



Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla
Facultad de Educación

Licenciatura en Psicopedagogía

Psicoballet como Intervención Psicopedagógica para el desarrollo integral e inclusión social de personas con Necesidades Educativas Especiales en un Centro de Integración Psicológica y de Aprendizaje en la ciudad de Puebla, Pue.

Tesis para obtener el Grado de Licenciada en Psicopedagogía

Presenta

Grecia Beltrán Márquez

Asesor

Arturo Villanueva González

Puebla, México.

2019



UPAEP – Secretaría General

Dirección General de Apoyos Académicos

Dirección del Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación.

Biblioteca Central - **Karol Wojtyla**

Tesis Digitales Restricciones de uso:

DERECHOS RESERVADOS ©

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de textos, imágenes, gráficas, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente de donde la obtuvo mencionando el autor o autores involucrados en el documento.

Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Índice

1. Introducción.....	5
1.1 Antecedentes	6
1.1.1 Antecedentes Internacionales	6
Cuba	7
Madrid, España	9
Latinoamérica.....	11
1.1.2 Antecedentes Nacionales.....	12
Monterrey	13
Sonora.....	13
Guadalajara	14
Puebla	15
1.2. Problema de investigación	16
1.3 Diseño de investigación	18
1.4 Pregunta de Investigación	19
1.5 Objetivos	19
1.5.1 Objetivo general:.....	19
1.5.2 Objetivos particulares	19
1.6 Justificación de la propuesta.....	20
2. Fundamentos teóricos	22
2.1. Arteterapia	22
2.2 Terapias creativas	23
2. 3 Danza-movimiento terapia	24
2.4 Danza terapia	25
2.5 Terapia artística	26
2.6 Musicoterapia	27
2.7 Danza.....	28
2.8 Ballet.....	29
2.9 Atención a la Diversidad	31
2.10 Discapacidad.....	32
2.11 Necesidades educativas especiales.....	33
2.12 Inclusión social.....	34

2.13 Desarrollo integral humano	35
2.14 Psicomotricidad.....	36
2.15 Estimulación cognitiva	38
2.16 Autonomía personal	39
2.17 Inteligencia emocional	39
2.18 Asesoramiento psicopedagógico	41
2.19 Consultoría psicopedagógica	42
2.20 Evaluación psicopedagógica	43
2.21 Intervención psicopedagógica	44
3. Marco Contextual.....	46
Sujetos de estudio.....	47
4. Descripción de propuesta	49
4.1 Planeación de la intervención	50
Fase 1 (Octubre- Enero)	50
4.1.1 Diagnóstico Psicopedagógico	50
INSTRUMENTO 1.....	51
INSTRUMENTO 2.....	52
4.1.2 Diseño de intervención Fase 1	53
4.1.3 Desarrollo de Intervención Psicopedagógica en fase 1	53
4.1.4 Primera Evaluación psicopedagógica	54
4.1.5 Resultados.....	54
Fase 2 (Febrero- Abril) Intermedia	67
4.1.6 Diseño de intervención Fase 2.....	67
4.1.7 Desarrollo de Intervención Psicopedagógica en fase 2	67
4.1.8 Segunda Evaluación psicopedagógica	69
4.1.9 Resultados.....	69
INSTRUMENTO 3	70
Fase 3 (Mayo-Julio) Final.....	80
4.1.10 Diseño de intervención Fase 3.....	80
4.1.11 Desarrollo de Intervención Psicopedagógica en fase 3.....	80
4.1.12 Tercera Evaluación psicopedagógica	83
4.1.13 Resultados.....	83

INSTRUMENTO 4.....	84
4.1.14 Resultados finales.....	95
5. Recomendaciones	102
6.Referencias.....	104
ANEXOS.....	110
PRIMERA FASE	110
SEGUNDA FASE.....	111
TERCERA FASE	112

1. Introducción

Como se muestra en el título de este trabajo, Psicoballet como Intervención Psicopedagógica para el desarrollo integral e inclusión social de personas con Necesidades Especiales en un Centro de Integración Psicológica y de Aprendizaje en la ciudad de Puebla; el objetivo de este, es conocer el procedimiento psicopedagógico del proyecto que se elaboró en dicho centro, en colaboración de docentes, padres de familia y alumnas; que se comprometieron a aportar y tener un beneficio personal-grupal de modo integral. La elección de este tema en concreto tiene inicio en mi experiencia por el aprecio a la danza, ya que es un buen método de relajación, estimulación y expresión en personas con o sin discapacidad. A lo largo del estudio en la Licenciatura de Psicopedagogía, es importante mencionar que se puede aportar en la inclusión de personas con discapacidad uniendo la profesión y lo artístico, puesto que este tiene diversos beneficios que ayudan en la parte cognitiva, motriz y emocional de manera integral a las personas que lo practiquen. Evidentemente la danza te hace hablar sin necesidad de hacerlo de manera oral, el cuerpo puede expresar lo que quieres decir de manera automática y con mayor eficacia ante los demás. Como lo menciona Martha Graham "La danza es el lenguaje oculto del alma".

El movimiento es uno de los lenguajes no verbales más importantes del ser humano, lo cual en el ámbito educativo, sin excepción, considero que debería ponerse en práctica la danza en compañía de la música para ayudar a las personas a tener un desarrollo integral desde pequeños, teniendo a lo largo de su vida herramientas para conocer lo que le sucede a su cuerpo y comprender así sus emociones, formando un buen autoconcepto y evidentemente teniendo mejoras en el autoestima.

El presente documento pretende dar a conocer el desarrollo del proyecto de "Psicoballet para todos", una propuesta para el desarrollo de habilidades psico- motrices, y sobre todo, promover la inclusión social de personas con diversas discapacidades, en su mayoría intelectual. Este fue llevado a cabo desde Octubre del 2016 dentro de una materia llamada "Asesoramiento Psicopedagógico", por la Alumna de la Licenciatura en Psicopedagogía, Grecia Beltrán Márquez. Se determinó por la docente un lugar en donde se mencionaban necesidades especiales en muchos ámbitos como eran de psicomotricidad, de movilidad, de manera cognitiva y de manera social, ya que personas de la misma colonia no conocían cual era la función del centro de integración. Al contactar a la directora se acordó una cita en el Centro de Integración Psicológica y de Aprendizaje que se encuentra dentro del Estado de Puebla, donde al ingresar al instituto se detectaron necesidades de integración e inclusión social dentro y fuera del mismo, lo cual se hizo relevante intervenir desde una manera Psicopedagógica para lograr ser incluidos socialmente en la comunidad y en el Estado. A lo largo del progreso del proyecto, se descubrieron aún más problemáticas que perjudicaban el desarrollo integral de las personas, siendo así, necesario el comenzar con el método que se propuso en el presente proyecto para aportar de manera integral en el desarrollo de las personas que asisten al centro de integración Psicológica y de Aprendizaje. A pesar de tener diversas

actividades escolares y extraescolares, no se logra la integridad de las personas y su inclusión.

Este método fue el Psicoballet, que según Fariñas (2001, pár. 6), es un método psicoterapéutico cubano en el cual se conjuga el ballet con métodos psicológicos para formar un sistema integral en el que intervienen, además, música, danza, cultura física, expresión corporal, pantomimas, dramatización y juegos y técnicas y métodos psicológicos, que interrelacionados integran un sistema dinámico que posibilita restaurar el equilibrio psíquico-social en personas con discapacidades mentales, motoras y sensoriales. El Método, es a través del baile, un medio de comunicación natural, que proporciona placer, relajación, ayuda a ganar conocimiento y eleva la cultura general; también orgánicamente existe mayor secreción de endorfina, la morfina natural segregada en el hombre a través de la hipófisis.

Por ese motivo se hizo de suma importancia la presente investigación, puesto que se demostró que desde una primera fase hubo resultados notables en el desarrollo psicomotriz de los alumnos, pero más que nada, en variables como son el autoestima, autonomía, motivación, atención y la propia inclusión dentro y fuera de la institución donde se propuso aplicar el método. Es por ello que el presente trabajo consiste en Revisión de Antecedentes del Psicoballet, diseño de investigación, planteamiento del problema de investigación, implementación de la intervención Psicopedagógica y el reporte de los resultados con las conclusiones al respecto.

1.1 Antecedentes

1.1.1 Antecedentes Internacionales

En este apartado se define el Psicoballet de un modo internacional, se mencionan sus antecedentes, principios y el cómo ha ido evolucionando a lo largo de la historia. Se han realizado prácticas del Psicoballet a lo largo del mundo, obteniendo exitosamente resultados positivos en las personas que participan en él, como son de manera motriz, cognitiva, emocional y social; logrando así un desarrollo integral al terminar el tiempo que se aplica el método.

Estado Unidos

Según estudios encontrados, la danza como técnica terapéutica hace una primera aparición en 1940 en Estados Unidos con la Dance/Movement Therapy, donde se proponía presentar una relación de equilibrio entre el arte y la ciencia. Marian Chace es reconocida la pionera de la danza como técnica terapéutica y quien inició el trabajo en danza con pacientes psicóticos. Continuando con las memorias de la danza terapéutica en el mundo, surge en Estados Unidos la Dance/Movement Therapy como profesión en 1940, que “se propone presentar una relación de equilibrio entre el arte y la ciencia, y es precisamente en este equilibrio donde se sustenta su extraordinaria validez y suceso. La pionera de esta labor fue Marian Chace, quien inició el trabajo en danza con pacientes psicóticos. (Marín, 2011, p.160)

En 1966 la American Dance Therapy Association (ADTA) surge como “asociación reconociendo la danza como un tratamiento efectivo para personas que han presentado discapacidades médicas, sociales, físicas o psicológicas”. De esta época emergen gradualmente dos campos profesionales: la psicología y la danza moderna. Esta danza reemplaza el contenido de la danza clásica y propicia el encuentro con la espontaneidad y autenticidad de la expresión y la consciencia del cuerpo. “El desarrollo de la danza moderna tuvo un impacto importante en los primeros psicoterapeutas en danza-movimiento.

La definición Danza movimiento terapia formalizada en 1996 y sostenida en 2006 y 2009 por la American Dance Therapy Association (ADTA) es: “Danza movimiento terapia es el uso psicoterapéutico del movimiento en un proceso que promueve la integración física, emocional, cognitiva y social del individuo.” Esta actividad denominada Dance/movement therapy es utilizada como intervención médica en 1940 y surge como profesión diferenciada en la década de 1940 a 1950 en Estados Unidos. Se plantea de esta forma una relación de equilibrio entre el arte y la ciencia. Se trabaja en personas de todas las edades y se utiliza la danza/movimiento para remover los obstáculos que las personas tengan en expresarse, en relacionarse con otros o en aceptar sus cuerpos. (Reca, 2005, p. 17)

Resulta impensable imaginar el desarrollo de la danza terapia movimiento sin ideas coreográficas y artísticas que se centraban en la expresión emocional de la danza moderna y su abandono de la forma y técnica en sí. Este referente es un muy importante punto de partida que argumenta la necesidad de reconocer, en primera instancia, las técnicas y los elementos básicos de la danza usados como medios terapéuticos de intervención. Vale la pena aclarar que esta escuela está influenciada por las técnicas validadas por Martha Graham y Doris Humphrey, importantes exponentes de la danza en el mundo. (Marín, 2011, p. 160)

Cuba

El Psicoballet se crea en Cuba el 21 de febrero de 1973, como un sistema integral de atención, es por lo tanto un sistema terapéutico originario de la isla de la Habana, concebido y por iniciativa de la Dra. Georgina Fariña García, bajo el patrocinio y promoción del Comandante Dr. Eduardo B. Ordaz, Director del Hospital Psiquiátrico de La Habana, hospital que hoy lleva su nombre por ser su Director Fundador y por cambiar el “Infierno de Dante” denominado por Fidel Castro en un exitoso lugar de salud mental y por la eximia bailarina Sra. Alicia Alonso Directora del Ballet Nacional de Cuba. (Palacio de las Convenciones de la Habana, 2001 Par. 1)

Después de cinco años de arduo trabajo voluntario del grupo fundador, psicólogos y bailarines, validando los beneficios del programa que se aplicó inicialmente a niños con trastornos de la conducta, tuvieron exitosos resultados hasta lograr un 92% de alta en estos pequeños pacientes provenientes del Hospital Infantil, Docente Ángel Arturo Aballí; posteriormente el Director provincial de Salud de La Habana, Dr. Abelardo Ramírez

López, nombrado en 1976 Vice Ministro Primero hasta su fallecimiento, oficializó el programa en 1977 y lo adscribió como Departamento al Hospital Psiquiátrico de La Habana, a solicitud del Dr. Ordaz. (Palacio de las Convenciones de la Habana, 2001 Par. 2)

Con mayores condiciones se elevó la actividad asistencial, docente e investigativa, hasta 2007 donde se habían atendido exitosamente a veinte y cinco mil personas con necesidades especiales dentro de las categorías de tratamiento implícitas en Psicoballet: Prevención, Curación, Habilitación, Rehabilitación y Reeducción. La normalización de sus procesos y funciones, publicaciones y premios alcanzados hablan de esta fructífera etapa de su desarrollo.

En 1984, luego de evaluar 11 años de aplicación exitosa comprobada y expuesta en el I Work Shop de Danza para discapacitados, patrocinado por la UNESCO (sede de París) del 14 al 28 de marzo 1983, teatro del Museo de Bellas Artes y por la similitud de sus características con los principios y objetivos que la UNESCO promueve, la Comisión Nacional Cubana de la UNESCO, presidida en ese entonces por la eminente profesora Dra. Vicentina Antuña, que constituye el "Grupo UNESCO de Psicoballet de Cuba". (Fariñas, 2011, p. 17)

En 1994, durante la I Conferencia Internacional Psico-Habana 94 (Palacio de las Convenciones) se constituye la Asociación Latinoamericana de Psicoballet integrada inicialmente por 11 países del hemisferio. Este Grupo se convierte en el Centro Referencial de Psicoballet para América Latina y el Caribe, y actualmente con 15 países miembros del Grupo Internacional, otros tantos países con grupos de trabajo y también como referencia para Europa (República Checa, España e Italia). (Fariñas, 2011, p. 17)

Actualmente la aplicación de Psicoballet se ha hecho mucho más profunda y extensa, tanto como Referencia en Cuba como para otros muchos países, que preparados por el Grupo, lo aplican con reconocidos éxitos y aún premios por la labor social, solidaria y humanista que realizan. Como es conocido el Psicoballet, puede aplicarse por varias vías: Salud, Cultura y Educación, estas vías se trabajan intensamente en Cuba, desarrollándose así múltiples posibilidades del Método. La vía terapéutico cultural se desarrolla apoyada por el Consejo Nacional de Casas de Cultura y por la Oficina del Historiador, la de Salud se desarrolla en el Hospital Pediátrico Marfan por el Grupo continuador, y la de Educación, funciona en varias escuelas especiales del País, siendo la primera en incluir Psicoballet dentro de su programa oficial la escuela especial "Nueva Ilusión". (Palacio de las convenciones de la Habana, 2001, pár.6).

Según Fariñas (2001, pár. 6), este método combina armónicamente ciencia y arte en beneficio de personas con necesidades especiales, que comprenden alteraciones o discapacidades emocionales, mentales, motoras y sensoriales. La terapia se desarrolla en ciclos de 8 a 9 meses, en los que se transita por diferentes períodos y etapas. Se inicia con sesiones terapéuticas en las cuales el profesor (psicólogo, maestro de danza, terapeuta) comienza a familiarizarse con su alumno, y éste a su vez aprende, explora y crea por medio de su cuerpo, expresando sus emociones, canalizando tensiones, desarrollando la creatividad, mejorando la coordinación, integrando y reconociendo su

esquema corporal, cualidades y sobre todo aprende a "hablar" con cada movimiento, siendo una forma en la que el alumno se encuentra así mismo. El aprendizaje pone a prueba la creatividad, que después se lleva a la práctica en representaciones artísticas periódicas que se desarrollan de acuerdo a las habilidades y preparación técnica y psicológica de cada grupo y persona.

La práctica de esta disciplina artística proporciona al participante placer y trae consigo la necesidad de mostrar lo aprendido a los demás, lo cual lo motiva, siendo importante que las personas que lo rodean aprecien lo que comunica a través de su cuerpo.

Siendo así el primer lugar donde se realizó un estudio descriptivo sobre el conocimiento y las características del Psicoballet aplicado en niños con Síndrome Down, fue en el Círculo Infantil Especial "Zunzún" de la Habana, Cuba a partir de Octubre del 2006. Después de 10 meses, en julio de 2007, se encuestaron 12 padres y/o madres y 8 profesoras. El 62,5% de las profesoras conocían de esta terapia, todas reconocían nuevas habilidades en los niños siendo las más importantes las motoras, el aprendizaje y la socialización. Solo el 33,3% de los padres conocían este tratamiento, el 75% reconoció nuevas habilidades en sus hijos. Todas las maestras y el 83,3% de los padres se mostraron satisfechos. Los niños adquirieron y perfeccionaron habilidades que mejoraron su integración familiar y social por lo que se recomienda su utilización en la educación especial desde temprana edad. (Pineda y Barthelemy, 2009, pár. 1).

Europa

En Europa, Mary Wigman estudia con Rudolf Laban (coreógrafo austro-húngaro, pionero de la investigación del movimiento), quienes hablan del cuerpo como "sujeto/organismo que reacciona permanentemente y responde a todo lo que sucede". Laban estudia ampliamente el tema del movimiento y fue el primero en observar los patrones de movimiento en las personas con discapacidad física y mental.

Para lo terapéutico, posibilita una mayor comprensión de los sutiles cambios del manejo del cuerpo y las consecuencias en el significado y la adaptación al medio ambiente. En 1985 la Universidad de Filadelfia se traslada al Laban Center en Londres, donde se forman gran parte de los psicoterapeutas en Danza y Movimiento en Gran Bretaña. En los años 80 y 90 se establecieron en Europa, especialmente en Suecia y Holanda, cursos de postgrado dentro de los sistemas académicos. (Marín, 2011, p. 160)

Madrid, España

La Fundación Psicoballet fue creada en 1986 por Maite León Fritsch, maestra de danza, coreógrafa y madre de una hija con discapacidad psíquica. Desde entonces, ha obtenido numerosos premios y distinciones dentro y fuera de España, en reconocimiento a su contribución a la integración social de las personas con discapacidad. (León, 1986, pár. 4)

La directora del Psicoballet, Maite León, demuestra que no existen barreras cuando hablamos de las artes escénicas. Buena prueba de ello es su trabajo con personas con discapacidades psíquicas, físicas y sensoriales. Maite León fusiona estilos musicales y

movimiento logrando que artistas, coreógrafos y bailarines de distintas edades interioricen, dramaticen y expresen su papel a la perfección. (León, 1986, pár. 5)

Su objetivo con el Psicoballet no es otro que "la unión de dos mundos muy complicados pero también muy mágicos: el mundo de las artes escénicas y el mundo de las discapacidades". La directora del Psicoballet lamenta las asignaturas pendientes del sistema educativo actual y propone estimular todos los sentidos desde edades tempranas. "Por una parte, hay que enseñar a los niños a ver de verdad, a sentir, a oler, a tocar". Y, por otra, hay que hacer que la gente se mueva, porque el movimiento desarrolla el cerebro", explica. (León, 1986, pár. 6).

Maite León deduce que el éxito de la puesta en escena del Psicoballet se debe en buena medida a "la disciplina del teatro, que es brutal, tremenda, pero a la vez es respetuosa y les gusta". Al mismo tiempo, la directora del Psicoballet afirma que estos artistas, como todas las personas, disfrutan cuando van de gira. "Así conocen personas, países, costumbres, y pueden interrelacionarse con otras gentes que tienen su mismo lenguaje por medio de la dramatización, por medio de gestos, y eso es algo muy grande". (León, 1986, pár. 7)

En España, en el 2011 nace la Asociación Española de Danza/Movimiento Terapia, gracias a la iniciativa de diferentes profesionales que ven la necesidad de asociarse y desarrollar la formación y la práctica de la técnica en este país. (Panhofer, 2005).

Perú

En Perú apareció el "Psicoballet Perú" que representa la concepción de una terapia rehabilitadora psico-física para personas de ambos sexos y de todas las edades, que sufren dolencias agudas o crónicas, leves o profundamente severas; provenientes de su quehacer psíquico-bioquímico o producidos en su interacción con el mundo externo (maltratos, violencia familiar, abusos psicosexuales, adicciones, síndrome de Down, etc.) que les limita o impide comprender y tener que adaptarse a las demandas de un mundo injusto, indiferente, irresponsable egoísta, que aleja el horizonte de la dicha. (Instituto Psicoballet Perú- PsicoPerú, (s/f))

El médico Muñoz, C. dirige que el Psicoballet no es una escuela de ballet, es un quehacer humanista que emplea un sencillo procedimiento, sin reacciones colaterales negativas, para despertar el poder dormido de nuestro cuerpo, valiéndose de los movimientos seleccionados del ballet: que armonizando con la percepción de música (científicamente comprobada por terapia musical) que corresponde al tipo de personalidad; actúan logrando la estructuración de una genuina autoimagen, que se refleja en la iluminación de la dualidad mente-subconciencia para construir un nuevo mundo de paz y amor. Esta forma de rehabilitación en Perú se utilizó principalmente en personas que habían padecido algún tipo de violencia, o que tenían en sí, un problema conductual agresivo. Comenzó por la Conciliadora terapéutica Lilian Zamora Arroyo desde 1997, que actualmente es Presidenta del Instituto Psicoballet Perú – PsicoPerú trabajando al servicio

de la no violencia, con las personas afectadas e infractores, teniendo como misión La unión familiar.

Latinoamérica

En Latinoamérica no existen datos que corroboren la existencia de programas basados en la danza como parte del tratamiento complementario del estrés. Rolando Toro, creador del sistema de biodanza en el mundo, no ha trabajado con pacientes con estrés, pero ha difundido desde 1965 hasta la actualidad el sistema en Chile, Argentina, Brasil, Europa, Italia, Alemania, España, Inglaterra, Francia y Suiza. Inglaterra es la sede de International Biocentric Foundation Biodanza: “es un proceso de integración entre mente y cuerpo mediante la música, el movimiento, la manifestación espontánea de todas las emociones. La biodanza interviene reintegrando la unidad psicocorporal, favoreciendo la comunicación consigo mismo y con el mundo externo.

En México existe el pregrado “técnico en danza terapéutica —actualmente con valor de licenciatura, igual que diplomados y talleres” que fomentan la utilización de la danza como efectos de la danza terapéutica en el control del estrés laboral en adultos entre 25 y 50 años en forma de terapia y medio de rehabilitación física. (Hacia la Promoción de la Salud, 2011, p.161)

El Psicoballet es un método terapéutico y cultural que promueve la atención, la recuperación y la integración de personas con diferentes necesidades. Ha sido reconocido nacional e internacionalmente en su evolución, se ha convertido en Grupo UNESCO, Centro Referencial y Asociación Latinoamericana, y ha sido Premio Nacional en el XII Forum de Ciencia y Técnica en el año 2001.

La pionera de la danza terapéutica en Suramérica es María Fux. Su país de origen y práctica es Argentina, allí crea un método que combina la danza creativa de carácter educativo utilizando aspectos terapéuticos del movimiento y de la danza. Además, aborda la danzaterapia con perturbaciones de la personalidad y con niños sordos. (Hacia la Promoción de la Salud, 2011, p.162)

Colombia

En Colombia, Barrios y Escobar formularon una propuesta en el desarrollo de la corporalidad como alternativa de intervención fisioterapéutica en individuos con amputación, basándose en los principios del programa de danza de Rudolf Laban. La propuesta logró potencializar las cualidades físicas del movimiento e incrementar “la motivación, atención y concentración para la ejecución de actividades relacionadas con el trabajo, el estudio y la recreación, optimizando las relaciones interpersonales. Estos aspectos son relevantes como hallazgos obtenidos en esta investigación. La danza terapéutica se convierte, pues, en una alternativa de trabajo, que logra alcanzar resultados benéficos para las personas que la practican. (Caicedo, M, 2005, p. 207)

El estrés y cada una de las afecciones que este produce pueden ser intervenidas por medio de la danza, pues las técnicas aplicadas en una sesión pueden generar cambios en la manera como las personas se enfrentan a situaciones de tensión. Dentro de las

opciones de trabajo para una clase práctica se encuentran: expresión corporal, danza, técnicas de relajación, terapia de contacto, musicoterapia, meditación, yoga y técnicas de visualización, métodos de sensibilización, reconocimiento corporal y baile recreativo. En una sesión de una hora se combinan diferentes métodos para conseguir el objetivo deseado: liberar tensiones, mejorar la consciencia corporal y mantener un buen estado de salud basados en los principios de entrenamiento para la salud. (Caicedo, M, 2005, p. 207)

1.1.2 Antecedentes Nacionales

En la curación, actualmente la danzaterapia es ampliamente utilizada en instituciones psiquiátricas y de salud, encontrándose reportes nacionales de la aplicación de la técnica de Psicoballet (Fariñas, 1993, pár. 37), y en niños con retardo del desarrollo psíquico, que eran motivo de frecuente interconsulta en el centro escolar por los fracasos académicos y trastornos de procesos como la atención y la concentración. (Llera, 1998. pár. 37)

El psicoballet llegó a México en 1984. A partir de entonces han sido atendidas más de 2 mil personas, bajo el Psicoballet, siendo desde niños hasta adultos mayores. Las primeras instituciones que probaron el método cubano fueron la Academia de Ballet de Ana Castillo (Coyoacán), la Academia de Ballet de Puebla (Club Rotario), la Academia de Ballet María Luisa Berlín (Córdoba, Veracruz) y la Facultad de Psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. Hoy están en operación seis sedes: Monterrey a cargo de Lucía del Valle, Hermosillo (Karla Giovana Durazo), Mérida (Irany Vera), Campeche (Ramón Esteban Estrada), Tonalá, Chiapas (Jesús Alfonso Paul Ortega) y Puebla (Lorena Nieva).

Georgina Fariñas García, creadora del psicoballet, ha capacitado a profesionales de la salud, el arte y la educación que trabajan en poblaciones vulnerables en México, explica Lorena Nieva en el 2013 en la revista "Reporte índigo", quien es fundadora de la filial en Puebla y responsable de la Red de Psicoballet en el país.

Lorena agrega que algunos profesionales imparten el método para que sea utilizado como una herramienta pedagógica en escuelas y asociaciones, o como complemento de terapias específicas. "La otra cara de la moneda es que, lamentablemente, algunos profesionales que inician apasionados por el psicoballet no pueden realizar un trabajo regular debido a la falta de apoyos en instituciones o dependencias", señala Nieva, quien junto con Fariñas asesora a las filiales de nueva creación y lleva el control de los reportes de trabajo de los proyectos, que periódicamente son evaluados por el equipo directivo de Psicoballet Cuba. (Leal, 2013. pár 45).

"El psicoballet busca ayudar al otro sin lucrar. Es un trabajo muy sensible y noble que realmente está interesado en que el participante encuentre un nuevo sentido. Las limitaciones se conciben como un potencial" (Leal, 2013, pár 46).

Las Categorías terapéuticas de esta disciplina son: 1) la prevención de problemas emocionales y conductuales, 2) la curación de niños y adolescentes con afecciones emocionales y de personalidad, 3) la habilitación de niños, adolescentes y adultos con

discapacidad intelectual, Síndrome de Down y autismo; 4) la rehabilitación de niños y jóvenes ciegos y/o con baja visión, hipoacúsicos, con motricidad limitada, con padecimientos mentales y adultos mayores; y finalmente 5) la reeducación de jóvenes proclives al delito. (Psicoballet Monterrey, 2013).

Monterrey

En Monterrey Lucía del Valle Panella de 22 de años, es la fundadora de Psicoballet Monterrey y es Psicopedagoga egresada de la Universidad de Monterrey. Comenzó en el 2013 incorporándose a un programa del gobierno llamado “Aprender con Danza”, enfocado a la enseñanza de la danza en zonas de bajos recursos del estado. Conoció otro lado de la danza, como un método humano que se puede utilizar de forma terapéutica y de rehabilitación para personas que normalmente no se les da la opción de estudiar danza, siendo este el Psicoballet, donde finalmente trajo la filial para Monterrey.

La sede está incorporada a una academia de danza llamada “Rc Studio”, su directora Rosario Castillo se interesó por el proyecto y facilitó sus instalaciones para comenzar el trabajo con los niños. Este proyecto comenzó en Septiembre del 2013 con dos grupos pequeños y actualmente se trabaja con 20 niños con discapacidad física o mental. Además por ser filial oficial de Cuba deben de entregar reportes mensuales de nuestro trabajo en la ciudad con respecto a los avances y las situaciones críticas que se enfrenta. (Leal 2013, pár. 15).

Con este tipo de arte-terapia se puede tratar cualquier padecimiento psicológico, incluyendo autismo y esquizofrenia, señala la fundadora de Psicoballet Monterrey (Leal 2013, pár. 5). Inclusive mencionó algo importante como es el que “Nosotros no sustituimos ningún tratamiento, esto es una terapia de apoyo”. (Leal 2013, pár. 17).

Sonora

En el Estado de Sonora se emplea dentro del Centro, el método de Psicoballet como una terapia muy completa según dice la Psicóloga Giovana Durazo (2014, Par. 3), ya que utiliza la técnica de ballet como instrumento que contribuye al desarrollar habilidades artísticas, motoras y cognitivas, a través de la música clásica y movimientos coordinados. y por otro, parte las técnicas psicológicas para desarrollar habilidades psicomotoras, habilidades sociales, cognitivas (como la concentración, memoria y atención), estimulación de lenguaje, habilidades emocionales (autoestima, independencia, seguridad), psicocorrectivo en conductas inadecuadas, también las técnicas fisioterapéuticas para el máximo desarrollo motor y psicomotor y las distintas expresiones con el arte.

El centro ofrece una terapia dinámica integral, la cual utiliza formato grupal, sin perder de vista el objetivo particular de cada persona, creando de esta manera los programas de intervención individual y grupal. El trabajo de grupo se da a través de dinámicas divertidas, expresiones artísticas, múltiples técnicas de estimulación de tal forma que la persona no sienta que es una terapia, logrando así una mayor eficacia en la intervención lo cual brinda muy buenos resultados a corto y mediano plazo. (Durazo, 2014, pár. 5).

La diferencia de esta terapia en relación con otras, radica en que se trabaja de una forma complementaria en el aspecto cognitivo y motor, ya que las mayorías de las terapias solo le dan importancia a la estimulación cognitiva y dejan de lado el plano físico que este al trabajarse estimulan los aspectos cognitivos logrando así resultados más eficientes y efectivos. (Durazo, 2014, párr. 6).

Durazo (2014, párr. 7), menciona que “Para poder aplicar el método de Psicoballet, en Hermosillo, fue necesario cumplir con todas las certificaciones y derechos del grupo Internacional de Psicoballet y la creadora del método la Dra. Georgina Fariñas que acreditan como una filial de México en Sonora bajo la dirección y atención de las Terapeutas Karla Giovana y Paola Fernanda Durazo Acuña”.

Actualmente se atienden a grupos de niños y jóvenes con TDAH, Síndrome de Down, autismo, discapacidad cognitiva, trastorno del desarrollo, entre otras necesidades especiales.

Guadalajara

En Guadalajara “El psicoballet tiene diversos beneficios para los alumnos, ya que con la Psicología como base y mediante la técnica de ballet, el alumno realiza una serie de ejercicios sistemáticos que lo ayudan a desarrollar su coordinación muscular, control del movimiento, sentido de la posición y el ritmo. Además se trabaja sobre la autodisciplina, la autovalidación y autoestima”.

La zona cognitiva también resulta beneficiada. Los menores solucionan problemas, razonan y, lo más importante, adquieren mayor independencia y autocontrol. (Sepúlveda, L. 2005, párr. 6).

Luego de los resultados que se han obtenido en Nayarit, Distrito Federal, Puebla y Veracruz, especialistas del Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS) aplicarán la terapia de psicoballet para atender a niños que requieren educación especial. Este método cubano, que conjuga ciencia y arte, produce diversos beneficios en niños hiperactivos, con retraso mental, síndrome Down, sordos e incluso ciegos, ya que entre otras bondades, contribuye al autocontrol.

En trabajo de grupo, los niños con algún déficit o superdotados son estimulados por medio del movimiento del cuerpo y desarrollan áreas que no están afectadas. La titular del Laboratorio de psicología y educación especial, del CUCS, Dolores Valadez indicó que también los pequeños en silla de ruedas acuden a este tipo de terapias. “El objetivo es poner en actividad cualquier parte del cuerpo, por mínima que sea, y desarrollar aspectos psicológicos o psicoterapéuticos. (Sepúlveda, L. 2005, párr. 8).

En el caso de quienes padecen retraso mental, resulta muy útil, pues aprenden a trabajar en grupo, agudizan su atención, socialización y psicomotricidad”. La zona cognitiva también resulta beneficiada. Los menores solucionan problemas, razonan y, lo más importante, adquieren mayor independencia y autocontrol.

En sus inicios este laboratorio dio cabida a niños con retraso mental. Aunque ya no recibe este tipo de solicitudes, han trabajado con infantes hiperactivos o superdotados. “En cuanto a los menores hiperactivos, con este tipo de terapias queremos disminuir su hiperactividad y contribuir a que logren un mayor control de su cuerpo”.

Para la práctica de esta actividad recomendó grupos no mayores a 10 niños y que sean heterogéneos, de manera tal que unos aprendan de otros. Las sesiones pueden durar de 45 minutos a una hora, de preferencia dos veces por semana, durante un semestre. Al principio, a la mitad y al final del curso es fundamental efectuar una evaluación psicológica y pedagógica de los menores. “Esta técnica comprende tres etapas: calentamiento, técnica del ballet clásico (posiciones de brazos, piernas, algunos pasos elementales) y una parte creativa”. (Sepúlveda, L. 2005, p. 11).

La curación por medio del ritmo, los rituales de grupo y el trance a través del movimiento y la danza pertenecen a la tradición y vida cotidiana de muchas culturas antiguas. Gracias a la herencia cultural existente se tuvo como base para el programa de danza terapéutica, y puestos a prueba en la investigación, a la música y su ritmo integrados al movimiento corporal en actividades de carácter individual y grupal (Marín, 2011, p. 66).

