

INTRODUCCIÓN

Hoy en día, muchas personas piensan que la danza es algo fácil, sin embargo, es considerada una habilidad majestuosa y perfectamente coordinada que irradia belleza y derrocha talento bien ejecutado. Realizada básicamente por movimientos corporales implementando por completo el uso del cuerpo para lograr expresar muchas veces sentimientos o emociones. A través de gestos finos, armónicos y organizados. Es por esto que se considera plenamente como un arte. Es importante mencionar que existen muchos tipos de danza como la danza clásica, la danza moderna, contemporánea, tradicional, folklórica y entre otras, cada una con determinadas características.

Por otra parte, no hay que olvidar que cada presentación conlleva tiempo, esfuerzo, sacrificio y dedicación por parte de los bailarines quienes muchas veces por hacer degustar al público de su bello arte ocultan sus problemas, sus verdaderos sentimientos y sus emociones, haciendo que estos pasen por desapercibido delante de los demás, pero por dentro están en una lucha constante.

Hay que mencionar también, que muchas veces estos problemas se manifiestan antes, durante y después de una presentación, jugándoles una mala pasada a los bailarines los cuales con tanto esfuerzo e ilusión, se preparan para poder brillar en cada escenario, ya sean eventos, concursos o certámenes de danza, llevándolos a sufrir fuertes decepciones, ataques de estrés, ansiedad, frustración e incluso depresión. Puesto que prepararse para estos acontecimientos demanda muchas horas de ensayos, dietas, dejan de lado el tiempo con la familia, los amigos, la pareja, el estudio e incluso el trabajo y un fracaso como estos les puede provocar grandes daños a nivel físico, emocional y mental.

Es evidente que los aspectos psicológicos tienen gran influencia en los bailarines y en la mayoría de las oportunidades no se los toman en cuenta por las autoridades o las academias de danza. De acuerdo a Martín L. (2017) los aspectos psicológicos suelen ser poco tenidos en cuenta, abordados de forma poco sistemática e incluso ignorados en muchas escuelas de danza y, sin embargo, suelen ser causa de que algunos artistas tengan un rendimiento inferior al que podrían alcanzar por sus facultades técnicas, o de que bailarines talentosos, con aparente gran futuro, abandonen la actividad.

Tomando en cuenta lo presentando, el presente trabajo de investigación tiene como principal objetivo *“Determinar las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”*. Considerando las características psicológicas, se pretende conocer sobre la personalidad, el nivel de bienestar psicológico, el nivel de inteligencia emocional y el nivel de tolerancia a la frustración que presentan los bailarines.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La danza en una de las mejores manifestaciones del arte, lo ha sido hace muchos años y lo sigue siendo en la actualidad. Muchos son los niños, jóvenes y adultos que se mantienen durante tiempo dentro de este mundo artístico, no obstante, hay un problema que en los últimos años ha ido aumentando y se ha visto más expuesto. El problema radica en la desatención a los aspectos psicológicos de los bailarines, los bailarines son personas que, como todos, pueden verse afectados por los problemas de la vida, dificultades familiares, académicas, laborales, afectivas, entre otras. Todas estas dificultades suelen ser llevadas a los ensayos y a las presentaciones, siendo potenciadas en muchas ocasiones por las altas exigencias y compromiso que requiere la danza.

El desarrollo profesional del bailarín se caracteriza por unos retos constantes que pueden causar desajustes físicos y psicológicos. El escenario en el que se hallan los bailarines, combinado con la historia de sacrificios y dedicación invertida a lo largo de su formación hacen del éxito profesional una necesidad más que un objetivo. Es importante mencionar que para que un bailarín tenga éxito debe poseer una extraordinaria dedicación a la danza, una capacidad ilimitada para trabajar duramente y la habilidad para perseverar, asimismo en el mismo sentido, el éxito precisa de cierta dureza mental, de capacidad de trabajo, de talento y de sentir pasión por la danza. Sin embargo, a veces estos factores pueden llegar a ser contraproducentes. (Vergara, L. 2016).

Como se ha expuesto, la danza como tal es un modo de arte que puede llevar al máximo a quienes la practican, son muchas horas de ensayos y dedicación que muchas ocasiones terminan de derrumbar a la persona que la práctica o termina haciendo que su rendimiento en la academia sea inferior o negativo. Los aspectos psicológicos o la salud mental del bailarín son muy importantes y por ende deberían de ser un elemento a cuidar y proteger por parte de las autoridades gubernamentales y las autoridades encargadas de las academias, no obstante, esto no sucede en la ciudad de Bermejo y tampoco se observa dentro del país.

A todo lo expuesto también hay que sumarle una dificultad más, la misma se constituye en el hecho de que varios bailarines por buscar lo perfecto en sus presentaciones tienden a sufrir

lesiones y sus expectativas pueden quedar por el suelo, proponerse metas poco realistas y la ambición por lograr dichos resultados puede constituir un factor de riesgo. De manera relacionada, la voluntad de perseguir el éxito puede llevar a los bailarines a trabajar muchas horas al día sin tener en cuenta las horas de descanso necesarias, con el consecuente riesgo de lesionarse. Para los bailarines ser profesional consiste en conseguir que el público sienta que uno está disfrutando mientras baila en un día en el que no es así, o en estar ensayando pese a poder apenas tenerse en pie debido al cambio horario o al dolor producido por una lesión, e incluso llegar a actuar con una pareja con la que uno acaba de tener una discusión importante, la formación y profesión de la danza, conlleva un elevado nivel de exigencia tanto a nivel físico como psicológico. Por esta razón también, es que muchos bailarines acaban sufriendo lesiones y problemas emocionales de diversa índole (Sorignet, 2006, como se citó en Vergara, L. 2016). Queda entendido que la danza no es un mundo fácil, sino todo lo contrario, es un arte que requiere de mucho esfuerzo, sacrificios y salud tanto física como mental. Pero ahora hay que analizar si todo esto que sufren los bailarines es acompañado o tratado por algún profesional en Psicología. Esto lamentablemente no ocurre, no hay las gestiones necesarias para que pueda haber intervención profesional para los bailarines en las academias, un psicólogo puede coadyuvar de gran manera en que muchos de los problemas que se presentan, pero no es algo que lamentablemente no se toma en cuenta en estos ámbitos.

De acuerdo a Sanahuja, M. (2009) a lo largo de su período de formación y durante el ejercicio de su profesión, los bailarines de ballet, pueden requerir apoyo psicológico de manera puntual o mediante una intervención prolongada, por ejemplo, en aquellos casos en los que el bailarín sufre algún tipo de lesión o bien, ante determinadas situaciones como, por ejemplo, el caso de bailarines que deben concluir su carrera artística pero no saben cómo hacerlo. En los casos anteriores y en otras situaciones, los bailarines deberían de beneficiarse de la ayuda de un profesional, pues para una persona que ha bailado durante toda su vida, no debe resultar sencillo retirarse de los escenarios. Es cierto que, pese a las demandas que tienen algunos bailarines, aún no se han alcanzado unos niveles óptimos de atención psicológica en este contexto.

Como se puede ver la exigencia de un bailarín es alta y por consecuencia esta puede influenciar en la salud mental de los mismos, lo cual resulta algo poco favorable. La salud mental se la debe

tomar en cuenta ya que es un elemento fundamental para el desempeño artístico y la vida fuera de los escenarios de los bailarines.

El objetivo de la presente investigación es *“Determinar las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”*, por características psicológicas hay que mencionar que son *“todas aquellas cualidades que se presentan en los individuos y que le permiten distinguirse y sobresalir en alguna materia en especial”*. (Del Moral, M. & Rodríguez, J., 2022).

Dentro de las características psicológicas se tomarán en cuenta algunas variables, como la personalidad, la cual es definida como *“una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente*. (Eysenck y Eysenck; 1985, p.9)

De igual manera, se pretende evaluar el nivel de bienestar psicológico, el cual es definido según Ryff, (1989). Como *“un constructo que expresa el sentir positivo. Se encuentra ligado al desarrollo de las potencialidades de la persona, además de propiciar y mantener la salud”*.

Asimismo, se busca identificar el nivel de inteligencia emocional, que de acuerdo a Baron (1997) la inteligencia emocional es *“un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio”*. Una variable muy importante para una persona que practica la danza, debido a que las emociones juegan un papel necesario en toda participación o presentación artística.

Por último, también se busca medir el nivel de tolerancia a la frustración que tienen los bailarines. Por tolerancia a la frustración podemos entender como *“un estado emocional y conductual positivo del organismo que se produce en el individuo cuando una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisfacen o no se cumple permitiendo aceptarlas, aunque a veces puedan resultar incómodas o desmotivantes”*. (Hidalgo, N. & Soclle, F. 2011, p.8). La danza puede estar llena de situaciones en las que no se puedan conseguir los objetivos que se plantearon, ya sea una presentación que no salió bien, un paso de baile que no se puede coordinar o hasta una gira artística que no fue lo que se esperaba,

por ende, el bailarín debe de estar preparado y contar con una buena tolerancia a la frustración, aunque esto en muchas ocasiones no termina siendo así.

Entre algunas investigaciones relacionadas a la problemática y a las variables de estudio, se encuentran las siguientes:

En el ámbito **internacional**, en **España** se hizo una investigación titulada “Perfil psicológico de bailarines de Ballet, una revisión narrativa” que tuvo como principal objetivo recabar información acerca del perfil psicológico de los bailarines de ballet, tanto a nivel amateur como a nivel profesional. Además, se han analizado los principales trastornos psicológicos que sufre esta población. Para ello, se han revisado numerosos estudios que analizan las características psicológicas de los bailarines de ballet, y así poder extraer la mayor cantidad posible de datos. De acuerdo a los resultados se pudo encontrar que los bailarines son personas muy perfeccionistas, obsesivas y tendentes a la constancia y a la autoexigencia. Los trastornos mentales que sufren, según su orden de prevalencia son: trastornos de la conducta alimentaria (TCA), trastornos de ansiedad y trastornos depresivos. (Díaz, C. 2020).

De igual forma, en **España** se realizó una investigación titulada “Perfil psicológico de un bailarín de alto nivel rasgos vocacionales del bailarín profesional”. El estudio se realizó con una muestra de 76 sujetos, 42 mujeres (55,3%) y 34 hombres (44,7%), que se dedican a la danza de forma profesional, en los entornos más prestigiosos, en diferentes países, contextos y compañías de danza. Se aplicó los siguientes tests: el 16PF-5 de Cattell y el STAI State-Trait Anxiety Inventory (From-Y) de Spielberger. Los resultados de esta investigación indican que los bailarines tienen una buena capacidad mental de razonamiento, tienen una ansiedad rasgo baja –factor que es un elemento primordial para desarrollar una carrera profesional de éxito, de rendimiento y libre de complicaciones-, tienen dominancia, capacidad de liderazgo y la tendencia a ejercer la voluntad de uno mismo, en lugar de acomodarse a los deseos de otros. Tienen una disposición de atención a las normas, son personas seguidoras de las reglas, los principios y los buenos modales. Se definen a sí mismos como formales, cumplidores y perseverantes, característica que refleja su alta capacidad de disciplina. La autosuficiencia es otro factor característico. Esta tendencia indica que en este colectivo las personas toman las decisiones por su cuenta. Los bailarines muestran estabilidad y bienestar emocional, en raras ocasiones se encuentran con un problema que no puedan afrontar, suelen ir a dormir satisfechos

del desarrollo del día y se recobran fácilmente de los contratiempos. Tienen tendencia al perfeccionismo, son personas que quieren hacer bien las cosas, y suelen ser muy organizadas y disciplinadas y poseen claros rasgos vocacionales que les motivan a desarrollar su carrera profesional. (Rojo, T. 2016).

Por su parte, en **Perú**, se realizó un estudio titulado “Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea”. La investigación tuvo como objetivo describir el bienestar psicológico de un grupo de practicantes de danza contemporánea. Con dicho fin, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) y se obtuvo descripciones de dicha variable de 31 bailarines que tenían entre 17 y 33 años. A través de prueba y sus subescalas se pudo determinar un alto nivel de la variable en el grupo. Se establecieron, además, comparaciones entre los participantes, hallándose diferencias significativas. Según el sexo, las mujeres presentan puntajes más favorables en metas en la vida; según la edad los mayores tienen un mejor dominio del ambiente en relación a los menores; y según la frecuencia de práctica, los que practican la disciplina más horas a la semana tienen un mayor bienestar y puntajes más elevados en crecimiento personal, metas en la vida y auto aceptación. Del mismo modo, una encuesta permitió recoger información sobre las motivaciones para practicar dicha danza. Así, en las motivaciones iniciales resaltan el gusto por las actividades vinculadas al movimiento, el interés por el cuerpo y la alternativa al ballet. Por su lado, en las motivaciones actuales, lo hacen la experimentación de emociones positivas, el progreso artístico y aspectos relacionados al cuerpo. (Meza B., 2010).

Dentro del ámbito **nacional**, un estudio realizado en la Universidad Católica Boliviana San Pablo de nuestro país, que refiere a cerca de: “Factores Motivacionales en la Conducta de Bailar en la Fiesta del Gran Poder” (Fernández y Aguilar, 2008) en el que más allá de las necesidades que la fiesta del Gran Poder puede llegar a satisfacer, también se consideró como objetivo específico, los modos de experiencia o necesidades existenciales que los bailarines experimentan al satisfacer cada necesidad; la necesidad de identidad, el modo de experiencia más requerido es estar, el cual se refiere que el bailarín necesita estar en los ensayos, encuentros y fiestas para así sentirse identificado e integrado al grupo. (Fernández y Aguilar, 2008, como se citó en Vergara, L. 2016, p.3).

