA DANZA COMO ELEMENTO DE TRANSFORMACIÓN SOCIAL EN JÓVENES RESIDENTES DE LA URBANIZACIÓN LORENZO MORALES DE VALLEDUPAR</b></p>					
<p><b>Propósito central:</b> Comprender la manera en que la danza sirve como elemento de transformación social en los jóvenes residentes de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar.</p>					
<p><b>Instrucciones:</b> Se realizará una entrevista semiestructurada a cuatro jóvenes entre los 18 y 21 años de edad de la urbanización Lorenzo Morales de Valledupar, pertenecientes al grupo de danza de la urbanización.</p>					
<p><b>INFORMACIÓN GENERAL</b></p>					
<b>Fecha</b>	27/10/2021	<b>Hora</b>	4:00 p. m.	<b>Lugar</b>	Urbanización Lorenzo Morales
<b>Entrevistadoras</b>	Marllulys Guerra Nieves - Yalainys Tarazona Arias				
<b>Entrevistados(as)</b>	Yoncy Ramos, Viviana Castro, Cesar Bautista, Ivan Ramos				
<p><b>CONCEPCIÓN QUE TIENEN LOS JÓVENES FRENTE AL TERMINO TRANSFORMACIÓN SOCIAL</b></p>					
<b>Preguntas</b>					
¿Has oído hablar de transformación social? ¿Qué entiendes por ello?					
¿Consideras que la sociedad necesita un cambio en lo político y económico? ¿Por qué?					
¿De qué manera crees que la danza ha brindado una transformación a tu vida?					
Teniendo en cuenta los constantes cambios que surgen en la sociedad, ¿crees que puedes salir adelante gracias a la danza? ¿Por qué?					
<p><b>SIGNIFICADO DE LA DANZA COMO EXPRESIÓN DEL CUERPO</b></p>					
<b>Preguntas</b>					
¿Qué te gusta expresar cuando bailas?					
¿Contemplas la danza como un proyecto de vida con el cual puedes obtener un futuro estable? ¿Por qué?					
¿Qué opinan tus familiares de que practiques este tipo de arte?					
Desde tu punto de vista, ¿cómo es posible que se cuenten historias a través de la danza?					
<p><b>BENEFICIOS QUE TRAE CONSIGO LA PRÁCTICA DE LA DANZA</b></p>					
<b>Preguntas</b>					
El practicar danza, ¿cómo te ha beneficiado emocionalmente, es decir como te sientes?					
¿Cómo te ha ayudado la danza a mejorar en el tema de relacionarse con otras personas?					
¿Físicamente que beneficios has adquirido desde que practicas danza?					