El Psicoballet, entonces, se introdujo 1973 en América Latina, como método terapéutico y cultural que liga la ciencia y el arte, el amor y la solidaridad para la atención, recuperación e integración de personas con necesidades especiales por ser portadores de dificultades en diferentes áreas de su desarrollo intelectual (Pineda, Gutiérrez y Barthelemy, 2009). En un análisis profundo en la práctica de la danza como tal, se ha constatado la repercusión social que ha tenido a lo largo de la historia, haciendo hincapié en la evolución de sus aspectos pedagógicos (Pineda, Gutiérrez y Barthelemy, 2009). Los principales procesos cognitivos que se estimulan con este arte son la atención, la percepción y la memoria, por lo que ocurre una mejor asimilación del esquema corporal. El Psicoballet ofrece a las personas, con y sin discapacidad física y psicosocial, un espacio adecuado para explorar de manera lúdica su mundo interior mediante las herramientas que les permiten conciencia sobre lo que están sintiendo. Esta técnica eleva la autoestima, la capacidad de expresar afectos y la seguridad (Cabezas, 2013), aspectos que se ven alterados en situaciones de abuso sexual. El abuso sexual infantil es un grave problema de salud pública que, en gran parte de los casos, interfiere en el adecuado desarrollo de la víctima y repercute negativamente en su estado físico y psicológico. La experiencia de abuso sexual infantil puede considerarse una situación extrema que como consecuencia se relaciona con un elevado nivel de estrés y malestar en la gran mayoría de individuos (Lazarus y Folkman 1984, referido por Pereda, 2009). Se han revisado diversos estudios en los que los síntomas de abuso sexual en la infancia han permanecido latentes, haciendo de esta forma que aumenten las posibilidades de tener una patología en etapas del desarrollo posteriores del individuo, por lo que la libre expresión o el saber expresar se encuentra limitado, o bien el esquema corporal está limitado. (Marín, 2011, p. 66).

Puebla

En Puebla, la doctora Laura Sánchez Brindis también maneja el método en el interior del hospital psiquiátrico “Rafael Serrano”, donde “los internos son invitados a participar en el

grupo de Psicoballet de manera individual, algunos fueron diagnosticados con esquizofrenia, otros tienen psicopatías, son capaces de dejar pensamientos absorbentes y concentrarse en la danza”, declaró la doctora para Subterráneos en 2011. El ballet de psicodanza del hospital psiquiátrico “Rafael Serrano” se presentó el 22 de julio del 2011 a las 22 horas en el auditorio del Hospital General. La doctora Sánchez Brindis mencionó que los pacientes que participan en el ballet han mostrado integración en el hospital psiquiátrico, “para sus padecimientos no hay cura, pero su estancia dentro del hospital es integradora”. (Subterráneos, 2011, pág. 4)

A raíz de la reunión surge la idea del Segundo Encuentro Nacional de Psicoballet en Puebla, que se realizó en 2016 de manera similar al internacional, con intercambios de experiencias, talleres. La doctora Nieva aclara, “sobre todo una función donde la gente cercana pueda traer a sus muchachos a presentarse o los mismos bailarines-terapeutas lo hagamos”. En conferencia de prensa, acompañada de Lorena Nieva Bernal, directora general de Psicoballet Puebla y Ciudad de México, presentó los pormenores del evento que contará con la participación de especialistas de Cuba, España, Colombia, Costa Rica y México. (Danza-revista Mx, 2016, pág. 2)

“El propósito de enriquecer y generar un espacio para retroalimentar los procesos artístico-terapéuticos desarrollados con diferentes grupos de niños, jóvenes, adultos y adultos mayores con y sin discapacidad”, comentó Nieva en la revista Danza-Revista Mx (2016).

Por su parte, Lorena Nieva indicó que este segundo encuentro consiste en vincular ciencia y arte para poder compartir e intercambiar propuestas y proyectos artístico-terapéuticos en materia de discapacidad y educación. (Danza-revista Mx, 2016, pág. 4)

1.2. Problema de investigación

El presente proyecto pretende dar a conocer el desarrollo del curso de “Psicoballet para todos”, una propuesta para el desarrollo de habilidades psico-motrices, y sobre todo, promover la inclusión social de personas con discapacidad, la cual fue llevada a cabo por la Alumna de la Licenciatura en Psicopedagogía Grecia Beltrán Márquez. Se determinó por la docente un lugar en donde se mencionaban necesidades especiales en muchos ámbitos como eran de psicomotricidad, de movilidad, de manera cognitiva y de manera social, ya que personas de la misma colonia no conocían cual era la función del centro de integración. Al contactar a la directora se acordó una cita en el Centro de Integración Psicológica y de Aprendizaje que se encuentra dentro del Estado de Puebla, donde al ingresar al instituto se detectaron necesidades de integración e inclusión social dentro y fuera del mismo, lo cual se hizo relevante intervenir desde una manera Psicopedagógica para lograr ser incluidos socialmente en la comunidad y en el Estado. A lo largo del progreso del proyecto, se descubrieron aún más problemáticas que perjudicaban el desarrollo integral de las personas, siendo así, necesario el comenzar con el método que se propuso en el presente proyecto para aportar de manera integral en el desarrollo de las

personas que asisten al centro de integración Psicológica y de Aprendizaje. A pesar de tener diversas actividades escolares y extraescolares, no se logra la integridad de las personas y su inclusión.

Las principales necesidades detectadas en este proyecto, son el hecho de tomar en cuenta el incremento de las personas con discapacidad y la poca inclusión que existe en la ciudad de Puebla. Este protocolo se centrará primordialmente en el Centro de Psicología de la colonia Guadalupe ubicado en el Estado de Puebla, en el cual hay personas con diversas discapacidades; siendo estas, discapacidad intelectual, motriz, auditiva y visual. Dentro de este existe la necesidad de formar una inclusión social que ayude en el desarrollo psicosocial de los integrantes y más que nada un óptimo desarrollo integral considerando el ámbito físico y cognitivo.

En dicho Centro ingresan personas de 5 hasta 60 años que asisten para tener estimulación cognitiva por medio de diferentes métodos, toman panadería en un lugar llamado la Ceiba, salen a caminar en grupo para poder relajarse, hacen manualidades y tienen eventos sociales que les ayudan a su desempeño afectivo. Pero se detectaron diferentes cuestiones físicas que se necesitaban atender para que el desempeño integral de las personas se lograra, así que revelando el área de oportunidad, la meta era obtener buenos resultados psicomotrices. Tomando en cuenta el contexto y sus ámbitos donde se debe de trabajar más, se propuso aplicar el método de Psicoballet para todos. En este método se estimula física y cognitivamente a las personas para que puedan desarrollar sus habilidades y así su capacidad aumente, logrando realizar sus tareas con mayor facilidad.

El arte como un proceso, promueve la curiosidad, la expresión, la iniciativa y la necesidad de comunicarse con el mundo a través de diferentes formas, es así que, en la búsqueda de nuevas alternativas desde el arte, nos encontramos el Psicoballet como método que vincula arte y psicología en el desarrollo integral del ser humano, el cual desarrolla y fortalece habilidades específicas en una población con o sin discapacidad, por lo que consideramos importante implementar dicho método en nuestro contexto, donde ha sido poca su aplicación.

Se plantea la propuesta de intervención desde el método Psicoballet, como un medio para alcanzar no solo la formación integral de las personas que asisten al Centro, sino también se propone crear un ambiente que promueva la inclusión social y educativa de los participantes con discapacidad o sin discapacidad.

Teniendo en cuenta lo anterior, el objetivo de esta propuesta de intervención es poder analizar los aportes de la implementación de dicho método, como estrategia de intervención Psicopedagógica, en el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades motrices (esquema corporal, coordinación, fuerza y resistencia), sociales (relaciones intra e interpersonal), y ejecutivas (atención y memoria) de los alumnos del Centro de Integración con discapacidad y sin discapacidad, al igual que los voluntarios o individuos de la sociedad que quieran añadirse en el proyecto.

1.3 Diseño de investigación

A partir de lo anteriormente planteado, éste proyecto se realizará con base a los procedimientos de la investigación-acción que tiene como finalidad la Detección de la necesidad o demanda de un análisis en la realidad, para detectar el problema en donde el investigador se aproximará a el objeto de estudio, fijará los objetivos de investigación, determinará la metodología y herramientas; para así llegar a la toma de decisiones e interpretar la magnitud e implicaciones del problema, planeando como fin acciones de intervención. (Rubio y Vargas, 2004).

Según la interpretación de diversos autores en el libro de *Buen día* (1993), determinan que en este tipo de investigación se unen la teoría y la práctica, el conocimiento y la acción. Se reconoce el potencial generador de conocimientos científicos de los prácticos y se conectan comunidades investigadoras y los prácticos. En este caso se pone en el enriquecimiento, autoconocimiento y realización de cada sujeto en la comprensión profunda de las propias prácticas (personales, profesionales y sociales). (Kemmis y McTaggart, 1988).

Las características de la investigación que tomaremos, son basadas según Rubio y Vargas (2004, p. 141) ya que es una definición más reciente con respecto a los pasos para la investigación-acción, estos son:

Detección de la necesidad o demanda de un análisis de la realidad.

1. La identificación del problema:

Tiene como finalidades principales:

- Identificar el problema / situación que hace necesaria una investigación.
- Reconocer y asumir una demanda de análisis formulada desde instancias externas al agente social o población.

2. Configuración del equipo investigador:

Tiene como finalidades principales:

- Determinar, a partir de criterios operativos, los componentes del equipo que va a realizar la investigación.
- Estimar los recursos materiales y económicos con los que se va contar.
- Establecer pautas y dinámicas de trabajo, así como las distintas responsabilidades.

3. Primera aproximación al objeto de estudio:

Tiene como finalidades principales:

- Conocer la información ya existente y las referencias concretas sobre el problema o situación)
- n.
- Tomar contacto con el medio y la población.
- Obtener información suficiente para diseñar el proyecto de investigación.

4. Proyecto de investigación:

Tiene como finalidades principales:

- Formular el problema.
- Fijar los objetivos de investigación.
- Determinar la metodología y las técnicas o herramientas para la obtención de la información.
- Planificar la investigación.

5. Recogida de información:

Tiene como finalidades principales:

- Elaboración definitiva y aplicación de los instrumentos técnicos.
- Recopilación de datos.

6. Análisis de datos y toma de decisiones:

Tiene como finalidades principales:

- Ordenar y clasificar los datos.
- Interpretar la magnitud y las implicaciones del problema / situación.
- Elaborar explicaciones que ayuden a entenderlo.
- Elaborar el informe final que contenga la descripción y explicación del problema / situación que se ha estudiado.
- Plantear acciones para la intervención.

Nota aclaratoria: después del punto número 6 se implementa el plan de acción y el ciclo se repite al volver a evaluar los cambios y elaborar el informe de los resultados. Así sucesivamente hasta alcanzar el objetivo general de la investigación.

1.4 Pregunta de Investigación

¿Cómo implementar el método de Psicoballet desde el punto de vista psicopedagógica en un centro de integración psicológica y aprendizaje, situado en la ciudad de Puebla, para atender a las principales necesidades del grupo de personas que acuden a la clase y así logren su desarrollo integral e inserción a la sociedad por medio de su inclusión?

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general:

Implementar el método de Psicoballet desde el punto de vista psicopedagógica en el Centro de Integración Psicológica y de Aprendizaje, a través de una investigación-acción, con el fin de atender a las principales necesidades del grupo de personas que acuden a la clase y así logren su desarrollo integral e inclusión social.

1.5.2 Objetivos particulares

- Elaborar un plan de acción partiendo del diagnóstico, para intervenir en las necesidades del centro y de las personas que acuden a ella.

- Promocionar el “Psicoballet para todos” dentro y fuera del Centro, por medio de convocatorias a la sociedad para que se incorpore al grupo y pueda existir mayor inclusión social.
- Desarrollar la convivencia e inclusión de las personas con y sin discapacidad, dentro y fuera del centro, que asistan a las clases de Psicoballet, para aceptar las diferencias y diversidad de los participantes.
- Crear un ambiente familiar, donde los padres puedan realizar las actividades con sus hijos y reconozcan el esfuerzo que ellos hacen.
- Realizar manualidades, una parte creativa y de estimulación cognitiva al elaborar el tutú siguiendo las indicaciones y ejerciendo la memoria-atención.
- Aplicar nueve meses el método de manera correcta dentro del centro, para lograr que los alumnos logren mayor autoestima, motivación de ingresar a clase, un mejor control de emociones, seguridad, autonomía, un desarrollo psicomotriz pleno y finalmente una inclusión social.

1.6 Justificación de la propuesta

Aparece entonces la presente investigación como relevante en importancia, puesto que, se demostró que desde una primera fase, hubo resultados notables en el desarrollo psicomotriz de los alumnos, pero más que nada, en variables como son el autoestima, motivación, atención y la propia inclusión dentro-fuera de la institución donde se ha intervenido.

La razón del cual este proyecto se quiere implementar dentro del centro de Integración, es porque las alumnas no tienen realmente un buen desarrollo integral dentro del Centro con respecto a su psicomotricidad, ya que únicamente se considera la parte cognitiva y no se estimula de alguna manera la parte motora en las actividades que realizan en el centro, dando como resultado el que no exista un buen desarrollo Psicomotriz, que es lo que el Psicoballet logra por medio de la Danza-terapia.

El Psicoballet, según González (2002), dice que tiene un compromiso con lo social, pretende desde la participación activa de todos los estratos sociales, crear fuertes cimientos para una sociedad más justa, inclusiva y menos discriminatoria, dándole un Cuerpo Social Real, al principio de integración tan vapuleado. Colabora a renovar la complejidad del modelo mental, cambiando dependencia y paternalismo por independencia, y responsabilidad y competencia por solidaridad. Fortalece la autoestima, y la identidad, facilitando desde un lugar de placer y disfrute corporal la aceptación de lo que se es y lo que se tiene, dejando de lado la bronca y la impotencia por las pérdidas, construyendo sujetos resilientes, capaces de salir fortalecidos de situaciones adversas, aceptando el pasado para enfrentar el presente y preparar el futuro.

Tomando en cuenta que lo que dice González, es todo lo que se quiere lograr dentro de esta intervención. El fortaleces cada ámbito de su desarrollo como personas y fortalecer esas en las que se requiere una visión amplia de lo que se puede lograr aun teniendo en cuenta la discapacidad que cada uno de los miembros tiene. Hay que ver por su

autonomía en un futuro, para así convertir personas integrales con una socialización fluida y una calidad de vida que valga la pena.

En este proyecto se incluye a personas con diversas discapacidades y con un rango de edad amplio, ya que eso es inclusión, no distinguir por capacidades o edad. Si se tomara en cuenta estos índices, se le da barreras o límites a personas que tal vez quieren o pueden y no se les brinda la oportunidad de realmente experimentarlo. Los alumnos de este centro tienen un panorama diferente de cuando entraron, al ahora con respecto a la sociedad, la inclusión y las capacidades que realmente tienen como personas en movimiento; donde tienen la capacidad de comunicarse con su cuerpo y obtener aprendizajes sencillos para su desarrollo psicomotriz ha fortalecido también aspectos psicológicos como son el autoconcepto, la autoestima y la motivación.

Definitivamente más allá de la discapacidad, se pretende ver a la persona por lo que son o lo que pueden lograr; viendo por otra parte el integrar e incluir la diversidad y las diferencias que tenemos las personas con y sin discapacidad. La sociedad crea ideas donde realmente no hay diferencia de personas con discapacidad y sin discapacidad; todos tenemos capacidades y habilidades diferentes, unos podemos cocinar y otros lo tienen en dificultad, unos tenemos la habilidad de manejar y otros prefieren no hacerlo; así es en este ámbito de la inclusión, el pensar que todos somos diferentes pero aun así todos tenemos la capacidad de realizar las actividades a nuestra manera.

Es por ello que citaré a Fariñas con 2 definiciones interesantes para lo que se quiere lograr con el Psicoballet. Únicamente visualizando la autorealización de las personas, fortaleciendo la autoestima y su motivación ante la vida.

La práctica del ballet, en Psicoballet, no pretende la formación de bailarines, sí el aprendizaje y práctica de tanto como se pueda lograr, en cuanto a movimientos armoniosos, fluidos y bellos que le permita al practicante el disfrute de esta manifestación artística, lo cual conlleva además una mejor valoración de sí mismo y al final del ciclo terapéutico, a través del esfuerzo y el placer, su autorrealización, y el recuerdo de aquella actuación, que llevará en su memoria, como huella positiva por mucho tiempo. (Fariñas, G. 2011, p. 44).

Si se analiza el Ballet como instrumento de acción en la terapia, existen puntos muy específicos que manejar para lograr el éxito, así por ejemplo, el profesor terapeuta, durante la sesión práctica debe olvidarse del rigor técnico académico con sus "alumnos", la paciencia y el amor serán sus armas, el estímulo y la seguridad logran el esfuerzo; la concentración y el trabajo logran los resultados que llevan al disfrute artístico y a la necesidad de comunicar lo aprendido a los otros. Así se recorre el camino de la autoestima y de la autorrealización de estos alumnos con diversas discapacidades, punto de partida y base de este peculiar programa. (Fariñas, G. 2011, p. 45).

2. Fundamentos teóricos

En esta sección se elabora una revisión bibliográfica de los conceptos generales a partir de los cuales se sustenta el análisis textual de esta tesis, referencias que al psicoballet apoyarán como intervención para las personas con discapacidad del centro de integración psicológica y de aprendizaje para alcanzar su pleno desarrollo integral como personas.

2.1. Arteterapia

En esta manifestación artística, más que en otras, se han diferenciado los campos de investigación con relación al uso diagnóstico y terapéutico, con relación a la etapa de desarrollo del individuo.

En nuestro país se ha utilizado el dibujo principalmente como diagnóstico, pues las aplicaciones terapéuticas han sido escasas como refleja M. Saíz en una investigación sobre el uso de las artes plásticas en Cuba (Caracterización preliminar del uso del dibujo en la práctica actual de la psicoterapia infantil en una muestra de psicoterapeutas cubanos. No obstante, en el mundo occidental, y a partir del tratamiento a enfermos mentales, se ha desarrollado en el último lustro la modalidad de Arteterapia. (de la Llera, E. y Reyes, W., 2000, pár. 3)

Se dice que los principales elementos en los que se sustenta la aplicación de las actividades plásticas en psicoterapia se agrupan en:

- Posibilidades comunicacionales.
- Posibilidades de expresión emocional y del mundo interno.
- Posibilidades creativas del proceso de interacción.

El trabajo con las artes ayuda al desarrollo personal y emocional. Hemos visto que el inconsciente funciona más con símbolos que con palabras razonadas. Por eso, el uso de las artes facilita el proceso de reflexión y su desarrollo. Se puede comunicar mucho más a través de las artes, sobre todo inconscientemente, ya que las imágenes transmiten más que las palabras y ofrecen un medio seguro para explorar temas difíciles. A menudo se piensa que el trabajo artístico consiste en crear una obra reconocible y bonita, pero aquí utilizamos cualquier expresión que pueda 'contener' más información que Norman Duncan Trabajar con las Emociones en Arteterapia lo inmediatamente aparente. Puesto que el origen de las artes se encuentra en el cúmulo de información que llega al cerebro desde el cuerpo, el movimiento, las hormonas, las necesidades,... cualquier símbolo expresado contiene valor porque aporta un significado en el proceso de búsqueda de satisfacción personal. (Duncan, N, 2007, p. 44)

Las artes aquí se refieren a todas las formas de creatividad y simbolización, a imágenes que nos ayudan a comunicarnos y a entender nuestra experiencia del mundo, e incluyen: dramatización, movimiento, gesto, voz, sueños, imaginación, tacto, juego, olores, música y sonidos, sabores, colores, formas, texturas, trabajo con materiales (arena, barro, poesía, etc.). Usamos todos estos mecanismos de expresión a través del lenguaje corporal, el tono de voz, y los tipos de metáforas que usamos para describir nuestra experiencia del

día a día. Por la naturaleza del cuerpo-mente, la historia y las expectativas humanas, la gran parte de lo que influye el comportamiento queda en el inconsciente. (Ducan, N, 2007, p. 44)

Si exploramos estos niveles de emoción más profundos y disimulados observamos que:

- son defendidos fuertemente y enterrados en el inconsciente.
- son difíciles de explorar, pero siempre salen de alguna forma u otra.
- son muy intensos y dominan todos aspectos de la vida.

Puede haber niveles diferentes de sentir y expresar emociones inconscientes en un mismo momento, por ejemplo:

- podemos mostrar una tristeza apática superficialmente que encubre una furia primaria,
- podemos expresar un enfado continuo e inapropiado que disimula una incapacidad para expresar las distintas emociones.

Claramente el uso de las artes será de interés en el trabajo terapéutico tanto para encontrar lo que ocurre a nivel inconsciente como para crear la posibilidad de mejora. El trabajo terapéutico siempre requiere observación y escucha profunda y continúa de las dinámicas en las vidas de los involucrados incluyendo las del facilitador. Las artes favorecen esta observación, la recogida de datos apropiados y su análisis adecuado.

Uno de nuestras herramientas clave en la Arteterapia es la 'Proyección'. Es un mecanismo esencial donde un gesto o comportamiento (expresión) supone un 'contenedor' de información o emoción inconsciente e importante. Cargamos (proyectando) la mayor parte de nuestras actividades del día a día con expectativas o emociones que no tienen otra salida. De esta forma, los aspectos de una expresión simple constituyen metáforas o símbolos de nuestra necesidad inconsciente de comunicar lo que nos pasa. (Ducan, N, 2007, p. 44)

El proceso terapéutico es particular para cada persona o grupo. Puede producirse a un nivel más consciente, más inconsciente o en consistir en hacer consciente aspectos del inconsciente. Un trabajo de Arteterapia con las emociones debe acompañar y apoyar a cada persona para iniciar un viaje de autoconocimiento. Los participantes se introducirán en sus propios mitos, metáforas y símbolos explorando así las emociones que encuentran a su paso. (Ducan, N, 2007, p. 44)

2.2 Terapias creativas

Desde una forma teórica es importante mencionar a las Terapias Creativas, que incluyen las áreas de música, drama, poesía, artes plásticas y danza que se dirigen a la totalidad de la persona incorporando distintos canales de comunicación y creatividad; fundamentando el uso de las diferentes modalidades artísticas orientadas no al conocimiento de las mismas y sus técnicas, sino al potencial humano que se sustenta en la creatividad. (Reca, M., 2011, p. 4)

De esta forma se sostiene el proceso creativo buscando promover la salud, la comunicación y la expresión de sentimientos. Se dirigen a la integración de las distintas funciones físicas, emocionales, cognitivas y sociales, buscando fomentar la autoconciencia para posibilitar los cambios que consideren necesarios. Así, se construye el aspecto terapéutico, a través de las distintas manifestaciones del arte como el arte terapia, drama terapia, terapia poética y de narrativa, la danza/movimiento terapia y la musicoterapia.

Se fundamentan en el uso de las diferentes modalidades artísticas apuntando no al conocimiento de las mismas y sus técnicas, sino al potencial humano que se sustenta en la creatividad. Así apuntalan el proceso creativo buscando promover la salud, la comunicación y la expresión de sentimientos. Se dirigen, básicamente, a la integración de las distintas funciones físicas, emocionales, cognitivas y sociales, buscando fomentar la autoconciencia y facilitar los cambios considerados necesarios. (Reca, M., 2011, p. 144)

La terapia creativa es un encuentro, un proceso de crecimiento, un acontecimiento de resolución de problemas, una forma especial de aprendizaje y una exploración de toda la gama de nuestras aspiraciones a la metamorfosis y la dominación.

2. 3 Danza-movimiento terapia

Marian Chace (1896-1970), la gran pionera de la Danza Movimiento Terapia. Además de sus trabajos innovadores con pacientes psiquiátricos en hospitales, estableció una metodología de trabajo que transmitió a un gran número de danzaterapeutas, posibilitando así la creación de la American Dance Therapy Association.

Así, la Danza Movimiento Terapia pertenece al grupo de las artes creativas en psicoterapia como son el arte terapia, la musicoterapia y el psicodrama. La American Dance Therapy Association (ADTA) define la Danza Movimiento Terapia como “el uso terapéutico de movimiento como proceso para ayudar a un individuo a encontrar su propia unidad psico-corporal”. Se basa en la conexión entre movimiento y emoción. Utilizando, a través de un proceso psicoterapéutico, el movimiento y la danza de manera creativa, la DMT pretende contribuir al desarrollo armónico de la persona para llegar al descubrimiento de sí mismo, de su propio cuerpo y de sus capacidades expresivas.

Se trata de utilizar el movimiento como un proceso para promover la integración emocional, cognitiva y física del individuo. La noción de esfuerzo describe la dinámica de movimiento en término de cuatro factores: espacio, peso, tiempo y flujo.

Reca señala que las premisas básicas que sostienen el proceso de DMT, refieren a tres asunciones” planteadas por Schmais (1974, p. 10) y que son: a.) el movimiento corporal refleja los estados emocionales internos; b.) la relación que se establece entre terapeuta y paciente a través del movimiento, sostiene y posibilita cambios conductuales, y c.) los cambios significativos a nivel del movimiento inducen a modificaciones en el estado psicológico, promoviendo bienestar y desarrollo a través de la fluidez de la energía corporal, la ampliación de la conciencia, la integración psicomática y la presencia plena.” (Reca, 2011, p.22)

Y entre los contenidos propios de la danza movimiento terapia que podrían ser utilizados como estrategia de inclusión, se considera la aceptación y el respeto por la diferencia del otro, comenzando por el propio cuerpo y la imagen del cuerpo del otro. La propia aceptación y la aceptación del otro fortalecen la autoestima; siendo de esta manera, el que se atiende a la Diversidad.

La adquisición de autonomía se construye con la ejercitación del liderazgo en los trabajos grupales como a través del juego donde se ejercitan los distintos roles. Hay una valoración de la integración a partir de las diferencias, que son desde las distintas edades de los participantes, sus diferentes orígenes y sus diversas pertenencias culturales y sociales. (Reca, 2011, p. 22)

2.4 Danza terapia

Otro estudio que tiene que ser considerado es la Terapia de la danza, puesto que se define como el empleo clínicamente informado de la danza, con el fin de poner en funcionamiento e integrar emociones para mejorar el equilibrio fisiológico y psicológico del sujeto. Esta terapia puede tener también otras finalidades, tales como la organización de las ideas, la afirmación del yo y la comunicación no verbal. Siendo el cuerpo un instrumento expresivo, es evidente que puede expresar con el movimiento lo que las palabras no siempre se atreven a revelar: el miedo, la ira, la tranquilidad, la alegría y toda la gama de diversos sentimientos. Dichos movimientos poseen una carga, un acento y una significación los cuales estimulan emociones y pueden intervenir sobre las mismas. (León, 1995).

La Danza Terapia (DT) es un método muy efectivo para la rehabilitación y la adaptación de problemas físicos y psicológicos, ya que trabaja con la premisa de que el cuerpo refleja los estados psicológicos del individuo. (Rainbow, 2005)

La Danza Terapia es una forma de psico-terapia donde la vía principal es la creación, la cual parte en todo momento del paciente; esto conduce al uso de la "Metáfora en Movimiento", que facilita el proceso terapéutico (Meekums, B., 2002). Es durante el proceso de la DT que se retorna a la interrelación del cuerpo-mente y movimiento-emoción.

La DT es una terapia dedicada sobre todo a tratamientos Holísticos y de la psicología de la Gestalt. Por tanto, se deriva el porqué de la importancia del ser, de buscar su integridad en todos los sentidos. Su desarrollo es de manera secuencial organizada, donde cada fase posee elementos somáticos, fisiológicos y psico-sociales interrelacionados, utilizando el material inconsciente y comportamiento consciente almacenados en el cuerpo, creando constantemente una representación visual de su ser físico, creciendo en ritmo, coordinación y uniendo sus polaridades.

Parte de los aspectos que se trabajan dentro de la danza terapia son: el ritmo, la creatividad y la espontaneidad, así como, el uso de las improvisaciones, de los símbolos, metáforas y ejercicios de relajación (Meekums, B., 2002). Dentro de lo trabajado en la DT se encuentran: el Inconsciente, donde el movimiento corporal debido a su origen neurológico puede proveer una avenida directa al inconsciente, a través de la respiración,

la postura y el movimiento; el Consciente, del cual el ego forma parte y es asistente necesario en el proceso de terapia, y que actúa como un mediador entre símbolos e impulsos inconscientes a la interacción del consciente con la realidad exterior; en el consciente el movimiento enfoca elementos de relación espacial, gravitación y tiempo, facilitadores de la función del ego; el Transconsciente, donde se produce el desarrollo individual que requiere una conexión y conciencia innata de un conjunto uni-versal de conocimientos, donde el movimiento corporal y los rituales son como un vehículo de trascendencia a un estado de transconsciencia a través del tiempo. (Olsen, 1993)

Este es una terapia somática que colabora con el bienestar de las historias individuales de los participantes: el cuerpo habla y es a través de la danza que logra una forma de comunicación, un ritual y una celebración; de allí que a partir de 1930 se utiliza como forma terapéutica para muchos desórdenes tales como: Ansiedad, Bulimia, Anorexia, Mal de Parkinson, Adicciones, Violencia, Personalidad Múltiple, Abuso Sexual, y en varias poblaciones como el adulto mayor, personas ciegas, personas con Síndrome de Down y personas con capacidad física limitada. (Mills y Daniluk 2002)

Las sesiones cuentan con un calentamiento, estiramiento, movilización y relajación de tensiones; se trabaja tanto individualmente como en parejas y grupos. La DT se ha utilizado puesto que ayuda a resolver problemas de comunicación y a superar problemas crónicos. La Danza Terapia se utiliza en el proceso de comunicación no verbal, la cual ayuda a la autopercepción integrando las funciones cognitivas, físicas, sociales y emocionales.

Aproximadamente el 30 por ciento de las personas tratadas con Danza Terapia muestran un efecto comparable con el de otras técnicas psico-sociales, lo que crea una actitud positiva (Goodill S, 2005); además, se ratifica con numerosos estudios donde se presenta a la actividad física y el ejercicio como métodos efectivos para la reducción de estados de ánimo negativos (Lane A, Redding E y Whyte G, 2003).

2.5 Terapia artística

Es indiscutible la importancia que tienen las artes plásticas, no solamente dentro del desarrollo intelectual, sino también del mental: cómo sirve de ayuda en los distintos procesos psíquicos y psicológicos de las personas, el poder expresarse libremente por medio de las artes visuales, y también cómo es necesario formar gente preparada para servir de ayuda a personas y colectivos de distintas edades y condiciones. (Martinez, N, 1996, p. 21)

Terapia artística es la utilización del arte y de otros medios visuales dentro de un tratamiento o en un entorno terapéutico. Es una combinación entre arte y psicoterapia, en donde cada una de estas partes se estimula en su unión con la otra. En ella lo más importante es la persona y su proceso, el arte se usa como forma de comunicación no verbal, como medio de expresión consciente e inconsciente, al reconocer que los pensamientos y sentimientos humanos derivados del inconsciente, se expresan con más facilidad en imágenes que en palabras. Sus imágenes pueden ofrecernos claves sobre los temores, los conflictos, las fantasías, los recuerdos infantiles y los datos soñadores de las personas que la realizan. Su técnica se fundamenta en que todas las personas,

tengan o no tengan cualidades artísticas, poseen una capacidad para proyectar bajo formas visuales, sus conflictos internos. El terapeuta artístico no debe interpretar el arte espontáneo de las personas, sino que debe alentar para que éstas descubran por sí mismas el significado de sus realizaciones. (Martínez, N, 1996, p. 22)

En todas las orientaciones teóricas sobre terapia artística, una de las primeras cosas que se tienen en cuenta, es la creatividad. Storr la define como «la capacidad de hacer que exista algo nuevo para la persona» (Storr, 1972, p. 11). Esta «capacidad» será la que le da una gran fuerza terapéutica, la percepción creadora es la que hace a las personas sentir que la vida vale la pena.

En las sesiones de terapia artística se ofrecen técnicas, temas, cuestiones, elecciones libres que se toman o cambian cuando es necesario. Las directrices están generalmente dentro de unos temas específicos, como emociones, deseos, sueños, fantasías, proyectos, imágenes de ellos mismos, su relación con la familia, su entorno, situaciones diversas, etc. En estas sesiones los participantes se implican en un arte que les servirá de comunicación y que facilitará su creatividad. El terapeuta artístico debe examinar y valorar la conducta de las personas que trata, así como sus obras, su observación participa en la comprensión de cada personalidad. No debe interpretar los significados inconscientes, debe procurar que hallen una satisfacción y goce en su labor creativa y que las experiencias sean útiles y reveladoras para la personalidad total del individuo. Al introducir a personas de distintas edades y con distintos tipos de traumas en el campo del arte, anteriormente a ello debe conocer y aceptar las limitaciones de las personas que va a tratar. (Martínez, N, 1996, p. 23)

2.6 Musicoterapia

El término Musicoterapia, engloba varias formas de terapia como la arte terapia, el psicodrama, la danzaterapia y la propia Musicoterapia. En primer lugar, atendiendo al significado etimológico del término, se puede dividir esta palabra en dos partes: música y terapia. Es decir, definido de manera muy sencilla, la Musicoterapia sería la terapia a través de la música. Aunque aporta ciertas ideas intuitivas, esta definición es muy simple y no es suficiente para comprender en su totalidad el concepto. Por este motivo, lo definiré más detalladamente basándome para ello en diferentes autores para lograr una comprensión más profunda. Las primeras definiciones las podemos encontrar ya en los años 50. Como explican Ortega, Esteban, Estévez y Alonso (2015, p. 1) la Musicoterapia se puede definir, haciendo alusión a los conceptos mencionados: música y terapia. Por un lado la música es: “la ciencia o el arte de reunir o ejecutar combinaciones inteligibles de sonidos en forma organizada y estructurada con una gama de infinita variedad de expresión”. A su vez, la terapia es: “el modo en el que puede ser utilizada la música para provocar cambios en las personas que la escuchan o ejecutan” (Ortega, E., Esteban, L., Estévez, A. y Alonso, D., 2015, p.2). De esta definición por separado de música y terapia se puede extraer que la Musicoterapia es el arte de reunir o ejecutar combinaciones de sonidos para como un medio para provocar cambios en las personas que la escuchan o la ejecutan.

Esta concepción de Musicoterapia no se sabe si la puede dirigir cualquier persona, por eso la definición de Vaillancourt (2009, p. 50), explica esta disciplina como: La utilización juiciosa y estructurada de la música o de actividades musicales a cargo de un profesional formado, que tiene como objetivo restaurar, mantener o mejorar el bienestar físico, emocional, social, cognitivo y psicológico de una persona. Él define la musicoterapia empleando la palabra "uso", también otros autores la emplean al igual que Vaillancourt.