Por último, dentro del ámbito **local**, en la ciudad de Tarija fue realizada una investigación titulada “Aproximación al perfil psicológico del bailarín y bailarina de la ciudad de Tarija:

Estudio realizado en adolescentes y jóvenes que practican este arte en las disciplinas de danza: clásica, folklórica y moderna”. En este trabajo se evaluaron los rasgos de personalidad con el Cuestionario Revisado de Personalidad de Eysenck- versión completa (EPQ-R). Entre los resultados obtenidos se tiene que los bailarines y bailarinas de la ciudad de Tarija, presentan los siguientes rasgos de personalidad: una tendencia definida Alta a la Extraversión, un nivel de Emotividad dentro del Promedio, una tendencia definida Alta en la escala de Dureza y también una Alta tendencia en la escala de Disimulo/ Conformidad. (Vergara, L. 2016).

De igual manera, también es importante referir que en el último tiempo la salud mental de los bailarines de algunas de las academias de la ciudad de Bermejo ha llamado la atención y trajo consigo una preocupación considerable, debido a que de acuerdo al relato de algunos profesores de academias de baile un par de bailarines intentaron quitarse la vida, lo cual aumentó la preocupación y la necesidad de realizar un estudio como el presente.

Los bailarines pueden sufrir situaciones complicadas ante las diferentes problemáticas a las que se somete el mundo de la danza: antes, durante y después de una presentación, todo esto influye en el desarrollo y en la vida cotidiana del bailarín. De acuerdo a la entrevista realizada al presidente de la “Asociación de Ballets y Academias de Danza de Bermejo” el Sr. Napoleón Bautista Valdez textualmente refiere *“los bailarines son personas que están constantemente en competencia, hasta con ellos mismos, la exigencia es cada vez más grande y en muchas oportunidades he podido ver que algunos psicológicamente no están bien, los vemos muy estresados, no pueden controlar sus impulsos y otros tienen en algunas oportunidades esa tendencia a estar decaídos, no parecieran estar felices, lo cual como asociación hemos estado conversando sobre esto pero nunca se ha podido llegar a algo concreto y que ayude a nuestros alumnos”*.

Se puede entender que algunos bailarines no cuentan con características de personalidad que puedan servir como soporte ante las dificultades, como así también algunos pueden tener un bienestar psicológico bajo, inteligencia emocional baja o tolerancia a la frustración poco favorable. Todas estas características psicológicas son importantes y tienen considerable relación con la práctica de la danza, el abordaje de estas variables es la preocupación por parte de los directores y maestros de danza de la región, quienes se ven interesados por mejorar el

estado mental y emocional de sus bailarines, ya que muchos de ellos se ven influidos por estas situaciones y deciden abandonar los ballets o renunciar a sus sueños.

De igual manera, es necesario referir que existe una falta de estudios en relación a esta problemática y menos que se hayan elaborados dentro del medio. Se puede observar que se realizaron investigaciones de similares características, pero ninguno de estos estudios hace referencia a los bailarines de danza folklórica, ante la escases de información y datos, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

- ***¿Cuáles son las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo?***

1.2. Justificación

La presente investigación se encuentra orientada desde el campo de la Psicología clínica e intenta ser una contribución sobre la problemática planteada, por ende el contenido del trabajo aporta datos e información relevantes sobre los bailarines de danza folklórica. Este trabajo estudio tiene como objetivo principal “Determinar las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”

Es importante referir que la salud mental es algo que se debe de tratar con mucha importancia, por ende es que se hace una focalización en los bailarines de ballet ya que son un grupo de la población en la que dicha salud mental puede verse afectada por diversos factores, tanto externos como así también, factores internos que derivan de práctica de la danza. La salud mental se encuentra relacionada a variables como la personalidad, bienestar psicológico, inteligencia emocional y tolerancia a la frustración, variables que pueden verse afectadas y que influyen en el bailarín dentro y fuera de los escenarios.

De igual manera, la presente investigación le sirve y es necesaria para algunas instituciones y organizaciones gubernamentales, como así también para los propios dueños de las academias o ballets y los dirigentes de las asociaciones relacionadas a la danza y el arte.

El presente trabajo de investigación, de acuerdo a sus características cuenta con los siguientes aportes:

En cuanto al **aporte teórico**, el presente trabajo de investigación brinda información actualizada sobre las características psicológicas que presentan los bailarines de folklore en la ciudad de Bermejo, datos que también resultan novedosos debido a que esta es una investigación nueva dentro del ámbito local. De igual forma, el presente trabajo sirve como referencia bibliográfica que puede ayudar a la realización de futuras investigaciones y programas de intervención, que vayan a trabajar con bailarines y academias de danza.

Por su parte, en relación al **aporte práctico**, la investigación además de brindar información, buscó coadyuvar en la solución de la problemática en los bailarines, por lo tanto, la información sirve para que instituciones del medio y las propias academias puedan generar estrategias de prevención e intervención que vayan a favorecer a los bailarines en el mejor manejo de sus emociones, el cuidado de su salud mental y mejoramiento de la tolerancia a la frustración

CAPÍTULO II
DISEÑO TEÓRICO

DISEÑO TEÓRICO

2.1. Pregunta problema

- ¿Cuáles son las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo?

2.2. Objetivos

2.2.1. Objetivo general

- Determinar las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo

2.2.2. Objetivos específicos

- Caracterizar la personalidad de los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo.
- Evaluar el nivel de bienestar psicológico que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo.
- Identificar el nivel de inteligencia emocional que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo.
- Establecer el nivel de tolerancia a la frustración que tienen los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo.

2.3. Hipótesis

- Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan rasgos de personalidad como Extrovertido-Inestable.
- Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel de bienestar psicológico bajo.
- Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel de inteligencia emocional promedio.
- Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel bajo de tolerancia a la frustración.

2.4. Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Personalidad:</p> <p><i>“Es una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente. (Eysenck y Eysenck; 1985, p.9)</i></p>	(E) Introversión	<ul style="list-style-type: none"> -Rígido -Subjetivo -Tímido -Irritable. 	<p>Cuestionario de Personalidad (EPQR) (Eysenck)</p> <p>De la combinación de las dos dimensiones (E) y (N), derivan estos rasgos de personalidad que puede tener el individuo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Introvertido-Inestable -Extrovertido-Inestable -Extrovertido-Estable -Introvertido-Estable
	(E) Extroversión	<ul style="list-style-type: none"> -Sociable -Impulsivo -Activo -Vivaz -Excitable -Persistente. 	
	(N) Estabilidad	<ul style="list-style-type: none"> -Emocionalmente estable -Calmado -Ecuánime 	
	(N) Inestabilidad	<ul style="list-style-type: none"> -Descuidado -Emocionalmente inestable -Tenso -Ansioso -Exaltado 	

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
Bienestar psicológico: <i>“El bienestar psicológico es un constructo que expresa el sentir positivo. Se encuentra ligado al desarrollo de las potencialidades de la persona, además de propiciar y mantener la salud”.</i> (Ryff, 1989).	Autonomía	-Independencia -Autodeterminación -Ajuste personal	Escala de Bienestar Psicológico (Carol D. Ryff) De 0 a 111 Bajo De 112 a 159 Medio De 160 o más Alto
	Auto Aceptación	-Actitudes positivas hacia uno mismo. -Satisfacción con uno mismo. -Satisfacción con las experiencias vitales desarrolladas.	
	Crecimiento Personal	-Desarrollo continuo de la potencialidad de la persona -Autorrealización	
	Dominio del Ambiente	-Habilidades para elegir -Habilidades para crear entornos adecuados para las condiciones psíquicas de uno.	
	Metas en la Vida	-Creencias. -Sensación de que hay un sentido de vida. -Objetivos que se desea alcanzar. -Valores e ideales	
	Relaciones Positivas con otros	-Incluye la capacidad de amar.	

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Inteligencia emocional:</p> <p>BarOn (1997) define la inteligencia emocional como “<i>un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio</i>”.</p>	Intrapersonal (CIA).	<ul style="list-style-type: none"> -Comprensión emocional de sí mismo -Asertividad -Autoconcepto -Autorrealización -Independencia. 	<p>EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory (Reuven BarOn)</p> <p>(130 o más)</p> <p>-Marcadamente alta (120 a 129 puntos)</p> <p>-Muy alta (110 a 119 puntos)</p> <p>-Alta (90 a 109 puntos)</p> <p>-Promedio (80 a 89 puntos)</p> <p>-Baja (70 a 79 puntos)</p> <p>-Muy baja (69 o menos)</p> <p>-Marcadamente baja</p>
	Interpersonal (CIE).	<ul style="list-style-type: none"> -Empatía -Responsabilidad social -Relación interpersonal. 	
	Adaptabilidad (CAD).	<ul style="list-style-type: none"> -Prueba de la realidad -Flexibilidad -Solución de problemas 	
	Manejo del estrés (CME).	<ul style="list-style-type: none"> -Tolerancia al estrés -Control de los impulsos. 	
	Estado de ánimo en general (CAG).	<ul style="list-style-type: none"> -Felicidad -Optimismo 	

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Tolerancia a la frustración:</p> <p><i>“Es un estado emocional y conductual positivo del organismo que se produce en el individuo cuando una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisfacen o no se cumple permitiendo aceptarlas, aunque a veces puedan resultar incómodas o desmotivantes”.</i></p> <p>(Hidalgo, N. & Soclle, F. 2011, p.8).</p>	Personal	<ul style="list-style-type: none"> -Confianza de sí mismo -Motivación -Autocontrol. 	<p>Escala de Tolerancia a la Frustración</p> <p>(Hidalgo, N. & Soclle, F)</p> <ul style="list-style-type: none"> -Nivel alto (De 74 a 84 puntos) -Nivel medio (De 65 a 73 puntos) -Nivel bajo (De 28 a 64 puntos)
	Laboral	<ul style="list-style-type: none"> -Compromiso -Satisfacción de labor -Perseverancia. 	
	Social	<ul style="list-style-type: none"> -Control de impulsos. -Empatía -Respeto a las demás personas 	
	Familiar	<ul style="list-style-type: none"> -Vinculación familiar -Comprensión familiar -Cooperación entre los miembros de la familia 	

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO

MARCO TEÓRICO

Dentro del presente capítulo se desarrollan y exponen los principales términos y conceptos relacionados con el tema de estudio.

Dentro de la primera parte se encuentran conceptualizaciones relacionadas al Arte de la danza, la danza y a la población de estudio, que en este caso son los bailarines de folklore y teoría sobre las características psicológicas. Por consiguiente, se puede encontrar la revisión bibliográfica relacionada a la personalidad, bienestar psicológico, inteligencia emocional y tolerancia a la frustración.

3.1. ARTE

3.1.1. Definición de Arte

Para entender toda la temática, es preciso empezar haciendo referencia al arte, ya que la danza es una derivación y una manifestación artística, por lo tanto es importante partir por lo general. El arte, en la concepción clásica, es entendido como un sistema de reglas extraídas de la experiencia, pero pensadas después lógicamente, que nos enseña la manera de realizar una acción tendiente a sus perfeccionamientos y repetible a voluntad, acción que no forma parte ni de la naturaleza ni del azar. Siendo más precisos, *“es un hábito o virtud intelectual que se aprende a través de la ejercitación de los casos, de la imitación de los ejemplos y del estudio de la doctrina a través de la disciplina enseñada por los maestros.”* (Restrepo, M. 2005, como se citó en Vergara, L. 2016, p.15).

De esta manera, se va viendo que el arte está relacionado con el hábito, la práctica y la imitación de ejemplos, las cuales son acciones que pueden ver en cualquier manifestación artística y no solo en el mundo de la danza o el baile. Haciendo también referencia al arte, Faicán W, Armijos A., Tandazo C. (2020) lo definen como *“un conjunto de disciplinas o producciones creados por el ser humano con fines estéticos y simbólicos a partir de un conjunto determinado de criterios, reglas y técnicas”*. Estos autores además refieren que el arte tiene la característica de ser subjetivo y su definición varía de acuerdo a la época, a la cultura que procede o simplemente a la concepción personal.

El arte puede llegar a manifestarse en muchas disciplinas, desde un cuadro, un recitar, la elaboración de esculturas y la danza, la cual es la manifestación de arte en la que el presente trabajo de investigación se enfocó. La danza por muchos años ha sido uno de los principales elementos de cualquier sociedad, sin importar la época, la danza siempre ha estado ahí presente.

3.1.2. La Danza como un Arte

La danza es la forma más perfecta del arte en movimiento porque convierte al cuerpo en el único e imprescindible elemento creador de arte, la danza es entendida como un arte porque manifiesta sentimientos y emociones a través de una cadencia, ritmo y coordinación, además utiliza al cuerpo como un instrumento para crear símbolos subjetivos que transmitan alguna sensación (Blund, S. 2021).

La danza como se observa, usa los movimientos corporales como su principal lenguaje. Además hay que mencionar algo muy importante; la danza no solo es un movimiento sino que va más allá y hay una manifestación o la expresión de sentimientos y emociones, es por ello que en los últimos años se ha empezado a ver de una manera especial a la danza pero desde un punto psicológico y de salud mental de las personas.