Por ejemplo, Schwarcz (2002, p. 36) cita a Alvin (1967) que define la Musicoterapia como "el uso dosificado de la música en el tratamiento, la rehabilitación, la educación y el adiestramiento de adultos y niños que padecen trastornos físicos, mentales, emocionales". Esta definición define claramente el objetivo de la Musicoterapia como "tratamiento, rehabilitación y educación". Se centra en niños y adultos que padecen únicamente trastornos físicos, mentales o emocionales. Es un campo de aplicación reducido. Esta misma autora, Schwarcz (2002, p. 42-43) define la Musicoterapia haciendo alusión a la National Association for Music Therapy (s/f), cuya perspectiva viene reflejada en el cuadro siguiente: La Musicoterapia es el uso de la música en la consecución de objetivos terapéuticos: la restauración, el mantenimiento y la garantía de la salud tanto física como mental. Es también la aplicación científica de la música, dirigida por el terapeuta en un contexto terapéutico para provocar cambios en el comportamiento. Dichos cambios facilitan a la persona el tratamiento que debe recibir a fin de que pueda comprenderse mejor a sí misma y a su mundo para poder ajustarse mejor y más adecuadamente a la sociedad

La última definición que voy a citar es la que especifica Swarcz (2002, p. 43) que hace alusión a la Federación Mundial de Musicoterapia (s/f), quien define la Musicoterapia como: El uso de la música y/o sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía) realizada por un musicoterapeuta calificado con un paciente o grupo, en un proceso creado para facilitar y promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, para así satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. La Musicoterapia tiene como fin desarrollar potenciales y/o restaurar las funciones del individuo de manera tal que éste pueda lograr una mejor integración intra y/o interpersonal y consecuentemente una mejor calidad de vida a través de la prevención, la rehabilitación o el tratamiento.

2.7 Danza

La Danza permite a los individuos la posibilidad de expresarse, de comunicar sentimientos y conectarse con la naturaleza. Igualmente, y como parte de un ritual, posibilita la integración personal así como la del individuo en la sociedad (muchas de las danzas se realizan en grupo). Por otra parte, el movimiento y la respiración son elementos que marcan el comienzo de la vida y que son anteriores al lenguaje y al pensamiento. No olvidemos que la comunicación no verbal está presente de manera cotidiana en nuestra vida. (Reca, 2011, p. 3)

La creatividad sorprende a los participantes que danzan, tanto en el resultado de su trabajo individual como producto de la búsqueda de movimientos a través del registro de

sus cuerpos como cuando construyen una obra coreográfica y los temas surgen de su historia individual o convoca un determinado tema al grupo. El tema siempre los compromete y les permite la creación colectiva. Se adquiere confianza mutua, fortalecimiento y se mejora la autoestima. El respeto por el otro implica ver al otro como una totalidad, y ese respeto conlleva el cuidado del propio cuerpo y por el ajeno. Todos estos valores hacen a la reconstrucción de redes afectivas y sociales, en consecuencia el desarrollo social, personal y creativo se favorece en la interrelación de los distintos actores del sistema escolar. (Reca, 2011, p. 3)

En esta disciplina es a través del cuerpo que accedemos al movimiento, un cuerpo creador que genera sentimientos, acciones, conductas, emociones y pensamientos en la vida social de los sujetos. El cuerpo constituye la forma primordial de conocimiento a través de sus sistemas sensoriales y perceptivos que se desarrollan en un campo social de significaciones. Es así como en el permanente actuar del sujeto con el entorno, construye una realidad, que es a su vez convocante como lugar de acceso de tres vías: los procesos intelectuales, los procesos emocionales y los procesos evaluativos.

Así se presenta al cuerpo en movimiento como uno de los modos de expresar el proyecto propio, el del otro y el comunitario, en un movimiento, en una danza en la cual se establecen contactos y encuentros que favorecen a las personas permitiéndoles expresarse y desarrollarse en los aspectos personales y sociales en forma creativa. (Reca, 2011, p. 4)

La Danza pone en juego el cuerpo en movimiento, se observa como relevante el uso del espacio, la valoración que se da al tiempo, el uso de mi espacio personal e interpersonal, la fluidez del movimiento y la expresividad que está apoyada en la música que actúa como ese motor de movimiento y facilitador de acciones. (Reca, 2011, p. 4)

2.8 Ballet

El ballet ha sido útil desde el punto de vista terapéutico según (Fariñas, 1993) porque:

- 1) "Resulta ser el movimiento una necesidad que es inherente al ser humano"
- 2) Es útil para establecer rapport, se considera que reúne cualidades que benefician a los sujetos como medio de comunicación extraverbal, cuando el canal normal sufre interferencias, ejemplo: sordos, retraso mental, psicóticos, deprimidos, etc.
- 3) Reúne elementos muy efectivos para uso terapéutico, que por su características permiten la formación, disciplina, autocontrol, educación integral a través de un método rigurosamente estudiado y sistemático, que tiene una metodología probada por muchos años en países desarrollados.
- 4) Posibilita integralmente al terapeuta actuar en una sesión sobre el área emocional como al mismo tiempo abordar el área motriz, en el caso de trabajar con sujetos de educación especial, los cuales presentan un déficit profundo en este rubro. También posibilita la creación de nuevas habilidades motoras (postura, elasticidad, ritmo, tono muscular, fluidez de movimiento, equilibrio, eliminación de manierismos y tics, salto, coordinación muscular,) y artísticas.

- 5) Repercusión neurofisiológica de los movimientos de ballet, en cuanto a la estimulación de los analizadores propioceptivos (por la integración fina de los movimientos) “.

A través de la danza se está intentando alcanzar el dominio del propio cuerpo mediante una comprensión tanto de sus posibilidades como de sus limitaciones sin perder de vista que el objetivo principal no es el perfeccionamiento sino alcanzar progresivamente un mejor control sobre el propio cuerpo, el cual es muy particular en cada sujeto. (Assosiation of Américan Dance Therapy, 1973).

La danza clásica brinda un domino de todo el cuerpo extremadamente desarrollado. La belleza del movimiento debe estar armonizada con el apoyo musical y la emoción experimentada. Los movimientos se construyen alrededor del eje corporal, en este caso la columna vertebral. El aspecto de la agilidad del cuerpo en el espacio es uno de los elementos más perseguidos en este arte. (Assosiation of Américan Dance Therapy, 173)

Aunque una definición más precisa que engloba lo que es el ballet seria la dada por Diana Herweck (2005) en la que expone “El ballet es una danza realizada con movimientos y posiciones especiales del cuerpo. Por lo general cuenta una historia.” La danza es la única de todas las artes que tiene como instrumento el propio cuerpo, por lo que es capaz de demostrar a través de diferentes movimientos las emociones y la biomecánica esquelética y muscular en todos sus rangos. Al querer sobrepasar las limitaciones del cuerpo humano y retar las leyes de la física a través de sus saltos, giros y sus zapatillas de puntas, el ballet por medio de sus pasos muestra al cuerpo humano como un instrumento exaltado mágicamente y seduce así a la población incitándole a formar parte de esta disciplina que requiere de mucha dedicación por parte del bailarín.

En el ballet es utilizada la barra para que los bailarines comiencen a mantener el equilibrio y realizar el calentamiento al principio de la clase, en el que realizarán los diferentes estiramientos que fomentarán a los bailarines a entrar en calor, flexibilizar los tendones y desentumecer las articulaciones. La barra mayormente la encontramos anclada al suelo o a la pared para que así los bailarines puedan apoyarse en ella con mayor firmeza. Con la barra los danzantes también conseguirán empezar a practicar las diferentes técnicas del ballet y a su vez ir perfeccionando y controlando su técnica con mayor precisión. En el ballet se parte de una posición inicial tanto en brazos como en piernas, por lo que hay cinco posiciones básicas para los brazos y otras cinco para los pies; el bailarín siempre debe comenzar y terminar con una de estas posiciones. (Studioballet,(s/f), pár. 2)

La elasticidad es una de las ventajas que llegará, pero requerirá de algo más de tiempo en comparación con la fuerza en las piernas, que es la primera que se ejerce. (Studioballet,(s/f), pár. 8). Sin embargo, tanto con el ballet moderno, como con el clásico, se puede empezar a practicar a cualquier edad, corriendo la postura en cualquier caso. (Studioballet,(s/f), pár. 9)

El ballet mejora la concentración, tan solo hay que ver algunas piezas (como el lago de los cisnes, o en películas de ballet, para darnos cuenta de porque esta disciplina puede

facilitarnos la concentración y es que no solo habrá que adoptar ciertos movimientos, sino que todo esto habrá que llevarlo a cabo con música de fondo. (Studioballet, (s/f), pág. 10).

El ballet es tan preciso y tan fino, que funciona a nivel neuronal y psicomotor, lo cual no aplica para todas las disciplinas de la danza. Y a esto se suma el efecto positivo que tiene la danza clásica en la autoestima y la interacción social. (Leal 2013, pág. 6).

Te ayudará a relajarte, una vez que controlemos la técnica, el ballet nos ayudará a relajarnos. Y es que todo se sincronizará en nuestra mente, evitando que pensemos en otra cosa. Incluso hasta la ropa de ballet es muy ligera, para mejorar esta coordinación mental. (studioballet, (s/f), pág. 12). En el ballet, la bailarina o el bailarín no solo debería conocer las ventajas y las limitaciones que tiene a la hora de realizar diferentes pasos de baile, sino que también se tendría que conocer tanto la anatomía, como la forma. (Studioballet,(s/f), pág. 13)

Lo primero que aprenderemos en una escuela de pasos de baile es que el estiramiento es clave para relajar y fortalecer todos nuestros músculos, además de lograr con el tiempo una postura alargada. El estiramiento se debe de llevar a cabo siempre al inicio de cada entrenamiento, además de ante cualquier espectáculo. (Studioballet,(s/f), pág. 14)

También se recomienda estirar a diario el cuerpo durante unos 10-15 minutos más o menos, para que nuestros músculos estén preparados ante el esfuerzo que van a hacer, evitando que se produzca ninguna lesión. Una vez que hayamos realizado las posturas de ballet, también habrá que estirar para enfriarnos al final de las clases (si no lo hacemos, sigue habiendo el riesgo de que nos enfrentemos a alguna lesión). (Studioballet,(s/f), pág.15)

Antes de empezar con las posiciones básicas, deberíamos de asegurarnos de que el estudio esté equipado de forma correcta para entrenar como se debe (por ejemplo, con barras para que podamos entrenar el equilibrio con la pierna, con espejos para poder corregir las posiciones, etc.) (Studioballet,(s/f), pág. 16)

El ballet se sustenta principalmente en 6 posiciones a partir de las cuáles podemos construir todo tipo de movimientos mucho más complejos. Lo primero que debemos hacer es practicarlas, perfeccionarlas y ejecutarlas de forma automática; ten en cuenta que si no dominas esto, probablemente no puedas hacer nada más. La posición en cuestión se debe de practicar frente a una barra, o bien de perfil, manteniendo una barra en la misma. Los bailarines estudiantes deberían de colocarse frente a la barra; si ya tenemos un nivel intermedio-avanzado, podemos colocarnos con la mano izquierda para practicar las posiciones en cuestión. (studioballet,(s/f), pág. 19)

2.9 Atención a la Diversidad

La atención a la diversidad y el logro de una igualdad de oportunidades real debe ser un reto permanente para las instituciones educativas, fundamentalmente la escuela y los docentes que ejercen su trabajo en los niveles de enseñanza obligatoria (Aguado, 2009).

Por ello, se impone la necesidad de revisar la idea misma de inclusión y sus implicaciones en la escolaridad obligatoria. Como ha expresado Gairín (2009, p. 23) "Supone, asimismo, un compromiso real con la democratización educativa, al explicitar las intenciones formativas y extender los beneficios de una propuesta a todos los estudiantes. Es aquí donde tiene sentido hablar de implicación personal y de entusiasmo colectivo, del centro educativo como unidad básica de cambio o del reto de las innovaciones como referencias para un cambio más global".

Educar desde una perspectiva inclusiva supone preparar a las personas para vivir en una sociedad donde la diversidad no sólo es legítima, sino que es apreciada como un valor (Escarbajal y Frutos, 2009). Así, la escuela inclusiva debe plantearse como una de sus finalidades esenciales que todos los alumnos se formen como ciudadanos, "unos ciudadanos libres, críticos, iguales, justos y solidarios, desarrollando la ciudadanía ética, política, cívica, ecológica e intercultural" (Domínguez y Feito, 2007. p. 14).

2.10 Discapacidad

La discapacidad es una condición que afecta el nivel de vida de un individuo o de un grupo. El término se usa para definir una deficiencia física o mental, como la discapacidad sensorial, cognitiva o intelectual, la enfermedad mental o varios tipos de enfermedades crónicas. Las personas con discapacidad, la "minoría más amplia del mundo", suelen tener menos oportunidades económicas, peor acceso a la educación y tasas de pobreza más altas. Eso se debe principalmente a la falta de servicios que les puedan facilitar la vida (como acceso a la información o al transporte) y porque tienen menos recursos para defender sus derechos. A estos obstáculos cotidianos se suman la discriminación social y la falta de legislación adecuada para proteger a los que tienen discapacidad.

Las personas con discapacidad son más a menudo víctimas de la violencia: los niños con discapacidad tienen cuatro veces más posibilidades de ser víctimas de actos violentos, la misma proporción que los adultos con problemas mentales. La ignorancia es en gran parte responsable de la estigmatización y la discriminación que padecen las personas de este grupo vulnerable.

Está ampliamente demostrado que, una vez eliminados los obstáculos a la integración de las personas con discapacidad, estas pueden participar activa y productivamente a la vida social y económica de sus comunidades. Por ello es necesario eliminar las barreras de la asimilación de los "discapacitados" a la sociedad.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad reconoce que la existencia de estas barreras es un componente esencial de su marginación. La Convención subraya que la discapacidad es un concepto evolutivo "resultado de la interacción de las personas con disfunciones y de problemas de actitud y de entorno que socavan su participación en la sociedad".

La accesibilidad y la inclusión de las personas con discapacidad son derechos fundamentales reconocidos por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidades. Son las condiciones sin las cuales no pueden disfrutar de sus otros derechos. La Convención (artículo 9) pide que las personas con discapacidad puedan llevar una vida independiente y participar de forma activa en el desarrollo de la sociedad.

Solicita a los Estados que tomen las medidas apropiadas para darles pleno acceso a la actividad cotidiana y eliminar todos los obstáculos a su integración. (Guterres, A., 2018, pár. 1-7).

La Convención Internacional por los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas (ONU) dispuso que el término adecuado para referirse a este grupo de la población sea Personas con Discapacidad (PCD) o Personas en Situación de Discapacidad. Por tanto, su utilización se considera el único correcto a nivel mundial.

Porque la discapacidad es una situación provocada en la interacción entre la persona, sus características, el medio físico y social no habilitado para la diversidad propia de la naturaleza humana. La discapacidad no es un atributo del ser persona humana. La discapacidad ya no se define como una cuestión de salud o de rehabilitación, sino de Derechos Humanos. Esto implica una perspectiva de promover una visión positiva al abordar el tema, y no de asistencialismo. (OEA, 2014)

Existen diversos tipos de discapacidad según Guterres (2018), como son:

- La Discapacidad física: Consiste en falta, deterioro o alteración funcional de una o más partes del cuerpo, y que provoque inmovilidad o disminución de movilidad.
- Discapacidad sensorial: Se divide en discapacidad auditiva y discapacidad visual.
- Discapacidad auditiva: Consiste en el deterioro o falta de la función sensorial de oír (sordera parcial o total, dificultades para hablar).
- Discapacidad visual: Consiste en el deterioro o falta de la función sensorial de ver (visión disminuida, ceguera).
- Discapacidad intelectual: Consiste en limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual como son alteraciones o deficiencias en las funciones mentales (específicamente en el pensar, sentir y relacionarse), en la conducta adaptativa, que se manifiesta en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas.

2.11 Necesidades educativas especiales

Las personas con necesidades especiales presentan condiciones médico-psíquicas de desarrollo o cognitivo, que limitan su capacidad para desarrollar su vida cotidiana y por consiguiente requieren de una atención de salud integral, integrada, multidisciplinaria, que tenga en cuenta a su familia y a los diferentes sectores de la sociedad. En Cuba la Revolución ha priorizado la salud de los discapacitados, desarrollando programas en respuesta al Plan Nacional de Acción para la Atención a Discapacitados y creando institutos especializados para su atención. (Gispert, E, 2015, pár. 1-3)

Las Necesidades Educativas Especiales están relacionadas con las ayudas y los recursos especiales que hay que proporcionar a determinados alumnos y alumnas que, por diferentes causas, enfrentan barreras para su proceso de aprendizaje y participación. Estos alumnos y alumnas pueden ser niños de la calle, niños trabajadores, con algún tipo de discapacidad, de poblaciones indígenas, etc. (UNESCO, 1978)

En suma, una escuela, como comunidad de inclusión, se conforma en un sistema en el que la diferencia es admitida como valor propio de la diversidad humana, y se acepta a la persona por su condición de miembro (integrante e integrado), con todo lo que represente su hecho y circunstancia. En esta comunidad de personas con NEE, los mecanismos de compensación, apoyo y de recursos sólo son elementos del sistema con los que dar respuesta adecuada a las necesidades que presentan sus individuos, de tal forma que, en el caso de los alumnos con discapacidad, se desarrolle el principio de igualdad en condiciones de normalización. La inclusión, ciertamente, no se impone, ya que no es un modelo que se traslada desde la autoridad o la administración a los centros y personas; la inclusión, por el contrario, se hace concreta en las realidades o contextos de los centros o comunidades educativas. (Luque, D., 2009, p. 218)

2.12 Inclusión social

La inclusión social es un concepto estrechamente ligado a la equidad. El Banco Mundial (2014) define la inclusión social como el “proceso de empoderamiento de personas y grupos para que participen en la sociedad y aprovechen sus oportunidades. Da voz a las personas en las decisiones que influyen en su vida a fin de que puedan gozar de igual acceso a los mercados, los servicios y los espacios políticos, sociales y físicos”. Por su parte, la CEPAL define a la inclusión social como el “proceso por el cual se alcanza la igualdad, y como un proceso para cerrar las brechas en cuanto a la productividad, a las capacidades (educación) y el empleo, la segmentación laboral, y la informalidad, que resultan ser las principales causas de la inequidad” (CEPAL, 2014).

En efecto, la inclusión social ha sido definida desde diversos ángulos que trascienden una efectiva reducción de la pobreza y abarcan factores de exclusión más sutiles que derivan de carencias tanto económicas como sociales (Silver, 1995). Por ello es necesario partir de un entendimiento sólido de los factores de exclusión social para diseñar y promover medidas efectivas que promuevan la inclusión social. En este sentido, Behrman, Gaviria y Szekely (2003) conciben a la exclusión social como “la negación del acceso igualitario a las oportunidades que determinados grupos de la sociedad imponen a otros.” Nótese que esta definición trasciende el acceso a las oportunidades del individuo y se enfoca en la característica grupal como unidad de análisis. Toda medida que busque promover la inclusión social debe por ende partir de un entendimiento de las condiciones que impiden el acceso a las oportunidades de cada ciudadana y ciudadano.

La inclusión social ofrece una perspectiva multidimensional de la falta de representación social, la cual plantea un entendimiento más completo de la exclusión, y puede por lo tanto, informar la implementación de políticas públicas de amplio carácter. En este sentido, la inclusión social se distingue porque complementa el concepto de igualdad, debido a que ésta explica la existencia y durabilidad de determinadas desigualdades (Tilly, 1999). Como es sugerido por Warschauer (2003), individuos en el extremo superior de la escala de distribución de los ingresos también pueden estar sujetos a la exclusión social, de incurrir persecuciones políticas o ser sujetos de discriminación por causa de edad, género, raza, etc. Dicha discriminación e intolerancia a la diversidad también impide, anula y reduce el ejercicio pleno de los derechos humanos de esas personas.

En la Asamblea General de la OEA celebrada en Junio de 2014 en Asunción, Paraguay, los Cancilleres del Hemisferio aprobaron la Declaración de Asunción sobre Desarrollo con Inclusión Social (Declaración de Asunción, 2014), en la cual se reconoció “que si bien los Estados Americanos han tomado medidas para alcanzar el desarrollo integral de sus habitantes, para afianzar la democracia y promover y proteger los derechos humanos, aún persisten desafíos y retos en materia de pobreza y pobreza extrema, seguridad alimentaria y nutrición, discriminación, equidad, igualdad e inclusión social, educación inclusiva y de calidad, cobertura universal de salud, trabajo decente, digno y productivo y seguridad ciudadana” (Idem, 2014, p. 21)

2.13 Desarrollo integral humano

La Formación Integral como el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-política), a fin de lograr su realización plena en la sociedad. Es decir, vemos el ser humano como uno y a la vez pluridimensional, bien diverso como el cuerpo humano y a la vez plenamente integrado y articulado en una unidad. Lo anterior supone que hemos hecho una opción por unas determinadas dimensiones (en este caso ocho) que consideramos indispensable cultivar si queremos lograr más plenamente el desarrollo armónico de la persona. De este modo, una propuesta educativa coherente con lo anterior, debe abordar los distintos procesos que son propios de cada una de estas dimensiones de la persona; pero no sólo abordarlos, sino hacer que efectivamente todas las acciones curriculares se orienten a trabajar para lograr su desarrollo. Podemos afirmar que las dimensiones son “categorías” o conceptos que hemos construido racionalmente para determinar aquellos aspectos que son definitivos en el ser humano, y que por lo mismo, no podemos desatender cuando pretendemos formar integralmente. (Rincón, L., 2008, p. 1)

Si hablamos del sustantivo «Formación» es porque se busca desarrollar y orientar claramente esas diferentes dimensiones o potencialidades que poseemos. Si a ese sustantivo le añadimos el adjetivo «Integral» es para decir que ese desarrollo abarca la totalidad del ser humano. No hay formación sin orientación; siempre se forma para algo, con un fin, con una intencionalidad, con un propósito.

En educación no hay asepsia, no hay neutralidad; por eso se «forma», se da forma, de cara a una cultura, a una sociedad, en un determinado contexto. Podríamos formar para que nuestros estudiantes simplemente se adapten y se amolden al modelo social predominante, pero el compromiso que asumimos desde la Pedagogía Ignaciana es el de formar para no reproducir el «status-quo», sino para ayudar a nuestros estudiantes a ser hombres y mujeres plenamente auténticos, capaces de mirar la realidad de una manera lúcida y de comprometerse en su transformación: que piensen por ellos mismos, que sean críticos, que actúen en coherencia con sus valores y principios. En otras palabras, queremos formar, ante todo, personas competentes, capaces de discernir los signos de los tiempos de una forma reflexiva, crítica y comprometida. Queremos formar integralmente pensando más en el SER de la persona que en su tener o saber para poder. Nuestra formación no es mera capacitación para acceder a un título académico, y

adquirir prestigio o «status» por ser egresado de una institución de renombre. Si se trata de SER, desde la visión ignaciana, es buscando ser con los demás y para los demás, a fin de servir mejor.

Decíamos que queremos una Formación Integral que busque desarrollar cada una de las “dimensiones” del ser humano. En este sentido, hemos de entender por dimensión el conjunto de potencialidades fundamentales con las cuales se articula el desarrollo integral de una persona; o también si se quiere, unidades fundamentales, de carácter abstracto, sobre las que se articula el desarrollo integral del ser humano. (Rincón, L., 2008, p. 1)

La Formación Integral sirve, entonces, para orientar procesos que busquen lograr, fundamentalmente, la realización plena del hombre y de la mujer, desde lo que a cada uno de ellos les corresponde y es propio de su vocación personal. También, contribuye al mejoramiento de la calidad de vida del entorno social, puesto que ningún ser humano se forma para sí mismo y para mejorar él mismo, sino que lo hace en un contexto socio-cultural determinado con el objeto igualmente de mejorarlo. (Rincón, L., 2008, p. 8)

2.14 Psicomotricidad

Desde la antigüedad se concibe al ser humano de modo dual, compuesto por dos partes: el cuerpo y el alma. Todavía en la actualidad, fundamentalmente por la influencia de las ideas de René Descartes, pensamos que el ser humano esquemáticamente está compuesto por dos entidades distintas: su realidad física por una parte, identificada claramente como el cuerpo, que posee las características de los elementos materiales (peso, volumen...) y por otra parte, una realidad que no consideramos directamente tangible y que se relaciona con la actividad del cerebro y el sistema nervioso a la que denominamos psique, psiquismo, alma o espíritu. (Berruezo, P., 2003, p. 1)

La psicomotricidad, como su nombre claramente indica, intenta poner en relación dos elementos: lo psíquico y lo motriz. Se trata de algo referido básicamente al movimiento, pero con connotaciones psicológicas que superan lo puramente biomecánico. La psicomotricidad no se ocupa, pues, del movimiento humano en sí mismo, sino de la comprensión del movimiento como factor de desarrollo y expresión del individuo en relación con su entorno. Al pretender estudiar el movimiento como fenómeno de comportamiento no puede aislarse de otras cosas. Sólo considerado globalmente, en donde se integran tanto los movimientos expresivos como las actitudes significativas se puede percibir la especificidad motriz y actitudinal del ser humano (Berruezo, P., 2003, p. 1)

La psicomotricidad trata de hacer una lectura globalizadora de los progresos y adquisiciones motrices que marcan la evolución de la criatura humana y cuya importancia condiciona el devenir de otros procesos (el lenguaje, la relación afectiva, los aprendizajes de lectura, escritura y cálculo, etc). En este sentido podemos considerar la psicomotricidad como un área de conocimiento que se ocupa del estudio y comprensión de los fenómenos relacionados con el movimiento corporal y su desarrollo. La evolución psicomotriz se considera uno de los aspectos claves del desarrollo hasta la aparición del

pensamiento operatorio (hacia los siete años) y no se completa definitivamente, en individuos normales, hasta la consecución del pensamiento formal (hacia los doce años). Además del estudio del desarrollo normal del sujeto se ocupa de la comprensión de las dificultades o trastornos que pueden aparecer como consecuencia de alteraciones en la adquisición de los patrones normales del movimiento.

Este concepto nos acerca a la psicomotricidad como área de conocimiento y estudio. Pero la psicomotricidad es también, y quizá fundamentalmente, puesto que arranca desde ahí, una técnica que pretende desarrollar las capacidades del individuo (la inteligencia, la comunicación, la afectividad, los aprendizajes...) a través del movimiento, tanto en sujetos normales como en personas que sufren perturbaciones motrices. En este sentido, la psicomotricidad es un planteamiento de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc. (Berruezo, P., 2003, p. 2)

La psicomotricidad se propone, como objetivo general, desarrollar o restablecer, mediante un abordaje corporal (a través del movimiento, la postura, la acción y el gesto), las capacidades del individuo. Podíamos incluso decir que pretende llegar por la vía corporal al desarrollo de las diferentes aptitudes y potencialidades del sujeto en todos sus aspectos (motor, afectivo-social, comunicativo-lingüístico, intelectual-cognitivo). Esto representa el fin último, pero en la realidad los objetivos del trabajo psicomotriz deben ser más concretos y adaptados a las diversas situaciones de este tipo de práctica. La práctica de la psicomotricidad se ha desarrollado tanto con un planteamiento educativo como clínico (reeducación o terapia psicomotriz). En el ámbito educativo se ha desarrollado una concepción de la psicomotricidad como vía de estimulación del proceso evolutivo normal del individuo en sus primeros años (normalmente desde el nacimiento hasta los 8 años). Esta psicomotricidad educativa se dirige, como es habitual en la escuela, a un grupo amplio y responde a un planteamiento clásico educativo que podríamos resumir en el esquema programación-desarrollo-evaluación. El proceso clínico, sin embargo, se centra más en el sujeto individual en situación de disfuncionalidad, retraso o malestar y sigue el esquema de abordaje clínico que puede resumirse en diagnóstico-tratamiento-seguimiento. Tanto uno como otro tienen características propias: observación, estructuración de la intervención, diagnóstico (balance) psicomotor, etc. (Berruezo, P., 2003, p. 4-5)

Postura y equilibrio constituyen juntos el sistema postural que es el conjunto de estructuras anatomofuncionales (partes, órganos y aparatos) que se dirigen al mantenimiento de relaciones corporales con el propio cuerpo y con el espacio, con el fin de obtener posiciones que permitan una actividad definida o útil, o que posibiliten el aprendizaje. El sistema postural hace posible la integración de los aprendizajes al liberar a la corteza cerebral de la responsabilidad del mantenimiento de la postura a favor de niveles inferiores de regulación propias de procesos automatizados (Berruezo, P., 2003, p. 9)

2.15 Estimulación cognitiva

El ser humano es un ser integral que requiere de la estimulación necesaria para aumentar sus potencialidades y así disminuir las deficiencias que presente. Así, los adultos mayores requieren de estimulación, la cual le permita aumentar sus potencialidades y no permitir el avance de déficits (cognitivos, físicos u otros) que presenten. Menciona Pascual (1998, p. 55) que existen una serie de factores de riesgo que favorecen el deterioro cognitivo, el principal de ellos es la edad. El envejecimiento es un proceso de deterioro generalizado del individuo en el que por diferentes procesos los tejidos van degenerándose, hay una limitación de la renovación celular y una ralentización de la mayor parte de los procesos” (Arriola, E e Inza, B., 1999, p. 84). Sin embargo, dicha degeneración no se debe solamente al proceso de envejecimiento centrado en lo biológico, sino que este deterioro depende de otros factores, tales como el ambiental, social y familiar, pero especialmente del grado de estimulación que se reciba de estos ámbitos. Las experiencias de vida guardan una relación muy estrecha con el deterioro, el hecho de tener una salud frágil, una educación pobre, la presencia de algún tipo de patología, una falta de motivación, entre otras, puede ser motivo de interferencia en la adecuada manifestación de las funciones intelectuales. Pero no sólo se relacionan estos factores, sino que parte del decremento atribuido a la edad también puede ser debido simplemente a la falta de estimulación cognitiva (Puig, A., 2000, p. 146).

Se tiene conocimiento de que las personas que reciben pocos estímulos del entorno, padecen más rápidamente el declive de las facultades mentales que personas expuestas a grandes estimulaciones sensoriales (Calero, D., 2003, p. 306), es decir que entre una mayor estimulación cognitiva mayor autonomía tendrá la persona.

Las áreas básicas que se deben reforzar en terapias cognitivas, son por medio de programas de rehabilitación y mantenimiento cognitiva, que buscan intervenir y estimular las funciones ejecutivas; estas funciones son fundamentales para poder realizar y aplicar el resto de las funciones cognitivas. En casos de alteración de la atención aparece falta de persistencia, facilidad de distracción, gran vulnerabilidad a la interferencia y dificultad para inhibir respuestas inmediatas inapropiadas. En los casos de deterioro más avanzado de la capacidad atencional, aparece desorientación, generalmente primero temporal y luego espacial. En la memoria, existen diferentes modelos teóricos, desde los que afirman que la memoria consta de diferentes procesos, hasta los que opinan que la memoria está compuesta por diferentes sistemas y subsistemas. La memoria es la facultad de conservar las ideas anteriormente adquiridas y también está ligada al lóbulo frontal que se encarga de la conducta social adaptada y la capacidad de autocuidado, de ahí que las personas con deterioro de esta área cerebral (por ejemplo, demencias) sufran un importante deterioro en este tipo de conductas y que en muchos casos es uno de los deterioros fácilmente observables, especialmente en personas que tenían muy desarrolladas las habilidades y capacidad de autocuidado.

Según López, López y Ariño (2002, p. 19) argumentan que no existe en estos momentos mejor fórmula que el entrenamiento cognitivo, ya que éste proporciona una ayuda para afrontar el deterioro multifuncional y entrena las capacidades que se encuentran preservadas o menos afectadas. “La estimulación y el entrenamiento de habilidades

cognitivas pueden mejorar el estado de ánimo y prolongar el período de autonomía del paciente, consiguiendo un aumento de su autoestima y asertividad". La mejoría del estado de ánimo probablemente aumente la flexibilidad de los esquemas mentales y mejore ciertas áreas cognitivas asociadas a la ejecución de las actividades de vida diaria y actividades instrumentales de la misma.

Alfaro y Castro (2002) señalan que el paciente con algún deterioro cognitivo puede beneficiarse de estimulación cognitiva, siendo evidente como primer resultado una mejora en la calidad de vida. Pretendiéndose que la estimulación cognitiva estimule las áreas en las que presentan déficit, favoreciendo a que el deterioro sea menos significativo o ya sea reforzar otras áreas cognitivas donde no presenta dificultad, y así, recompensar la deficiencia en el área afectada.

2.16 Autonomía personal

El ámbito familiar y de relaciones afectivas que rodean el desarrollo evolutivo en la infancia que marcan sin duda la autonomía de los niños y niñas, en la medida en que podemos hablar de una incipiente autonomía. (Álvarez, 2015, pár. 8)

La autonomía es un concepto de la filosofía y la psicología evolutiva que expresa la capacidad para darse normas a uno mismo sin influencia de presiones externas o internas. Se opone a heteronomía. Autonomía se refiere a la regulación de la conducta por normas que surgen del individuo. Autónomo es todo aquél que decide conscientemente qué reglas son las que van a guiar su comportamiento.

Tener autonomía quiere decir ser capaz de hacer lo que uno cree que se debe hacer, pero no sólo eso. También significa ser capaz de analizar lo que creemos que debemos hacer y considerar si de verdad debe hacerse o si nos estamos engañando.

Somos autónomos cuando somos razonables y consideramos qué debemos hacer con todos los datos a nuestra disposición. Dicho de otro modo: somos verdaderamente autónomos cuando usamos nuestra conciencia moral.

Precisamente cuando hacemos esto, nos fijamos en la conexión causal entre las acciones y los efectos que producen. La conciencia de esa conexión nos lleva al concepto de responsabilidad. Sólo cuando somos libres en el sentido positivo de la palabra -es decir, autónomos, conscientes-, nos damos cuenta de la repercusión de nuestras acciones y podemos ser responsables. En relación al concepto de autonomía, como proceso para la toma de decisiones libres sustentadas en la propia conciencia de la persona (valores, principios, creencias, etc.), es interesante repasar algunos conceptos que contribuyen en la constitución de la autonomía como voluntad, libertad y autoestima. (Ferrater, M., 2001)

2.17 Inteligencia emocional

Definimos la Inteligencia Emocional como la capacidad de entender las emociones ajenas, comprender las nuestras propias y gestionar nuestros estados sentimentales. Cualidades como la empatía, el control emocional, la motivación o las habilidades sociales que forman parte de un espectro de capacidades comprendidas dentro del nicho de la Inteligencia Emocional.

Si hay algo que define al ser humano es su capacidad de razonar y reflexionar acerca de todo lo que le rodea, sin embargo, no siempre es así. En ocasiones, nuestras emociones se adueñan de nosotros provocando situaciones de malestar tanto personal como social. Podemos decir que cada uno de nosotros tiene dos tipos de inteligencia: la racional y la emocional. Ambas mentalidades se suelen solapar y, a pesar de que funcionen de manera independiente, una no puede actuar sin la influencia de la otra.

La toma de decisiones es un importante proceso mental, se caracteriza por poner en una balanza las ventajas e inconvenientes de las opciones a elegir. A pesar de inicialmente estemos convencidos de que hemos tomado una decisión en base a un proceso racional, en el momento de pensar en las repercusiones que tendrá dicha decisión, nuestro cerebro emocional se pone en marcha, haciendo así que cada opción tenga un fuerte componente emocional.

Goleman define la Inteligencia Emocional como una manera de entender los procesos cognitivos más allá del pensamiento lógico y racional. El autor concibe la inteligencia emocional como un conjunto de características clave para resolver con éxito los problemas vitales entre las que destacan: la habilidad de auto-motivarse y persistir sobre las decepciones; controlar el impulso para demorar la gratificación; regular el humor; evitar trastornos que disminuyan las capacidades cognitivas; mostrar empatía, y generar esperanza.

Este modelo, al igual que el de Mayer y Salovey (1997), se ha ido perfeccionando a través del tiempo, la versión final, que se muestra a continuación, afirma que la inteligencia emocional se integra por cuatro dimensiones conformadas de diversas competencias:

- El conocimiento de uno mismo. Dimensión formada por la competencia del autoconocimiento emocional, que comprende las capacidades para atender señales internas; reconocer como los propios sentimientos afectan el desempeño laboral; escuchar a la intuición, y poder hablar abiertamente de las emociones para emplearlas como guía de acción.
- La autorregulación. Dimensión relacionada con cómo la persona maneja su mundo interno para beneficio propio y de los demás, las competencias que la integran son: autocontrol emocional, orientación a los resultados, adaptabilidad y optimismo.
- La conciencia social. Las competencias desarrolladas en esta dimensión son esenciales para establecer buenas relaciones interpersonales, se conforma de: empatía y conciencia organizacional.
- La regulación de relaciones interpersonales. Se enfoca principalmente a los aspectos de persuasión e influencia sobre otros, se integra de las competencias: inspiración de liderazgo, influencia, manejo de conflicto, y trabajo en equipo y colaboración (Goleman, 2011).

Para Goleman (2000) un individuo que posee un buen nivel de inteligencia emocional no necesariamente dominará diversas competencias emocionales, ya que el primer concepto sólo indica la potencialidad que tiene la persona para el uso de habilidades inter e

intrapersonales como lo indica en el siguiente extracto: "Una competencias emocional es una capacidad adquirida basada en la inteligencia emocional que da lugar a un desempeño sobresaliente" (p. 33).

La Inteligencia Emocional no es fija, oscila a lo largo de nuestra vida y gracias a ello podemos desarrollar nuevas capacidades y habilidades sociales, que mejora con el paso de los años. En resumen, la teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman afirma que se requiere algo más allá del intelecto para que nos "vaya bien en la vida" y que la Inteligencia Emocional es la clave del éxito personal. Goleman (1995)

2.18 Asesoramiento psicopedagógico

El asesoramiento psicopedagógico se define como una intervención proveniente de un agente externo e independiente al órgano asesorado (el centro educativo y sus componente profesionales) en la que se establece una relación de colaboración entre ambas partes con la finalidad tanto de hacer frente a posibles problemáticas que puedan surgir en el ejercicio de la práctica profesional docente, como en la prevención global de la aparición futura de las mismas.

Cox, French y Loucks-Horsley (1987) realizaron un listado de las funciones atribuibles al grupo asesor, las cuales fueron diferenciadas en función de tres distintas fases de desarrollo de la intervención asesora: iniciación, desarrollo e institucionalización.

1. Fase de iniciación

En lo relativo a la fase de iniciación, la figura asesora debe valorar las necesidades, capacidades y recursos que presenta tanto el centro educativo como el cliente con quien colabora y el conjunto de usuarios beneficiarios finales de la actuación. Además, deberá realizar una valoración del tipo de prácticas que se aplican en el centro, así como de la elaboración del listado de objetivos y metas a conseguir con la intervención.

Del mismo modo, deberá trabajar en la creación de su propuesta de mejora de la práctica actual del centro proporcionando formación en nuevas estrategias de trabajo; organizando y asignando diferentes funciones al grupo docente; actuando en la optimización de los recursos tanto materiales como no materiales; y finalmente, facilitando el establecimiento de un vínculo positivo y comprometido de colaboración entre las diversas partes implicadas en el proceso de intervención.

2. Fase de desarrollo

En la fase de desarrollo el asesor debe enfatizar el ofrecimiento de formación en la solución de problemáticas concretas existentes en la práctica educativa del centro en cuestión, así como realizar un seguimiento de las propuestas de los cambios sugeridos y efectuar una evaluación de dicho proceso.

3. Fase de institucionalización

En la fase final de institucionalización, se persigue incorporar el conjunto de actuaciones efectuadas al listado de directrices y currículo del centro educativo intervenido. También

se realiza una valoración y seguimiento del programa implementado y se continúa con la formación del profesorado (sobre todo en caso de nuevas incorporaciones a la plantilla) y la dotación de recursos para posibilitar su continuidad una vez el grupo asesor haya terminado su trabajo en el centro educativo.

En la propuesta que realiza Rodríguez Romero (1992-1996) sobre las funciones generales que desempeña la figura de asesoramiento pedagógico en el ámbito de la educación se destacan las siguientes: formación, orientación, innovación, supervisión y organización.

2.19 Consultoría psicopedagógica

Mientras que la consultoría psicopedagógica es una orientación o asesoramiento que atiende dificultades académicas, asuntos emocionales y de familia, cambios de carrera, adicciones, sexualidad, depresión y otras problemáticas que aquejan al alumno durante su trayectoria formativa dentro de una institución educativa. (Diccionario institucional de la universidad Juárez, 2007, p.55)

Los temas de la consultoría donde se puede intervenir psicopedagógicamente según Valle (2005) son:

- 1.-Familia; Estilos parentales (estilos de crianza).
- 2.-Autoridad - autoritarismo
- 3.-Modificación de la conducta.
- 4.-Premios y castigos.
- 5.-Desarrollo de habilidades en niños pequeños (0-2 años)
- 6.-Desobediencia.
- 7.-Órdenes (cómo darlas para facilitar su cumplimiento).
- 8.-Agresividad infantil.
- 9.-Problemas de atención.
- 10.-Impulsividad infantil.
- 11.-Hiperactividad.
- 12.-Déficit de autoestima.
- 13.-Problemas de alimentación.
- 14.-Problemas de sueño.
- 15.-Pubertad y adolescencia.
- 16.-Cómo un niño puede mejorar la letra.
- 17.-Cómo leer mejor.

Según Rodríguez (1993), clasifica los Modelos de Consulta Psicopedagógica, en diferentes enfoques:

- Los basados en el enfoque de salud mental.
- Los Modelos de base conductual.
- Los Modelos basados en el enfoque de desarrollo de las organizaciones.
- Los Modelos basados en un enfoque psicoeducativo y ecológico.

En el campo Educativo algunos autores como Martínez, Quintanal y Téllez (2002), señalan a Patouillet en Estados Unidos, como el pionero de la consulta en este ámbito debido a su empeño de insertar en las escuelas al profesional de la orientación para ayudar a las personas con necesidades educativas especiales las cuales se estaban insertando en las escuelas en los años sesenta. Por tanto, la consultoría psicopedagógica es aquella que se centra en las demandas de formación académica con estatus similares, para desarrollar en estos las habilidades necesarias para intervenir problemas y prevenir dificultades en el contexto educativo.

2.20 Evaluación psicopedagógica

Para iniciar una comprensión de los límites y alcances de la Evaluación psicopedagógica, recordemos que García Vidal y González Manjón plantean que ella implica “procesos de recogida, tratamiento e interpretación de datos, como procesos de análisis y valoración de los mismos, encaminados a la elaboración de modelos funcionales explicativos del fenómeno de enseñanza y aprendizaje (diagnóstico), pero también y de modo inexcusable, procesos de toma de decisiones relativas al tratamiento psicopedagógico y educativo del sujeto o sujetos implicados en la evaluación, la correspondiente evaluación de los mismos y de forma obligada el seguimiento del programa de intervención educativa diseñado a tal efecto, debiendo entenderse este último como el elemento retroalimentador que todo proceso evaluativo debería contener y cuya explicitación resulta imprescindible cuando sobre un determinado proceso de aprendizaje actúa más de un profesional” (García, 1992, p. 163)

De este modo, el proceso de evaluación psicopedagógica puede decirse que se trata, en definitiva, de un proceso dinámico constituido por una serie de momentos interdependientes entre sí. Según a Lázaro (1990, p. 11), estos momentos pueden ser:

1. Establecimiento de referencias situacionales en función de unos criterios o normas previas.
2. Formulación de hipótesis diagnósticas.
3. Construcción de un diseño diagnóstico.
4. Decisión de los puntos sobre los cuales han de recogerse información y medios para hacerlo (procedimientos, instrumentos y técnicas de diagnóstico).
5. Valoración de los datos obtenidos.
6. Toma de decisiones sobre las posibles intervenciones de mejora.
7. Control continuado para constatar la validez de aquellas decisiones a lo largo de su aplicación.

En este proceso dinámico aparece en varios momentos la palabra diagnóstico. Este hecho nos sitúa frente a la cuestión de la relación existente entre diagnóstico y evaluación psicopedagógica, lo que constituye una polémica no menor. El concepto de diagnóstico

(gnosis) se refiere “al conocimiento de algo a través de la acumulación de datos obtenidos por la aplicación de recursos técnicos necesarios para ellos” (Kamisuri, L., 1983, Pp.207)

En el ámbito psicopedagógico se dice que el diagnóstico se concreta en el conocimiento del alumno, a través del empleo de técnicas e instrumentos -test y análisis de tareas- que poseen su fundamentación en principios y modelos teóricos de la Psicología y de la Pedagogía y cuya interpretación exige la continua referencia y aplicación de estos fundamentos.

En síntesis, en el presente texto se asume que el diagnóstico (o la evaluación diagnóstica psicopedagógica) es el tratamiento personalizado del educando, lo que implica la necesidad de desarrollar un proceso de recogida y tratamiento sistemático de información que -llevado con mentalidad científica- nos facilita el conocimiento verdadero del educando y la comprensión de su problemática con el objeto de poder decidir la intervención psicopedagógica y psicosocioeducativa más apropiada para él, cuyo seguimiento genera una retroalimentación continua para todo el proceso o una nueva toma de decisiones en orden a mantener, optimizar o modificar alguna, varias o todas las fases del mismo. Se sabe que la conceptualización de diagnóstico siempre ha tenido un significado más clínico o médico, por el contrario, el concepto de evaluación psicopedagógica alude más apropiadamente a un “proceso de rigurosa recogida y tratamiento de información”.

Por otro lado, se ha atribuido a la evaluación psicopedagógica dos grandes funciones: preventiva y correctiva. La función preventiva tiene relación con la practicidad de la evaluación psicopedagógica que, a partir de las posibilidades y limitaciones del educando, se pueda decidir el tipo de intervención que facilite desarrollar todas sus potencialidades. Esto puede significar, mantener la situación educativa tal como está o reestructurarla con el fin de optimizar las variables intervinientes en el presente. Esta reestructuración puede ser considerada también como una función de la evaluación psicopedagógica, ya que de ella pueden derivarse importantes beneficios psicoeducativos. Además, la función correctiva permite ayudar a los educandos que manifiestan dificultades en sus aprendizajes puesto que se busca conocer los factores que son causa de dichas dificultades, para posteriormente tomar decisiones respecto a su modificación, evitando así que sigan interfiriendo en el desarrollo del alumno.

En general, se puede plantear que la evaluación psicopedagógica tiene como objetivo último el decidir y aplicar una intervención, junto con el seguimiento evaluativo. Para llegar a decidir, aplicar y seguir una intervención es preciso que quien realiza la evaluación cumpla con una serie de funciones que, en conjunto con las anteriores, constituirán el campo de actividad del psicopedagogo. (Lázaro, A., 1982, p. 270)

2.21 Intervención psicopedagógica

La intervención psicopedagógica ha recibido diversas denominaciones como son: intervención psicoeducativa, pedagógica, psicológica, y sin que haya un total consenso, hay una referencia más común a lo psicopedagógico para referirse a un conjunto de actividades que contribuyen a dar solución a determinados problemas, prevenir la aparición de otros, colaborar con las instituciones para que las labores de enseñanza y

educación sean cada vez más dirigidas a las necesidades de los alumnos y la sociedad en general.

La concepción de intervención psicopedagógica como un proceso integrador e integral, supone la necesidad de identificar las acciones posibles según los objetivos y contextos a los cuales se dirige. Este tiene diversas etapas según Henao (2006, p. 218), las cuales son:

Principio de prevención: concibe la intervención como un proceso que ha de anticiparse a situaciones que pueden entorpecer el desarrollo integral de las personas.

Principio de Desarrollo: En este, se postula que la meta de toda educación es incrementar y activar el desarrollo del potencial de la persona mediante acciones que contribuyan a la estructuración de su personalidad, acrecentar capacidades, habilidades y motivaciones, a partir de dos posiciones teóricas no divergentes pero sí diferenciales:

- 1) El enfoque madurativo: Postula la existencia de una serie de etapas sucesivas en el proceso vital de toda persona, que van unidas a la edad cronológica, y por tanto, con fuerte dependencia del componente biológico.
- 2) El enfoque cognitivo: concede gran importancia a la experiencia y a la educación como promotoras de desarrollo, el cual es definido como el producto de una construcción, es decir, una consecuencia de la interacción del individuo con su entorno, que permite un progreso organizado y jerárquico. La mayoría de los psicólogos interesados en el desarrollo, están de acuerdo en que este principio reúne ambas concepciones.

Según Miller (1971), un enfoque no excluye al otro, por el contrario, cuando ambos se toman en cuenta es posible una adecuada flexibilidad teórica y por lo tanto una intervención integral.

Principio de acción social: definido como la posibilidad de que el sujeto haga un reconocimiento de variables contextuales y de esta manera hacer uso de competencias adquiridas en la intervención, para adaptarse y hacer frente a éstas en su constante transformación. (Henao, C, 2006, p. 119)

3. Marco Contextual

Con respecto al proyecto que se desarrollará en este trabajo, se debe de mencionar que su inicio fue en la materia Asesoramiento Psicopedagógico impartido por la Profesora Carmen María Priante Breton, que compartió conocimientos sobre la inclusión a través de un "Plan centrado en la persona", el cual implementa una metodología con enfoque humanista que se basa en una visión de respeto y dignidad hacia las personas con discapacidad. Teniendo como objetivo principal, la inclusión y la ayuda en el desarrollo integral de las personas. Se pensó en planificar los pasos para lograr sus metas personales, mediante un curso de Psicoballet, impartido por la alumna Grecia Beltrán Márquez que combina técnicas clásicas con el modelo Cubano, implicando en los alumnos una visión de disciplina, recreación, movilidad y arte.

Se determinó intervenir en un Centro de Integración Psicológica y Aprendizaje que se encuentra en el Estado de Puebla, donde se analizó y estudió a la población para así obtener un mejor panorama acerca de las necesidades que se presentan en los miembros de la institución, al igual que se dialogó con la directora del centro para conocer su opinión sobre el desarrollo de un curso de "Psicoballet". La misión de este centro es "Somos una comunidad educativa no lucrativa, que se dedica a formar y desarrollar competencias en las personas con discapacidad intelectual para lograr una vida con calidad e independencia y la integración digna en la sociedad. Lo cual hace referencia a la necesidad existente que es la inclusión y el desarrollo integral de los que asisten.

Es importante conocer los conceptos generales sobre el proyecto del Psicoballet, lo cual este se presenta como una efectiva terapéutica de rehabilitación mental y social, es un programa cubano de atención para prevenir conductas de riesgo, para curar alteraciones emocionales y trastornos de conducta, para habilitar a personas con discapacidad intelectual, para reeducar y para rehabilitar a personas con necesidad de especial atención por ser portadores de diversas condiciones psíquicas, mentales, motoras o sensoriales.

De ninguna manera es un trabajo unipersonal e independiente, por el contrario, es una estructura teórica, metodológica y técnica pluridisciplinaria; producto del trabajo de muchos/as que desde su creación, hasta la actualidad, en él han participado; añadiendo cada uno sus conocimientos y creatividad para forjar un espacio lleno de amor, y de solidaridad donde los problemas disminuyen, entrando la alegría y el crecimiento personal.

Se desarrolla por medio de un cronograma específico donde se trabajan diferentes procesos y etapas, las sesiones terapéuticas ("clase") abarcan calentamiento físico, ejercicios técnicos y expresión creativa, dirigidas por un equipo primario, psicólogo y especialista de ballet o danza. Cada persona participante es valorada y se trabaja acorde a las características personales y las generales del grupo, siguiendo las metas terapéuticas necesarias para cada uno y los objetivos precisos en cada una de las sesiones o "clase", así llamada para evitar los sentimientos de minusvalía en los

participantes y sus familiares. El esfuerzo individual y colectivo rescata autoestima y logra autorrealización. (Palacio de las Convenciones de la Habana, 2001).

Es por ello que el Psicoballet se define como una modalidad de terapia artística, dentro del modelo del arte-terapia, una terapia específicamente danzaría; que tiene gran utilidad como método psicocorrectivo y su duración es de nueve meses; comenta Fariñas (2001), sobre la técnica Cubana que se aplica en el curso que impartimos.

La persona que a la vez aprende a resaltar los aspectos positivos de los demás, recibe valoraciones positivas acerca de su actuación, tanto en el grupo como fuera de este, se desarrolla una autoestima y autonomía adecuada. Las vivencias de “yo puedo”, “yo hago”, “yo logro” fomentan este sentimiento y establecen las bases para una autorrealización (Grupo Nacional de Psicoballet, 2012).

Siendo así importante mencionar la cita de Fariñas (2009), donde dice que el Psicoballet representa un Sistema Dinámico Integral en el que se interrelacionan armónicamente diferentes elementos o subsistemas, entre ellos: Métodos y técnicas psicológicas, música, danza, pantomima, dramatización, cultura física, elementos de diferentes manifestaciones artísticas, expresión corporal y juegos. Dentro de este novedoso Sistema terapéutico, la Psicología, sirve de base y la técnica de Ballet se utiliza como instrumento para la acción, constituyéndose, desde el inicio, el grupo de participantes como un grupo operativo, que se une para desarrollar un objetivo común; el trabajo artístico encaminado a la recuperación y al crecimiento personal de cada participante.

Teniendo una apertura más amplia sobre los conceptos que se llevarán a cabo en esta intervención, cabe mencionar que se logra la creación e implementación del proyecto dinámico dentro de las instalaciones del Centro antes ya mencionado. Su difusión comenzó por una convocatoria física (un cartel) que se proporcionó dentro y fuera del centro, este señalaba datos concretos y la finalidad de fomentar la inclusión social de personas con o sin discapacidad en la comunidad; haciendo de esto, un trabajo en conjunto con toda la sociedad para sensibilizarse con respecto a la discapacidad. Por último es importante mencionar que se entregaron folletos con los requisitos necesarios como era el vestuario, los horarios (fecha límite) y los conceptos básicos de nuestras clases, para quien estuviera interesado, al finalizar la semana de difusión poder iniciar la primera clase de Psicoballet enfocada en una visión inclusiva hacia la diversidad.

Sujetos de estudio

Dando así hincapié al método que se aplicará en este determinado grupo de personas que se describirá a continuación, tomando en cuenta el tipo de investigación antes mencionado y nombrando al Centro de Integración Psicológica donde se aplicará. En el centro se divide en grupos a los chicos referente a la edad y discapacidad que presentan, por lo cual nuestro grupo de Psicoballet al inicio se integra de 5 niñas de 5 a 13 años, 5 mujeres de 17 a 50 años y 1 niño de 10 años, lo que da un total de 11 bailarines. Los participantes son personas de la comunidad de la colonia Guadalupe que forman parte del centro desde hace mucho tiempo; por lo cual se tienen expedientes que indican que la mayoría de las alumnas tienen discapacidad intelectual, 1 discapacidad auditiva y 3 de ellas con dificultades motrices. Dentro del grupo de Psicoballet para ser más específicos,

ingresaron 2 personas con Síndrome de Down, 1 persona con Síndrome de Down y poca movilidad, 1 persona con Parálisis Cerebral infantil, 2 con autismo, 3 con discapacidad intelectual y dificultades en la motricidad, y finalmente, 2 personas con discapacidad intelectual leve.

Conforme fue avanzando el proyecto, nuestro grupo de Psicoballet fue creciendo, logrando tener 20 participantes siendo así 5 niñas de 5 a 11 años, 14 mujeres de 17 a 50 años y 1 niño de 10 años. Específicamente el grupo se conformó de 2 personas con Síndrome de Down, 1 persona con Síndrome de Down y poca movilidad, 1 persona con Parálisis Cerebral infantil, 2 con autismo, 3 con discapacidad intelectual y dificultades en la motricidad, 2 personas con discapacidad intelectual leve, 1 con discapacidad auditiva y finalmente 9 sin discapacidad.

Siendo así los sujetos de estudio dentro de esta investigación para la aplicación del método de Psicoballet como intervención psicopedagógica para lograr el desarrollo integral de las personas y su inclusión en la sociedad.

Datos generales de los participantes del curso de Psicoballet.

NOMBRE	ROL ESCOLAR Y FAMILIAR	DISCAPACIDAD O SIN DISCAPACIDAD
Sujeto 1	Alumna del centro e hija	Síndrome de Down
Sujeto 2	Alumna del centro e hija	Síndrome de down
Sujeto 4	Alumna del centro e hija	Discapacidad intelectual
Sujeto 5	Alumna del centro e hija	PCI
Sujeto 6	Alumna del centro e hija	Autismo
Sujeto 7	Alumna del centro e hija	Autismo
Sujeto 8	Alumna del centro e hija	Discapacidad auditiva
Sujeto 9	Alumna del centro e hija	Discapacidad intelectual leve
Sujeto 10	Madre	Sin discapacidad
Sujeto 11	Alumna del centro e hija	Discapacidad intelectual
Sujeto 12	Voluntaria	Sin discapacidad
Sujeto 13	Madre	Sin discapacidad
Sujeto 14	Docente	Sin discapacidad
Sujeto 15	Psicóloga	Sin discapacidad
Sujeto 16	Docente	Sin discapacidad
Sujeto 17	Alumno del centro e hijo	Síndrome de down y discapacidad física
Sujeto 18	Alumna del centro e hija	Discapacidad intelectual
Sujeto 19	Voluntaria	Sin discapacidad
Sujeto 20	Voluntaria	Sin discapacidad

4. Descripción de propuesta

La propuesta de intervención del presente proyecto es de tipo investigación- acción, como antes ya lo habíamos mencionado, lo cual es importante recordar que los pasos que se llevan a cabo serán en conjunto de una intervención psicopedagógica para hacer una mejora en cierto grupo vulnerable después de detectar ciertas necesidades, siendo físicas, intelectuales, sociales, laborales, o de cualquier índole. Los pasos que se deben aplicar según Rubio y Vargas (2004) son:

1. La identificación del problema.
2. Configuración del equipo investigador.
3. Primera aproximación al objeto de estudio.
4. Proyecto de investigación (problema, investigación y metodología).
5. Recogida de información (instrumentos y datos).
6. Análisis de datos y toma de decisiones.

Después del punto número 6 se implementa el plan de acción y el ciclo se repite al volver a evaluar los cambios y elaborar el informe de los resultados; así sucesivamente hasta alcanzar el objetivo general de la investigación. Por lo cual el proyecto tuvo 3 fases que son las divisiones del método que lleva a cabo el psicoballet (inicial, intermedio y final) para ver los avances y objetivos que se han cumplido a lo largo de la aplicación, y así, hacer un plan de acción nuevamente si algún objetivo no se ha cumplido.

- En la fase 1 que es la inicial referente al diagnóstico, se realizarán observaciones, aplicación de instrumentos, evaluación e intervención psicopedagógica, y se creará un plan de acción para que finalmente se proyecten los resultados, y en dado caso, se repita el proceso según los objetivos cumplidos, no cumplidos y las nuevas necesidades para que en la siguiente fase se mejoren.
- En la fase 2 que es la intermedia, se pondrá en práctica el plan de acción para intervenir en las necesidades detectadas en la fase 1 y así lograr una mejora en ellos; se realizarán nuevas observaciones y detecciones de necesidades por medio de la evaluación psicopedagógica que también irá en conjunto de instrumentos para recopilar información y así hacer una intervención según los objetivos ya cumplidos y los que faltan por lograr.
- En la fase 3 que es la final, se pondrá en práctica el plan de acción para intervenir en las necesidades de la fase 2 y así lograr una mejora en todos los objetivos, finalizando el proyecto con resultados positivos y con beneficios a las personas que formaron parte de este grupo artístico de manera integral; no dejando de lado la evaluación e intervención psicopedagógica que nos ayudará a definir si se han logrado todos los objetivos o han quedado aún objetivos sin cumplir.

A continuación, se presenta la planeación de intervención en este proyecto ya antes explicado de manera estructurada, comenzando por el diagnóstico.

4.1 Planeación de la intervención

Fase 1 (Octubre- Enero)

4.1.1 Diagnóstico Psicopedagógico

El diagnóstico psicopedagógico que se realiza en este proyecto tiene el propósito de identificar las necesidades por medio del dialogo con la directora y profesores, aparte de aplicar instrumentos como cuestionarios semiestructurados, que apoyan en conocer más a detalle las variables de esta investigación; logrando así, identificar cuáles son las áreas de oportunidad donde se tienen que intervenir a lo largo de este proceso, teniendo como finalidad, el obtener mejores resultados y desarrollarlos satisfactoriamente. Se exponen los dos tipos de diagnóstico que se realizaron para recabar información importante sobre las necesidades existentes en este centro:

Primera sesión – 5 de Octubre

Observación.

En la primera clase de inducción se detectaron necesidades evidentes tanto físicas como intelectuales, de coordinación y movilidad, al igual que se presentaron algunas no tan evidentes, las cuales se fueron desarrollando conforme al paso del tiempo en cada clase, donde la duración de cada una de ellas fue aproximadamente de 1 hora.

La observación fue fundamental en esta sesión, ya que era muy precipitado ir directamente y preguntarles a las alumnas sobre su contexto y necesidades. Al inicio se formó un círculo y se fueron presentando las alumnas que asistieron ese día en la sesión con un total de 10 mujeres de entre 8 a 40 años de edad. Estas personas tienen discapacidad intelectual, 3 personas tienen discapacidad motriz y 1 persona con discapacidad auditiva, todas ellas forman parte del Centro. En el primer encuentro se unió la madre de una de las niñas y decidió participar en todas las sesiones y apoyarnos en el manejo de algunas alumnas para realizar los ejercicios solicitados durante la clase, con el objetivo de apoyarnos durante los nueve meses de duración del curso.

Posteriormente se delimitaron responsabilidades con los profesores, padres de familia, profesionales, voluntarios y alumnos, estableciendo que 5 de las personas de apoyo en el Centro van a apoyar a una persona en específico, aquellas que presentan mayor dificultad motriz o de atención para realizar las actividades, el resto de las alumnas serán atendidas y guiadas por nosotras, al igual que se orientara a los apoyos para desarrollar correctamente los ejercicios durante la clase.

Segunda sesión – 12 de Octubre

En la siguiente clase se repasó lo antes visto para reafirmar el avance y se detectaron nuevas necesidades con respecto al espacio físico en el que se desarrolla la sesión, ya que los espacios que cada una necesita para realizar sus movimientos son escasos y poco accesibles, lo que dificulta la realización de los ejercicios. De manera personal se observó un gran avance motivacional y físico con la mayoría de las alumnas.

Al finalizar la clase solicitamos a las madres que nos acompañaron ese día en la sesión, al igual que a algunos profesores, que nos respondieran un pequeño cuestionario para determinar ciertos ámbitos, donde su información iba a ser para uso benéfico y de crecimiento, confirmando que la información que escribiera sería completamente confidencial. Se solicitó que respondieran cada una de las preguntas agregando una pequeña justificación y permitiendo dar su opinión-sugerencias durante el curso.

INSTRUMENTO 1.

Primer cuestionario para conocer las necesidades del centro y la inducción del Psicoballet en él. Este cuestionario fue dado a padres de familia de los alumnos que asistieron a las clases de Psicoballet, con la finalidad de conocer las necesidades que ellos sugieren a intervenir.

Nombre: _____

Edad: _____ Padre o Madre de: _____

1. ¿Cuáles son las necesidades que observas en el Centro de Integración Psicología y Aprendizaje?
2. ¿Qué opinan sobre las actividades físicas que desempeñan sus hijos en Centro de Integración Psicología y Aprendizaje?
 - a) Es inadecuada
 - b) Es adecuada pero se necesita variar en las modalidades
 - c) Es adecuada pero no cubre los intereses de los participantes
3. ¿Consideran que necesitan otro tipo de actividades para cambiar la rutina diaria?
 - a) Sí, es necesario
 - b) No, está bien así
 - c) Me es indiferente
4. ¿Consideras que tu hijo/a necesita mayor estimulación psicomotriz?
 - a) Sí, es necesario
 - b) No, está bien así
 - c) Me es indiferente
5. ¿Alguna vez has escuchado sobre el Psicoballet?

SI / NO

6. ¿Les gustaría que sus hijos participaran en un curso de Psicoballet? ¿Por qué?

SI / NO

INSTRUMENTO 2

Este instrumento se realizó para conocer si era pertinente el Psicoballet en el Centro de Integración Psicología y Aprendizaje después de la primera semana que se presentaron las clases muestra dentro del centro.

Nombre: _____

Edad: _____ Puesto en el Centro: _____

1. ¿Qué piensa que es la inclusión?
 - a) Tendencia que busca integrar a las personas dentro de la sociedad.
 - b) Acciones que respetan a la diversidad, sin importar las condiciones en las que se encuentren.
 - c) Que todos tienen libre expresión.
2. ¿Cómo consideras que sería un ambiente inclusivo?
 - a) Con muchas dinámicas de relajación y música que amenice el labor diario de la institución.
 - b) Que sirva para la felicidad de las personas.
 - c) Que funcione para la mejora y el crecimiento integral de todos los alumnos en los diferentes ámbitos.
3. ¿Qué piensa que significa Psicoballet?
 - a) Terapia y baile al mismo tiempo
 - b) Danza que ayuda a estimular física y mentalmente a las personas para una mejora en su vida
 - c) Una forma de aprender ballet
4. ¿Es importante tomar clases de Psicoballet entre personas con discapacidad y sin discapacidad? ¿Por qué?

Si

NO
5. ¿Consideras importante la inclusión en el medio artístico? ¿Por qué?

Si

NO
6. ¿Te gusta la idea del Psicoballet para las personas del Centro? ¿Por qué?

Si

NO

7. Mencione los aspectos más importantes para adquirir en Psicoballet

- a) Autoestima, Felicidad, Elasticidad.
- b) Seguridad, Autoestima, mejora Física.
- c) Recreación, Estimulación, Motivación.
- d) Interés, Gusto, Carisma

8. ¿Ha visto un avance significativo en las personas que asisten al curso de Psicoballet?

¿Por qué?

Si

NO

9. ¿Considera que es importante el ambiente en donde se toma la clase de Psicoballet?

Si

NO

¿Por qué?

10 ¿Qué le gustaría ver en el curso de Psicoballet para que mejore?

4.1.2 Diseño de intervención Fase 1

Conociendo las primeras necesidades por medio de la observación, se hizo un plan de acción, desarrollando las actividades que se realizarían en un futuro conforme pasaran las horas y días de clase, por consiguiente, ir interviniendo en la mejora del espacio y desarrollo integral de las personas que participan en este proyecto de Psicoballet. Las clases fueron dadas en los horarios establecidos de 12 a 13 hrs. los días miércoles en el lugar ya antes acordado; haciendo de esto una experiencia única día a día, con la finalidad de que los alumnos fueran conociendo su cuerpo, sus habilidades, capacidades y su persona en general; con base a las estrategias y técnicas psicopedagógicas al igual que del método de psicoballet para lograrlo.

4.1.3 Desarrollo de Intervención Psicopedagógica en fase 1

Plan de acción con base en los resultados del Diagnóstico:

	Acción	Descripción	Observaciones
1	Contacto con la directora del centro para conocer la problemática existente.	Se contacta a la directora del centro después de dar a conocer la problemática en clase por medio de una profesora en UPAEP, definió que en dicha institución no existía la inclusión que tiene como misión el propio centro.	Se observó muy buena disposición por parte de la directora y por ello se pudo realizar una buena plática dirigiendo problemática y las funciones del método que pueden tener resultados positivos en los chicos y la institución.
2	Detección de necesidades por medio de un	En este se aplicó un instrumento semiestructurada los docentes, directivos y voluntarios, en donde	En dicho cuestionario salieron aún más variables que se determinaron importantes con respecto a las

	instrumento y observación	se hicieron preguntas con respecto a la inclusión, la viabilidad del psicoballet y lo que se esperaba en dicho curso.	instalaciones, los chicos y ámbitos más personales que a continuación se darán a conocer.
3	Se intervino de manera Psicopedagógica ante la necesidad y la mejora que estaban pidiendo en el centro	Comenzaron las clases el 26 de Octubre donde se siguieron observando necesidades.	En dicho punto, se aplicaba el método del Psicoballet para obtener una mejora en la inclusión que era lo primordial en la institución, pero observando y poniendo atención a todo, se detectaron aún más necesidades, y estas, influyendo en el desarrollo integral de las personas que asisten, como son: limitaciones psicomotrices, de coordinación, motivación, atención y memoria, actitud negativa, falta de inclusión dentro y fuera del centro, entre otras.
4	Presentación de 3 de Diciembre	Esta presentación se hace con el fin de que ellos poco a poco ingresen a la sociedad de una manera cultural-artística, que hiciera el que ellos se sintieran incluidos y felices en dicho ámbito.	Esta presentación se realiza en el Teatro de la ciudad, ya que fuimos invitados a la celebración del Día internacional de la discapacidad que realizaron en el Centro de la ciudad de Puebla.

4.1.4 Primera Evaluación psicopedagógica

Se detectan ciertas necesidades específicas de manera integral que afectan el rendimiento de los asistentes que formaran parte de este proyecto, el cual se nombró "Psicoballet para todos", estos resultados son obtenidos de los instrumentos semiestructurados (INSTRUMENTO 1 E INSTRUMENTO 2) y observaciones que se realizan en la parte del diagnóstico psicopedagógico y aportan en el seguimiento que se le dará durante los 9 meses que se recomienda en el método de Psicoballet.

4.1.5 Resultados

En esta evaluación psicopedagógica se recaba información para en un futuro aportar en la mejora de las necesidades, siendo de una institución o de manera personal, por ello existen resultados cuantitativos y cualitativos que brindan un mejor entendimiento de la problemática en donde se contribuirá de manera psicopedagógica. Los resultados de los instrumentos diagnósticos son los siguientes:

INSTRUMENTO 1

De manera cuantitativa Y cualitativa se pueden obtener los resultados que resultaron del cuestionario aplicado al inicio del curso, que próximamente se presentarán.