También es necesario indicar que la combinación del arte de la danza y la música se complementaron significativamente, logrando orientar y ayudar en la trasmisión de las emociones que se puedan dar gracias al sonido musical y la expresión del cuerpo. En la actualidad es innegable que danza se ha convertido en un arte que utiliza el ser humano para la trasmisión de emociones, un movimiento corporal que ha sido una herramienta importante para conocer la historia desde la cual se ha narrado el tiempo, la simbología, las representaciones sociales y llegar a convertirse en un arte capaz de generar cultura, ampliar horizontes y resinificar la vida misma aportando a la salud mental y física de cada individuo (Valencia A., 2018).

3.2. DANZA

3.2.1. Definición de Danza

Han sido muchos los que han buscado dar una definición a la danza, en varias de éstas se observan elementos comunes como la relación entre el movimiento, la estética y la expresión.

La danza es una de las bellas artes que por medio del cuerpo busca comunicar y expresar ideas, emociones o sentimientos. La danza la definen como *“hacer poesía con el cuerpo, expresando estéticamente desde historias hasta sentimientos y conceptos, una forma de expresar lo más profundo del ser humano”*. De esta manera, queda entendido que el movimiento, y por lo tanto la danza, han acompañado al ser humano desde tiempos inmemorables, justo desde el momento en que el hombre empezó a imitar a sus presas, a la naturaleza y a sí mismo en sus movimientos al salir a cazar, pescar o buscar refugio (Silvestre, Marinero y Cortés, 2005).

Algunas otras definiciones indican algunos aspectos similares, como la de Pérez M. (2022) que refiere que la danza *“es un conjunto estructurado de movimientos rítmicos aunados al compás de música, la cual es enseñada en escuelas o academias de baile. Además, que, en muchas instituciones educativas, la danza es una de las prácticas que complementan la enseñanza básica que por lo general combina la teoría, el estudio científico y el ejercicio”*.

Denotando de esta forma, que la danza más allá de ser un arte también puede convertirse en un elemento de soporte en la enseñanza en cualquier ámbito de la educación, debido a sus aportes que brinda. La danza no es solo una presentación, sino que engloba muchos elementos importantes y positivos para la persona que lo practica.

3.2.2. Dimensiones de la Danza.

Respecto a la danza se habla de cuatro grandes esferas de intervención en las que ésta actúa con fines específicos según Batalha (Padilla y Hermoso, 2003, como se citó en Vergara, L. 2016, p.18)

Dimensión ocio: Son actividades de ocio, mantenimiento físico, recreación y de relación. Se practica en asociaciones culturales, vecinales, clubes deportivos, etc. Es practicada por la población en general y el profesor suele ser un monitor.

Dimensión artística: Es una forma de arte, la orientan los principios y normas de las actividades artísticas. Se concreta a través de obras coreográficas, autores, producción, escenarios y público/s. Requiere un alto nivel técnico y profesional. El profesor de danza es un sinónimo de entrenador. La población está seleccionada. Generalmente se organizan en compañías, grupos de danza que ofrecen sus obras en teatros o escenarios.

Dimensión terapéutica: Su fin es formativo y terapéutico, normalmente con niños que tienen necesidades especiales y adultos con alteraciones de comportamiento. La danza terapia se practica en instituciones, el profesor es un terapeuta.

Dimensión educativa: Objetivos educativos en el ámbito escolar de carácter conceptual, procedimental y actitudinal, aplicación en primaria y secundaria, buscando el desarrollo integral del niño a través de las siguientes funciones: de conocimiento de sí mismo y el entorno, de mejora de la capacidad motriz y la salud, de tipo lúdico, recreativo, afectivo, comunicativo y de relaciones, de tipo estético y expresivo, de tipo catártico (que libera tensiones) y hedonista (búsqueda de placer) y finalmente, con función cultural.

3.2.3. Tipos de danza y la danza folklórica

En toda la historia de la humanidad se ha visto varios tipos de danza, aunque hay algunos que siempre han sido más frecuentes y han generado mayor influencia en historia y en la sociedad. Uno de estos es la danza clásica que entra perfectamente el Ballet, siendo una de las disciplinas más practicadas en el mundo, con mayor índice de esfuerzo y público. Por otro lado, en los tipos de danza, está la danza contemporánea, ejecutada en su mayoría por los más jóvenes del mundo aunque la edad nunca ha sido un impedimento, acá se exterioriza la identidad social de cada artista en los movimientos, expresiones y en su forma de vestir. Hay que referir que en los tipos de danza prevalecen los estilos y éstos son solo algunos de los tantos que existen alrededor del mundo (Pérez M., 2022).

Ahora bien, es importante mencionar que en el presente trabajo de investigación se hace mayor énfasis en la danza folklórica, ya que las academias que formaron parte del estudio enseñan este tipo de danza. Además, hay que mencionar que la ciudad de Bermejo por ser una ciudad muy cercana al norte argentino y sus costumbres ha hecho de que casi todas las academias enseñen bajo ese paradigma. Pero antes, hay que entender que es una danza folklórica, de acuerdo a (Pérez M., 2022, p.2) es *“aquella que tiene características netas de un determinado territorio, que plasma la cultura y tradiciones, individualizando esa zona del resto del mundo, en pocas palabras, una danza autóctona”*

Entendiendo esta definición queda clara la relación que hay entre la danza y las culturas de los pueblos. La danza folklórica con lleva mucha identidad y costumbres. Además, esto es muy

notorio en nuestro país, Bolivia a lo largo de los años se ha caracterizado por mostrar ese aspecto cultural de la danza.

Es importante mencionar que la danza de manera general, es una herramienta más para mantener la mente despierta: memorizar una secuencia o coreografía, aprender un paso nuevo, desarrollar la coordinación de los movimientos, estimularse con la música, conectar hacia el interior. Mientras se baila, se ayuda a alejar el estrés de tu mente, y se crean nuevas conexiones neuronales. También es una forma de comunicación y expresión. Cualquiera sea el estilo elegido, te permite contar historias y transmitir sentimientos como una expresión de arte y facilita las relaciones interpersonales. No importa si reproducís el paso exacto que te enseñen, bailar hace que aflore una energía positiva, también puede favorecer a desinhibirse y bajar la barrera de la timidez para conocer gente nueva (Gogorza R., 2022).

Desde tiempos inmemoriales, danzar es una actividad que permite a las personas expresarse, soltar sus inhibiciones y conectar con estados profundos de placer, éxtasis y vitalidad. No cabe duda que la danza constituye una de las herramientas terapéuticas y energéticas más poderosas que existen para conectar con la alegría y plenitud desde el plano no verbal. Cada ritmo musical puede despertarnos determinadas sensaciones, emociones y estados de energía que se encuentran dormidos, reprimidos o bloqueados dentro de nuestro cuerpo (Nachtigall P., 2016).

3.3. PERSONALIDAD

3.3.1. Definición de Personalidad

Hay que empezar diciendo que Eysenck, el autor del test, define la personalidad del siguiente modo: *“Una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente. El carácter denota el sistema más o menos estable y duradero de conducta conativa (voluntad) de una persona; el temperamento, su sistema más o menos estable y duradero de la conducta afectiva (emoción); el intelecto, su sistema más o menos estable y duradero de conducta cognitiva (inteligencia); el físico, su sistema más o menos estable y duradero de la configuración corporal y de la dotación neuroendocrina.”*(Eysenck y Eysenck. 1985, p.9).

Asimismo, cuando se habla de personalidad, no se puede dejar de lado a uno de los pioneros en el estudio de ella, ese autor es G. Allport, quien le dedicó muchos años de su vida a definir y entender los aspectos de la personalidad de los individuos. Allport, G. (1937) define a la personalidad como *“una organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos”*.

Aunque Allport en su definición no señala ningún sistema concreto, como aclaración que puede ayudar a comprenderla mejor, señalaremos algunos sistemas a los que él se refiere: costumbres, sentimientos, rasgos, creencias, expectativas y estilos de conducta. Es importante mencionar que en la génesis de toda personalidad se encuentran elementos de origen hereditario y elementos de origen ambiental, de esta manera se puede entender que hay una combinación continua entre estos dos aspectos. Asimismo, hay que entender que la personalidad es el resultado de la articulación dinámica de los aspectos importantes, los cuales son el psicológico y biológico, que son característicos de cada individuo y que le distinguen de las demás personas.

Cuando se habla de la personalidad, es necesario hacer una diferenciación con los rasgos de personalidad, la noción de rasgo es equiparable a la de disposición psicológica. En el sentido etimológico del término, un rasgo es un carácter distintivo de algo. El rasgo se puede definir como *“un atributo funcional relativamente persistente que inclina al individuo, por hacerlas más fáciles, hacia cierto tipo de respuestas o hacia cierta clase de situaciones. Los psicólogos descriptivos han desarrollado una serie de procedimientos de medida para clasificar a los individuos en torno a unos rasgos”*. (Salvaggio D., 2014).

Por lo tanto, se puede entender que cada individuo posee una constelación de rasgos de la personalidad, que pueden ser inferidos de su comportamiento. Sobre los rasgos hay diversos autores que incluso han creado instrumentos de evaluación en donde se enfocan en ciertos rasgos de personalidad de los individuos.

Por su parte, la concepción Eysenckiana de la personalidad, hace hincapié en el nivel de las dimensiones, que se definen como agrupaciones de rasgos relacionados entre sí. Así mismo este autor entiende que los rasgos y dimensiones son relativamente estables y duraderos, características éstas de las teorías disposicionales. Además, considera que las dimensiones de personalidad han de estar ligadas a mecanismos biológicos subyacentes, lo que convierte a esta

teoría también en un modelo biológico (Carver y Scheier, 1992, como se citó en Vergara L. 2016, p.22). Eysenck hace énfasis en los siguientes rasgos de la personalidad, los cuales ayudan a entender la misma y además son tratados por el instrumento empleado en el presente trabajo de investigación:

Introversión-Extroversión (E):

A continuación, se hace una breve descripción del típico extravertido y del típico introvertido: éstos han de considerarse como extremos idealizados de un continuo al que las personas reales pueden aproximarse en mayor o menor medida.

El típico extrovertido es sociable, le gustan las fiestas, tiene muchos amigos, necesita hablar con la gente y no le gusta leer o estudiar solo. Anhela la animación, es arriesgado, actúa improvisadamente y generalmente es una persona impulsiva. Es aficionado a las bromas, siempre tiene una respuesta a punto y generalmente le gustan los cambios. Es despreocupado, condescendiente, optimista y le gusta reír y divertirse. Prefiere permanecer ocupado y tiende a perder los nervios rápidamente. En conjunto sus sentimientos no están bajo un fuerte control y no siempre es una persona fiable.

El típico introvertido es tranquilo, retraído, introspectivo, aficionado a los libros más que a las personas, es reservado y distante excepto con los amigos íntimos. Tiende a planificarlo todo, se lo piensa dos veces antes de actuar y desconfía de los impulsos momentáneos. No le gusta la animación, se toma las cosas de cada día con seriedad y le gusta un modo de vida ordenado. Mantiene sus sentimientos bajo control y no pierde los nervios fácilmente. Es fiable, algo pesimista y otorga gran valor a las normas éticas. (Eysenck y Eysenck, 1985).

Estabilidad-Inestabilidad (N):

El típico alto inestable es ansioso, preocupado, tiene tendencia a los cambios de humor bruscos y frecuentemente se siente deprimido. Probablemente duerme mal y sufre de varios trastornos psicosomáticos. Es muy emotivo, reacciona de forma excesiva a todo tipo de estímulos y encuentra dificultades para volver a su nivel emocional normal después de cada experiencia activadora a nivel emotivo. Sus fuertes reacciones emocionales interfieren la realización de conductas apropiadas y le hacen actuar de forma irracional y, a veces, rígida. Cuando se combina

con extraversión, la persona es probable que sea susceptible e inquieta, puede llegar a sentirse exaltada e incluso agresiva. Si a la persona alta en N hay que describirla con una sola palabra, se podría decir que es aprensiva, su principal característica es una constante preocupación porque las cosas podrían ir mal y una fuerte reacción de ansiedad a estos pensamientos.

Es importante mencionar que la persona estable, por otro lado, tiende a responder emotivamente sólo de una forma suave y generalmente débil y vuelve a su línea base rápidamente después de una activación emocional. Habitualmente es calmada, emocionalmente equilibrada, controlada y poco aprensiva.

3.4. BIENESTAR PSICOLÓGICO

El bienestar psicológico no es una variable más, sino que es una que fue seleccionada para el presente trabajo de investigación debido a que es un aspecto importante que gira alrededor del mundo de la danza, se encuentra íntimamente relacionada al mundo interno que tiene cada persona, que en este caso en particular son los bailarines de las academias de Bermejo.

El bienestar psicológico puede ser entendido como un indicador positivo de salud mental que media entre la relación del sujeto y su entorno y se manifiesta en los recursos psicológicos que se usan para afrontar tanto las demandas externas como internas protegiendo al individuo (Oramas, Santana y Vergara, 2003). Del mismo modo, esta es una variable que aporta a la salud brindando conocimiento sobre las fuentes de fortaleza de las personas y las condiciones en las que pueden mejorar sus vidas. Se podría decir que así como la disposición natural del organismo es hacia la salud, en el área psicológica, dicha disposición apuntaría al bienestar psicológico; ya que este prepara y permite a las personas tener un afrontamiento adecuado de las situaciones de estrés y las demandas. Las cuales para una persona que practica la danza pueden llegar a ser muy frecuentes. Por ejemplo, en el caso de enfermedad, está asociado a una mejor evolución de la misma, así como con una percepción positiva del estado de salud general y una postura más favorable por parte del paciente hacia su evolución y rehabilitación (Victoria, 2004).