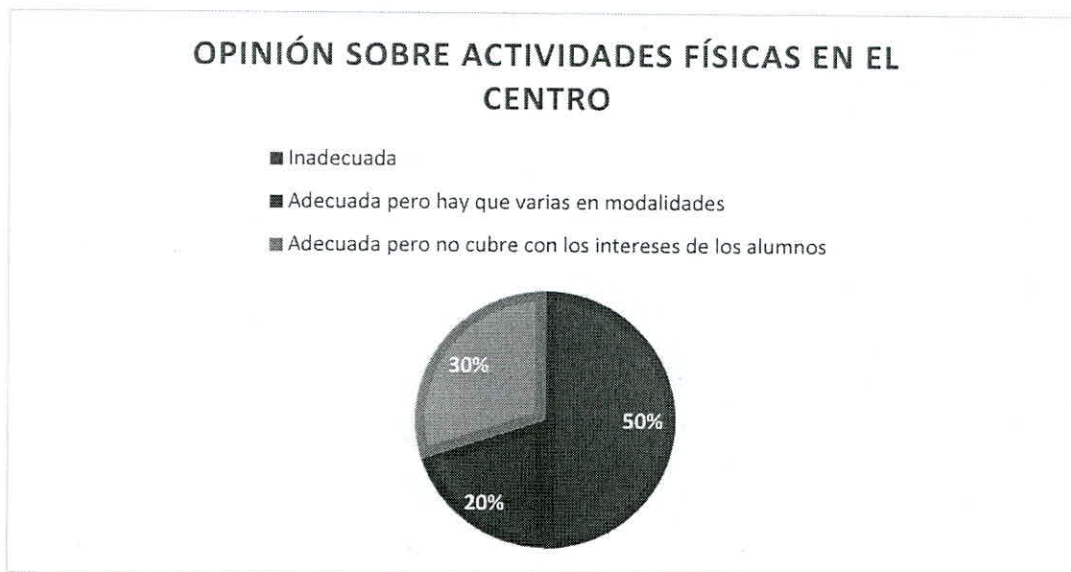
1. ¿Cuáles son las necesidades que observas en el Centro de Integración Psicología y Aprendizaje?

Resultados cualitativos

1. Que hay poco espacio para hacer actividades físicas
2. Sólo hacen cosas para estar mejor mentalmente pero no de ejercicio
3. La convivencia entre los alumnos no se da entre todos, sólo entre amigas o hermanos
4. Los que están en la colonia no conocen lo que hacen en este centro donde capacitan a personas con discapacidad
5. Hay poca motivación en los alumnos, luego no quieren asistir a clases
6. En algunas ocasiones se ponen de malas los alumnos debido a que hay poco espacio entre todos.
7. Hacen sólo cosas manuales
8. Necesitan motivar más a los alumnas en las clases, porque llegan a ser algo mecánicas
9. Necesitan un lugar más amplio para que se puedan desarrollar de mejor forma.
10. Necesitan sentirse parte de la colonia, hacer más ejercicio, sentirse más felices y convivir entre ellos.

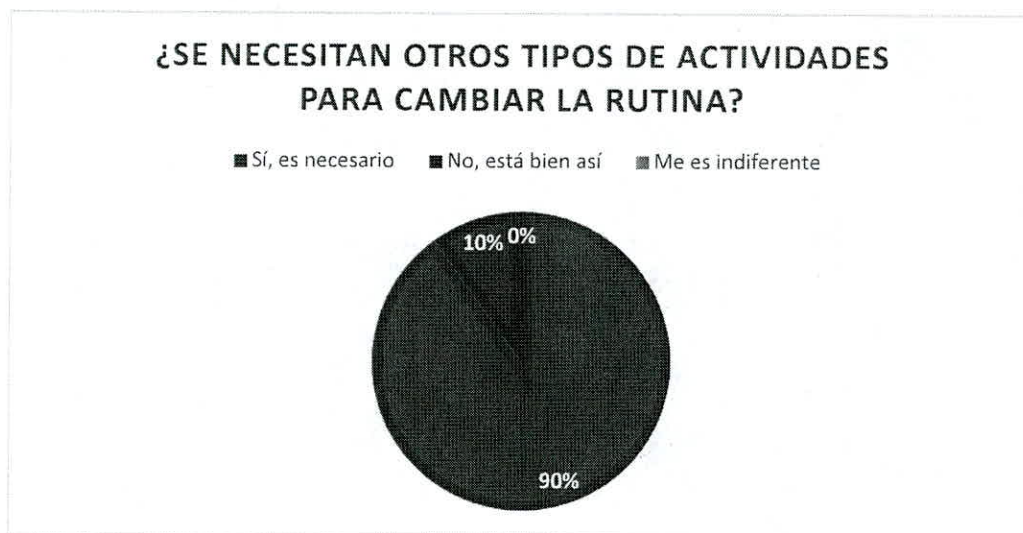
Resultados cuantitativos

2. ¿Qué opinan sobre las actividades físicas que desempeñan sus hijos en Centro de Integración Psicología y Aprendizaje?



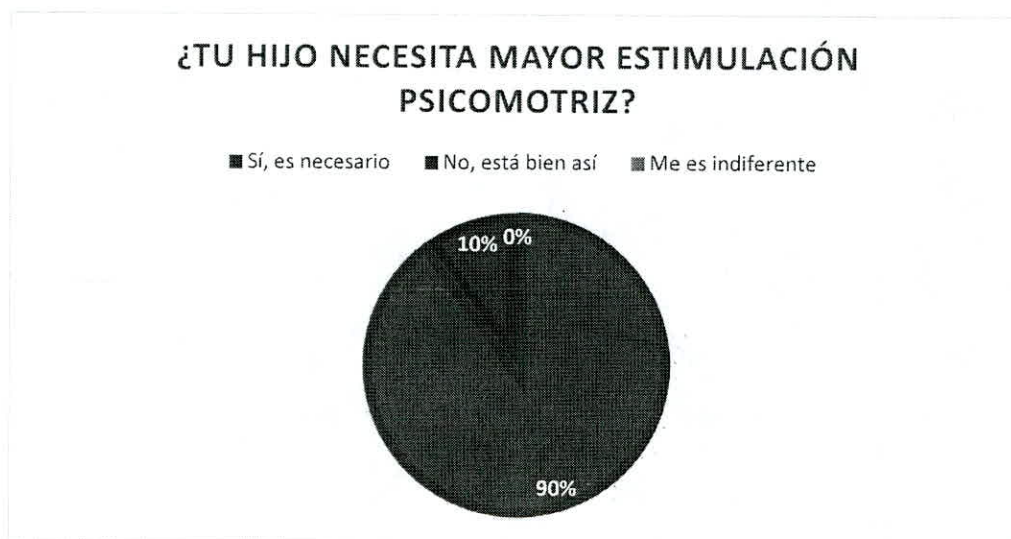
3. ¿Consideran que necesitan otro tipo de actividades para cambiar la rutina diaria?

3.



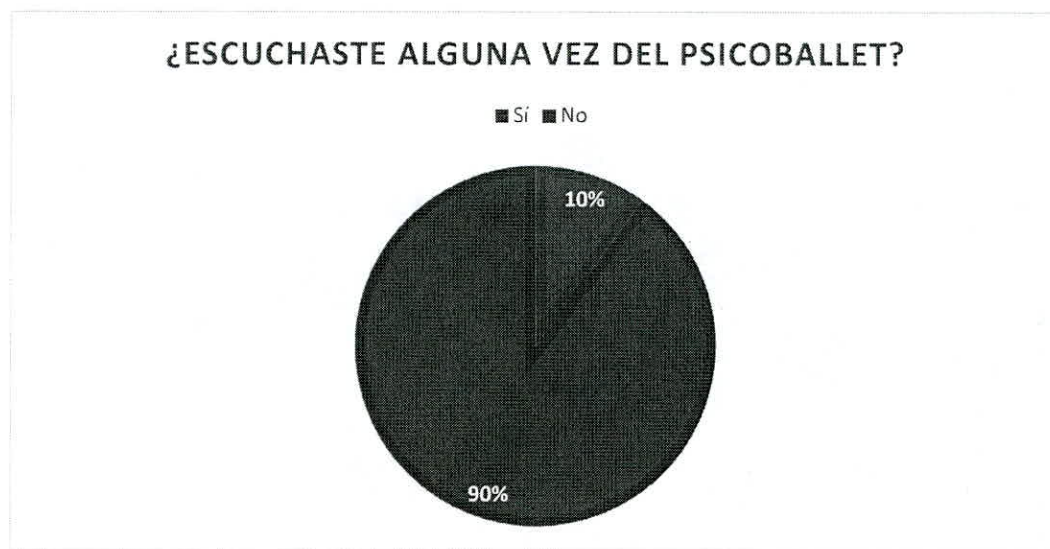
4. ¿Consideras que tu hijo/a necesita mayor estimulación psicomotriz?

4.



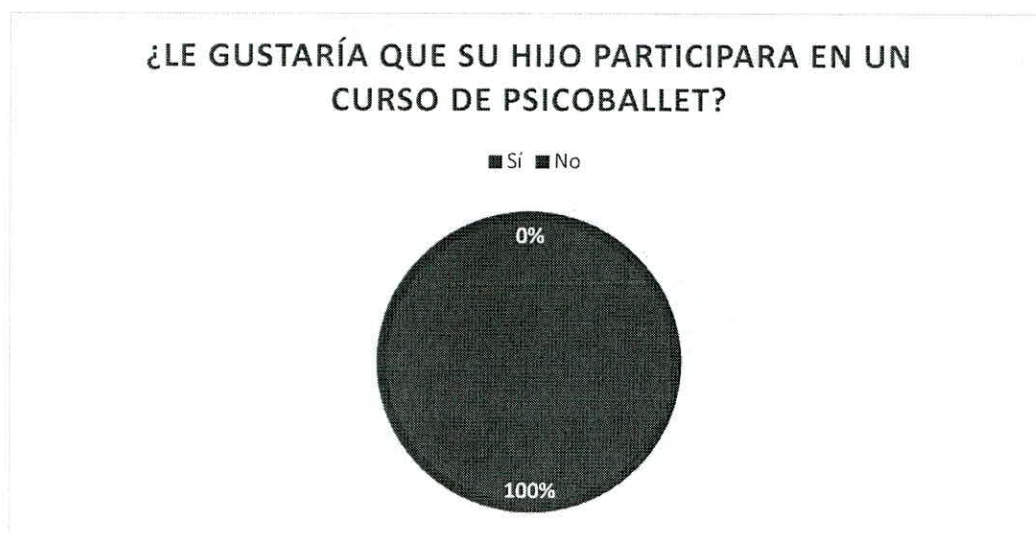
5. ¿Alguna vez has escuchado sobre el Psicoballet?

5.



6. ¿Les gustaría que sus hijos participaran en un curso de Psicoballet? ¿Por qué?

6.



6. Resultados cualitativos

1. Para mejorar en su cuerpo y su pensamiento
2. Para probar más cursos que le ayuden en su cuerpo y también en la parte mental
3. Porque le ayudaría en lo que tal vez le cuesta trabajo, como es moverse y convivir con los demás
4. Si porque a ella le gusta mucho bailar y escuchar música
5. Porque le ayudaría a mover mejor su cuerpo, ser más fuerte en sus músculos y detenerse por ella misma

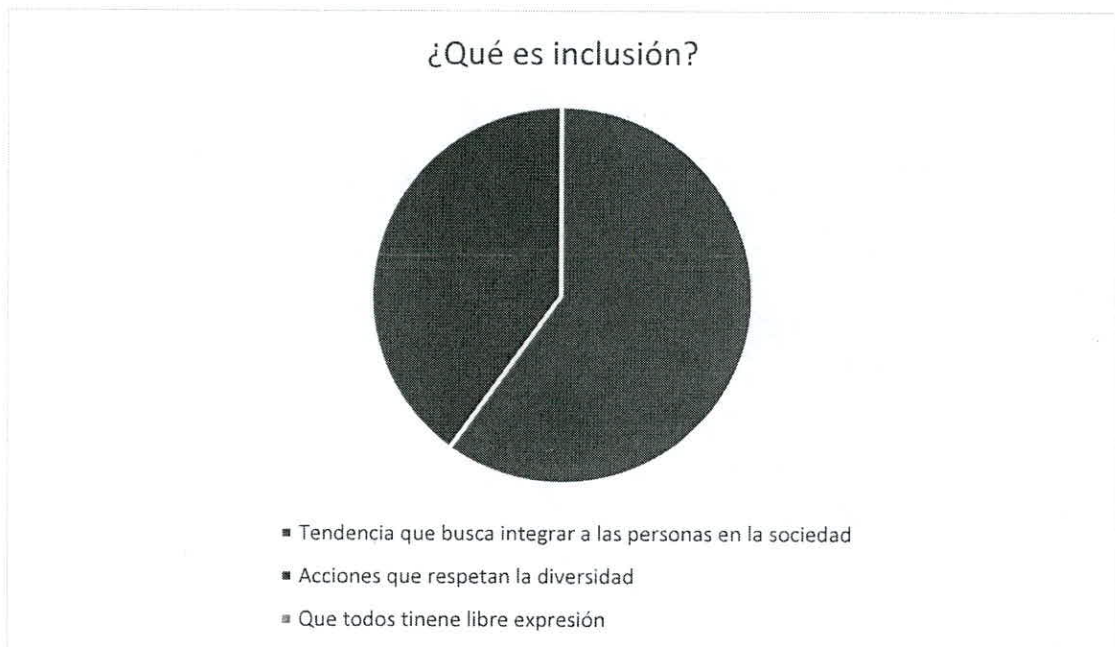
6. Hace una actividad diferente en donde podría ayudarle a ser mejor persona en la parte corporal y en pensamiento
7. Le ayudará en su estado de ánimo porque la relajará, aparte de que le ayudará en su cuerpo y una mejor relación con sus compañeros.
8. Le ayudará a mi hija en todos los sentidos, porque no puede ser autónoma en sus movimientos y en sus tareas.
9. Una actividad extra siempre es bueno para mejorar corporalmente y mentalmente.
10. Me gustaría para que tuviera una experiencia extra y significativa en su vida, donde también puede mejorar en muchas áreas de su cuerpo.

INSTRUMENTO 2

De manera cuantitativa y cualitativa se pueden obtener los resultados que resultaron del cuestionario aplicado al inicio del curso, que próximamente se presentarán; estos cuestionarios se aplicaron a una media del sector de padres de familia que asisten a las clases con sus hijos, para así delimitar las respuestas y puedan ser más significativas.

Resultados cuantitativos

1. ¿Qué piensa que es la inclusión?

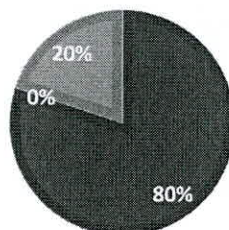


2. ¿Cómo consideras que sería un ambiente inclusivo?

2

¿CÓMO CONSIDERAS UN AMBIENTE INCLUSIVO?

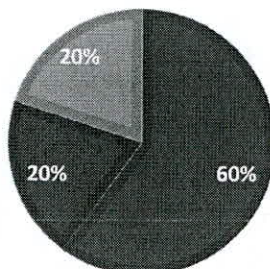
- La mejora y crecimiento integral de todos
- Con dinámicas de relajación y música
- Que sirva para la felicidad de las personas



3. ¿Qué piensa que significa Psicoballet?

¿QUÉ ES PSICOBALLET?

- Terapia y baile
- Danza que ayuda a estimular física y mentalmente
- Una forma de aprender ballet



4. ¿Es importante tomar clases de Psicoballet entre personas con discapacidad y sin discapacidad? ¿Por qué?

4

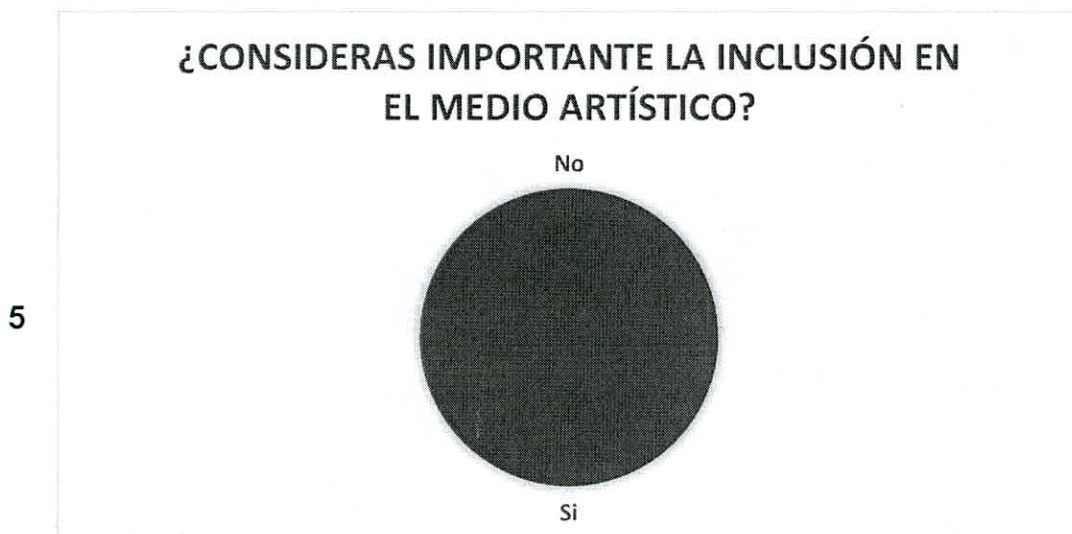
ES IMPORTANTE TOMAR PSICOBALLET JUNTOS (PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y PERSONAS SIN DISCAPACIDAD)



Resultados cualitativos

1. El movimiento lo pueden usar con todos.
2. Creo que sirve como ejercicio, distracción y estimulación mental también.
3. Las personas (ambas) tienen la posibilidad de convivir y educarse.
4. Estimula diferentes áreas cerebrales.
5. Estimula la convivencia.

5. ¿Consideras importante la inclusión en el medio artístico? ¿Por qué?



Resultados cualitativos

1. Es una de las áreas importantes para incluirlo en la sociedad.
2. Modifica los pensamientos preconcebidos sobre la discapacidad.
3. El arte es belleza y todos podemos disfrutarla y ser parte de ella en alguna medida.
4. Para expresiones emocionales.
5. Como terapia se ha visto mucho, tiene varios beneficios

6. ¿Te gusta la idea del Psicoballet para las personas del Centro?

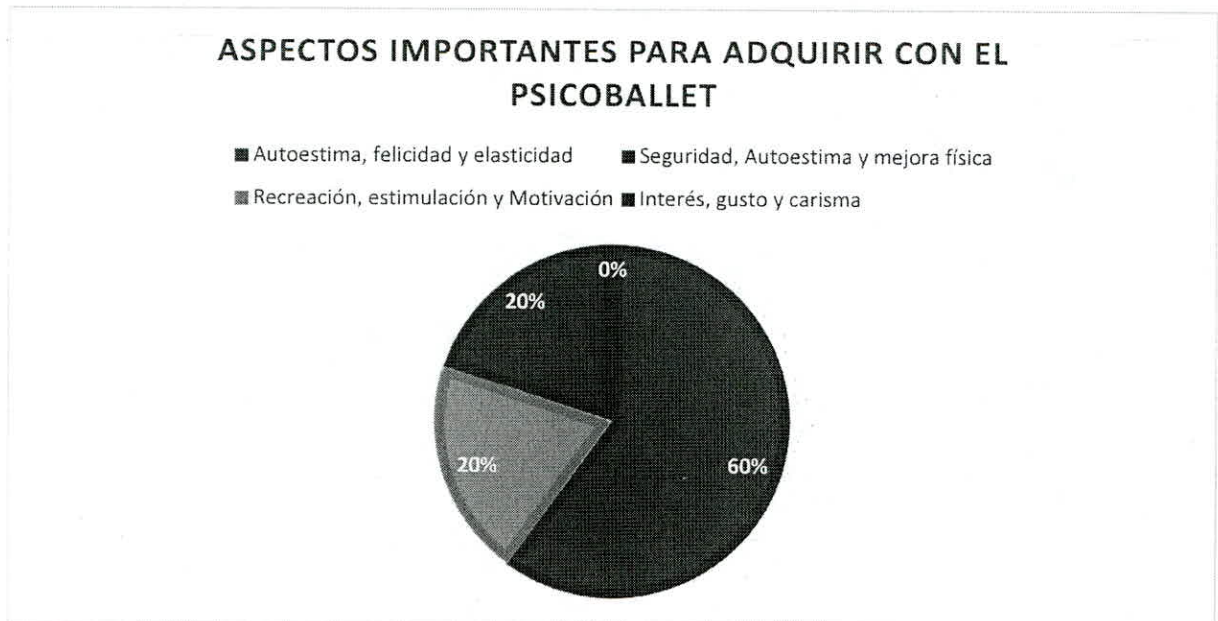
6



Resultados cualitativos

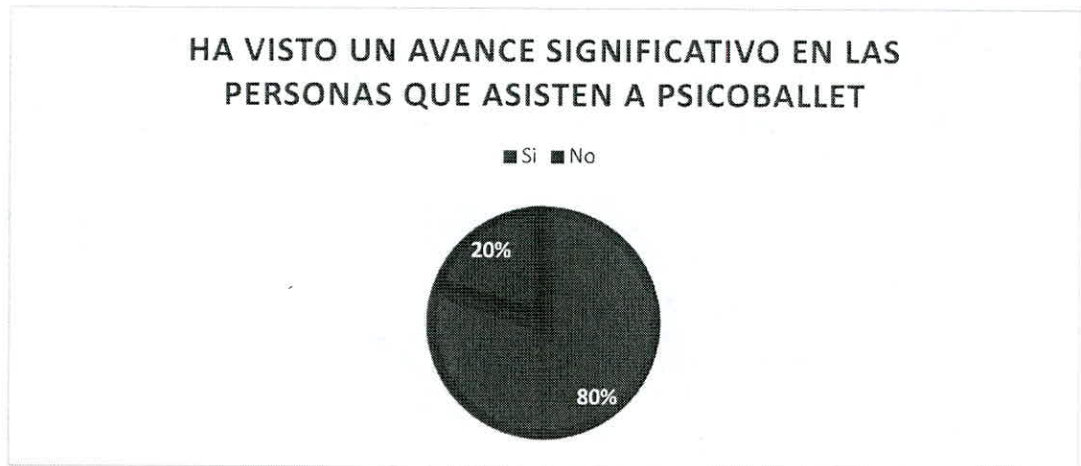
1. Era muy necesaria esta actividad.
2. Les agrada la clase y les da seguridad
3. Emocional y físicamente les sirve.
4. Es un camino para expresarte.

7. Mencione los aspectos más importantes para adquirir en Psicoballet



8. ¿Ha visto un avance significativo en las personas que asisten al curso de Psicoballet?
¿Por qué?

8

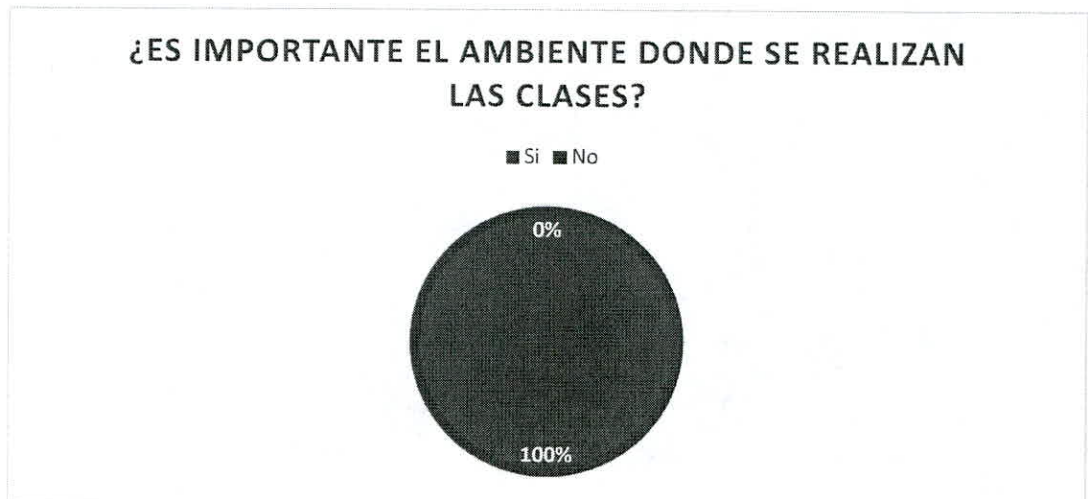


Resultados cualitativos

1. Es una motivación diferente, nueva, buena.
2. Algunas saben las posiciones.
3. Son las primeras clases (No).
4. Siguen indicaciones e imitan movimientos.
5. Les gustan, salen contentas.

9. ¿Considera que es importante el ambiente en donde se toma la clase de Psicoballet?
¿Por qué?

9



Resultados cualitativos

1. Para poder concentrarse y seguir indicaciones.
2. El desplazamiento de los chicos.
3. Es necesario un lugar adecuado para disminuir distracciones.
4. Los alumnos se ven interesados y dispuestos.
5. Para que todos tengan atención.

10. ¿Qué le gustaría ver en el curso de Psicoballet para que mejore?

Resultados cualitativos

1. Lo que necesiten los alumnos para poder ir aprendiendo con facilidad y que las maestras también se les facilite.
2. Participación masculina.
3. Ejercicios específicos para las de menos capacidad.
4. Puntualidad, constancia y calentamiento.
5. Estimular a las chicas para que trabajen toda la clase.

Debido a las respuestas que se obtuvieron en la aplicación de instrumentos, se detectaron muchas más necesidades de las que se percibieron al inicio. A continuación, se especificará cada una de las de necesidades principales, con las actividades a realizar y las observaciones que se hicieron referente a la intervención que se realizaría.

Detección de necesidades específico e intervención

Detección de Necesidades	Actividades a realizar	Intervención
Espacio.	Cambio de ubicación a la parte exterior donde existe mayor espacio y se puede adaptar mejor.	Se observó desde el primer momento que el espacio interno del centro no era el adecuado para realizar actividades, ya que existía poco espacio para realizar las actividades adecuadamente. Por consiguiente, hablando con la Directora del Centro, se optó por ocupar la zona alta del centro, sugiriendo adaptaciones de barra y espejo. La barra se adaptó hasta la tercera semana para que las personas con discapacidad pudieran tomar clases de Psicoballet libremente y se desempeñaran mejor.
Atención a las dificultades para realizar actividades.	Cada asistente (voluntaria o docente del centro sin discapacidad) cubrirá la atención a 1 o 2 personas	Las personas de apoyo (voluntarias y docentes del centro) conocen bien a las personas que participan en el curso, es por ello que ellas tendrán mayor control con las alumnas en la

	con discapacidad para poder realizar sus actividades adecuadamente.	realización de sus actividades. Se le asignó 1 o 2 personas con discapacidad a cada docente o voluntario, para así apoyar durante las clases su desempeño.
No asisten familiares de las personas con discapacidad.	Convocar a los padres de familia para realizar por lo menos 2 clases por mes.	Por voluntad propia asisten dos familiares, una que es mamá y otra que es hermana de dos chicas del centro.
Mayor motivación	Platicar con ellas y motivarlas a lograr un objetivo por cada clase que les hará sentir bien si se ha logrado, y si no se logró en aquella clase, seguirá siendo un objetivo a lograr y la maestra estará en constante motivación y estimulación para lograrlo.	Debido a las diferentes personalidades es importante conocerlas poco a poco, debido a que pueden molestarse o sentirse presionadas ante el reto u objetivo que proponen.
Postura inadecuada.	Inicio de la clase será en Barra para ir corrigiendo posturas y por medio del juego se aplicará el cómo deben de ir brazos y espalda.	Muchos de los alumnos no tienen una buena postura y eso también les quita motivación y autoestima. Hay una alumna que no tiene control en el peso debido a la inadecuada posición, pero con ayuda de la barra, ha logrado un mejor control de su cuerpo, y por lo tanto, su autoestima ha aumentado.
Manejo de la Psicomotricidad y falta de conocimiento en su cuerpo.	Realizar Actividades donde tengan autoconfianza y confianza en sus compañeras	No conocen en su totalidad cuál es su derecha e izquierda (lateralidad), cuando se piden saltos con un pie en el suelo y la otra en el aire les cuesta trabajo comprenderlo, y finalmente los giros, no hay un buen control de la velocidad. Por ello es importante que se hagan estrategias en la identificación poniendo listones de colores en las manos y dar giros hacia la izquierda y derecha, tratando de hacerlo más significativo. Se tuvo un avance en las necesidades físicas, intelectuales, de coordinación, de movilidad y de atención, siendo estas evidentes en la presentación del cascanueces en el teatro de la ciudad en la ciudad de Puebla que se presentó el 3 de Diciembre.
Autonomía	Vestirse y peinarse por sí solos antes de la clase para	Se les mostró cómo debían peinarse y vestirse para la clase de ballet paso a paso, para que a

	que a las 12 hrs. que comienza la clase, estén listos; se hizo una regla de quien no esté listo a las 12, no entra.	partir de esa sesión, las docentes o voluntarias únicamente supervisen a las alumnas al momento de vestirse y arreglarse para la clase, ya que anteriormente la encargada peinaba y arreglaba a las alumnas, provocando que no tuviera tiempo de que todas estén listas a la hora.
Inclusión dentro del grupo de Psicoballet.	Se realizó una sesión el 9 de noviembre donde se vieron cuestiones personales referente a la actitud y ambiente que se propiciaba en las clases de Psicoballet. Ingreso de una persona masculina al grupo para nivelar el ambiente y formar una red de inclusión.	Se les preguntó cómo se sentían dentro del grupo que habían formado en las clases de Psicoballet, platicaron lo que les gustaba y lo que no de las compañeras del grupo, a lo que la mayoría respondió que todo estaba muy bien pero que a ciertas personas en específico les costaba poner atención; así que se propuso hacer una red de apoyo entre todos para que al momento de la presentación se hiciera un buen equipo colaborativo para conseguir el objetivo, que es bailar el 3 de Diciembre con el corazón y con todas sus ganas. Se unió una persona masculina al grupo, tiene 9 años y su condición es síndrome de down y discapacidad motriz, tiene poca movilidad en las manos, lo cual es necesario contribuir de manera psicopedagógica para formar una presentación inclusiva. Se realizó como intervención una estrategia psicopedagógica para la inclusión de esta persona en el baile, esta sería que una compañera lo transporte de un lugar a otro haciendo la misma actividad con una varita que sostiene un listón en la punta creando ondas. Lo cual en la presentación funcionó ya que fue un inicio a su movilidad y su motivación.
Inclusión en la comunidad.	Presentar recitales durante cada etapa del Psicoballet que es cada 3 meses, siendo así primero la presentación del "Cascanueces" el 3 de Diciembre del 2016 en el Teatro de la Ciudad ubicado en la ciudad de Puebla.	La primera presentación que se realizó el 3 de Diciembre sirvió como evidencia de los avances que influían en el desarrollo integral de las personas, y en las necesidades físicas dentro del centro La comunidad de la colonia Guadalupe, que es donde se encuentra el centro, realmente no presta atención a lo que sucede en este centro con respecto a los cursos, clases o talleres. Por lo que se hizo buena idea promocionar la presentación en la propia colonia.

		Al hacer esta promoción, en la sesión del 30 de Noviembre, se incorporó una persona de la comunidad sin discapacidad para apoyar en el recital que se presentará en el Teatro de la ciudad, encantada de trabajar con los chicos, se ha conmovido y sensibilizado con la convivencia que se presencia en dicho centro; así tomando la decisión de formar parte del grupo hasta que finalizara el proyecto.
Falta de estimulación de manera cognitiva en las funciones ejecutivas y psicomotrices.	Realizar actividades manuales en donde emplear la coordinación, atención y memoria; siendo así una buena idea la creación de los tutús para la presentación que se realizará el 3 de Diciembre.	Al realizar los tutús con el material ya antes encargado (tul, cinta elástica, tijeras y pegamento), se detectó que era una manualidad que ayudaba de manera íntegra a la alumna, poniendo de su parte un buen manejo psicomotriz al poner atención y recordar las instrucciones, para después llevarlo a cabo con una plena coordinación. A parte de ello, las alumnas se motivaron al ver que podían hacer su propio vestuario y así darle función a lo que ellas habían creado.
Manejo de nervios e inseguridad.	Sesiones del 16 de Noviembre hasta el 2 de Diciembre, siendo los días lunes y miércoles, donde al ensayar se observaron grandes avances en la movilidad, memoria, atención, flexibilidad y la parte psicomotriz.	Ensayos generales demostrando atención, coordinación y mayor movilidad, se ensayaba aproximadamente 3 veces el baile del cascanueces dentro de la institución para después aplicar la relajación y motivación, con la finalidad de llegar al día de la presentación con el máximo desempeño por parte de los participantes y sepan cómo manejar los nervios e inseguridad que les puede provocar estar frente a un público más grande.
Presentación de 3 de Diciembre	Esta presentación se hace con el fin de que ellos poco a poco ingresen a la sociedad de una manera cultural-artística, que hiciera el que ellos se sintieran incluidos y felices en dicho ámbito. Se presenta en el Teatro de la ciudad en la celebración del "Día internacional de la discapacidad" que se realizó	Esta presentación se realiza en el Teatro de la ciudad, ya que fuimos invitados en celebración del Día internacional de la discapacidad que realizaron en el Centro de la ciudad de Puebla. Se dio una introducción del proyecto a los espectadores, las personas que participaban en él y finalmente el centro donde se encuentran. El recital se dividió en 3, llevando la metodología de la obra de teatro "el cascanueces": • Al inicio todos salen a bailar con el tutú de

	en el Centro de la ciudad de Puebla.	color rosa siendo grandes o chicos • En la parte intermedia primero salen los pequeños y después los grandes en lo que se cambian el vestuario al tutú de colores, y después los grandes para que los pequeños se cambien el vestuario. • En la parte final todos vuelven a salir con los tutús de colores y bailando la parte final del recital.
--	--------------------------------------	---

Fase 2 (Febrero- Abril) Intermedia

4.1.6 Diseño de intervención Fase 2

Después de realizar un buen proceso psicopedagógico como el que se hizo en la fase 1, llevando a cabo una evaluación diagnóstica, la detección de necesidades, el realizar el plan de acción y finalmente la aplicación en la intervención para conocer poco a poco los avances, se llega a la segunda etapa que comienza del mes de febrero a marzo, donde principalmente se ejecuta la intervención para la mejora de las necesidades que sobresalieron en la primera fase. Aparte de lo antes mencionado, es importante nombrar que se requiere de una segunda observación y aplicación de cuestionarios semiestructurados, para obtener mayor información de manera integral. Conforme a los avances de manera general que se han planteado en dicho proyecto a lo largo de ahora los 6 meses que se ha involucrado el proyecto de "Psicoballet para todos" en el centro, se permite llegar a la evaluación psicopedagógica de nuevo, para ver que tanto se ha avanzado en el plan de intervención justo en las áreas de oportunidad, logrando así, resultados positivos y la oportunidad de desarrollarlos satisfactoriamente hasta el final del proyecto.

Conociendo las primeras necesidades en la fase 1 por medio de la observación y cuestionarios, se hizo un plan de acción nuevamente, desarrollando las actividades que se realizarían en un futuro conforme pasaran las horas y días de clase, por consiguiente, ir interviniendo en la mejora del espacio y desarrollo integral de las personas que participan en este proyecto de Psicoballet. Teniendo como objetivo la misma finalidad de que los alumnos fueran conociendo su cuerpo, sus habilidades, capacidades y su persona en general; con base a las estrategias y técnicas psicopedagógicas al igual que del método de psicoballet para lograrlo.

4.1.7 Desarrollo de Intervención Psicopedagógica en fase 2

Plan de acción con base en los resultados de la fase 1:

1	Se intervino de manera Psicopedagógica ante las necesidades que fueron detectadas	Comenzaron las clases el 15 de febrero donde se siguieron observando necesidades.	Al comenzar las clases después de vacaciones, se retomó la importancia de aplicar el método del Psicoballet para obtener una mejora en la inclusión y el desarrollo integral de los alumnos, que
----------	---	---	--

	gracias a la evaluación e intervención de la fase 1, con el propósito de mejora en las áreas de oportunidad.		era lo primordial en este proyecto. Después de la fase 1 y el plan de intervención, se ponen en práctica estrategias y técnicas para apoyar en la mejora de las necesidades existentes, las cuales eran: limitaciones psicomotrices, de coordinación, motivación, atención y memoria, actitud negativa, falta de inclusión dentro y fuera del centro, entre otras. En esa misma se hace una segunda observación para detectar las áreas que se fortalecieron con apoyo del método de Psicoballet dentro del centro, y para detectar nuevas necesidades en donde intervenir durante los siguientes 6 meses que faltan para dar fin con la metodología del proyecto.
2	Control de emociones (inteligencia emocional)	En clase se presentaban actitudes de ira, enojo y tensión en algunas alumnas. Se dio continuidad a que al inicio de cada clase se meditara y se creara un ambiente de relajación, haciendo de esto una mejora en esta segunda fase.	En esta segunda fase la meditación fue esencial en las clases, puesto que los mismos alumnos lo pedían, mencionaban que les ayudaba mucho a sentirse bien y a hacer mejor las actividades. Se demuestra a primera instancia que siguen de mejor manera las indicaciones con respecto a la respiración y al centrarse en sus emociones internas. Esta actividad da continuidad a la productividad de los alumnos en clase, ya que hay mejor concentración, mejor estado anímico y un potencial que va en ascenso.
3	Se sigue observando en las sesiones a cada uno de los integrantes de la clase.	Se sigue realizando la observación por parte de la maestra, ya que comenzó a ver mejoras en la parte Psicomotriz de los alumnos, en donde había mucha dificultad, aparte de una mayor motivación, atención, memoria, autoestima, autonomía, entre otras.	Ya observando y detectando las necesidades anteriores, se encontró la manera de realizar aún mejoras, dando como resultado el que las nuevas dinámicas motivaran a los alumnos y pudieran conectar su parte cognitivo-motriz, pudiendo realizar cosas que ellos no pensaban poder lograr, como eran los giros, el estiramiento en barra y el equilibrio.

4	Aplicación de un cuestionario semiestructurado intermedio.	Este es el último punto en el que se ha llegado hasta ahora estos 4 meses, puesto que el proceso ha sido un poco largo y aún faltan 5 meses del proceso para seguir realizando mejoras.	Este paso a pesar de ser el último de esta segunda fase, cabe mencionar que no se quedará hasta aquí, ya que faltan 3 meses del método y aún pueden verse mejoras, más de las que hasta ahora se han visto, falta llegar al punto de realizar y lograr lo que se ha propuesto desde un principio; como es la inclusión social de las personas con discapacidad por medio de lo artístico y la influencia en su desarrollo integral.
5	Presentación del 22 de Marzo	Esta segunda presentación es el recital "La bella durmiente" que se presenta en UPAEP, se hizo con el fin de que ellos formaran parte cada vez de la inclusión que estaba ocurriendo al presentar recitales en diferentes lugares dentro de la ciudad de Puebla y ser reconocidos como institución y como personas.	Esta presentación se realiza en UPAEP, ya que fuimos invitados a la celebración de "Las Jornadas de la Familia" en dicha institución, con la finalidad de expresar la experiencia que ha sido por medio de la maestra, docentes, padres y alumnos.

4.1.8 Segunda Evaluación psicopedagógica

En esta segunda evaluación psicopedagógica se recaba información a partir de los datos antes ya obtenidos, para en un futuro aportar en la mejora de las necesidades reflejadas, siendo de una institución o de manera personal como lo representamos en la primera evaluación; por ello existen resultados cuantitativos y cualitativos que brindan un mejor entendimiento de la problemática en donde se contribuirá de manera psicopedagógica partiendo de lo antes ya intervenido.

Se detectan grandes avances en la mejora de las necesidades específicas vistas anteriormente, que afectaban el rendimiento de los asistentes que formaran parte de este proyecto, estos resultados son obtenidos de las observaciones en clase y las intervenciones que se han hecho en su transcurso; al final es importante aplicar de nuevo un instrumento semiestructurado (INSTRUMENTO 3) para darle seguimiento a las necesidades y mejoras que se dan a notar aún; dándole fin al proyecto hasta los 9 meses del método.

4.1.9 Resultados

En esta segunda evaluación psicopedagógica se recaba información por medio de un cuestionario semiestructurado que fue aplicado a la media del grupo, con la finalidad de

que en un futuro se pueda aportar en la mejora de las necesidades que se han presentado nuevamente o por primera vez, existen resultados cualitativos que brindan un mejor entendimiento en las deficiencias dónde se contribuirá de manera psicopedagógica en los próximos 3 meses. También se realizaban observaciones clase tras clase donde se reflejan las necesidades iniciales y las que van surgiendo durante el proceso de inclusión y de llegar a un desarrollo integral pleno.

Los resultados de los instrumentos intermedios son los siguientes:

Observación durante fase 2.

En la primera clase que se presentó en la fase 2 (mes de febrero) se dio una inducción al grupo de psicoballet sobre la metodología que proponía subir de dificultad; ahora se iba a incluir la danza en barra, sesiones de flexibilidad-calentamiento y finalmente el recital al final de la fase (mes de marzo), donde esta sería aún más compleja que la anterior. Al ver el éxito en la presentación anterior con respecto al ámbito social, éste tendría un “final libre” donde se pondría música moderna, para después invitar a las personas del público a que se incluyeran en el baile, así finalmente ir aportando en la inclusión social de las personas del centro en contextos diferentes hablando socialmente.

A partir de la primera sesión se detectaron nuevamente necesidades, algunas de ellas ya se habían presentado como fue la rigidez motriz, la autonomía, la motivación, postura inadecuada y la inclusión social siendo dentro o fuera del centro; pero otras resultaron diferentes a las que ya se habían detectado anteriormente con relación al ámbito motriz, intelectual, de coordinación, atención, movilidad y manejo de emociones. La observación fue fundamental en esta sesión, ya que se tenía que saber cómo se había regresado de vacaciones después de que se les recordó el no dejar de ejercitarse, correr, caminar o hacer alguna actividad física para que el cuerpo no se vuelva rígido como antes, en el transcurso de la fase 2 se detectarán más necesidades de los alumnos con afinidad a lo psicomotriz, social o al pleno desarrollo integral de la persona.

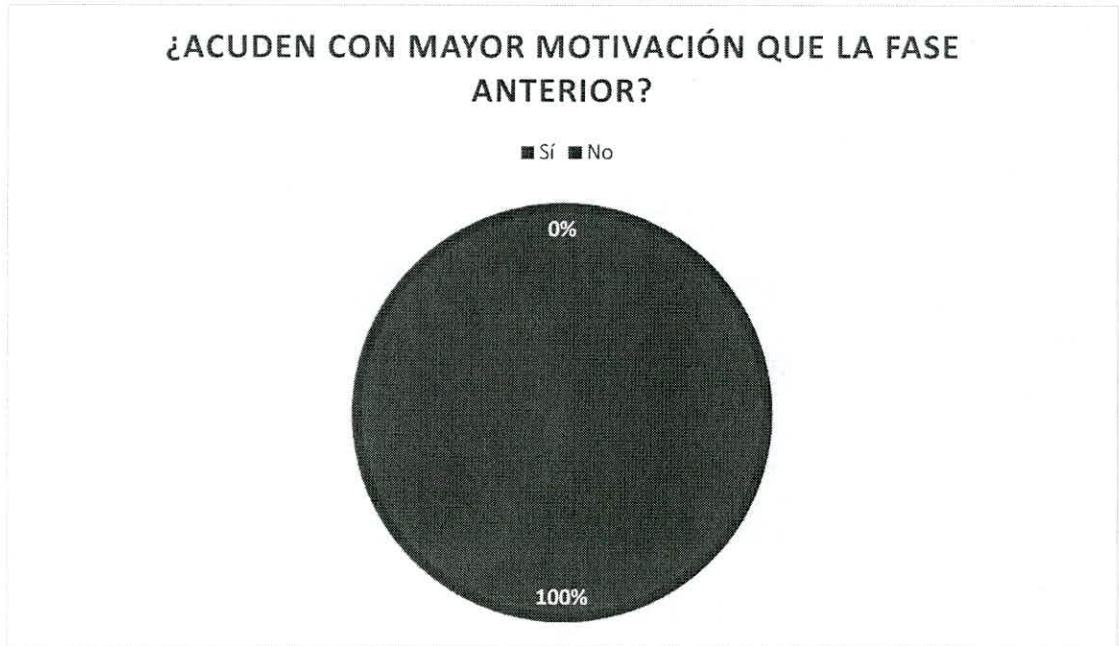
INSTRUMENTO 3

1. ¿Los alumnos han podido desarrollarse de manera integral (intelectual, motriz, emocional, social, ética y moralmente) durante las sesiones de Psicoballet?

Resultados cualitativos

1. Al principio le costó mucho trabajo al grupo en general, pero veo un gran avance del inicio a ahora de manera física, autónoma y en el manejo de emociones.
2. Veo avances en todas las áreas de mi hija, el Psicoballet le ha ayudado a moverse con facilidad y hacer sus actividades por ella misma.
3. Le ha ayudado en la elasticidad, sus movimientos, en su autoestima y en la parte social con sus compañeras, porque todas se ayudan.
4. Sí, porque a mi hija le ha ayudado a sostenerse por ella misma, sin necesidad ya del docente.

5. En diferencia de cómo empezaron se han visto personas diferentes, hasta en subir y bajar las escaleras o en platicar con las demás personas.
2. ¿Los alumnos acuden a clase con mayor motivación que en la fase anterior, con respecto a las dinámicas en clase? ¿Por qué?

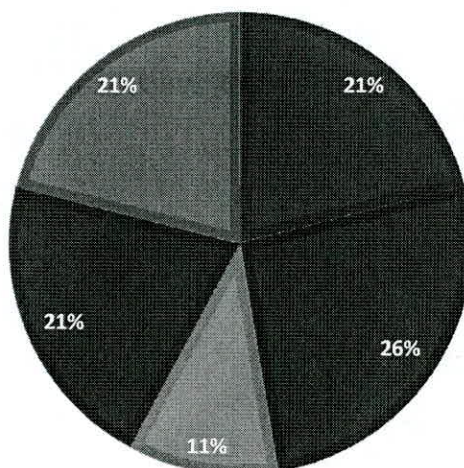


1. Sí, porque ya saben su horario y con ansias quieren ir a cambiarse.
 2. Claro, porque ahora todos conviven y se ayudan entre ellos.
 3. Sí, porque han visto sus capacidades y habilidades
 4. Por su puesto, porque esperan la clase para descubrir algo nuevo de ellos
 5. Sí, porque se relajan y lo toman como una buena forma de expresión en sus emociones y de manera corporal.
3. ¿La autoestima se ha modificado en los alumnos de las primeras sesiones de Psicoballet a las de ahora?
 1. Claro, y es notable en su expresión durante las clases
 2. Sí, la primera presentación de psicoballet les ayudó mucho a creer en ellos y lo que pueden hacer
 3. Sí, y se nota en el esfuerzo que hacen en las clases y en los ensayos para las presentaciones.
 4. Sí, antes se notaba el grupo desanimado y sin energía, y ahora van a las clases con mucha felicidad.
 5. Por supuesto, se nota en el semblante y desarrollo en las clases, notándose motivados a cumplir más metas.

4. ¿Cuáles son los indicadores que demuestran la autoestima de manera general en del grupo que acude a la clase de Psicoballet?

INDICADORES DE AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS

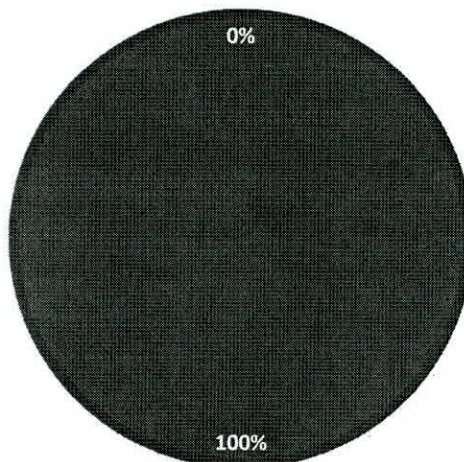
■ Estado de ánimo ■ Capacidades y habilidades ■ Autonomía ■ Socialización ■ Cuidado del aspecto físico



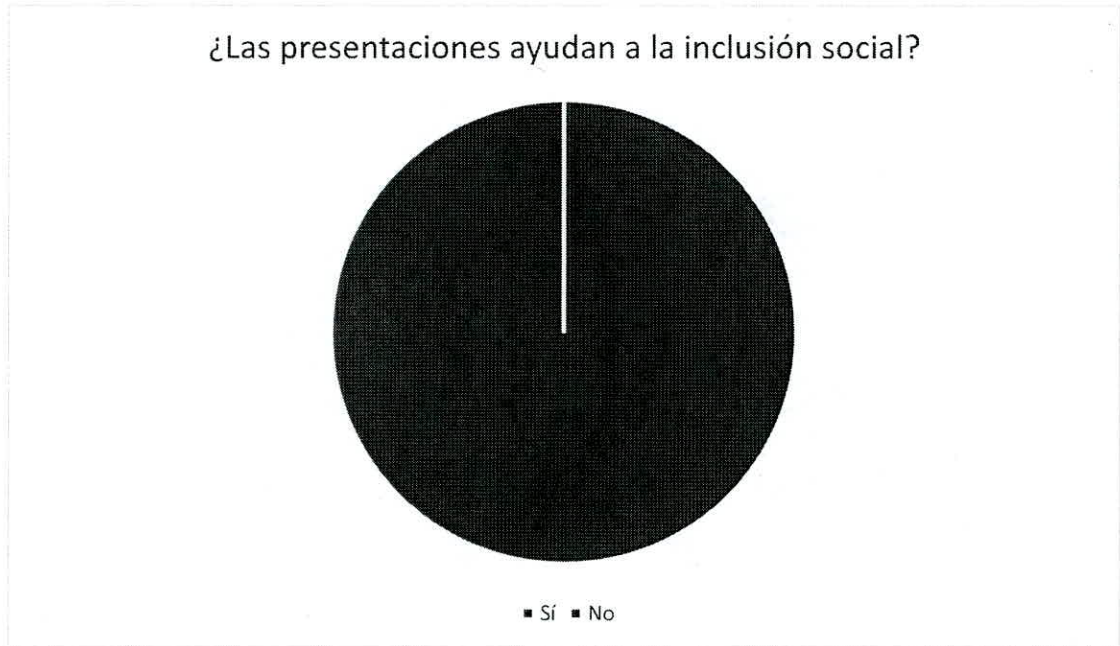
5. ¿Se ha logrado la inclusión dentro de la clase de Psicoballet con los docentes, voluntarios y alumnos?

INCLUSIÓN EN LA CLASE DE PSICOBALLET

■ Sí ■ No

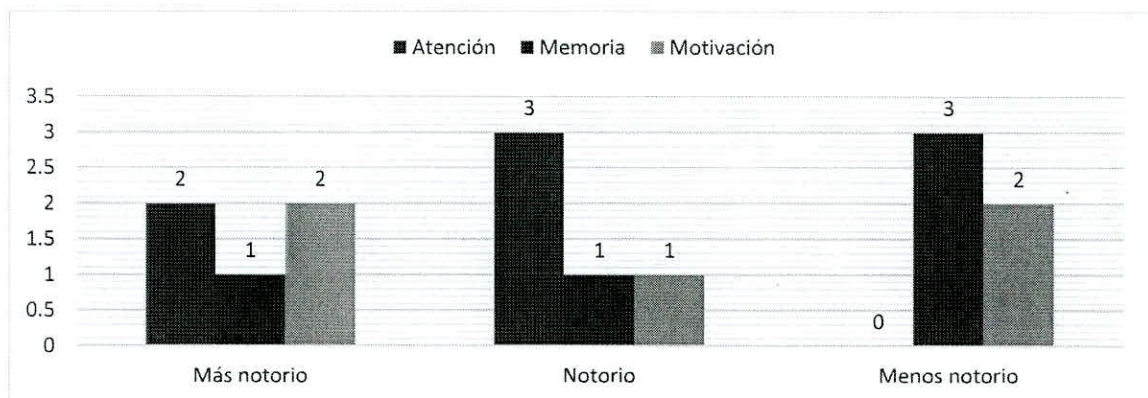


6. ¿Consideras que las presentaciones que se han realizado ante un público como es en el Teatro han ayudado a la inclusión de chicos con Discapacidad? ¿Por qué?



7. ¿Ha habido mejora en las funciones ejecutivas por sí solos (atención, memoria y motivación) de los alumnos durante la clase de Psicoballet? Ordena del más notorio al menos.

1. Atención, motivación y memoria
2. Motivación, atención y memoria
3. Atención, memoria y motivación
4. Memoria, atención y motivación
5. Motivación, atención y memoria



Debido a las respuestas que se obtuvieron en la aplicación de los segundos instrumentos, se detectaron más necesidades de las que se percibieron al inicio, pero al igual muchos avances referente a la intervención que se ha hecho hasta ahora. A continuación se especificará cada una de las de necesidades que han surgido en esta nueva evaluación referente a las actividades a realizar y las observaciones que se hicieron en relación a la intervención durante la fase 2.

Detección de necesidades específico e intervención

Detección de Necesidades	Actividades a realizar	Intervención
Dificultades para realizar actividades.	Después de la primera intervención en donde se notó la gran dificultad física en las personas con discapacidad de este centro y se intervino con un docente o voluntario sin discapacidad, en esta segunda fase se propuso únicamente el apoyo a las personas que tenían cero movilidad desde un inicio; así que las personas que ahora no tendrán apoyo, deberán esforzarse un poco más para lograr realizar las actividades con autenticidad y autonomía. A los alumnos que aún tendrían apoyo de un docente, voluntario o padre, se propuso trabajar con aros, pelotas y con apoyo de la barra; para así avanzar en su desarrollo psicomotriz y finalmente lograr una autonomía.	Al plantear la propuesta de retirar el apoyo a personas que pueden lograr las actividades por ellas mismas debido a su avance en la primera fase, ha sido difícil para ellos el que ahora no tengan apoyo de docentes o voluntarios en su desempeño físico, pero se les explicó que de esa forma llegarán a tener un mejor desempeño, autonomía y motivación; logrando una mejor autoestima por realizar actividades por ellos mismos. A las personas que aún tendrían apoyo de docente, voluntario o padre, donde se propuso trabajar con aros, pelotas y con apoyo de la barra; se encontró que era buena técnica para avanzar en su desarrollo psicomotriz y finalmente lograr una autonomía; se verá el desarrollo que tendrán a detalle clase tras clase, decidiendo si a la mitad de la fase 2 se puede quitar el apoyo o seguir con él hasta la tercera fase.
Padres voluntarios en las clases de psicoballet.	Al convocar a los padres a asistir en la fase 1 por lo menos dos veces por semana, se logró la incorporación de algunos	En el proceso de intervención referente a esta necesidad, se puede decir que hubo éxito porque 3 padres de familia se incluyeron en el equipo al ver los beneficios que tenían sus hijos, decidiendo el incorporarse hasta que termine el

	padres de familia. Gracias a este resultado se convocó nuevamente a una clase "muestra" para que conocieran las actividades que se realizan y las capacidades de sus hijos, tomando eso como una clase de sensibilización a los padres.	método. Decidieron formar parte del grupo de psicoballet debido a que se pudieron sensibilizar y comprender la diversidad en un solo grupo; logrando poco a poco la inclusión social.
Mayor motivación	La mayoría de los alumnos tienen una mejor motivación debido a los objetivos que han cumplido en clase, y más que nada, en la presentación del 3 de Diciembre. Existen ahora nuevos objetivos en cada alumno como es en la meditación, la elasticidad y la parte psicomotriz, lo que se intervendrá en constante para lograr una plena motivación y estimulación clase tras clase.	Existirán en esta fase objetivos más estrictos donde tendrán tiempo límite para lograrlos, esto ayudando en su motivación a que demuestre el sentirse capaces de poder cumplir lo que ellos se propongan, siendo dentro de la clase o en su vida cotidiana. Principales objetivos en los alumnos: • Relajarse al inicio de clase para hacer mejor las actividades. • Estirar un poco más de lo que pueden, pero sin lastimarse. • Hacer ejercicio en casa para estirar mejor en clase. • Acordarse de todas las posiciones y bailes en la barra. • Ayudar a los compañeros a que logren sus objetivos.
Postura inadecuada.	Después de incorporar la barra y hacer juegos referente a las posturas en la fase 1, se han notado grandes avances a lo largo de estos 5 meses. Por lo que ahora se harán secuencias de pasos en la barra y centro, para un mejor equilibrio, coordinación, memoria, y así lograr posteriormente, una mejor postura inconscientemente.	Como antes ya se había mencionado, muchos de los alumnos no tienen una buena postura y eso también afecta la motivación y autoestima, pero en estos avances que se han notado a lo largo de 6 meses que lleva el proyecto, es importante mencionar que en las clases la postura es algo consciente que debes de mantener bien para después convertirlo en algo inconsciente. Se mencionaba en la primera fase a una de las alumnas que no mantenía control de su cuerpo debido a una inadecuada posición; la barra y los aros en esta fase le ayudaron a lograrlo por lo

		que ahora ya puede mantener la fuerza de su cuerpo tomándose de la barra; aunque aún necesita apoyo de docentes, voluntarios o padres para lograr caminar al igual que bajar las escaleras por ella misma.
Manejo de la Psicomotricidad y conocimiento en su cuerpo.	En esta necesidad las acciones que se van a realizar son actividades en la misma clase donde fortalezcan la autoconfianza en la realización de movimientos como son giros, saltos y equilibrio; a parte de ello el conocimiento corporal, sus limitaciones y lo que pueden explotar con mayor seguridad.	En esta fase con respecto a los nuevos objetivos de la psicomotricidad y esquema corporal, se va a dividir en 3 las sesiones: 20 minutos de meditación-elasticidad, 30 minutos de barra y centro (giros, equilibrio, saltos y secuencia de pasos), finalmente 10 minutos de baile libre. En esta última se demostrará de manera inconsciente la postura, los movimientos, el equilibrio, y la empatía; ya que no se exigirá o se guiará el baile. La lateralidad que antes era un problema y se intervino con la técnica de listones de colores en cada mano para identificar la izquierda y la derecha, ahora es una necesidad que sólo es de algunos alumnos, que requieren mayor estimulación o que por el daño neurológico que tienen, es difícil de adaptar. Para estas personas aún se intervendrá de esta forma y por medio de giros o pasos que tengan relación a la lateralidad para hacerlo significativo. Se realizaron diversas sesiones dinámicas con actividades significativas que ayudarían a la parte psicomotriz como fueron: • El espejo, para relacionar su lateralidad teniendo al alumno enfrente • La técnica de girar el aro hacia el lado donde se indicaba (izquierda, derecha, abajo, arriba) • Poner tapetes en el suelo en forma de círculo para saltar de uno a otro hacia el lado que se indicaba • El tren, todas las personas se agarran de los hombros y caminan levantando el pie que la maestra mencionaba, en esto ejerciendo la atención, memoria, fuerza y coordinación.

Autonomía y cuidado personal.	La intervención que se estableció en la fase 1 sobre la regla de estar listos a las 12 hrs. que comenzaba la clase, funcionó para la autonomía de los alumnos en la preparación y su cuidado personal. Se propuso con anterioridad que los docentes, voluntarios o padres únicamente ayudarían a los que necesitaran, como a los pequeños. Se implementará un nuevo reto a los que ya han logrado el hábito de autonomía vistiéndose y peinándose para clase, con el objetivo de estar a las 12 puntualmente en el lugar.	La intervención en la fase 1 se convirtió en un hábito, por lo que los alumnos lo lograron muy rápido. Para los pequeños o personas que aún tenían complicaciones en este ámbito, se les sugirió en casa y en el centro que ellos escogieran lo necesario para vestirse para la clase, y empezaran por ponerse los zapatos ellos mismos. El nuevo objetivo para incrementar la autonomía es tomado como un reto, ya que van a comenzar a peinarse y arreglarse para la presentación del 22 de Marzo, cuidando su aspecto físico y personal. Se les propuso ponerse un poco de spray para su peinado, llevar siempre su arreglo en el chongo y finalmente un poco de brillo en los labios-ojos.
Inclusión dentro del grupo de Psicoballet.	Con anterioridad se había realizado una sesión donde se vieron cuestiones personales referente a la actitud y ambiente que se propiciaba en las clases de Psicoballet; lo cual en base a la actividad del espejo se conocieron a ellos mismos por medio del compañero y también las del compañero. Se demostró que una red de empatía a las personas que más lo necesitaban era buena idea para que existiera la empatía y así la comprensión de la diversidad. Creando nuevas dinámicas para propiciar la inclusión en el grupo.	Se realizaron dinámicas en donde la empatía iba surgiendo poco a poco, como fue: • El baile en parejas, donde se tenían que apoyar el uno al otro a realizar las actividades correctamente. • La reflexión de las necesidades del otro por medio de la integración de un círculo diciendo sus dificultades. • Por medio de historias en la meditación que funcionaron muy bien, ya que notaron la insuficiencia de la empatía en el grupo por ciertas personas. Estas actividades se realizaron 2 veces por mes para notar nuevas necesidades e ir interviniendo de manera psicopedagógica a lo largo de la segunda fase, para que al llegar a los ensayos de la presentación del 22 de Marzo, se hayan ya mediado.

Inclusión en la comunidad.	Presentar recitales durante cada etapa del Psicoballet que es cada 3 meses, siendo así ya la segunda presentación "La bella durmiente" el 22 marzo que en UPAEP, en la ciudad de Puebla.	La primera presentación que se realizó el 3 de Diciembre en la fase 1, sirvió como evidencia de los avances que influían en el desarrollo integral de las personas y en las necesidades dentro del centro. Después de intervenir promocionando la presentación, hubo éxito, ya que asistieron al teatro 10 personas de la comunidad Guadalupe, haciendo de esto una buena técnica para dar a conocer los eventos o actividades que hacen los chicos con discapacidad de este centro. Las personas de la colonia Guadalupe, que es donde se encuentra el centro, poco a poco se dieron cuenta de las actividades que se realizan en el centro y de lo que son capaces como fue en el baile. Anteriormente no prestaban atención, pero desde la primera presentación estuvieron interesados a ir a presenciar las presentaciones en donde vayan.
Conocer sus emociones expresarse corporalmente. (Inteligencia emocional)	En las sesiones de meditación y relajación dentro de esta fase, se reconocerán emociones y sensaciones por medio del cuerpo. Estas clases tendrán diferentes tipos de música donde deben de bailar conforme a lo que les hacen sentir.	Después de la práctica de meditación y relajación al inicio de cada clase, ahora se le agregará el estiramiento, donde esto funcionará al manejo de respiración cuando se sientan nerviosos o ansiosos al estar frente a muchas personas. Este, al igual que la autonomía, se ha convertido en un hábito en el centro y en casa; haciendo de esto un gran medio para la identificación de emociones. En esta sesión se les pide cerrar sus ojos y respirar profundamente (inhalar y exhalar) 10 veces, cuando encuentren el punto de relajación, se comienza a poner diferentes tipos de música donde al preguntarles tienen que responder qué sienten (tristeza, felicidad, enojo, nerviosismo, etc.) Al finalizar las canciones se ponen de pie los alumnos para de nuevo escuchar las canciones, pero ahora sin hablar tienen que expresar lo que sintieron con el cuerpo.

Preparación en su seguridad ante el público.	Sesiones del 1 de marzo hasta el 20 de marzo, días donde al ensayar se observaron grandes avances en la elasticidad, equilibrio, memoria, atención, empatía, psicomotricidad y expresión. El plus que se le dará en esta ocasión será la motivación, junto de la reflexión de sus capacidades ante la danza, y los logros en los objetivos que con anterioridad se propusieron.	Después de la práctica de meditación y relajación al inicio de cada clase, ahora se le agregará el estiramiento, donde esto funcionará al manejo de respiración cuando se sientan nerviosos o ansiosos al estar frente a muchas personas. Este, al igual que la autonomía, se ha convertido en un hábito en el centro y en casa; haciendo de esto un gran medio para la identificación de emociones. En esta sesión se les pide cerrar sus ojos y respirar profundamente (inhalar y exhalar) 10 veces, cuando encuentren el punto de relajación, se comienza a poner diferentes tipos de música donde al preguntarles tienen que responder qué sienten (tristeza, felicidad, enojo, nerviosismo, etc.) Al finalizar las canciones se ponen de pie los alumnos para de nuevo escuchar las canciones, pero ahora sin hablar tienen que expresar lo que sintieron con el cuerpo.
Presentación del 22 de Marzo	Esta presentación se hace con el fin de que sigan sintiéndose parte de la sociedad de una manera cultural-artística, y demuestren que con el método ha logrado mejorar aspectos en su desarrollo integral. Esta presentación se realiza en UPAEP, ya que fuimos invitados a la celebración de "Las Jornadas de la Familia" en dicha institución, con la finalidad de expresar la experiencia que ha sido por medio de la maestra, docentes, padres y alumnos.	Esta presentación fue un recital más significativo en la parte social, puesto que los felicitaron dentro de la UPAEP, que fue donde se exhibió, y ellos pudieron sentirse incluidos y mejor en parte motivacional, en su autoestima y desde esta presentación todos empezaron a tener increíbles mejoras en su desarrollo integral. Al finalizar el recital de "la bella durmiente" se agregó un baile libre, como ya se había mencionado en la intervención del manejo de la seguridad ante un público, este baile libre, como nosotros le nombramos, fue para que las personas del público se pusieran de pie a bailar y experimentar el formar parte de este proyecto; que como bien lo dice su nombre, es "psicoballet para todos" siendo personas con o sin discapacidad. Se tuvo la oportunidad de realizar una mesa de diálogo donde padres, directivos, docentes,

		voluntarios y alumnos contaron su experiencia en este proyecto frente a las personas que presenciaron el recital.
--	--	---

Fase 3 (Mayo-Julio) Final

4.1.10 Diseño de intervención Fase 3

Se ha llegado a la última etapa de intervención en este proceso, donde en cada etapa se ha llevado a cabo una evaluación, la detección de necesidades, el realizar un plan de acción y posteriormente la aplicación en la intervención para conocer poco a poco los avances y nuevas necesidades. Se llega a la tercera etapa que comienza del mes de abril a junio, donde finalmente se ejecuta la intervención para la mejora de las necesidades que sobresalieron en la segunda fase. Aparte de lo antes mencionado, es importante nombrar que se requiere de una tercera observación y aplicación de un cuestionario semiestructurado, para obtener mayor información de manera integral como en los anteriores procesos. Conforme a los avances de manera general que se han planteado en dicho proyecto a lo largo de ahora los ya 9 meses meses que se ha involucrado el proyecto de "Psicoballet para todos" en el centro, se permite llegar a la evaluación psicopedagógica de nuevo, para ver que tanto se ha avanzado en el plan de intervención justo en las áreas de oportunidad, logrando así, resultados positivos y la oportunidad de desarrollarlos satisfactoriamente hasta el final del proyecto.

Conociendo las necesidades que se reforzaron y las que se descubrieron en la fase 2 por medio de la observación y cuestionarios, se hizo un plan de acción nuevamente en esta fase para cerrar satisfactoriamente este proyecto junto con el método de Psicoballet; desarrollando actividades que se realizarían en un futuro conforme pasaran las horas y días de clase, por consiguiente, ir interviniendo en la mejora del desarrollo integral de las personas que participan en este proyecto. Teniendo como objetivo el mismo desde un principio, que es el que los alumnos fueran conociendo su cuerpo, sus habilidades, capacidades y su persona en general; con base a las estrategias y técnicas psicopedagógicas que se pueden proponer en plan de una mejora.