El bienestar psicológico definido por la autora del instrumento que se utilizó es entendido como *“es un constructo que expresa el sentir positivo, que se encuentra ligado al desarrollo de las potencialidades de la persona, además de propiciar y mantener la salud”*. (Ryff, 1989). De igual manera, refiriendo al concepto de esta variable, autores como Sánchez J. (2013),

entiende al Bienestar Psicológico como *“aquel sentido de felicidad que es una percepción subjetiva, aquella capacidad para reflexionar sobre la satisfacción con la vida o sobre la frecuencia e intensidad de las emociones positivas”*.

Analizando estas definiciones, se puede ver que el bienestar psicológico está relacionado a un sentir positivo, es decir, la persona siente que se encuentra bien y que tiene emociones positivas. Además, una de estas definiciones hace referencia a la potencialidad y a la salud de la persona, entonces denota que es una variable fundamental en la cotidianidad de cualquier individuo.

3.4.1. Dimensiones del bienestar psicológico

- **Autonomía**

Puntajes altos: Independientes, que deciden por sí mismos, regulando y evaluando su comportamiento en base a metas personales y resistiendo presiones sociales.

Puntajes bajos: Preocupados por cumplir con las expectativas sociales, tienden a conformarse ante la presión social y guiar sus decisiones por juicios

- **Auto aceptación**

Puntajes altos: Actitud positiva hacia sí mismo, reconociendo y aceptando sus cualidades positivas y negativas, además de sentirse a gusto con su vida pasada.

Puntajes bajos: Insatisfechos y desilusionados con sus vidas, desean ser distintos.

- **Crecimiento personal**

Puntajes altos: Sensación de un desarrollo y expansión continuos y de la realización del potencial propio. Apertura a nuevas experiencias y mayor conocimiento de uno mismo y de su autoeficacia

Puntajes bajos: Sensación de estancamiento personal, falta de mejora o expansión a través del tiempo. Sentimiento de desinterés y aburrimiento por la vida

- **Dominio del ambiente**

Puntajes altos: Competentes, tienen un gran manejo del ambiente, hacen buen uso de las oportunidades y tienen la capacidad de escoger o crear situaciones adecuadas para sus valores y necesidades

Puntajes bajos: Se evidencia un manejo dificultoso de las actividades cotidianas lo que genera una sensación de impotencia, así como una falta de reconocimiento de las oportunidades

- **Metas en la vida**

Puntajes altos: Sensación de direccionalidad, su pasado y presente tienen un significado. Sus creencias, metas y objetivos les brindan propósito.

Puntajes bajos: Falta de sentido en la vida, pocos objetivos, creencias y metas que le puedan dar significado e importancia

- **Relaciones positivas con otros**

Puntajes altos: Personas con vínculos cálidos, cercanos y confiables, se preocupan por los demás. Tienen la capacidad de empatía, cariño e intimidad.

Puntajes bajos: Personas con pocos vínculos estables y confiables. Les cuesta mostrarse abiertos y cercanos; se aíslan y experimentan frustración en las relaciones interpersonales. (Ryff., 1989).

En términos generales, el bienestar psicológico es un concepto amplio que incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo. Está relacionado con cómo se afrontan los retos diarios, ideando modos de manejarlos, aprendiendo de ellos y profundizando en la sensación de sentido de la vida. Desde esta perspectiva se propone que el bienestar es consecuencia de un funcionamiento psicológico pleno a partir del cual la persona desarrolla todo su potencial (Fernández I., 2016).

También es importante mencionar que hay muchos factores que influyen en el bienestar psicológico de las personas. La genética, factores sociales o culturales, experiencias pasadas o incluso la clase social. El género también es uno de ellos. Eso puede deberse a que el género condiciona de forma directa las experiencias que vive una persona. Dependiendo de su género la sociedad le impondrá unos roles u otros y podría verse expuesta a un tipo distinto de experiencias que puedan afectar su salud mental (Barchilón M, 2020).

Haciendo referencia a la danza y el bienestar psicológico, está científicamente comprobado a través de diferentes estudios es que la danza no solo mejora el estado físico de las personas, sino

también la salud mental. Piensa en las sensaciones que te produce escuchar la música que te gusta o la que te trae buenos recuerdos. Pues si a esto le acompañas movimientos con tu cuerpo la sensación de bienestar como los beneficios fisiológicos, físicos, cognitivos y psicológicos se multiplican. Pero, ¿a qué se debe esto? Cuando bailamos nuestro cerebro libera dopamina y endorfinas, unos neurotransmisores que generan una sensación de bienestar, relajación, alegría y empoderamiento. Sin embargo, no solo se activa el circuito sensorial, también los centros de placer (Rodríguez R., 2019).

Por su parte, Badás M. (2021) refiere que cada vez hay más estudios que demuestran cómo el baile aporta beneficios en nuestra salud mental. Por un lado, la danza es repetición. Vas aprendiendo diferentes pasos y movimientos que al juntarse de diferentes maneras van formando coreografías. Y para aprender y mejorar hay que practicar una y otra vez. Esta repetición de movimientos y secuencias ayuda a crear hábitos, y esto lo podemos trasladar a nuestra vida cotidiana ayudándonos a poner orden y desarrollarnos personalmente. También hay que mencionar que mejora la autoestima al descubrir de todo lo que puede ser capaz nuestro cuerpo. Esto nos ayuda a combatir estados depresivos, aumentar nuestra confianza, levantar el ánimo y tener claridad de pensamiento.

3.5. INTELIGENCIA EMOCIONAL

BarOn utiliza el término “inteligencia emocional y social” para denominar un tipo específico de inteligencia que difiere de la inteligencia cognitiva. El autor opina que los componentes factoriales de la inteligencia no cognitiva se asemejan a los factores de la personalidad, pero, a diferencia de ellos, la inteligencia emocional y social puede modificarse a través de la vida. Desde sus inicios, el enfoque de Barón fue multifactorial con la finalidad de ampliar las habilidades involucradas en la inteligencia no cognitiva. No hay que olvidar que el modelo de inteligencia social y emocional que propone se relaciona con el potencial para el rendimiento, antes que con el rendimiento en sí mismo; se fundamenta en la orientación con base en el proceso, antes que en la orientación con base en logros. (Ugarriza N., 2001).

Es importante mencionar que el autor del instrumento, BarOn (1997) define la inteligencia emocional como *“un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del*

medio”. Como tal, nuestra inteligencia no-cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional. Sobre la base de este concepto, Barón construye el inventario de cociente emocional que se empleó en el presente trabajo de investigación.

Haciendo referencia a otras definiciones, se puede ver que por ejemplo para García S. (2021) cuando hablamos de inteligencia emocional, nos referimos a la *“habilidad de entender, usar y administrar nuestras propias emociones en formas que reduzcan el estrés, ayuden a comunicar efectivamente, empatizar con otras personas, superar desafíos y aminorar conflictos”*. Además, este mismo autor refiere que un nivel alto de inteligencia emocional permite forjar relaciones sanas y equilibradas dentro del núcleo familiar, en la escuela y en el trabajo, por lo que resulta una variable importante y fundamental para la vida diaria de todos. Por su parte, también hay que mencionar a Goleman D. (1996) uno de los pioneros en esta área, la describe como *“la capacidad de una persona para manejar sus sentimientos de manera que esos sentimientos se expresan de manera adecuada y efectiva, además se trata del mayor predictor de éxito en el lugar de trabajo”*, indicando que la inteligencia emocional también se convierte en un factor influyente en el trabajo o las actividades que la persona realiza, que en este caso es la danza.

Considerando todo lo antes mencionado, la capacidad de expresar y controlar nuestras emociones queda claro es un punto esencial, pero también lo es nuestra capacidad para comprender, interpretar y responder a las emociones de los demás. Imaginemos un mundo en el que no se pudiera entender cuando un amigo se siente triste o cuando un compañero de trabajo está enojado (Guerri M., 2023).

También hay que referir que cumplir años te quita unas cosas y te da otras bastante buenas. Entre ellas, estabilidad emocional. La mayoría, a medida que va cumpliendo años, va respondiendo de manera más templada a los fastidios de la vida diaria. Las experiencias enseñan a afrontar la adversidad de otra manera. Las molestias cotidianas, los pequeños rechazos, las malas críticas no son tan importantes. Palidecen al lado de otros grandes retos, fracasos o problemas. Además algunas de las pequeñas inconveniencias de antaño dejan de afectarnos. De otras, nos recuperamos rápidamente, se va ganando en estabilidad (Casandra T, 2016).

3.5.1. El modelo del inventario de Barón (ICE)

La estructura del modelo de BarOn (1997) de inteligencia no cognitiva puede ser vista desde dos perspectivas diferentes, una sistémica y otra topo-gráfica

La visión sistémica es la que ha sido descrita considerando los cinco componentes mayores de la inteligencia emocional y sus respectivos subcomponentes, que se relacionan lógicamente y estadísticamente. Por ejemplo: relaciones interpersonales, responsabilidad social y empatía son partes de un grupo común de componentes sistemáticamente relacionados con las habilidades interpersonales, de ahí que se hayan denominado “componentes interpersonales”. Dichas habilidades y destrezas son los componentes factoriales de la inteligencia no cognitiva y son evaluadas por el BarOn Emotional Quotient Inventory (BarOn EQ-I). Este inventario genera un cociente emocional y cinco cocientes emocionales compuestos basados en las puntuaciones de 15 subcomponentes.

3.5.2. Dimensiones de la inteligencia emocional

De acuerdo a Ugarriza N., (2001) la inteligencia emocional tiene los siguientes componentes:

Componente intrapersonal (CIA).- Área que reúne los siguientes componentes: comprensión emocional de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia.

- **Comprensión emocional de sí mismo (CM).**- La habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de éstos.
- **Asertividad (AS).**- La habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañarlos sentimientos de los demás y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.
- **Autoconcepto (AC).**- La habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, así como también nuestras limitaciones y posibilidades.
- **Autorrealización (AR).**- La habilidad para realizar lo que real-mente podemos, queremos y disfrutamos de hacerlo.
- **Independencia (IN).**- Es la habilidad para auto dirigirse, sentirse seguro de sí mismo en

nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

Componente interpersonal (CIE).-

Área que reúne los siguientes componentes: empatía, responsabilidad social y relación interpersonal.

- **Empatía (EM).**- La habilidad de percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.
- **Relaciones interpersonales (RI).**- La habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracteriza-das por una cercanía emocional e intimidad.
- **Responsabilidad social (RS).**- La habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y es un miembro constructivo del grupo social. (Ugarriza N., 2001).

Componente de adaptabilidad.- (CAD).- Área que reúne los siguientes componentes: prueba de la realidad, flexibilidad y solución de problemas.

- **Solución de problemas (SP).**- La habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.
- **Prueba de la realidad (PR).**- La habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experi-mentamos (lo subjetivo) y lo que en la realidad existe (lo objetivo).
- **Flexibilidad (FL).**- La habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes. (Ugarriza N., 2001).

Componente del manejo del estrés (CME).- Área que reúne los siguientes componentes: tolerancia al estrés y control de los impulsos.

- **Tolerancia al estrés (TE).**- La habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente el estrés.
- **Control de los impulsos (CI).**- La habilidad para resistir o postergar un impulso o

tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones. (Ugarriza N., 2001).

Componente del estado de ánimo en general (CAG).- Área que reúne los siguientes componentes:

- **Felicidad (FE).**- La habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros y para divertirse y expresar sentimientos positivos.
- **Optimismo (OP).**- La habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva, a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos. El enfoque topográfico organiza los componentes de la inteligencia no cognitiva de acuerdo con un orden de rangos, distinguiendo “factores centrales”: FC (o primarios) relacionados con “factores resultantes”: FR (o de más alto orden), y que están conectados por un grupo de “factores de soporte”: FS (apoyo o secundarios o auxiliares). (Ugarriza N., 2001).

Los tres factores centrales más importantes de la inteligencia emocional son: la comprensión de sí mismo (nuestra propia habilidad para reconocer y comprender nuestras emociones, estados de ánimos y sentimientos); la asertividad (nuestra habilidad para expresar las emociones y sentimientos); y, la empatía (nuestra habilidad para reconocer, comprender y apreciar los sentimientos de los otros). Los otros dos factores centrales son: la prueba de la realidad y el control de los impulsos. Estos factores centrales guían factores resultantes como la solución de problemas, las relaciones interpersonales y la autorrealización, lo que contribuye a la felicidad, es decir, la habilidad para sentirse contento, satisfecho consigo mismo y con los demás y disfrutar de la vida. Basados en la investigación de Bar-On, los factores centrales y los resultantes dependen de los factores de soporte. Por ejemplo, el darse cuenta de las emociones depende del autoconcepto (que incluye el auto respeto, la comprensión y aceptación de sí mismo). La asertividad depende del autoconcepto y de la independencia (que incluye la independencia emocional como también la habilidad para autogobernarnos), así, es extremadamente difícil para las personas dependientes y especialmente no asertivas expresar sus sentimientos a otros. Aún más, las relaciones interpersonales dependen del autoconcepto positivo y la responsabilidad social. Además, los factores de apoyo como el optimismo y la tolerancia al estrés se combinan con los factores centrales, como la prueba de la realidad y el control de los impulsos para facilitar la solución de problemas de un modo eficiente. Finalmente, la flexibilidad es otro factor importante de soporte que contribuye a los otros factores como la solución de problemas, la

tolerancia al estrés y las relaciones interpersonales. Hay que mencionar que las habilidades no cognitivas y las destrezas se desarrollan a través del tiempo, cambian a través de la vida y pueden mejorar con el entrenamiento, los programas remediadores y las técnicas terapéuticas. (Ugarriza N., 2001).