4.1.11 Desarrollo de Intervención Psicopedagógica en fase 3

Plan de acción con base en los resultados de la fase 2:

1	Se intervino de manera Psicopedagógica ante las necesidades que fueron detectadas gracias a la evaluación	Comenzaron las clases el de 9 de Mayo donde se siguieron observando avances y necesidades.	Al comenzar las clases después de las vacaciones, se retomó la importancia de aplicar el método del Psicoballet para obtener una mejora en la inclusión y el desarrollo integral de los alumnos, que era lo primordial en este proyecto.
----------	---	--	--

	e intervención de la fase 2, con el propósito de mejora en las áreas de oportunidad.		Después de la fase 2 y el plan de intervención que se aplicó, se ponen en práctica estrategias y técnicas para apoyar en la mejora de las necesidades existentes, las cuales eran en el ámbito psicomotriz, motivacional, en las funciones ejecutivas, actitudinal, inclusiva dentro y fuera del centro, en el cuidado personal, en la inteligencia emocional, entre otras. En esa misma se hace una segunda observación para detectar las áreas que se fortalecieron con apoyo del método de Psicoballet dentro del centro, y para detectar nuevas necesidades en donde intervenir durante los siguientes 3 meses finales con la metodología del proyecto.
2	Identificación de emociones (inteligencia emocional)	Fortalecer la identificación de sus emociones y sensaciones al expresarse corporalmente, en clase o en la presentación final. Al igual que la preparación en su seguridad ante el público, teniendo en consideración la técnica de respiración y relajación, para finalmente aportar en su autoestima y motivación ante las actividades diarias.	En esta tercera fase la respiración es esencial en las clases y posteriormente en el recital, ya que al identificar una emoción de nervios o ansiedad, pueden aplicar este método para así reducir esa sensación; cabe mencionar que se les explicó que pueden usarlo en cualquier momento personal y no sólo en el método. Se demuestra que de la fase 1 a la fase 2 se ha sabido controlar las emociones negativas como son la ira, furia y enojo; con respecto a la respiración y al centrarse en sus emociones internas. Esta actividad da continuidad a la productividad de los alumnos en clase, ya que hay mejor concentración, mejor estado anímico y un potencial que va en ascenso a comparación de las fases anteriores.
3	Se sigue observando en las sesiones a cada uno de los integrantes de la clase.	Se sigue realizando la observación por parte de la maestra, ya que comenzó a ver muchas mejoras en la parte Psicomotriz de los	Ya observando y detectando las necesidades anteriores, se encontró la manera de realizar aún mejoras, dando como resultado el que las nuevas dinámicas motivaran a los alumnos y

		alumnos, en donde había mucha dificultad, aparte de una mayor motivación, atención, memoria, autoestima, autonomía, cuidado personal, inclusión, entre otras.	pudieran conectar su parte psicomotriz, pudiendo realizar cosas que ellos no pensaban poder lograr en algún momento, como eran los giros, el baile en barra y el equilibrio en el centro.
4	Aplicación de un cuestionario semiestructurado final.	Este es el último punto en el que se ha llegado hasta ahora estos 6 meses, puesto que el proceso ha sido un poco largo y aún faltan 3 meses del proceso para seguir realizando mejoras.	Este paso a pesar de ser el último de este método, cabe mencionar que no se quedará hasta aquí, ya que faltan 3 meses del método y aún pueden verse mejoras, más de las que hasta ahora se han visto, falta llegar al punto de realizar y lograr lo que se ha propuesto desde un principio; como es la inclusión social de las personas con discapacidad por medio de lo artístico y la influencia en su desarrollo integral. Es importante una evaluación final para conocer si se han logrado los objetivos principales de este proyecto.
5	Presentación del 14 de Julio.	Esta presentación se hizo con el fin de cerrar el proyecto de "Psicoballet para todos" en el centro de integración Psicológica y Aprendizaje nuevo plantel, que se encuentra en el Estado de Puebla, logrando así la inclusión social, el desarrollo integral de los alumnos y un mejor ambiente en el centro; debido a que existe la empatía, las amistades y armonía entre los alumnos, docentes y voluntarios y padres de familia que participaron en el proyecto.	Esta presentación se realiza en el centro de integración psicológica y aprendizaje, ya que fuimos invitados a la celebración de inauguración del nuevo plantel que se ubica en el san Andrés Cholula. Este tuvo la finalidad de expresar la experiencia que ha sido en estos 9 meses de método, dar a conocer las problemáticas, las necesidades y finalmente los avances que estuvieron presente todo el tiempo; la maestra, docentes, padres y alumnos dieron un agradecimiento por esta oportunidad que se brindó para poder aportar mutuamente a un mismo fin que es la inclusión social de personas con discapacidad, y el pleno desarrollo integral de estas personas participantes en las clases.

4.1.12 Tercera Evaluación psicopedagógica

En esta tercera evaluación psicopedagógica se recabará información a partir de los nuevos instrumentos y de los datos antes ya obtenidos. En esta última etapa se aportará en las necesidades que van desarrollándose, por esa razón existen resultados cuantitativos y cualitativos que brindan un mejor entendimiento de la problemática en donde se contribuirá de manera psicopedagógica partiendo de lo antes ya intervenido. Se detectan grandes avances en la mejora de las necesidades específicas vistas anteriormente, que afectaban el rendimiento de los asistentes que formaran parte de este proyecto, estos resultados son obtenidos de las observaciones en clase y las intervenciones que se han hecho en su transcurso; al final es importante aplicar de nuevo un instrumento semiestructurado (INSTRUMENTO 4) para darle seguimiento a las necesidades y mejoras que se dan a notar aún; dándole fin al proyecto hasta los 9 meses del método.

La evaluación que se ha realizado en base al desarrollo integral de las personas que asistieron a las clases de Psicoballet, tuvo excelentes resultados en las variables, como es en su buena Psicomotricidad a lo largo del método y finalmente a la inclusión, donde este último, desde un principio fue el punto a tomar para lograr que las personas que asisten al centro, se sientan plenos y con mayor capacidad de realizar lo que se propongan de manera motriz y cognitiva. Por eso, en este caso que dirigimos el proceso psicopedagógico del proyecto, es importante tomar en cuenta los puntos adecuados y el cómo se deben de ir llevando a cabo para que tenga éxito, hasta la finalización del proyecto en sus 9 meses. Se alcanzó una buena aplicación puesto que se ha evaluado, analizado y finalmente intervenido para obtener una mejora en las variables que se reflejaron desde el principio, pero también en el proceso y su transcurso dentro y fuera de la institución; ya que, también se determinan hasta ahora ámbitos personales como es la autonomía en casa y en el centro, el autoestima en la realización de sus tareas, y la movilidad por sí solos para trasladarse en los diferentes lugares a donde ingresa.

4.1.13 Resultados

En esta tercera evaluación psicopedagógica se recaba información por medio de la observación en clase, y en último lugar, con un instrumento semiestructurado que fue aplicado a la media del grupo con la finalidad de que se pueda aportar en la mejora de las necesidades que se presentan continuamente y en esta última etapa del "Psicoballet para todos"; dándole seguimiento al proceso de inclusión y de obtener desarrollo integral pleno en las personas que asisten a este proyecto hasta el final.

Los resultados de los instrumentos finales son los siguientes:

Observación durante fase 3.

En la primera clase que se presentó en la fase 3 (mes de mayo) se dio una inducción al grupo de psicoballet sobre la metodología que proponía subir aún más de dificultad, ahora

se va a incluir únicamente la danza en centro, sesiones de flexibilidad-calentamiento y finalmente el recital al final de la fase (mes de julio), donde esta sería aún más compleja que la anterior, porque se hará una recopilación de música contemporánea y que lleva mayor velocidad; este siendo más técnico en las posiciones de ballet y estético por la fuerza que necesitan los pasos. Al ver el éxito en la presentación anterior con respecto al ámbito social, éste tendría también un “final libre” donde se pondría música moderna, para después invitar a las personas del público a que se incluyeran en el baile, así finalmente ir aportando en la inclusión social de las personas del centro en contextos diferentes hablando socialmente, y siendo aún más significativo, porque en mayoría serán padres de familia que serán invitados por sus propios hijos a bailar con ellos.

A partir de la primera sesión se detectó que algunas de las necesidades presentadas en la fase dos ya no estaban presente, ya que se veía un gran avance como fue en la empatía entre los alumnos, la autonomía, el cuidado personal, la relajación, la elasticidad, un mejor desempeño psicomotriz, una mejor postura y una gran motivación; se podría decir que la inclusión social se estaba logrando un poco más, puesto que inclusive ingresaron personas nuevas al centro para participar en las actividades que realizan.

La observación fue fundamental en esta sesión, ya que se tenía que saber cómo se había regresado de vacaciones después de que se les recordó el no dejar de ejercitarse, correr, caminar o hacer alguna actividad física, cuidar su aspecto físico, y hacer meditación antes de ir a dormir o aplicar técnicas de respiración cuando se sientan estresados o ansiosos.

Realmente siguen apareciendo necesidades como es en memorizar las posiciones, secuencia de pasos en el centro y en barra, aparte de inclusión que es primordial en nuestro proyecto, ya que algunos nos reconocen, pero es importante hacer el círculo aún más grande para darles nuevas oportunidades a personas con discapacidad dentro del ámbito artístico, educativo y social.

INSTRUMENTO 4.

Este instrumento se realizó 3 meses antes de terminar el curso de “Psicoballet para todos”, con la finalidad de conocer los avances en los aspectos de autonomía, motivación, atención, psicomotricidad, inteligencia emocional y todo lo que conforma a la persona; teniendo en consideración que el fin de este proyecto es llegar al desarrollo integral de la persona por medio del Psicoballet. Este instrumento se aplicó a 10 personas adultas, entre ellas docentes, padres, voluntarios y algunos alumnos, que estuvieron aportando en el proyecto durante su proceso.

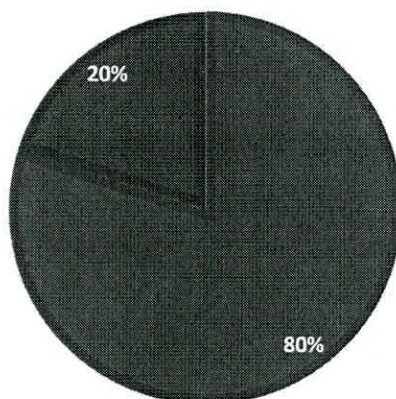
Nombre: _____

Edad: _____ Puesto en el Centro: _____

1. ¿Colaboraste en las clases y/o presentaciones de Psicoballet que se impartieron dentro del centro? ¿Cuál fue la razón?

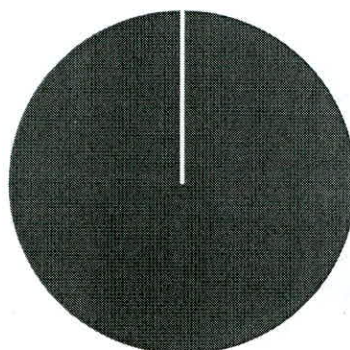
¿COLABORASTE EN LAS CLASES DE PSICOBALLET?

■ Si ■ No



1. Participé porque me dijeron que iba a haber clases de baile
 2. Sí, me interesó porque había escuchado del método pero nunca había participado mi hija a algo parecido, y veo que es muy bueno.
 3. Porque me gusta bailar y estar en un escenario.
 4. Porque soy psicóloga y me interesa ver el impacto que tiene el proyecto en las personas con discapacidad.
 5. Porque soy docente del centro y me interesa ver el avance desde la parte intelectual y física de mi alumna.
 6. Porque se me hizo buena idea al implementarlo en el centro y ayudar a las personas con discapacidad en sus logros,
 7. Participaba una alumna por eso me involucré
 8. Porque soy madre de una de las personas que asiste a las sesiones y veo que el apoyo es mutuo entre ella y yo cuando vamos a las clases.
 9. No pude participar directamente debido a mi trabajo, pero pude estar con mi hija en las presentaciones y sintiéndome orgullosa de sus esfuerzos y logros.
 10. Estuve con ella en las primeras clases hasta la primera presentación, puesto que empecé a trabajar después, pero vi un gran avance del inicio a ahora que será la última presentación.
2. ¿Considera que se notaron cambios significativos dentro del método de Psicoballet en estos 9 meses?

¿Se notaron cambios significativos dentro del método de psicoballet?



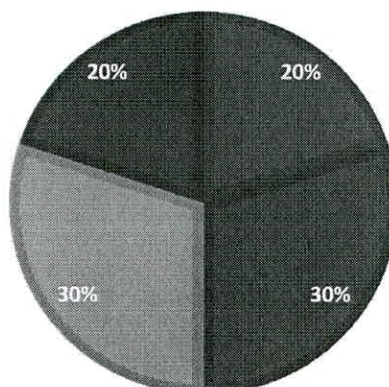
■ Si ■ No

3. Si en la pregunta anterior fue sí, mencione los ámbitos significativos generales que observó (psicomotricidad, autoestima, autonomía, desarrollo integral, inclusión, etc.)
 1. Motivación, atención, movilidad, mejor estado de ánimo, autonomía e inclusión.
 2. En su desarrollo integral ya que se puso atención en todas las áreas del desarrollo de los alumnos para que avancen más rápido en sus dificultades.
 3. Autonomía, psicomotricidad, autoestima, detectar sus emociones y expresar lo que siente, la inclusión con los del centro y fuera de él.
 4. Autonomía, psicomotricidad,
 5. Concentración, equilibrio, identificó horarios y se preparaba sola para tomar clase (autonomía).
 6. En la atención, socialización, empatía, memoria, motivación, lo psicomotriz, y en general pienso que fortaleció un poco de todo.
 7. Mayor movilidad, flexibilidad, mejor actitud (sonríe), sigue indicaciones, y al escuchar música baila por ella misma.
 8. Cambiaron en todos los sentidos, física, cognitiva, anímica y social.
 9. En la autonomía, motivación, en su ánimo, su movilidad ya que ahora sube y baja las escaleras por ella misma, y también dice que puede lograr todo.
 10. En todos los ámbitos, he visto a todas desde el inicio y definitivamente no tenían esa flexibilidad, esa facilidad en sus movimientos, su energía, su fuerza, la autonomía al prepararse para clase. Se les ve un semblante diferente cada que van a clase y escuchan música, sonríen todo el tiempo.

4. ¿Qué tan eficaz fue el método de Psicoballet para los chicos en su desarrollo integral que se estableció dentro del centro, del 1 al 100?
 1. 97
 2. 97
 3. 98
 4. 98
 5. 98
 6. 99
 7. 99
 8. 99
 9. 100
 10. 100

EFICACIA DEL PSICOBALLET DENTRO DEL CENTRO

■ 97 ■ 98 ■ 99 ■ 100



5. ¿Se logró la inclusión social dentro y fuera de la institución con ayuda del método de Psicoballet? ¿Por qué? SI/NO

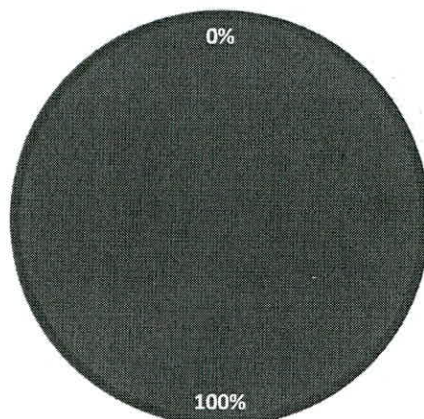
SI

NO

1. Porque en las presentaciones se vio mucho la parte social donde se incluían mutuamente con los bailes libres, fue buena idea.
 2. Dentro de las clases las alumnas mayores ayudaban a las pequeñas y ahí es donde no se vieron como grupos separados, sino se vieron uno mismo.
 3. Las personas que participan de la comunidad son prueba de la inclusión, que aunque se dio de manera lenta, funcionó. La comunidad ya conoce lo que hacen en el centro, y quien asiste a él.
 4. Si, adentro ya todos conviven con todos y respetan sus diferencias, y en la comunidad es complicado mencionar, pero poco a poco se han ido acercando al centro, aún falta un poco para lograr que todos se acerquen.
 5. Se han visto cambios notorios dentro del grupo y afuera, porque los del mercado ya saludan a los alumnos del centro y reconocen su trabajo.
 6. Sí, porque les ayudó a demostrar quienes son dentro de las clases y fuera de ellas (las presentaciones), expresando lo que sienten y pueden hacer.
 7. Se logró gracias a que hay personas de la comunidad que se unieron al proyecto y aportaron en él, debido a la sensibilización que causó la primera exposición en el teatro.
 8. Así es, porque ahora son reconocidos los chicos en la comunidad y en donde han dejado huella por las presentaciones.
 9. Sí, porque realmente antes de este proyecto no se promocionaba mucho el centro, y no conocían qué se hacía dentro de él.
 10. Si, porque personas que inclusive no son cercanas al centro, al ver sus presentaciones se dieron cuenta lo que se hacía y decidieron apoyar a los chicos y lo que se realiza en este centro.
6. ¿Se vio la motivación de manera ascendente en los participantes al asistir a las clases de Psicoballet?

¿HA IDO DE MANERA ASCENDENTE LA MOTIVACIÓN EN LOS ALUMNOS?

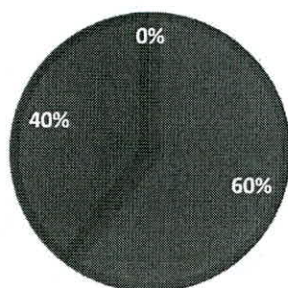
■ Si ■ No



7. La meditación y relajación que se incluyeron a la metodología de las clases, tuvo un resultado positivo en el desarrollo de los alumnos de la clase de Psicoballet con respecto a:
- El control de emociones, ya lo incluyen en su vida cotidiana
 - Estado de ánimo, les ayuda a mantenerse plenos
 - Realmente no, no les ha funcionado en nada

LA MEDITACIÓN Y RELAJACIÓN TUVIERON RESULTADOS POSITIVOS EN EL DESARROLLO DE LOS ALUMNOS?

- El control de emociones, ya lo incluyen en su vida cotidiana
- Estado de ánimo, les ayuda a mantenerse plenos
- Realmente no, no les ha funcionado en nada



8. ¿Crees que las presentaciones en el teatro o instituciones a las que asistimos aportaron en el desarrollo integral de los alumnos? ¿Por qué, y en qué aspectos principalmente?

SI

NO

- Porque les hace sentirse más motivados a realizar más cosas en un futuro, les enriquece personalmente y les ayuda en la autoestima, ya que lograron hacer algo que muchos no hacen.
- En los aspectos personales le ha ayudado mucho a los chicos porque tienen una experiencia más donde han logrado mucho y finalmente lo han demostrado ante un público.
- La presentación en el teatro, UPAEP y en el nuevo plantel definitivamente es una experiencia que no podrán dejar a un lado en sus vidas, les ayudará a contar lo vivido a más personas y creer en sus habilidades y capacidades.
- Ayudaron en el desarrollo de los chicos porque hay personas de la comunidad que se unieron al proyecto y aportaron en él debido a la sensibilización que causó la primera exposición en el teatro, deben sentirse orgullosos por lo que lograron con su danza.
- Así es, porque sólo faltaban esas presentaciones para elevar la autoestima y la motivación de los chicos, y por lo consiguiente, les ayuda a querer hacer más para demostrar ante el mundo todo lo que logran.
- Sí, porque realmente antes de este proyecto se veían muchas cosas que le faltaban al centro y a los chicos, pero después de todo este tiempo se pueden ver cosas muy buenas en ellos que van apareciendo y quedándose en su persona.

7. Claro, porque el presentarse ante muchas personas y contar su experiencia por medio de su cuerpo o por la misma voz, es algo que les ayuda a sentirse plenos e íntegros por poder lograr estar frente un público.
8. Pienso que sí, porque en este proyecto no sólo son las presentaciones, sino todo lo que lleva detrás la preparación y los ámbitos que se han mejorado como son en lo corporal, el ánimo y en su forma de pensar.
9. Ha ayudado en los aspectos personales de los chicos, porque se han esforzado mucho para demostrarlo enfrente de otras personas que son desconocidas.
10. Por supuesto que sí, y estoy orgullosa de eso porque por lo menos lo veo en mi hija, que con la emoción y sonrisa en su cara se puede mover por ella misma y le ha costado clase tras clase.

9. ¿Hay algo que se puede mejorar si sigue la aplicación del método en el centro?

1. Se puede mejorar, tal vez en el espacio donde se practica el psicoballet.
2. Así está bien el método, pero estaría bien que no fuera sólo por un tiempo.
3. Si se puede mejorar. Se puede trabajar por grupos separados y actividades más enfocadas a las características de cada chica.
4. Se puede mejorar en tal vez ahora enfocarse a otros ámbitos como son los diferentes tipos de baile, o cosas nuevas.
5. Me parece bien el método como estuvo hasta ahora, porque se vieron muchos avances en sólo 9 meses, pero en algo que yo mejoraría sería en formar un grupo más amplio de alumnos (hombres y mujeres)
6. Se puede mejorar en que se hagan dos grupos, uno para grandes y uno de pequeños, para enfocarse más en su edad.
7. Pienso que así está bien el método, por todo lo que ha logrado en estos meses.
8. Se puede mejorar adaptando otro espacio para practicar el psicoballet, donde haya espejos, barra, y otros instrumentos que le ayuden a los chicos.
9. No creo que necesite más cambios, se ha enfocado la maestra en lo que necesitan los chicos y mejorarlo.
10. El equipo ha hecho un buen trabajo, tal vez hay mejoras que se le pueden hacer, pero se han desempeñado muy bien y logrado lo que se proponen.

Debido a las respuestas proporcionadas por estas personas que fueron parte del proyecto de manera directa, que vieron todo el proceso de manera vivencial desde un principio hasta el fin, se detectaron nuevas necesidades de las que se intervinieron en la fase 2, pero en su mayoría hay avances notorios que se han logrado desde un inicio a el ahora.

A continuación se especificará cada una de las de necesidades que han surgido en esta nueva evaluación, referente a las actividades a realizar y las observaciones que se hicieron en relación a la intervención durante la fase 2.

Detección de necesidades específico e intervención

Detección de Necesidades	Actividades a realizar	Intervención
Dificultades para realizar actividades de manera autónoma.	Después de la segunda intervención donde se vieron grandes cambios positivos en la dificultad física de las personas que asisten a las clases de psicoballet, se hicieron adaptaciones a las personas que ya habían logrado hacer los movimientos de manera autónoma, lo cual lo lograron muy bien sin apoyo y ahora sólo se pide reforzar la fuerza de los movimientos, el equilibrio y la concentración. A las personas que se propuso trabajar con aros, pelotas y con apoyo de la barra; lograron avanzar en su desarrollo psicomotriz y en la autonomía, únicamente hay dos pequeñas que necesitan apoyo de este material debido al daño neuropsicológico que tienen, pero tienen mayor movilidad y expresión física.	Al retirar el apoyo a personas que lograron las actividades de manera autónoma, únicamente se reforzará la fuerza de los movimientos, el equilibrio y la concentración. A las personas que aún tendrían apoyo de aros, pelotas y con apoyo de la barra; avanzaron de manera rápida fortaleciendo su desarrollo psicomotriz y la autonomía; siendo así 4 de ellos a los que se le quitó el material de apoyo al final de la fase 2. Únicamente dos de ellos se quedaron con el apoyo de barra, debido a que tienen un daño neuropsicológico algo fuerte, pero tienen mayor movilidad y expresión corporal ante las clases y próximamente en la presentación.
Padres voluntarios en las clases de psicoballet.	Gracias al resultado de la fase 2 donde se convocó nuevamente a una clase "muestra" para que conocieran las actividades que se realizan y las capacidades de sus hijos, ingresaron 2 padres de manera aleatoria debido a la impresión social que causó la presentación de la fase 2.	En el proceso de inclusión se puede decir que hubo éxito porque en total 5 padres de familia se incluyeron en el equipo al ver los beneficios que tenían sus hijos y el impacto social que causó la segunda presentación. Decidieron formar parte del grupo de psicoballet debido a que se pudieron sensibilizar y comprender la diversidad en un solo grupo; logrando poco a poco la inclusión social de las personas con discapacidad.

Mayor motivación	La mayoría de los alumnos tienen una increíble motivación debido a los objetivos que han cumplido en clase, en las presentaciones, y más que nada, porque próximamente viene la última presentación. En la segunda fase se propusieron los alumnos nuevos objetivos en la meditación, la elasticidad y la parte psicomotriz, lo cual al finalizar la fase 2 algunos de ellos los lograron. Siempre debían tener un objetivo que cumplir y los que aún no cumplían el anterior tienen que renovar la fecha para lograrlo.	Debido a que los objetivos eran más estrictos y con tiempo límite para lograrlos, conocieron su verdadera motivación y la capacidad de lograr lo que se propongan (siendo lo que sea). Los alumnos se propusieron en mayor parte cuestiones físicas, de memoria y sociales (de empatía), lo cual les ayudó a crear un ambiente más proactivo y de mucho reconocimiento ante los demás. Algunos de los objetivos cumplidos fueron : • Usar la relajación en la vida diaria. • Estirar más en la barra y en la clase. • Hacer ejercicio en casa. • Memorizar pasos • Ayudar a los compañeros en sus movimientos. Proponiéndose así más objetivos y ahora de manera semanal, hasta que finalice el método. En esta intervención la finalidad es siempre tener un objetivo que cumplir y los que aún no cumplían el anterior, tienen que renovar la fecha para lograrlo.
Postura inadecuada.	En los anteriores 4 meses se ha visto un gran avance en la postura de los alumnos, debido a barra. En la fase 2 se hicieron secuencias de pasos en la barra y centro, para un mejor equilibrio, coordinación, memoria, y así lograr posteriormente, una mejor postura inconscientemente. Gracias a esa intervención, en esta fase la barra ha quedado a un lado (sólo la ocuparán las personas que necesitan apoyo) puesto que los alumnos han adquirido una buena postura de	A lo largo de 7 meses que lleva el proyecto, es importante mencionar que en las clases la postura se manejaba como algo consciente, pero a partir de la intervención anterior se trabajó más en el baile de centro, donde no se ocupa la barra para apoyarse haciendo de esto algo más complejo en la postura, así creando que se convirtiera en algo inconsciente guardando un buen equilibrio. Desde la primera fase se mencionaba a una de las alumnas que no mantenía control de su cuerpo debido a una inadecuada posición. En la segunda fase se pudo observar que logró mantener la fuerza de su cuerpo tomándose de la barra; aunque aún necesitaba apoyo de alguien para lograr caminar al igual que bajar las escaleras por ella misma. En esta fase, fue impresionante su desempeño, ya que al mes 6

	manera inconsciente, como se planeaba en la fase 2.	pudo subir la pierna a la barra por ella misma cuando se le pidió, teniendo el equilibrio y la fuerza suficiente para hacerlo. Después de estas actividades, ella podía bajar y subir las escaleras por ella misma, finalizando en que en la tercera presentación puso mantenerse sola sin necesidad de ayuda física de alguna persona.
Memorizar las posiciones, secuencia de pasos en el centro y fortalecer lateralidad. (Psicomotricidad)	Esta necesidad surge en esta tercera fase, debido a la realización de mayor actividad en centro que en barra, puesto que al descontextualizarse de la barra no saben cómo hacer las posiciones o la secuencia de pasos, sin saber que es lo mismo, sólo que sin el apoyo. Viendo esta necesidad importante, se realizarán actividades significativas con las posiciones, como es jugar al robot o pensar que abrazamos a alguien.	Se tienen 3 meses para actuar y fortalecer la memoria en ese aspecto, creando actividades significativas con las posiciones y secuencias de pasos, como se ha hecho durante el método de Psicoballet. Algunas de las actividades serán: • El robot: las posiciones parecen de un robot, lo cual jugaremos a ser uno y ponerle nombre a los movimientos que hace el robot. • Abrazar a alguien: la posición 1, 3 y 4 parecen que abrazan a alguien, por lo que eso les hará recordar que los abrazos son un número de posición. • Tapetes o aros de colores: para la secuencia de pasos se pone el material en el piso y se tienen que trasladar de uno a otro siendo giro o salto. • Allegro: es un baile que lleva secuencia de 2 pasos de una esquina a otra, con una música en específico. Al dividir en tres las sesiones en la fase 2: meditación- elasticidad, barra y centro (giros, equilibrio, saltos y secuencia de pasos), y baile libre, se reforzó mucho el ámbito psicomotriz de las personas, ya que de manera integral van mejorando al ser autónomos en sus movimientos y su manejo corporal. La lateralidad ahora sólo es problema de las personas con un daño neurológico fuerte, como se había mencionado con anterioridad, por lo que se seguirá interviniendo con listones de

		colores y giros/ pasos que tengan relación a la lateralidad para hacerlo significativo. El tren se sigue haciendo como parte de la estimulación psicomotriz ya que es una buena actividad para la coordinación, equilibrio, atención, memoria, fuerza y empatía.
Inclusión dentro del grupo de Psicoballet.	En la fase 2 se demostró que una red de empatía a las personas que más lo necesitaban, era buena idea para que existiera la empatía y así la comprensión de la diversidad. Se ha logrado dentro del grupo de psicoballet la inclusión, puesto que las alumnas adultas ayudan a los que más necesitan y ahora todos se consideran amigos.	Al realizar las dinámicas en donde la empatía iba surgiendo poco a poco, se fortaleció la parte social de los alumnos, siendo así necesario sólo el fortalecer esta red de empatía que desde la fase 2 va funcionando. Únicamente hay una alumna que en momentos se comporta de manera disruptiva, pero es importante mencionar la respiración y en cuestión de emociones, "la sonrisa" que debe de tener para verse aún mejor ante todos. Es jugar mucho con el autoestima y el control de emociones.
Inclusión en la comunidad.	Presentar recitales durante cada etapa del Psicoballet que es cada 3 meses, siendo así ya la última presentación "Dance" el 14 de Julio en el nuevo plantel del centro de integración psicológica y de aprendizaje, ubicado en la ciudad de Puebla. Aplicando de igual manera el "baile libre" al finalizar el recital, para así incluir a personas	Esta presentación se realiza en el centro de integración psicológica y aprendizaje (nuevo plantel) donde al igual que en los recitales anteriores se hará un "baile libre" para así lograr que la comunidad se incorpore al baile, y en esta ocasión aún más significativamente, ya que irán por sus padres de familia para cerrar esta presentación de manera emotiva y sensibilizando a los espectadores sobre la inclusión de personas con discapacidad ante la sociedad, siendo de la manera que sea. Es importante agradecer al finalizar la presentación por el apoyo de los docentes, padres, voluntarios y alumnos por el éxito que tuvo el proyecto, darle gracias a los alumnos por lo que lograron y nos enseñaron a los demás.

Conocer sus emociones expresarse corporalmente. (Inteligencia emocional)	Debido al éxito que se tuvo en la segunda fase con la sesión de identificar la emoción o sensación por medio de la música, se sigue fortaleciendo por ese conducto 2 veces por mes.	Los alumnos ya saben controlar sus emociones de ansiedad y nerviosismo por medio de la respiración, se sigue aplicando en el inicio de cada clase, donde se realiza la meditación y relajación. En esta tercera fase para convertirlo más significativo y exista un mejor control de emociones, se arriesgó a que por medio de la música dijeran una experiencia o algo que les recordara lo que están escuchando siendo tristeza, felicidad, enojo, nerviosismo, etc. Y de qué forma pueden sobrellevar esa emoción.
Preparación en su seguridad ante el público.	Sesiones del 21 de junio hasta el 12 de marzo, días donde al ensayar se observaron grandes avances en la elasticidad, equilibrio, memoria, atención, empatía, psicomotricidad y control de emociones. Siendo la última presentación se hablará de manera motivacional para la presentación, pero también en aspectos de la vida como son las capacidades personales de cada quien y los logros que han alcanzado en este poco tiempo.	Se comienzan los ensayos generales demostrando mayor atención, memoria, elasticidad, equilibrio, psicomotricidad, coordinación y mayor expresión por parte de los alumnos, se ensayaba aproximadamente 2 veces el baile de "dance" dentro de la institución, al igual que "la bella durmiente" Después se aplica la relajación por medio de la canción de "baile libre" que se presentará al final del recital para incluir a las personas que están como espectadoras, en este caso invitando a los padres de familia, para que formen parte del cierre de este proyecto.
Presentación del 14 de Julio.	Esta presentación se hizo con el fin de cerrar el proyecto de "Psicoballet para todos" en el centro de integración Psicológica y Aprendizaje nuevo plantel, que se encuentra en el Estado de Puebla, logrando así la inclusión social, el desarrollo integral de los alumnos y un mejor ambiente en el centro; debido a que existe la	Esta presentación se realiza en el centro de integración psicológica y aprendizaje, ya que fuimos invitados a la celebración de inauguración del nuevo plantel que se ubica el san Andrés Cholula. Este tuvo la finalidad de expresar la experiencia que ha sido en estos 9 meses de método, dar a conocer las problemáticas, las necesidades y finalmente los avances que estuvieron presente todo el tiempo; la maestra, docentes, padres y alumnos dieron un agradecimiento por esta oportunidad que se brindó para poder aportar

	empatía, las amistades y armonía entre los alumnos, docentes y voluntarios y padres de familia que participaron en el proyecto.	mutuamente a un mismo fin que es la inclusión social de personas con discapacidad, y el pleno desarrollo integral de estas personas participantes en las clases. Se bailó con material de apoyo como fueron aros de colores, sólo para guiar a los alumnos en donde era su posición. Los alumnos demostraron una increíble fuerza y un desarrollo pleno al bailar, ya que sonrieron todo el tiempo y se concentraron hasta el último minuto. Los alumnos que lograron mantenerse de pie en la última fase por sí solos con gran autonomía, demostraron en esta ocasión que con motivación y esfuerzo se puede lograr.
--	--	---

4.1.14 Resultados finales

Partiendo de la caracterización expuesta en la metodología que se llevó a cabo durante 9 meses en un Centro de Integración Psicológica y Aprendizaje en el Estado de Puebla, aplicando el método del Psicoballet, se puede plantear que ha tenido una buena estructura, realización y seguimiento dando resultados positivos acorde a la psicomotricidad, estimulación cognitiva, el autoconcepto, autoestima, relaciones psicosociales, control de emociones, cuidado en el aspecto físico, autonomía, desarrollo integral de las personas, y finalmente lograr la inclusión social en conjunto del reconocimiento de las personas con y sin discapacidad que participaron en este grupo. También se incrementaron habilidades en el aspecto emocional, puesto que en las clases se retomaba la inteligencia emocional en conjunto de la música y la expresión personal. Las funciones ejecutivas como son la memoria y atención, tuvieron un increíble aumento y no sólo se notó en la clase, sino los docentes también lo notaron en las manualidades y actividades que se realizan dentro del horario de clases en el centro.

La convivencia familiar mejoró en muchos casos, puesto que en las presentaciones como fueron en el Teatro de la ciudad, en UPAEP y en el centro de integración nuevo plantel, se impactaban de la capacidad y habilidad que tienen sus hijos al realizar de manera íntegra sus movimientos y expresión, así reconociéndoles que pueden lograr más de lo que en algún momento se pensó. La disciplina del grupo en general mejoró, se modificaron conductas, hubo una mejor convivencia y empatía dentro del ambiente en las clases, así creando un ambiente armonioso y de felicidad. Todos los miembros del proyecto desarrollaron una serie de habilidades físicas, entre estas destacan la fuerza muscular, la respiración, agilidad en la movilidad, ritmo, elasticidad equilibrio, lateralidad, relajación y creatividad.

Se hicieron actividades fuera de clase también como fueron:

- Las presentaciones artísticas en diversos lugares como son teatros, universidades e instituciones, dando la oportunidad de demostrar a la sociedad lo que el grupo es capaz.
- Hubo una mesa de diálogo donde padres, directivos, docentes, voluntarios y alumnos contaron su experiencia en este proyecto.
- Realización del tutú de manera manual y ejerciendo la atención, memoria y coordinación manual.
- Incorporación de familiares y voluntarios a las clases de Psicoballet, creando un ambiente inclusivo socialmente entre personas con y sin discapacidad.

5. Conclusiones y recomendaciones.

Lo distintivo que tiene esta propuesta en relación con otros proyectos sobre el Psicoballet en el Estado de Puebla, es que involucra a la familia de manera presencial, que exista un apoyo en las presentaciones, en las clases, en la realización del vestuario y en los foros donde han participado los padres contando su experiencia; por otro lado también está la comunidad, lo cual hace de manera íntegra el proceso, puesto que se buscaba desde un inicio la inclusión social. Se tuvo éxito en el ingreso de personas de la comunidad a las clases de Psicoballet y a las presentaciones que se dieron, uniéndose en el baile libre que se hacía al finalizar la presentación, y esto ayudaba a que las personas que presenciaban la obra ahora formaran parte del grupo de Psicoballet creando así una inclusión social de personas con y sin discapacidad en un solo ambiente).