Una posibilidad de explorar en la experiencia de la propia danza de cada artista, y de su transmisión armónica entre lo que un bailarín siente, danza y también piensa. El término de Inteligencia emocional, nos invita a pensar de qué manera administramos y nos relacionamos con nuestras propias emociones, como nos vinculamos con ellas y como nos vinculamos con las emociones de los otros. De qué manera elaboramos nuestros miedos, tristezas, afectos, enojos, alegrías. Emociones fundantes de nuestros movimientos, de la expresión de nuestro cuerpo, del contenido de nuestra danza. Toda emoción traduce un sentimiento que se expresa en el cuerpo. Exactamente lo que hacemos cuando bailamos. Las habilidades de la Inteligencia Emocional y su articulación con la praxis dancística: las competencias que enuncia la teoría de la inteligencia emocional pueden pensarse en términos del mundo interno y mundo externo (Vergara L., 2016, p.22).

Cabe mencionar que las personas que tienen una baja inteligencia emocional no acostumbran a lidiar de forma positiva con sus sentimientos. Suelen tragárselos y acumularlos, hasta que finalmente llegan a explotar, provocando sensaciones como tensión, estrés y ansiedad. Ignorar estas emociones hace que dañemos tanto nuestro cuerpo como nuestra mente. Por su parte, tener una alta inteligencia emocional es la mejor forma de identificar aquellas situaciones que nos hacen mal y enfrentarnos a ella cuando aún estamos a tiempo. Si no aprendes a lidiar con tus sentimientos, es muy probable que termines experimentando ansiedad y depresión y que estos te lleven a acciones negativas para tu persona (Koester A., 2020).

3.6. TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

El término tolerancia a la frustración fue utilizada por primera vez en la década de los 60 por Albert Ellis, el describió como el síndrome de “no lo soporto”. Posteriormente el término tolerancia a la frustración fue introducido por Rosenzweig en 1938, para asignar la capacidad de tolerar la frustración durante un largo período de tiempo sin intentar satisfacer la motivación en la forma originaria ni buscar una manera indirecta de atenuar la tensión.

Hay que mencionar que se entiende como tolerancia a la frustración a *“un estado emocional y conductual positivo del organismo que se produce en el individuo cuando una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisfacen o no se cumple permitiendo aceptarlas, aunque a veces puedan resultar incómodas o desmotivantes frente al trabajo duro que se realiza a corto plazo con el fin de alcanzar metas a largo plazo, logrando así una capacidad de espera, paciencia y de calma con actitud reflexiva frente a esta vivencia emocional percibiéndola como un proceso de aprendizaje”* (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

Esta es una definición interesante, ya que refleja un sentido amplio de la tolerancia a la frustración, la refiere como un estado que se produce en la persona cuando algo no termina saliendo como se esperaba. Además, este autor nos indica que la tolerancia no solo es reponerse a esta situación, sino que va más allá e indica que el sujeto con una buena capacidad puede tomarse la situación como un aprendizaje más. Si analizamos esto, resulta una variable fundamental en el mundo de la danza, ya que los bailarines están constantemente ante situaciones que no puedan salir como ellos las han planificado o esperan.

3.6.1. Niveles de tolerancia a la frustración

- **Connotación de los niveles altos de tolerancia a la frustración:** La persona que tolera la frustración (Coffer C. Appley, H. 1993, como se citó en Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8), para ellas la vida es más agradable, más fácil y con menos estrés- Tienen capacidad de convertir los problemas en nuevas oportunidades, tienen más probabilidades de resolverlos porque no reaccionan ante ellos con tanta intensidad ni intentan escapar para no sentir emociones negativas. Aceptan con más facilidad el dolor, el sufrimiento, la incomodidad, el fracaso, etc., y no dejan que estas cosas les perturben excesivamente. Son aquellos que practican el viejo refrán de “al mal tiempo buena cara”. Saben responder adecuadamente ante los imprevistos, las interrupciones, los contratiempos. Mantienen la calma en situaciones difíciles lo que les permite pensar con claridad y, por tanto, encontrar las soluciones apropiadas. Afrentan sus problemas en vez de huir, lamentarse, armar un escándalo o intentar hacer desaparecer el problema como sea para no sentir, como haría alguien que no es capaz de tolerar dichos inconvenientes.
- **Connotación del nivel medio de tolerancia a la frustración:** Se revela una tolerancia a la frustración media; las siguientes características (Santos, 1993). Estado de intento

para reducir el bloqueo que impide alcanzar los deseos aunque en algunas ocasiones se acepta vivir con la frustración debido a que está demanda más esfuerzo y paciencia para superarla así pues en vez de continuar para quitarlo o minimizarlo se aprende a vivir con el problema que causa la frustración asimismo son persona que tiene mayor tolerancia en algunas áreas y en otras no. Esto hace que pueda lograr otras cosas si se esfuerza, aunque en un principio no le resulten como esperan. Cambian la motivación de continuar sus metas por el abandono si estas requieren más esfuerzo y tiempo. Siente molestia por las experiencias que podrían haber ganado al lograr metas más elevadas que fueron vistas como obstáculos, problemas ó gigantes en un instante. (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

- **Connotación del nivel bajo de tolerancia a la frustración:** Nos indica una baja tolerancia a la frustración las siguientes características, (Coffer C. Appley, H., 1993, como se citó en Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.6): Presentan sensibilidad excesiva hacia todo lo desagradable, que funciona como una lente de aumento, magnificando el lado malo de cada situación. Lo feo es espantoso, lo malo es horrible, lo molesto es insoportable. Magnifican las tragedias y acontecimientos estresantes. Tienen una serie de creencias que condicionan su vida y forma de ver el mundo. Interpretar la realidad que suceden de un modo automático. Tienden a deprimirse y desesperarse, sólo ven el resultado negativo de esa experiencia sin aprender nada de ella. Por lo general son personas sensibles a todo aquello que le recuerde el motivo de su frustración sentirán ansiedad ante las mismas circunstancias en las cuales fracasaron o no lograron sus deseos, y perderán confianza en sí mismas ante situaciones parecidas, huyendo de las mismas para no sufrir otra decepción - se enfadan o se ponen tristes ante el más mínimo deseo insatisfecho u objetivo no logrado.

3.6.2. Dimensiones de la tolerancia a la frustración

Personal: Los niveles altos, indican constancia, al iniciar sus actividades y al presentarse situaciones que retan su confianza, no lo abandonan, no se intimidan. Presentan actitudes favorables para continuar con sus propósitos y luchar para lograrlo. Conocen sus límites, los límites de los demás, las circunstancias y la realidad que le permitirá alcanzar sus metas. Estas personas tienen una forma de ver el mundo e interpretar la realidad de un modo diferente, es decir mantienen una actitud madura de ver las cosas (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

Los niveles medios refieren que en algunas ocasiones mantendrán características de baja tolerancia a la frustración abandonando tareas que requieren más esfuerzo y tiempo sin embargo después de haberlas abandonado harán el intento de retomar sus metas y continuar , En el intento para reducir el bloqueo que impide alcanzar los deseos acepta vivir con la frustración así pues en vez de continuar para quitarlo o minimizarlo se aprende a vivir con el problema que causa la frustración, es decir tienen mayor tolerancia en algunas áreas y en otras no. (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

Las personas que puntúan en un nivel bajo, refieren un mal humor, se encuentran agitados, ansiosos, tristes, resentidos, humillados o enfadados con el mundo que debería estar ahí para satisfacer todos sus deseos. Se sienten víctimas, se quejan continuamente, culpan a los demás y al mundo de lo que le sucede. Por supuesto, suelen ser inflexibles, muy rígidas, inútiles, ilógicas e incongruentes con la realidad.

Laboral: Los niveles altos, indican que el individuo tolerante a la frustración laboral crea condiciones para desarrollarse, autorrealización y alcanzar logros, presentan valoración de sus potencialidades sin requerir de incentivos. Actúan preventivamente para canalizar todas sus energías y convertirlas en resultados o logros esperados (Santos 2004, como se citó en Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8). Son personas que se adaptan a su medio laboral permitiendo manejar la frustración frente a eventos de competitividad laboral entre compañeros y eventos desvalorizantes de parte de sus compañeros o jefes mediatos.

Niveles medio, refieren que en tiempo normal mantienen características de niveles altos y en situaciones que demandan espera, esfuerzo, y persistencia presentan actitudes de niveles bajos

Niveles bajos, indican dificultad para adaptarse a situaciones que requieren exigencias y competencias manifestando incapacidad de asumirlas hasta terminarlas, mostrando una actitud inestable utilizando carecen de recursos y potencialidades para emprender y alcanzar los resultados esperados, en ocasiones requieren de incentivos para realizar sus actividades laborales. (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

Social: Cuanto mayor el nivel de tolerancia a la frustración mayor la capacidad de analizar cómo son sus relaciones y reacciones frente a situaciones que le generan molestias, habitualmente controlan sus impulsos cuando hay diferencia de opiniones expresando las suyas, tomando en consideración la opinión de los demás. Son sujetos que poseen habilidades sociales que les

permite relacionarse sin dificultad con personas desconocidas y adaptarse frente a situaciones difíciles en el marco social logrando la aceptación social de su nuevo ambiente sociocultural. Frente a situaciones frustrantes en la que se ven involucradas amigos, compañeros o personas conocidas se muestran respetuosos, generosos, nobles, considerados y justos; independientemente de la edad, raza, sexo o posición social de los demás individuos. (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

Un nivel medio, poseen actitudes que les permite adaptarse con un poco más de tiempo a situaciones difíciles en el marco sociocultural. Cuanto más bajo sea el nivel de tolerancia a la frustración se muestran individuos que exigen, ordenan a las personas que lo rodean para que se satisfagan sus deseos a toda costa, por lo general son personas sensibles a las diferencias que existe entre amigos o compañeros, se enfadan o se ponen tristes ante el más mínimo desacuerdo con su medio social. (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

Familiar: Los niveles altos significan que es una personas que conocen el papel que juega en el grupo familiar y lo ejercen con responsabilidad y frente a normas establecidas por los padres que requieren control establecen jerarquías claras en la que los padres ocupen una posición directiva, sin que esto implique dejar de propiciar el intercambio de sus puntos de vista que fomentan relaciones democráticas. Además piensan que todo aquello que implica un cambio permite crecer y aprender de quienes lo rodean. Por lo tanto, los conflictos familiares que les suscitan son avances y crecimientos Un nivel medio pose características del nivel alto y medios

Un nivel bajo significa que son personas que se mantienen alerta ante los problemas y situaciones familiares que causan molestia para actuar evasivamente y a veces agresivamente, ante crisis como la separación de los padres, la pérdida de un miembro de la familia (duelo), pierden las esperanzas de superar ducha crisis (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.8).

También es importante mencionar que la tolerancia a la frustración juega un papel importante durante todas las etapas del desarrollo e influye de gran manera en el éxito o fracaso que podamos tener en diferentes aspectos. Mar A. (2019) refiere que las personas cuya capacidad para tolerar la frustración es baja no aceptan que las cosas sean como son; los imprevistos que para la mayoría resultan simplemente molestias desagradables, ellas los viven como verdaderas catástrofes; su percepción de la situación suele ser exagerada y errónea. Al no soportar el malestar que les genera que las cosas no salgan como ellas desean, tienden a desmotivarse

fácilmente; y en su búsqueda del bienestar inmediato suelen a abandonar sus proyectos de forma prematura; sin tener en cuenta los beneficios que podrían tener a medio y largo plazo si lograsen gestionar de una manera diferente sus sentimientos.

La baja tolerancia a la frustración hace que ante la aparición de esta no seamos capaces de reaccionar, abandonemos nuestra actuación y seamos incapaces de perseverar y luchar contra las dificultades. Dicho de otro modo quien tiene baja tolerancia a la frustración lo que tiene es una gran dificultad para gestionar sentimientos negativos como el estrés, la incomodidad o la no consecución de los propios deseos. Generalmente esta incapacidad de autogestión provoca manifestaciones conductuales en forma de comportamiento huraño, irritable y hostil. Suelen verse los fracasos como provocados por los demás o por las circunstancias, generalmente apariencia tendencia a sentirse víctima y a proyectar las culpas en otros (Castillero O., 2018).

3.7. INVESTIGACIONES RELACIONADAS A LAS VARIABLES

Considerando las variables de estudio, se pudieron encontrar algunos estudios, los cuales se describen a continuación:

En primer lugar se encontró una investigación titulada *“Perfil psicológico de bailarines de Ballet, una revisión narrativa”* que tuvo como principal objetivo recabar información acerca del perfil psicológico de los bailarines de ballet, tanto a nivel amateur como a nivel profesional. Además, se han analizado los principales trastornos psicológicos que sufre esta población. Para ello, se han revisado numerosos estudios que analizan las características psicológicas de los bailarines de ballet, y así poder extraer la mayor cantidad posible de datos.

Hay que mencionar que de acuerdo a los resultados se pudo encontrar que los bailarines son personas muy perfeccionistas, obsesivas y tendentes a la constancia y a la autoexigencia. Los trastornos mentales que sufren, según su orden de prevalencia son: trastornos de la conducta alimentaria (TCA), trastornos de ansiedad y trastornos depresivos. (Díaz, C. 2020).

Por su parte, también se realizó una investigación titulada *“Perfil psicológico de un bailarín de alto nivel rasgos vocacionales del bailarín profesional”*. El estudio se realizó con una muestra de 76 sujetos, 42 mujeres (55,3%) y 34 hombres (44,7%), que se dedican a la danza de forma profesional, en los entornos más prestigiosos, en diferentes países, contextos y compañías de

danza. Se aplicó los siguientes tests: el 16PF-5 de Cattell y el STAI State-Trait Anxiety Inventory (From-Y) de Spielberger.

Los resultados de esta investigación indican que los bailarines tienen una buena capacidad mental de razonamiento, tienen una ansiedad rasgo baja –factor que es un elemento primordial para desarrollar una carrera profesional de éxito, de rendimiento y libre de complicaciones-, tienen dominancia, capacidad de liderazgo y la tendencia a ejercer la voluntad de uno mismo, en lugar de acomodarse a los deseos de otros. Tienen una disposición de atención a las normas, son personas seguidoras de las reglas, los principios y los buenos modales. Se definen a sí mismos como formales, cumplidores y perseverantes, característica que refleja su alta capacidad de disciplina. La autosuficiencia es otro factor característico. Esta tendencia indica que en este colectivo las personas toman las decisiones por su cuenta. Los bailarines muestran estabilidad y bienestar emocional, en raras ocasiones se encuentran con un problema que no puedan afrontar, suelen ir a dormir satisfechos del desarrollo del día y se recobran fácilmente de los contratiempos. Tienen tendencia al perfeccionismo, son personas que quieren hacer bien las cosas, y suelen ser muy organizadas y disciplinadas y poseen claros rasgos vocacionales que les motivan a desarrollar su carrera profesional. (Rojo, T. 2016).

También se encontró un trabajo titulado “*Bienestar psicológico en practicantes de danza contemporánea*”. La investigación tuvo como objetivo describir el bienestar psicológico de un grupo de practicantes de danza contemporánea. Con dicho fin, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) y se obtuvo descripciones de dicha variable de 31 bailarines que tenían entre 17 y 33 años. A través de prueba y sus subescalas se pudo determinar un alto nivel de la variable en el grupo. Se establecieron, además, comparaciones entre los participantes, hallándose diferencias significativas. Según el sexo, las mujeres presentan puntajes más favorables en metas en la vida; según la edad los mayores tienen un mejor dominio del ambiente en relación a los menores; y según la frecuencia de práctica, los que practican la disciplina más horas a la semana tienen un mayor bienestar y puntajes más elevados en crecimiento personal, metas en la vida y auto aceptación. Así, en las motivaciones iniciales resaltan el gusto por las actividades vinculadas al movimiento, el interés por el cuerpo y la alternativa al ballet. Por su lado, en las motivaciones actuales, lo hacen la experimentación de emociones positivas, el progreso artístico y aspectos relacionados al cuerpo. (Meza B., 2010).

Una investigación nacional, fue la elaborada por la Universidad Católica Boliviana San Pablo que refiere a cerca de: “*Factores Motivacionales en la Conducta de Bailar en la Fiesta del Gran Poder*” (Fernández y Aguilar, 2008) en el que más allá de las necesidades que la fiesta del Gran Poder puede llegar a satisfacer, también se consideró como objetivo específico, los modos de experiencia o necesidades existenciales que los bailarines experimentan al satisfacer cada necesidad; la necesidad de identidad, el modo de experiencia más requerido es estar, el cual se refiere que el bailarín necesita estar en los ensayos, encuentros y fiestas para así sentirse identificado e integrado al grupo. (Fernández y Aguilar, 2008, como se citó en Vergara, L. 2016, p.3).

Por último, otra investigación es la denominada “*Aproximación al perfil psicológico del bailarín y bailarina de la ciudad de Tarija: Estudio realizado en adolescentes y jóvenes que practican este arte en las disciplinas de danza: clásica, folklórica y moderna*”. En este trabajo se evaluaron los rasgos de personalidad con el Cuestionario Revisado de Personalidad de Eysenck- versión completa (EPQ-R). Entre los resultados obtenidos se tiene que los bailarines y bailarinas de la ciudad de Tarija, presentan los siguientes rasgos de personalidad: una tendencia definida Alta a la Extraversión, un nivel de Emotividad dentro del Promedio, una tendencia definida Alta en la escala de Dureza y también una Alta tendencia en la escala de Disimulo/ Conformidad. (Vergara, L. 2016).

CAPÍTULO IV
DISEÑO METODOLÓGICO

DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Área a la cual pertenece la investigación

El presente trabajo de investigación pertenece al área de la **Psicología clínica**, debido a que la misma se encarga de la evaluación e investigación de aspectos psicológicos que se relacionan con la salud mental de las personas. De acuerdo a Ruiz M. (2012) *“la Psicología Clínica es una especialidad de la Psicología que se ocupa del comportamiento y los fenómenos psicológicos y relacionales implicados en los procesos de salud enfermedad de los seres humanos”*. Dentro del presente trabajo se evaluarán aspectos como la personalidad, bienestar psicológico, inteligencia emocional y la tolerancia a la frustración en bailarines que practican el arte de la danza folclórica.

4.2. Tipificación de la investigación

El presente trabajo de investigación de acuerdo a sus características se tipifica de la siguiente manera:

De acuerdo al propósito el presente trabajo de investigación, es de tipo **teórico**, debido a que buscó aportar con información nueva y actualizada sobre las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folclórica en la ciudad de Bermejo.

En relación a los estudios teóricos, Burgos A. (2017) refiere que *“estos estudios ayudan a obtener un mejor conocimiento de los fenómenos naturales, como así también el conocimiento obtenido de estos estudios expanden la base teórica de un tema en particular. Esta investigación involucra el proceso de recolectar y analizar información para desarrollar y mejorar la teoría”*.

Según la profundidad del trabajo, la investigación es de tipo **exploratoria**, ya que se trata de un trabajo relativamente nuevo dentro del medio, es decir, no se conoce trabajos que tomen en cuenta variables psicológicas en bailarines que practican el arte de la danza folclórica. Para Rus E. (2019) *“La investigación exploratoria tiene como objetivo la aproximación a fenómenos novedosos. Siendo su objetivo obtener información que permita comprenderlos mejor. La investigación exploratoria, lo que hace es interesarse por un tema que no ha sido estudiado antes, o bien permite conocer aspectos nuevos de conocimientos ya existentes”*.

De igual manera, la presente investigación se tipifica como **descriptiva**, puesto a que se identificaron las características psicológicas que presentan los bailarines, mediante la descripción de las variables seleccionadas. En relación a los estudios descriptivos, Hernández, Fernández & Baptista (2014, p.92) indica que *“con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis”*.

En cuanto al método empleado en la presente investigación, se utilizó el método **cuantitativo**, ya que se utilizaron instrumentos de naturaleza numérica y también debido a que los resultados que se pudieron encontrar son presentados mediante frecuencias y porcentajes. Hernández, Fernández & Baptista (2014, p.4) sobre los estudios cuantitativos refiere que este tipo de trabajos *“utilizan la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías”*.

Por último, tomando en cuenta el tiempo de estudio, la presente investigación se tipifica como **transversal**, esto debido a que se realizó el recojo de la información de manera simultánea y en un tiempo relativamente corto. Hernández, Fernández & Baptista (2014, p.154) en relación a estas investigaciones refieren que *“su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado, es como tomar una fotografía de algo que sucede”*.

4.3. Población y muestra

De acuerdo a la población objeto de estudio, la misma estuvo constituida por todos los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo. Es importante mencionar que no hay datos exactos sobre la cantidad de bailarines, pero de acuerdo al presidente de la “Asociación de Ballets y Academias de Danza de Bermejo” el Sr. Napoleón Bautista Valdez, la cantidad de bailarines de danza folclórica que se encuentran inscritos durante la gestión 2022 fueron un número de 110, los cuales asisten de manera regular a las diferentes academias de la ciudad.

De igual manera, es importante referir, que no se realizó una selección muestral ya que, de acuerdo a la reducida población, se trabajó con el total de la misma. A continuación se muestra el detalle de la distribución de los bailarines por academias de danza:

Nº	Nombre del ballet o academia	Cantidad
1	Ballet Folklórico Arte y Sentimiento	25
2	Ballet Sentimiento y Corazón	16
3	Academia La Sureña	15
4	Ballet Expresión	15
5	Ballet Takuare´e	14
6	Asociación Cultural Tradiciones Chapacas	13
7	Academia Palo Santo	12
Total		110

Para un mejor entendimiento de la información presentada en este trabajo de investigación, es necesario hacer una contextualización de la población con la que se trabajó. Los bailarines de la ciudad de Bermejo que formaron parte del estudio, son personas entre varones y mujeres que tienen diferentes edades que van desde los 18 a 55 años de edad, asimismo son personas que pertenecen a un nivel socioeconómico medio bajo y medio. Respecto al grado de instrucción, muchos de ellos cuentan con una profesión, aunque la mayoría todavía se encuentra estudiando. Considerando aspectos familiares, hay que indicar que muchos de ellos ya cuentan con su propia familia, es decir, ya tienen sus hijos y viven de manera independiente, no obstante, la mayoría de los bailarines todavía viven bajo la tutela de sus padres.

4.4. Métodos, técnicas e instrumentos

4.4.1. Métodos

El presente trabajo de investigación de acuerdo a sus características, presenta los siguientes métodos:

Métodos de la estructura lógica del proyecto:

Método analítico.

Se utilizó este método, debido a que se pretendió identificar algunos componentes de un fenómeno, en esta investigación se buscó identificar las características psicológicas de los bailarines de danza folclórica. Sobre este método en la investigación, Lopera, Ramírez, Zuluaga & Ortiz (2010) afirman que el método analítico *“es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos”*.

Método deductivo.

Por su parte, también se utilizó el método deductivo, esto debido a que desde la revisión teórica se pudo interpretar los resultados que fueron encontrados con la aplicación de cada de los instrumentos. Sobre este método, Hernández, Fernández & Baptista (2014) refieren que *“la lógica o razonamiento deductivo comienza con la teoría y de ésta se derivan expresiones lógicas denominadas hipótesis que el investigador somete a prueba”*

Método de campo o naturalista participante.

El presente trabajo de investigación utilizó el método naturalista o de campo, ya que la persona investigadora no tiene influencia sobre la población objetivo de estudio, es decir, sobre los bailarines de danza folclórica, solamente tiene interferencia en el registro de la información. Dentro de este método, es importante mencionar que se trata de un método naturalista de tipo participante, esto quiere decir que la persona investigadora realizó la aplicación de los instrumentos de forma directa.

Según el procedimiento para la recolección de los datos:

Para el presente trabajo se empleó una serie de instrumentos estandarizados, los cuales cuentan con una baremación y criterios importantes como la valides y la fiabilidad. Estos instrumentos estuvieron enfocados a las variables de personalidad, bienestar psicológico, inteligencia emocional y tolerancia a la frustración.

Según Tristán A. & Pedraza N. (2017, p.18) las pruebas estandarizadas *“cuentan con un amplio desarrollo técnico y metodológico con formas perfeccionadas para medir los rasgos*

observables o latentes, en la población focal específica y con un grado de precisión previamente establecido y controlado por procedimientos logísticos y administrativos igualmente objetivos”.

4.4.2. Técnicas

Test psicométricos: Es importante referir que todos los instrumentos que se emplearon en la presente investigación son de naturaleza psicométrica, esto quiere decir que emplean escalas y sus resultados se procesaron de manera estadística reflejados en cuadros y gráficos, los cuales se pueden encontrar en el capítulo V del presente trabajo de investigación.

4.4.3. Instrumentos

Cada uno de los instrumentos que se utilizaron en la investigación se los presenta a continuación dentro de un cuadro resumen de acuerdo a las variables objetivo:

Cuadro resumen de las variables e instrumentos

Variable	Instrumentos
Personalidad	Inventario de personalidad de Eysenck forma B (EPI).
Bienestar psicológico	Escala de bienestar psicológico de Carol D. Riff.
Inteligencia emocional	EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory.
Tolerancia a la frustración	Escala de tolerancia a la frustración (ETAF)

Para una mejor comprensión de los instrumentos, a continuación, se describe la ficha técnica de cada uno de ellos:

INVENTARIO DE PERSONALIDAD DE EYSENCK FORMA B (EPI)

Autor: Hans Jurgen Eysenck.

Objetivo del test: El inventario de personalidad (EPI) sirve para la medición de dos de las más importantes dimensiones de la personalidad en adultos: introversión- extroversión (E) y su neurotismo (estabilidad- inestabilidad) (N).

Técnica: test psicométrico

Confiabilidad y validez. La confiabilidad fue demostrada con la estandarización del inventario realizada por el psicólogo Anicama (1974), en una población de 2000 sujetos de diferentes edades, entre universitarios, estudiantes secundarios y obreros.

La prueba test–retest arrojó los siguientes coeficientes de correlación “r” producto momento: E = 0,68, N = 0,71 y L = 0,61 quedando establecido el grado de confiabilidad del inventario a dos niveles de significación es del 5% y 1%.

Para efecto de nuestra investigación, se determinó la confiabilidad del Inventario de la personalidad Eysenck utilizando el método test-retest, en una muestra piloto de 30 estudiantes. El tiempo que transcurrió entre la primera y segunda aplicación, fue de cuatro a cinco semanas. Los índices de consistencia interna alfa de Cronbach para las dimensiones de personalidad extroversión- introversión y estabilidad- inestabilidad fueron de 0,757 y 0,771 respectivamente, como se aprecia en la tabla 10. Los resultados muestran que el inventario alcanza buenos niveles de confiabilidad.