Como conclusión se puede decir que hay muchos campos donde se puede intervenir incluyendo la danza, ya que es una oportunidad perfecta para que las personas que asisten a este curso con o sin discapacidad, puedan desarrollar sus habilidades y capacidades al máximo, para que con el tiempo se estimulen las áreas sensoriales y físicas; pero que como finalidad tengan un equilibrio importante en su ser debido a la conexión mente-cuerpo.

Realmente nuestro objetivo es lograr la inclusión de personas con discapacidad a la sociedad, con la ayuda de las voluntarias, docentes y familiares del centro; integrándose al equipo de baile para que exista mayor diversidad y se cree un ambiente de empatía entre todos, incluyendo sus propias habilidades y demostrándole a la población de Puebla, que todos somos capaces de realizar lo que nos gusta o lo que queremos intentar hacer, teniendo el derecho de sentirse parte de una sociedad en común.

Se ha logrado con las presentaciones del 3 de Diciembre, 22 de Marzo y 14 de Julio, que más personas se incluyan en esta buena causa comprendiendo que es un mundo para todos. La mayoría de los que han seguido al grupo de psicoballet desde fuera o ya ingresando al grupo, se han conmovido y sensibilizado en lo más profundo de su persona, asimilando el que las personas con discapacidad en ocasiones demuestran ser más capaces que alguien que no tiene discapacidad.

Como otra conclusión se puede decir que hay muchos campos donde se puede intervenir incluyendo la danza, ya que es una oportunidad perfecta para que las personas que asisten a este curso con o sin discapacidad, puedan desarrollar sus habilidades y capacidades al máximo, para que con el tiempo se estimulen las áreas sensoriales y físicas.

Realmente nuestro objetivo es lograr la inclusión de personas con discapacidad a la sociedad, con la ayuda de las voluntarias, docentes y familiares del centro; integrándose al equipo de danza para que exista mayor diversidad y se cree un ambiente de empatía

entre todos, incluyendo sus propias habilidades, y demostrándole a la comunidad de la colonia Guadalupe, y Puebla en general, que todos somos capaces de realizar lo que nos gusta o lo que queremos intentar hacer, teniendo el derecho de sentirse parte de una sociedad en común.

Con respecto a los aprendizajes de cada uno de los objetivos que se propuso en esta investigación como meta, se puede decir que fueron un tanto complejos y satisfactorios a la vez, puesto que al detectar las necesidades, evaluar e intervenir finalmente en ellos para ver los avances, y así repetir el proceso, es algo que te motiva a formar técnicas y estrategias para aportar en la mejora de un beneficio que será para otra u otras personas.

De manera más específica se mencionan cuales fueron los objetivos que se dirigieron en un principio, junto con el aprendizaje que se concluyó:

1. Elaborar un plan de acción partiendo del diagnóstico, para intervenir en las necesidades del centro y de las personas que acuden a ella.

Este paso se logró en la aplicación dentro de todas las fases del Psicoballet (3 fases), ayudaron a crear un proyecto donde los resultados fueran intervenidos con éxito, puesto que la metodología que se realizaba era hacer una evaluación, una intervención y se evaluaban de nuevo para obtener los resultados que en la intervención se habían cubierto con respecto a la necesidad; haciendo de esto una mejor herramienta para lograr el objetivo de hacer una mejora en las necesidades del centro y de los alumnos.

2. Promocionar el “Psicoballet para todos” dentro y fuera del Centro, por medio de convocatorias a la sociedad para que se incorpore al grupo y pueda existir mayor inclusión social.

Al comenzar el proyecto se promocionó en la comunidad el proyecto de “Psicoballet para todos”, donde se convocaba a personas con y sin discapacidad, teniendo como finalidad la inclusión social de las personas que asistían al centro de integración, que es donde se ofrecerían las clases. Poco después de la semana de promoción se acercó una persona de la comunidad sin discapacidad pidiendo informes sobre el curso de Psicoballet, donde finalmente se incorporó y formó parte del grupo hasta el final.

3. Desarrollar la convivencia e inclusión dentro del centro y del grupo de personas que asisten a Psicoballet, para aceptar las diferencias y diversidad de los participantes.

Dentro de la intervención que se realizó en el proyecto de Psicoballet con respecto a las fases de su metodología, se puede mencionar que fue una de las necesidades que se detectó después un principio; puesto que el grupo estaba en grupos aislados y no se comunicaban entre ellos, siendo así importante intervenir en la inclusión dentro del centro y fuera de él. La intervención que se realizó específicamente en una sesión el 9 de noviembre donde se vieron cuestiones personales referente a la actitud y ambiente que se propiciaba en las clases de Psicoballet, detonó todo en lo que se podía intervenir para crear una red de empatía y así comprender la diversidad que tiene el grupo que se formó.

Se propuso formar una red de apoyo entre todos para que al momento de la presentación se hiciera un buen equipo colaborativo y conseguir el objetivo, este en su segunda intervención tratándose por medio de actividades como fueron el baile en parejas, la reflexión de las necesidades del otro por medio de la integración de un círculo diciendo sus dificultades y finalmente por medio de historias en la meditación que funcionaron muy bien ya que notaron la insuficiencia de la empatía en el grupo por ciertas personas. Estas actividades se realizaron 2 veces por mes y tuvieron éxito al final del método, ya que los grandes ayudaban a los pequeños, había una mejor comunicación entre todos y hasta amigos se convirtieron.

4. Crear un ambiente familiar, donde los padres puedan realizar las actividades con sus hijos y reconozcan el esfuerzo que ellos hacen.

Los padres de familia fueron parte también de este proceso, ya que a base de las convocatorias que los invitaban a ir 2 veces al mes y después a las “clase muestra”, donde descubrieron que sus hijos tenían diversos logros en el aspecto psicomotriz, en el control de emociones y en su autonomía, decidieron quedarse para apoyar en el proceso en clase y al momento de presentarse en el exterior, siendo así en total, 7 padres de familia.

5. Realizar manualidades, una parte creativa y de estimulación cognitiva al elaborar el tutú siguiendo las indicaciones y ejerciendo la memoria-atención.

Se propusieron actividades manuales en donde emplear la coordinación, atención y memoria; siendo así una buena idea la creación de los tutús para la presentación que se realizó el 3 de Diciembre. Al realizar los tutús con el material ya antes encargado (tul, cinta elástica, tijeras y pegamento), se detectó que era una manualidad que ayudaba de manera íntegra a la alumna, poniendo de su parte un buen manejo psicomotriz y de funciones ejecutivas, como son el atención y recordar las instrucciones, para después llevarlo a cabo con una plena coordinación. A parte de ello, las alumnas se motivaron al ver que podían hacer su propio vestuario y así darle función a lo que ellas habían creado; tomando esto como un buen logro ante su desarrollo integral.

6. Aplicar nueve meses el método de manera correcta dentro del centro, para lograr que los alumnos logren mayor autoestima, motivación de ingresar a clase, un mejor control de emociones, seguridad, autonomía, un desarrollo psicomotriz pleno y finalmente una inclusión social.

Se aplicó durante nueve meses el método llevando correctamente las fases y procesos que ejecuta el psicoballet, logrando así una intervención en las diferentes áreas del desarrollo integral de las personas que formaron parte del proyecto. Se mencionarán los ámbitos y resultados de estos objetivos específicos que se plantearon dentro de esta investigación, demostrando así, el logro en cada uno de ellos:

Psicomotriz: El área psicomotriz era una de las necesidades que se observó desde el día uno, teniendo que plantear una propuesta para lograr un mejor desarrollo pleno e integral.

Al principio se observaron las necesidades de cada uno de los alumnos, planteando el tener apoyo como era la barra, los aros y las pelotas; en la segunda fase al ver los avances se decidió retirar el apoyo a la mayoría de personas que podían lograr las actividades por ellas mismas, donde fue difícil en un inicio, pero en el transcurso se logró una mayor autonomía y motivación; logrando una mejor autoestima por realizar actividades por ellos mismos. Únicamente dos de ellos se quedaron con el apoyo de barra, debido a que tienen un daño neuropsicológico algo fuerte, pero tienen mayor movilidad y expresión corporal ante las clases, y mucho más en las presentaciones.

La lateralidad que antes era un problema psicomotriz, se intervino con la técnica de listones de colores en cada mano para identificar la izquierda y la derecha, también en la segunda fase se intervino con giros y saltos en dirección, ayudando a los alumnos a tener un aprendizaje significativo con respecto a la lateralidad. Siendo así en la segunda fase donde se determinó como una necesidad de "algunos alumnos", que requería una mayor estimulación o que por el daño neurológico, se tienen que guiar.

Motivación: La motivación se fue llevando a cabo al proponerse objetivos a largo y corto plazo con tiempo límite para lograrlos, esto ayudando en su motivación a que demuestre el sentirse capaces de poder cumplir lo que ellos se propongan, siendo dentro de la clase o en su vida cotidiana. Los principales objetivos que motivaron a los alumnos a cumplir sus metas, fueron el relajarse al inicio de clase para hacer mejor las actividades, estirar un poco más de lo que pueden pero sin lastimarse, hacer ejercicio en casa para estirar mejor en clase, acordarse de todas las posiciones y bailes en la barra y finalmente ayudar a los compañeros a que logren sus objetivos. Notándose que los objetivos eran personales pero también sociales, la empatía también se dio a notar en la parte motivacional debido a que muchos tenían ese propósito en común para que las presentaciones salieran perfectas.

Debido a que los objetivos eran más estrictos y con tiempo límite para lograrlos, conocieron su verdadera motivación y capacidad de lograr lo que se propongan (siendo lo que sea). Proponiéndose así más objetivos y ahora de manera semanal, hasta que finalice el método. En esta intervención la finalidad era siempre tener un objetivo que cumplir y los que aún no cumplían el anterior, tenían que renovar la fecha para lograrlo.

Algunos de los objetivos que se cumplieron de forma personal eran usar la relajación en la vida diaria, estirar más en la barra y en la clase, hacer ejercicio en casa, memorizar pasos y ayudar a los compañeros en sus movimientos; demostrando que los alumnos cumplieron su objetivo durante el tiempo que se habían propuesto y se sentían motivados a cumplir más.

Postura adecuada: Muchos de los alumnos al inicio no tenían una buena postura y eso afectaba su motivación, su esquema corporal y su autoestima, pero en los avances que se notaron a lo largo de las fases en este proyecto, es que de pasar a hacer las posiciones correctas de manera consciente, pasaron a ser de manera inconsciente.

Desde la primera fase a una de las alumnas que no mantenía control de su cuerpo debido a una inadecuada posición; la barra y los aros en esta intervención le ayudaron a lograrlo, por lo que en la segunda fase podía mantener la fuerza de su cuerpo tomándose de la barra, para que en la tercera fase sin necesidad de material de apoyo ni de alguna persona, demostrara que podía mantenerse parada e inclusive subir y bajar las escaleras por ella misma.

Autonomía: Desde un inicio se vio la necesidad de que los alumnos comenzaran a ser autónomos en su cuidado personal y en la preparación a la clase de Psicoballet, ya que una docente se encargaba de vestir y peinar a los alumnos, pero no le daba tiempo de atender a todos, por lo que la intervención en la fase 1 era enseñarles a cómo vestirse y peinarse para que ellos lo realizaran por sí mismos. Este paso se convirtió en un hábito, por lo que los alumnos lo lograron muy rápido y ya en la segunda semana de clases, lo estaban intentando. Para los pequeños o personas que aún tenían complicaciones en este ámbito, se les sugirió en casa y en el centro que ellos escogieran lo necesario para vestirse y empezaran por ponerse los zapatos ellos solos. En la segunda fase se les propuso ponerse un poco de spray para su peinado, llevar siempre su arreglo en el chongo y finalmente un poco de brillo en los labios-ojos, para así elevar la complejidad del proceso, y así también, pusieran atención en el cuidado personal.

Inclusión social: Al promocionar la primera presentación de “Psicoballet para todos” que fue en el teatro de la ciudad, hubo éxito en el ámbito social, porque asistieron al teatro 10 personas de la comunidad Guadalupe, haciendo de esto una buena técnica para dar a conocer los eventos o actividades que hacen los chicos con discapacidad de este centro. Las personas de la colonia Guadalupe, que es donde se encuentra el centro, poco a poco se dieron cuenta de las actividades que se realizan en el centro y de lo que son capaces de hacer, como fue en el baile. Desde la primera presentación que fue el 3 de Diciembre, estuvieron interesados en asistir a las presentaciones donde vayan. La segunda presentación que fue en UPAEP, y en la tercera que fue en el centro de integración nuevo plantel, se incluyó el “baile libre”, para así lograr que la comunidad se incorpore al baile y se sensibilice sobre la inclusión de personas con discapacidad ante la sociedad. En la segunda presentación ya muchos reconocían el proyecto y a los chicos, por el recital que se exhibió con anterioridad en el teatro, haciendo de esto un reconocimiento social de las personas que bailan psicoballet y que son parte del centro de integración.

También es importante mencionar que después de la primera presentación se quisieron incluir dos personas de la sociedad al proyecto, hasta el final, logrando una inclusión social al atender a la diversidad.

Control de emociones: Una necesidad clara era el control de emociones, ya que en el grupo existen personas que llegaban enojadas o con ira, tratando de golpear a quien se atravesara, lo cual se hizo importante intervenir desde un principio con técnicas de relajación. Al iniciar las clases se propuso la práctica de meditación y relajación, donde esto funcionaría al manejo de respiración cuando se sientan nerviosos, ansiosos o

enojados por cierta razón. Este a lo largo del método, se ha convertido en un hábito en el centro y en casa; haciendo de esto un gran medio para la identificación de emociones.

Se implementaron sesiones significativas donde a base de actividades se les pedía expresar sus emociones, una por medio del cuerpo, y otra por medio del habla. Después de estas sesiones los alumnos ya sabían controlar sus emociones de ansiedad y nerviosismo por medio de la respiración, pero era importante que se siguiera aplicando en el inicio de cada clase.

Seguridad: Se comenzaban los ensayos generales 3 semanas antes de cada presentación, para que al momento de la exposición se demostrara mayor atención, memoria, elasticidad, equilibrio, psicomotricidad, coordinación, autonomía y mayor expresión por parte de los alumnos, al inicio se ensayaba 3 veces por día para retener la secuencia de pasos o de música, lo cual en la segunda y tercera fase únicamente fueron 2 por día, demostrando así que el desarrollo integral de cada persona iba mejorando en todos sus ámbitos, inclusive hasta en el autoconcepto.

5. Recomendaciones

- Se recomienda la práctica de Psicoballet por lo menos una vez por semana como medio de intervención psicopedagógica ya que tienen diversos beneficios en el desarrollo integral de las personas.
- Este método debería ser parte de programas de salud, educativos, laborales y sociales, ya que al intervenir de manera psicomotriz, trabaja muchos ámbitos como son el equilibrio, coordinación, atención, memoria y una mejor percepción de tu cuerpo.
- La danza reduce el estrés, la angustia, la depresión y el sedentarismo, por ello es bueno realizarlo por lo menos cada semana, y con mayor razón, si se padece de algún trastorno o dificultad en algún ámbito personal.
- Las personas con discapacidad deben siempre mantenerse en algún programa de estimulación psicomotriz, ya que ejercita funciones cerebrales y también físicas; ayudándole a tener un desarrollo integro, aumentando su calidad de vida.
- Se sugieren el ejercicio físico y la danza terapéutica como medios de intervención para prevenir enfermedades crónicas.
- El bienestar físico y mental se debe producir por medio de actividad física y estimulación cognitiva que este lo tiene el ballet, la danza terapia y la musicoterapia.
- Si se asiste a ballet, danza, arte terapia, danza terapia, psicoballet, o cualquier derivado como parte de la rehabilitación, con el fin de alcanzar óptimos resultados en el manejo y prevención de trastornos o discapacidades, se pueden tener óptimos resultados a una temprana edad.
- La autonomía se puede formar de manera rápida si se ingresa a una disciplina como es un deporte, un tipo de danza, yoga, gimnasia, entre otros.
- Un buen manejo de emociones o inteligencia emocional, previene enfermedades mentales o psicosomáticas que después tengan consecuencias graves.

- Una buena postura aporta a que tengas un mejor desarrollo físico con respecto al equilibrio, fuerza física y una excelente tonalidad muscular, logrando una mejor autoestima.

6. Referencias

- Aguado, T. (2009). Pedagogía intercultural. *Pluralismo sociocultural, educación e interculturalidad*. Badajoz: Abecedario. (Pp. 167- 182)
- Alfaro G. y Castro, V. (2002). Grupo de estimulación cognitiva para el adulto mayor. *San José, Universidad de Iberoamérica*. Práctica Hospitalaria II. Maestría en Psicología Clínica.
- Álvarez, S. (2015). La autonomía personal y la autonomía relacional/Personal and Relational Autonomy. *Análisis filosófico*, 35(1), 13-26. Recuperado en 4 de enero de 2019, de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-96362015000100002&lng=es&tlng=es
- Arriola, E. e Inza, B. (1996). Protocolos de atención en residencias para personas mayores. *Revista Gizartekintza*. Departamento de Servicios Sociales.
- Berruezo, P. (2003). El contenido de la psicomotricidad. En Bottini, P. (ed.) *Psicomotricidad: prácticas y conceptos*. Madrid: Murcia. (Pp. 43-99). (ISBN: 84-95294-19-2)
- Best, P. (2000). Theoretical diversity and clinical collaboration. *Reflections by a dance/movement therapist*. The Arts in Psychotherapy, Vol 27, N.3. (Pp. 197-211)
- Caicedo M. (2005). La danza como estrategia en el quehacer de la fisioterapia. *Cuerpo-movimiento: perspectivas*. Santafé de Bogotá, Universidad del Rosario. (Pp. 207-219).
- Calero, D. (2003). La utilidad de los programas de intervención cognitiva en personas mayores. *Revista Geriatrika*. Vol 6. (Pp. 305-307).
- Danza-Revista Mx. (2016). *Convocan a Segundo Encuentro Internacional de Psicoballet en Puebla*. Recuperado el 4 de Enero del 2019 en <https://danzarevista.mx/convocan-a-segundo-encuentro-internacional-de-psicoballet-en-puebla/>
- Ducan, N. (2007). Arteterapia. *Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*. 43 Vol. 2. (Pp. 39-49)
- Durazo, G. (2014). Integración del método de Psicoballet en el Centro. *Centro Psicoterapéutico D.A. PsicoIntegra*. Sonora: México. Recuperado el 26 de Diciembre del 2016 en <http://revistafamilia.com.mx/web/?p=882>
- Domínguez, J. & Feito, R. (2007). Finalidades de la educación en una sociedad democrática. Madrid: Octaedro.
- Ellis R. (2001). Movement metaphor as mediator: a model for the dance/movement therapy process. *The Arts in Psychotherapy*, 28. (Pp.181-190)
- Frutos, A. (2009). Educadores, trabajadores sociales e interculturalidad. Madrid: Dykinson.
- Frutos, E., Ruiz, M., Sánchez, M., Izquierdo, R., López, H., Sánchez, J. y Sánchez, M. (2012). La atención a la diversidad: la educación inclusiva. *Revista Electrónica*

Interuniversitaria de Formación del Profesorado 15 (1). (Pp. 17-23). Recuperado el 2 de Enero del 2019 en <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=217024398011>

Fernández, A. y Taccone, V. (2012). La Danza Movimiento Terapia como estrategia de inclusión, de integración, de desarrollo social, personal y creativo en el sistema escolar. *VII Jornadas de Sociología de la UNLP "Argentina en el escenario latinoamericano actual: debates desde las ciencias sociales"*. Argentina: Argentina. Recuperado el 26 de Diciembre del 2018 de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/31464/Documento_completo.pdf?sequence=1

Fariñas, G (1993) *Psicoballet, Método Psicoterapéutico Cubano*. BUAP. Puebla: México. Recuperado el 23 de Marzo del 2017 de <http://fundamentosdepsicoballet.blogspot.mx/2007/11/el-psicoballet-surge-en-cuba-en-1973-y.html>

Fariñas G. (2000) *Psicoballet, método cubano de psicoterapia de grupo*. DF: México. Recuperado el 25 de Diciembre del 2017 en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000300013

Fariñas, G. (2001). Programa cubano de atención. *Psicoballet. Psicología de la salud en Cuba*. República de Cuba. Recuperado el 26 de Diciembre del 2017 en <http://promociondeeventos.sld.cu/psicosalud/psicoballet/>

Fariñas, G. (2011). *Psicoballet; Ciencia y Arte. Palabrio*. Estados Unidos de América.

Fundación Psico Ballet Maite León. (2005). *Mesa para tres*. Fritschcompany. Compañía inclusiva profesional. Madrid. Recuperado el 26 de Diciembre del 2017 de <http://www.resad.es/eventos1415/mesa-para-tres.pdf>

Gairín, J. (2009) Cambio y mejora. *La innovación en el aula, equipo de profesores y centro*. Madrid: España. (Pp. 21-48).

García, J. y González, D. (1992). *Evaluación e Informe Psicopedagógico*, Madrid: EOS. (Pp. 163).

Gispert, A. (2015). Personas con necesidades especiales/ persons with special needs. *Escuela Nacional de salud Pública*. La Habana: Cuba. Recuperado el 4 de Enero del 2019 en http://bvs.sld.cu/revistas/est/vol48_1_2011/est011111.htm

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional/ Emotional Intelligence*.

Goleman, D. (2011), *Leadership: the power of emotional intelligence*, Estados Unidos de América.

Goleman, D. (2000), *La inteligencia emocional aplicada a las organizaciones*. Barcelona: Kairos

Goodill S. (2005). Dance/ Movement Therapy for Adults with Cystic Fibrosis: Pilot data on Mood and Adherence. *Alternative Therapies*, Vol 11. (Pp. 76-77)

Grau, C. y Fernández, M. (2008). El asesoramiento psicopedagógico y la atención a la diversidad: normativa estatal y autonómica. *Tabanque Revista Pedagógica*, 21. Universidad de Valencia y Universidad de Burgos. (Pp. 239-262).

Guterres, A. (2018). Lo que significa ser discapacitado. *Organización de las Naciones Unidas (ONU)*. Recuperado el 2 de enero del 2019 en <http://www.un.org/es/events/disabilitiesday/>

Henao, C. (2006). Qué es la intervención psicopedagógica: definición, principios y componentes. *Grupo de Investigación: Estudios Clínicos y Sociales en Psicología/ Clasificado Colciencias Categoría B*. Medellín: Colombia. Recuperado el 4 de Enero del 2019 en <http://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/psicologia-educacional-y-tutorial/16.pdf>

Herweck D. (2005). Un día en la vida de una bailarina de ballet. *Oceanus Drive*. eacher Created Materials, Inc. Estados Unidos.

Instituto Psicoballet Perú- PsicoPerú. (s/f). Psicoballet como experiencia integral. PsicoPéru. Perú. Recuperado el 26 de Diciembre del 2016 en http://www.psicoballetperu.com/nuestro_equipo.html

Kamiusiri, L. (1983). "Diagnóstico Psicológico". En AAVV: *Diccionario de Ciencias de la Educación*. Madrid: España. Editorial Rioduero. (p. 207)

Lane A., Redding, E y Whyte, G. (2003). Mood Changes Following Modern-dance Classes. *Social Behavior and Personality*, Vol 31. (Pp. 453-460)

Lázaro, A. (1982). "Orientación de las dificultades del aprendizaje escolar". En *Revista de Educación*, Barcelona: España. (Pp. 270).

Lázaro, A. (1990). Problemas y Polémicas en Torno al Diagnóstico Pedagógico. Madrid: España. Pp.11.88 Ibid. (Pp.7)

Leal, A. (2013). El lado terapéutico del Ballet. Psicoballet de Monterrey. *Reporte Índigo*. Monterrey: México. Recuperado el 26 de Diciembre de 2017 en <https://www.reporteindigo.com/piensa/el-lado-terapeutico-del-ballet/>

Llera, E. (1998) Psicoballet y retraso en el desarrollo psíquico. I Congreso Internacional de Medicina Familiar. *Resúmenes Scielo*. La Habana: Palacio de las Convenciones. Recuperado el 25 de Diciembre del 2017, en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000300013

Llera, E. y Reyes, W. (2000). Las terapias con recursos artísticos: Su utilidad en la atención primaria de salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(3), 285-294. Recuperado en 4 de enero de 2019, en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000300013&lng=es&tlng=es.

León, M. (2007). Conmemoración 25 Aniversario Homenaje a Maité León. *Fundación Psico Ballet Maité León*. Madrid: España. Recuperado el 13 de Abril del 2017 de <http://www.danzaballet.com/fundacion-psico-ballet-maite-leon/>

López, A., López, L., y Ariño, C. (2002). Nuevas alternativas en la rehabilitación de las personas mayores. Programas de rehabilitación psicofuncional en Centros de Día GERISER. *Revista Geriatrika*. Vol 4. (Pp. 18-21).

López, P. (2015). Habrá Encuentro Nacional de Psicoballet en Puebla. *Subterráneos*. Puebla: México. Recuperado el 28 de Abril de 2017 de <http://www.subterranos.com.mx/wp/archives/1058> y <http://www.jornada.unam.mx/2012/05/26/cultura/a03n1cul>

Luque, D. (2009). Las necesidades educativas especiales como necesidades básicas. Una reflexión sobre la inclusión educativa. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos* (México), XXXIX (3-4). Pp. 201-223).

Marín, F (2011). Efectos de la danza terapéutica en el control del estrés laboral en adultos entre 25 y 50 años. *Hacia la Promoción de la Salud*. Pp.156-174. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a11.pdf>

Martínez, C., Quintanal, J., y Téllez, J. (2002). La Orientación Escolar. *Fundamentos y Desarrollo*. Dykinson. Madrid: España.

Martínez, N. (1996). La terapia artística como una nueva enseñanza. *Arte, Individuo y sociedad*. Servicio de Publicaciones Universidad Complutense. Madrid: España. Recuperado el 2 de Enero del 2019 en <https://core.ac.uk/download/pdf/38827636.pdf>

Meekums B. (2002). Dance Movement Therapy: A Creative Psychotherapeutic. *Approach*. London and Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Miller, F. (1971). Principios y servicios de orientación escolar. Madrid: Magisterio Español.

Milliken, R. (2002). Dance/Movement therapy as creative arts therapy approach in prison to treatment of violence. *The Arts in Psychotherapy*, 29. (Pp. 203-206)

Mills, L. y Daniluk, J. (2002). Her Body speaks: The experience of dance therapy for women survivors of child sexual abuse. *Journal of counseling and development*, Vol 80. (Pp.77-85)

Muntaner, J. (2010) De la integración a la inclusión: un nuevo modelo educativo. 25 Años de Integración Escolar en España: Tecnología e Inclusión en el ámbito educativo, laboral y comunitario. *Consejería de Educación, Formación y Empleo*. Murcia: España. Recuperado el 2 de Enero del 2019 en <https://diversidad.murciaeduca.es/tecnoneet/2010/docs/jjmuntaner.pdf>

Muñoz, B. y Barrantes, A. (2016). Equidad e Inclusión social: Superando desigualdades hacia sociedades más inclusivas. *Más derechos para más gente*. Serie de Publicaciones sobre Desarrollo e Inclusión Social. Washington, DC: Estados Unidos. Recuperado el 2 de Enero del 2019 en http://www.oas.org/docs/inclusion_social/equidad-e-inclusion-social-entrega-web.pdf

Olivia, K (2017). Psicoballet, como técnica psicoterapéutica de intervención en niñas de 6 a 12 años de edad con abuso sexual infantil, de una institución pública de la zona

metropolitana de Guadalajara. *Psicología. Revista de la Universidad del Valle de Atemajac* Pp.65:70. Guadalajara: México. Recuperado el 26 de Diciembre del 2018 de https://www.univa.mx/publicaciones/revistas/2017/Revista_diciembre2017.pdf#page=65

Olsen, A. (1993). Being Seen Being Moved, *Contac Quarterly*. Winter/Spring. Pp. 46-53

Oneca, N. (2015). Musicoterapia: fundamentos, aspectos prácticos y aplicación a niños hospitalizados. *Facultad de educación y psicología de la universidad de navarra*. Grado en magisterio de educación infantil con mención en atención a la diversidad. Navarra: España. Recuperado el 02 de Enero del 2019 en <https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/39653/1/Noelia%20Oneca.pdf>

Ortega, E., Esteban, L., Estévez, A. y Alonso, D. (2015). Aplicaciones de la musicoterapia en educación especial y en los hospitales. *European Journal of Education and Psychology* 2 (2). (Pp. 145-168).

Palacio de las Convenciones de la Habana (2001). *Psicoballet. EcuRed*. La Habana: Cuba. Recuperado el 20 de Diciembre del 2017 en <https://www.ecured.cu/Psicoballet>

Parrilla, A. (2003). La voz de la experiencia: la colaboración como estrategia de inclusión. *Aula de innovación educativa* 121. (Pp. 43-48).

Pascual, G., Barlés, G., Laborda, A. y Loren, L. (1998). Cognición- ocupación: Un binomio unido en la vejez. *Revista Geriatrika*. Vol. 3. (Pp. 57-60).

Pérez, R. (1990); *Evaluación de Información en el Diagnóstico Pedagógico*, Madrid: Bordón. (Pp.17)

Puig, A. (2000). Un instrumento eficaz para prevenir el deterioro cognitivo de los ancianos institucionalizados: *El Programa de Psicoestimulación Preventiva (PPP)*. Recuperado el 4 de Enero del 2019 en http://www.nexusediciones.com/pdf/gero2000_3/g-10-3-002.pdf

Rodríguez, M. (1996). *El asesoramiento en educación*. Málaga: Aljibe.

Pineda, E., Gutiérrez, E y Barthelemy, G. (2009). El Psicoballet aplicado a niños con Síndrome Down en el Círculo Infantil Especial "Zunzún" de Ciudad de La Habana. *Rev Cubana Genet Comunit*. La Habana: Cuba. Recuperado el 22 de Diciembre del 2017 en <http://bvs.sld.cu/revistas/rcgc/v3n1/rcgc070109.htm>

Rainbow T. (2005). Effects of dance movement therapy on Chinese cancer patient: A pilot study in Hong Kong. *The Arts in Psychotherapy*. (Pp.1-9)

Reca, M. (2005) ¿Qué es Danza/movimiento terapia. El cuerpo en danza. *Editorial Lumen*. Colección Cuerpo, arte y salud.

Reca, M. (2007) Danza/movimiento terapia en la reconstrucción del mundo del Sobreviviente de tortura, por causas políticas. *Hologramática* 6, IV

Reca, M. (2011) Tortura y trauma. Danza/movimiento terapia en la reconstrucción del mundo de sobrevivientes de tortura por causas políticas. *Editorial Biblos*.

Rincón, L. (2008). El perfil del estudiante que pretendemos formar en una institución educativa ignaciana. *Jornadas para Docentes 2008*. Universidad católica de Córdoba Vicerrectorado de medio Universitario. Recuperado el 2 de Enero del 2019 en https://www.ucc.edu.ar/portalucc/archivos/File/VRMU/Mision_VRMU/formacionintegral.pdf

Rhynne J. (2001). The Gestalt Approach, to experience, art and art therapy. *American Journal of Art Therapy*, vol 40. (Pp. 109-120)

Schawrcz, V. (2002). La musicoterapia: análisis de definiciones, caracterización de su campo de especificidad. *Portal de revistas científicas y arbitradas de la UNAM* 3 (2). (Pp.35-52).

Sebiani, L. (2005). Uso de la danza-terapia en la adaptación psicológica a enfermedades crónicas. (Cáncer, fibrosis, sida). *Reflexiones*, 84 (1). (Pp. 49-56)

Sepúlveda, L. (2005). Terapia de psicoballet para niños. *Gaceta*. Guadalajara: México. Recuperado el 26 de Diciembre del 2017 en <http://www.gaceta.udg.mx/Hemeroteca/paginas/377/377-33.pdf>

Stoor, A. (1972). The Dynamics of Creation. *Harmondsworth*, Penguin.

Studioballet (s/f). Todo sobre la historia del Ballet y Danza. Recuperado el 27 de Diciembre del 2018 en <https://www.studioballet.com/>

Subterranos. (2011). Psicodanza, alternativa de salud mental. *Red de Difusión, cultura rock y otras alternativas*. Puebla: México. Recuperado el 2 de Enero del 2019 en <http://www.subterranos.com.mx/wp/archives/1058>

Valle, A. (2008). Consultoría en la logística y transporte. *Editorial Avyasa*. México: México.

Vaillancourt, M. (2009). Música y musicoterapia. *Narcea*. Madrid: España.

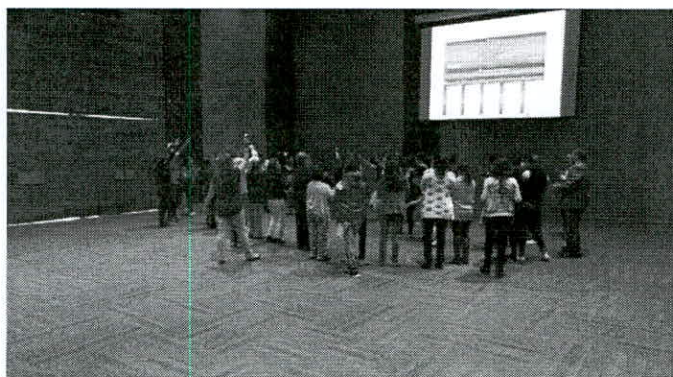
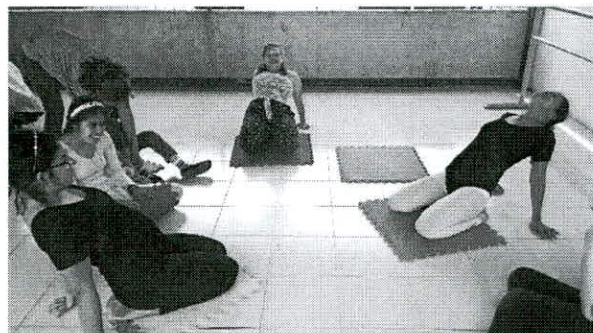
Vélez, L. (2015). Qué es el psicoballet para niños. Beneficios del psicoballet para niños. *[Guíainfantil.com]*. Recuperado el 27 de Diciembre del 2017 en <http://www.guiainfantil.com/articulos/deportes/psicomotricidad/que-es-el-psicoballet-para-ninos/>

ANEXOS.

PRIMERA FASE



SEGUNDA FASE



TERCERA FASE