La validez de contenido se estableció a través de la técnica de Juicio de expertos, compuesto por cinco profesionales psicólogos y docentes, que contaban con el grado académico de doctor, docentes universitarios. El coeficiente de valoración es de 93,6%, lo cual indica que el instrumento es capaz de lograr los objetivos propuestos.

Procedimiento de aplicación y calificación. La administración se realiza de manera individual o colectiva, con una duración de aproximada de 25 minutos y su aplicación es desde los 16 años en adelante. Respecto a la calificación, la misma se efectúa según la clave de puntuación descrita en el manual, asignándole un punto por cada respuesta marcada, una vez obtenidos los puntajes de ambas dimensiones se procede a ubicarlos dentro de la cruz para poder unir el punto de intersección.

Descripción de los materiales. El inventario está compuesto por 57 ítems, 24 ítems para la dimensión extroversión-introversión (Escala E). Para la dimensión estabilidad-inestabilidad (Escala N), también son 24 y 9 ítems para la escala de mentiras. La persona debe responder a cada ítem con un “Sí” o con un “NO”.

Las dimensiones están compuestas por los siguientes ítems:

- **Extroversión-introversión (Escala E):** ítems (1, 3, 5, 8, 10, 13, 15, 17, 20, 22, 25, 27, 29, 32, 34, 37, 39, 41, 44, 46, 49, 51, 53 y 56).
- **Estabilidad-inestabilidad (Escala N):** ítems (2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55 y 57).
- **Escala de mentiras:** ítems (6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48 y 54).

Escala:

De acuerdo a los puntajes obtenidos, los individuos pueden tener los siguientes rasgos de personalidad, los cuales derivan de la combinación de cada una de las dimensiones:

1	Introvertido-Inestable
2	Extrovertido-Inestable
3	Extrovertido-Estable
4	Introvertido-Estable

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

Autor (es): Carol D. Ryff. Adaptación y validación en Perú en adultos: Pérez (2017).

Objetivo del test: Evaluar el nivel de bienestar psicológico.

Técnica: Test psicométrico

Confiabilidad y validez.

La presente escala, fue traducida por Díaz et al., (2006). Para la validez de constructo, encontró altas correlaciones halladas entre las escalas de ambas versiones Auto aceptación (0,94); Relaciones positivas (0,98); Autonomía (0,96); Dominio (0,98); Crecimiento personal (0,92); Propósito en la vida (0,98), en consecuencia, indica que esta versión española representa bien los elementos teóricos esenciales de cada una de las dimensiones. Por su parte, en Perú, Pérez (2017) mostró en adultos, la validez de contenido (V de Aiken) por el criterio de juicio de expertos, siendo el valor promedio de 0.96 lo cual indica alta validez (0.80 el mínimo valor y el máximo 1.00); además para la validez de contenido, muestra los coeficientes de correlación ítem – escala total, siendo el máximo de .710. Pérez (2017), encontró un Alfa de Crombach para la escala total de 0.942, poseyendo un nivel alto de consistencia interna. En cuanto a la consistencia

interna en las dimensiones, se obtuvo un Alfa de Crombach de 0.904 en Auto aceptación, 0.894 para Relaciones Positivas, 0.909 para Autonomía, 0.907 para Dominio del entorno, 0.882 para Propósito en la vida y 0.897 para Crecimiento Personal evidencia una adecuada confiabilidad para las sub escalas.

Procedimiento de aplicación y calificación:

El instrumento puede ser aplicado a nivel individual y colectivo. La evaluación dura máximo 20 minutos. La aplicación es dirigida a adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala. El evaluado cuenta con las instrucciones básicas para responder de manera acertada cada enunciado. Se presenta enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta.

Una vez que el evaluado haya concluido con la prueba, se confirma que todos los enunciados hayan sido contestados, para poder continuar con la calificación. Las respuestas se califican según las seis alternativas asignadas a todos los ítems correspondientes a cada dimensión. Para la corrección invertir los ítems: 17, 23, 15, 26 y 21. Siguiendo esta pauta: (1=6) (2=5) (3=4) (4=3) (5=2) (6=1)

Descripción de los materiales:

Está conformado por 39 ítems, distribuido en 6 dimensiones y con formato de los ítems. Este instrumento cuenta con una escala Likert de 6 puntos:

- Dimensión I: **Auto aceptación**, ítems (1,7,8,11,17,25,34)
- Dimensión II: **Relaciones Positivas**, ítems (2,13,16,18,23,31,38)
- Dimensión III: **Autonomía**, ítems (3,5,10,15,27)
- Dimensión IV: **Dominio del Entorno**, ítems (6,19,26,29,32,36,39)
- Dimensión V: **Propósito en la vida**, ítems (9,12,14,20,22,28,33,35)
- Dimensión VI: **Crecimiento personal**, ítems (4,21,24,30,37)

Escala:

La evaluación del nivel general del bienestar psicológico, se la puede hacer con la siguiente escala:

Nivel de bienestar psicológico	Puntuación
Bajo	De 0 a 111 puntos
Medio	De 112 a 159 puntos
Alto	160 puntos o más

EQ-I BARON EMOTIONAL QUOTIENT INVENTORY

Autor (es): fue elaborado por el Dr. Reuven BarOn, luego adaptada por Ugarriza, Abanto, Higuera y Cueto en Perú.

Objetivo del test: evaluar el nivel de inteligencia emocional en sujetos de 16 años en adelante.

Técnica: test psicométrico

Confiabilidad y validez:

Para la muestra peruana los coeficientes alfa de Cronbach se observan en la tabla N° 8, pudiéndose apreciar que la consistencia interna para el inventario total es muy alto: .93; para los componentes del I-CE oscila entre .77y .91. Los más bajos coeficientes son para los subcomponentes de flexibilidad .48, independencia y solución de problemas.60. Los 13 factores restantes arrojan va-lores por encima de .70. Se aprecia también, que el componente CIA tiene la carga factorial más elevada (0.92) con una proporción de varianza explicada de CEG del 85% seguida de CAG (carga factorial = 0.88; % varianza explicada= 77), CAD (carga factorial = 0.78; % varianza explicada = 61), CIE (carga factorial = 0.68; % varianza explicada= 46) y CME (carga factorial = 0.61; % varianza explicada = 37).

Procedimiento de aplicación y calificación: la aplicación se la puede realizar de manera individual o colectiva. Tipo cuadernillo. Y tiene un tiempo de aproximadamente de 30 a 40 minutos de aplicación. Hay que mencionar también, que la calificación se la realizó de manera manual, tomando en cuenta las directrices del manual.

Descripción de los materiales: el ICE de BarOn incluye 133 ítems cortos y emplea un grupo de respuestas de cinco puntos. La evaluación genera los resultados de tres escalas de validez, un resultado CE total, resultados de cinco componentes, los cuales son los siguientes:

- **Componente intrapersonal (CIA):** ítems (7, 9, 23, 35, 52, 63, 88, 116, 22, 37, 67, 82, 96, 111, 126, 11, 24, 40, 56, 70, 85, 100, 114, 129, 6, 21, 36, 51, 66, 81, 95, 110, 125, 3, 19, 32, 48, 92, 107 y 121)
- **Componente interpersonal (CIE):** ítems (18, 44, 55, 61, 72, 98, 119, 124, 10, 23, 31, 39, 62, 69, 84, 99, 113, 128, 16, 30, 46, 76, 90 y 104)
- **Componente de adaptabilidad (CAD):** ítems (1, 15, 29, 45, 60, 75, 89, 118, 8, 35, 38, 53, 68, 83, 88, 97, 112, 127, 14, 28, 43, 59, 74, 87, 103 y 131)
- **Componente del manejo del estrés (CME):** ítems (4, 20, 33, 49, 64, 78, 93, 108, 122, 13, 27, 42, 58, 73, 86, 102, 117 y 130)
- **Componente del estado de ánimo en general (CAG):** ítems (2, 17, 31, 47, 62, 77, 91, 105, 120, 11, 20, 26, 54, 80, 106, 108 y 132)

Escala:

Una vez obtenidos los puntajes se procede a interpretar bajo la siguiente escala:

Nivel de inteligencia emocional	Puntuación
Marcadamente baja	69 o menos
Muy baja	70 a 79
Baja	80 a 89
Promedio	90 a 109
Alta	110 a 119
Muy alta	120 a 129
Marcadamente alta	130 o más

ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN (ETAF)

Autor (es): Nohemí Hidalgo, Fredy Soclle.

Objetivo del test: medir el nivel de tolerancia a la frustración en personas a partir de los 18 años de edad y de ambos sexos.

Técnica: test psicométrico

Confiabilidad y validez: En cuanto a la confiabilidad los valores Alpha de Cronbach muestran que cada uno de los ítems presenta una contribución muy parecida a la consistencia global de la escala tolerancia a la frustración (ETAF). La alta homogeneidad del instrumento indica la existencia de una muy buena consistencia interna del instrumento. El coeficiente Alpha para la batería completa es alto dado que está por encima del punto de corte de 0.70, generalmente aceptado como adecuado para los instrumentos psicológicos. De otro lado, los coeficientes Alpha de los cuatro test que evalúan las dimensiones correspondientes a la habilidad verbal oscilan entre 0.30 y 0.717, desde el punto de vista de los supuestos de la teoría estadística dichos valores Alpha son indicadores de una buena consistencia interna dado el número pequeño de ítems. Por tanto, cabe indicar que la batería E.T.A.F. es confiable.

Los Coeficientes de Correlación Producto-Momento de Pearson (r) son significativos, lo cual confirma que el Cuestionario presenta validez de constructo. Asimismo, los coeficientes que resultan de la correlación entre cada uno de los componentes de la batería y el test total son entre moderados y fuertes, además de ser altamente significativas; estos datos evidencian la existencia de validez de constructo del test.

Procedimiento de aplicación y calificación:

La calificación se puede hacer siguiendo la clave de respuestas. Cada reactivo resuelto es calificado por 3, 2 y 1 de acuerdo al significado. 3 = siempre 2= a veces 1= nunca Con excepción ítems los ítems 9 y 6 que son ítems inversos, que sería. 1= siempre 2=a veces 3= nunca. Cada dimensión permite un puntaje parcial, para obtener la puntuación total de 84 que es el puntaje máximo. La puntuación directa obtenida mediante la sumatoria de los aciertos que ha logrado el sujeto en la prueba es convertida a un baremo o dimensión, en percentiles. Obtenido el puntaje parcial de las dimensiones y el total se seguirá la interpretación cualitativa.

Descripción de los materiales:

Este instrumento cuenta con un protocolo de 28 ítems, las instrucciones están en el protocolo, todo el instrumento se encuentra elaborado en base a las siguientes dimensiones:

- **Dimensión personal:** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.
- **Dimensión Laboral:** 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15.

- **Dimensión Social:** 16, 17, 18, 19, 20, 21.
- **Dimensión Familiar:** 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28.

Escala:

Nivel	Personal	Laboral	social	Familiar	Total (General)
Alto	23 – 24	18 – 21	18	21	74 – 84
Medio	19 – 22	16 – 17	14 – 17	18 – 20	65 – 73
Bajo	8 - 18	7 – 15	6 - 13	7 - 17	28 – 64

4.5. Procedimiento

1. Revisión Bibliográfica y contacto con la institución y personas vinculadas al estudio.

En esta parte inicial del estudio, se procedió con la búsqueda de información teórica que sustentó el trabajo de investigación, como así también se realizó el contacto con la asociación de ballets y academias de la ciudad de Bermejo logrando de esta manera conseguir el consentimiento y la autorización del director para poder aplicar los instrumentos.

2. Selección de los instrumentos.

En esta segunda etapa del trabajo de investigación, se procedió con la selección de cada uno de los test tomando en cuenta las variables a medir. Hay que referir también que para la selección de todos los instrumentos fueron considerados ciertos criterios como la validez y fiabilidad.

3. Prueba piloto.

En esta fase de la investigación se procedió con la aplicación inicial de cada uno de los instrumentos, con el objetivo de que los instrumentos sean para la población seleccionada y que la misma los entienda. Esta fase permitió encontrar ítems que no son comprensibles para los sujetos como así también permitió identificar que los instrumentos respondan a los objetivos que se plantearon.

4. Recojo de la información.

En esta fase del trabajo, se procedió con la aplicación de cada uno de los instrumentos tanto a los bailarines varones como mujeres de los diferentes ballets y academias, esta etapa fue

implementada de manera posterior a la autorización del director de la asociación y de los dueños de cada uno de los centros de enseñanza de folclore de la ciudad.

5. Procesamiento de la información.

Una vez aplicada la batería de instrumentos, se procedió a presentar la información encontrada en cuadros y gráficos. Es importante mencionar que esta información fue procesada mediante el programa estadístico SPSS, el cual permitió la descripción de cada una de las variables y así también el cruce de las variables principales con algunas variables sociodemográficas.

6. Redacción del informe final.

En esta etapa final del trabajo, una vez terminado el análisis de los resultados se procedió a elaborar el informe final, dando a conocer las características psicológicas que presentan los bailarines de danza folclórica en la ciudad de Bermejo.

4.6. Cronograma

Actividad	GESTIÓN 2021				GESTION 2022									GESTIÓN 2023				
	Agos	Sep	Oct	Nov	Mar	Abr	Ma	Jun	Jul	Agos	Sep	Oct	Feb	Mar	Abr	Ma	Jun	
Revisión Bibliográfica y contacto con la población.	X																	
Selección de los instrumentos		X	X	X														
Prueba piloto					X													
Recojo de la información						X	X											
Procesamiento de la información								X	X	X	X	X						
Redacción del informe final													X	X	X	X	X	

CAPÍTULO V

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el presente capítulo de la investigación se presentan todos los datos obtenidos referidos a las características psicológicas que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo. Es importante mencionar que todos los resultados se encuentran organizados de acuerdo al orden de los objetivos específicos planteados, asimismo cada cuadro se presenta con su respectivo análisis e interpretación en base a la revisión bibliográfica realizada. Los cuadros se encuentran estructurados en base a los objetivos los cuales estuvieron enfocados en las variables principales; rasgos de personalidad, bienestar psicológico, inteligencia emocional y la tolerancia a la frustración.

5.1. Variables sociodemográficas

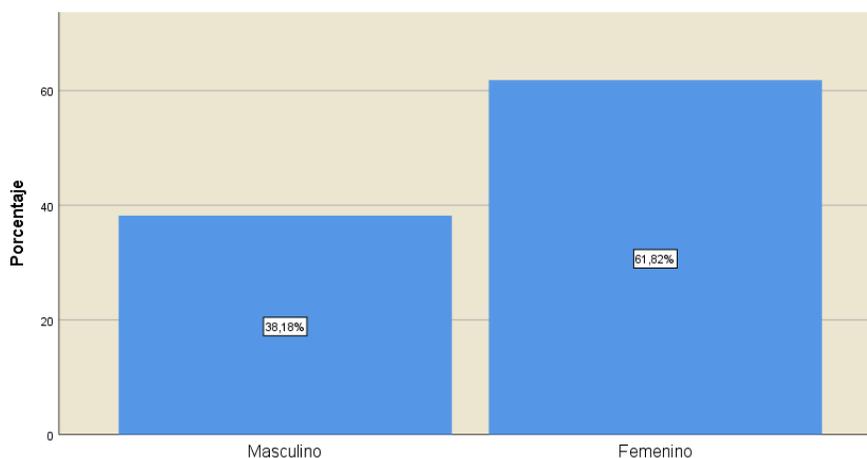
Cuadro n°1

Sexo

	Fr	%
Masculino	42	38,2
Femenino	68	61,8
Total	110	100

Gráfico n°1

Sexo



De acuerdo a los datos que se presentan en el cuadro, se puede observar que en relación al sexo los bailarines de la ciudad de Bermejo, se encuentran distribuidos de la siguiente manera; un 61,8% de los bailarines son del sexo femenino y el restante 38,2% pertenecen al sexo masculino. Denotando que la mayoría son mujeres, lo cual es muy frecuente en las academias de danza de la ciudad.

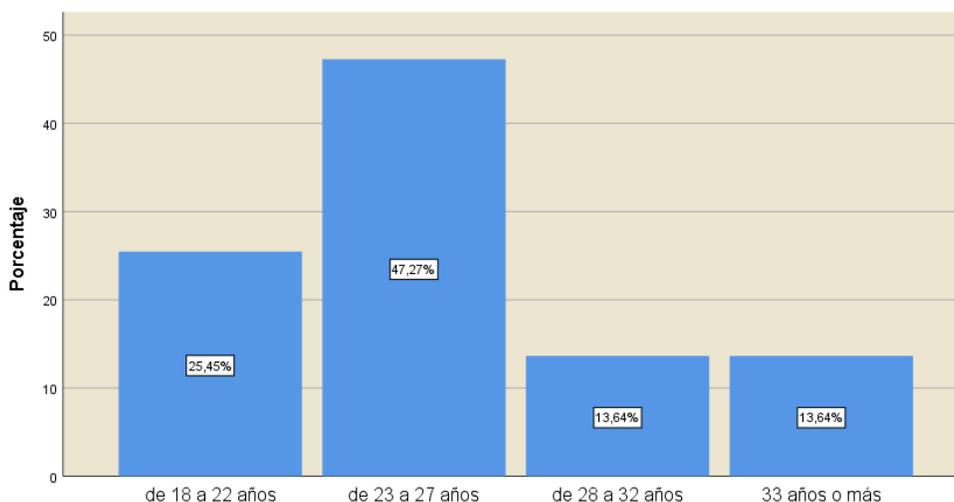
Cuadro n°2

Edad

	Fr	%
De 18 a 22 años	28	25,5
De 23 a 27 años	52	47,3
De 28 a 32 años	15	13,6
33 años o más	15	13,6
Total	110	100

Gráfico n°2

Edad



En el presente cuadro se pueden observar los datos referidos a la distribución de los bailarines respecto a la edad que tienen, de acuerdo a esto se puede ver que el 47,3% de los bailarines tiene entre 23 a 27 años de edad, asimismo se observa que el 25,5% de los bailarines tiene entre 18 a

22 años, un 13,6% de los bailarines tiene de 28 a 32 años y por último, un 13,6% son bailarines tienen 33 años o más, siendo los bailarines que mayor edad presentan.

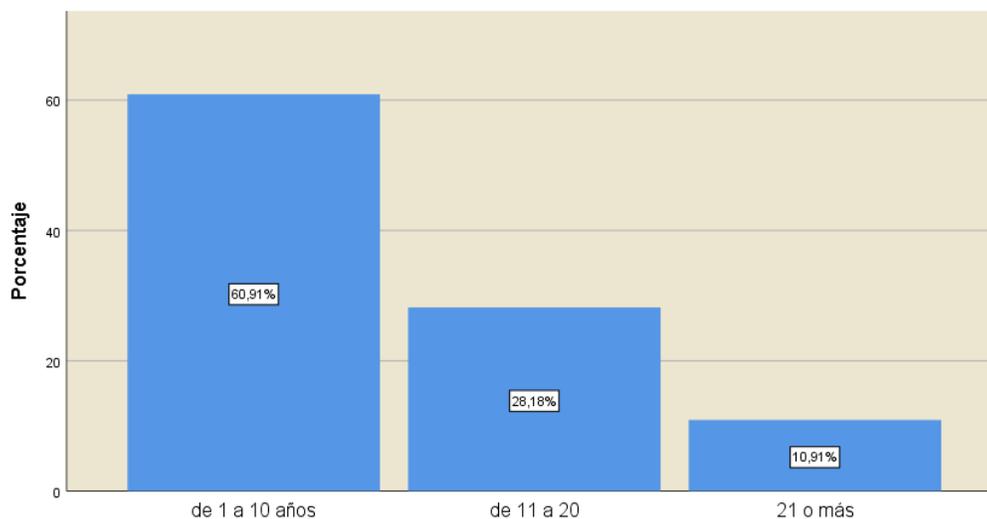
Cuadro n°3

Tiempo que lleva practicando la danza

	Fr	%
De 1 a 10 años	67	60,9
De 11 a 20 años	31	28,2
21 años o más	12	10,9
Total	110	100

Gráfico n°3

Tiempo que lleva practicando la danza



De acuerdo a los datos referidos a la distribución de la población según el tiempo que llevan en la danza, se puede ver que el 60,9% de los bailarines lleva de 1 a 10 años en la danza, un 28,2% lleva entre 11 a 20 años y por último, el 10,9% de los bailarines lleva 21 años o más dentro del mundo de la danza, siendo los bailarines más antiguos en las academias y en muchos casos ya son profesores dentro de las mismas.

5.2. Primer objetivo específico

Respecto al primer objetivo específico planteado; *“Caracterizar la personalidad de los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”* se pudieron encontrar los siguientes resultados:

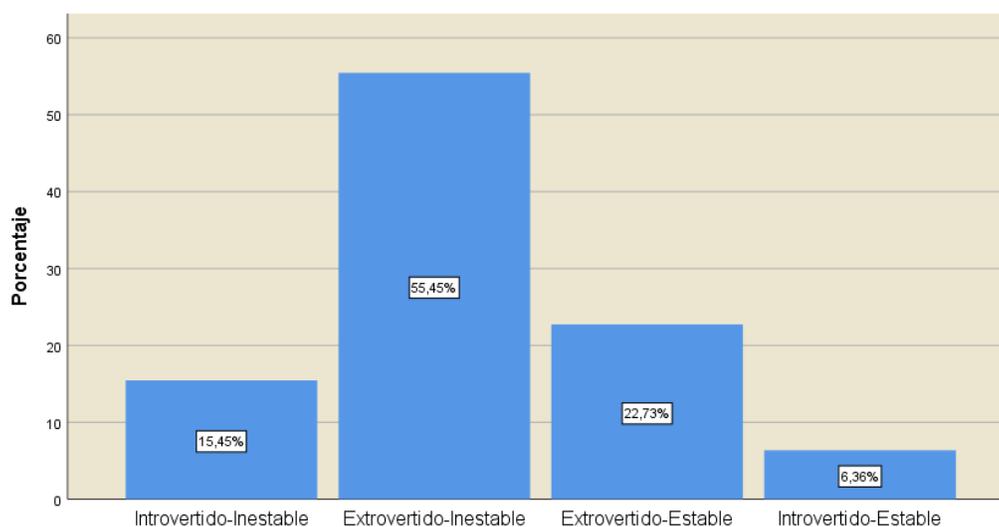
Cuadro n°4

Rasgos de personalidad

	Fr	%
Introverso-Inestable	17	15,5
Extroverso-Inestable	61	55,5
Extroverso-Estable	25	22,7
Introverso-Estable	7	6,4
Total	110	100%

Gráfico n°4

Rasgos de personalidad



Los datos que se muestran a continuación están referidos a la personalidad, la cual según Eysenck y Eysenck., (1985, p.9) es definida como *“Una organización más o menos estable y*

duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente”.

Tomando en cuenta el dato más significativo, se puede ver que el 55,5% de los bailarines presenta un rasgo de personalidad “Extrovertido-Inestable”, esto quiere decir que son personas que les gusta participar en reuniones sociales, no obstante pueden llegar a ser impulsivos y también presentan una emotividad muy intensa y en un tono elevado. Sobre estos rasgos de personalidad, Eysenck y Eysenck., (1985) refiere que sus procesos neurodinamicos son muy fuertes pero hay un desequilibrio entre inhibición y excitación, son personas sensibles, intranquilas, agresivas, impulsivas, optimistas y activas.

Hay que mencionar que estos resultados pueden deberse en cierta manera a la práctica de la danza y el relacionamiento interpersonal que implica la misma, pues el estar en constante relacionamiento con otras personas puede hacer que estos individuos se vuelvan más extrovertidos, que lo que eran antes. La danza no es solo una presentación, sino que incluye muchas otras actividades como ensayos, entrevistas, viajes, competencias, etc.; actividades que mantienen a la persona en constante relacionamiento interpersonal, lo cual puede hacer que el sujeto vaya aprendiendo a relacionarse de mejor manera y mostrándose cada vez más extrovertido. Por su parte, sobre la inestabilidad, Eysenck y Eysenck., (1985) refiere que la inestabilidad indica una emotividad muy intensa, son personas ansiosas y con unas emociones desordenadas, si analizamos esto, se puede deber a diversos aspectos que van desde características personales de los bailarines hasta factores de tipo ambientales como el propio estrés del ballet, ya que las academias por lo general tienen muchas presentaciones y demandan mucha exigencia a los bailarines, lo cual puede hacer que estén sintiéndose ansiosos e inestables emocionalmente.

Por otra parte, también se pudo encontrar que el 22,7% de los bailarines de la ciudad de Bermejo, presentan un rango de personalidad “Extrovertido-estable”, lo cual representa ser un dato más favorable, ya que representa que son personas sociales y que tienden a ser líderes de gran productividad, además emocionalmente se muestran estables. De acuerdo a Eysenck y Eysenck., (1985) de estas personas sus procesos neurodinamicos son fuertes, equilibrados y de movilidad rápida, son personas sociales, discordantes, vivaces, despreocupadas, tienen buena capacidad de trabajo y tienen facilidad de adaptarse a situaciones nuevas.

Para terminar, hay que referir que de acuerdo a los datos que se pudieron encontrar se puede ver que los bailarines muestran una tendencia a ser extrovertidos, quizás este sea un efecto positivo de la práctica de la danza, no obstante también se puede observar que la mayoría se muestra inestable, lo cual es un dato no tan favorable y que debería de llamar la atención no solo de las academias.

Cuadro n°5

Personalidad en relación al sexo y edad

	Sexo		Edad				Total	
	Masculino	Femenino	De 18 a 22	De 23 a 27	De 28 a 32	33 o más		
Introverso-Inestable	Fr	5	12	10	4	1	2	17
	%	11,9	17,6	35,7%	7,7%	6,7%	13,3%	15,5%
Extroverso-Inestable	Fr	26	35	14	34	8	5	61
	%	61,9	51,5	50,0%	65,4%	53,3%	33,3%	55,5%
Extroverso-Estable	Fr	11	14	2	11	6	6	25
	%	26,2	20,6	7,1%	21,2%	40,0%	40,0%	22,7%
Introverso-Estable	Fr	0	7	2	3	0	2	7
	%	0,0	10,3	7,1%	5,8%	0,0%	13,3%	6,4%
Total	Fr	42	68	28	52	15	15	110
	%	100%	100%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

En el presente cuadro se muestran los resultados sobre los rasgos de personalidad en relación al sexo de los bailarines, datos que se describen a continuación:

De acuerdo a los datos más significativos, se puede notar que 61,9% de los bailarines del sexo masculino presentan rasgos de “extroverso-inestable”, asimismo, un 51,5% de las mujeres también presentan en su mayoría estos mismos rasgos de personalidad “extroverso-inestable”, de manera general se puede ver que tanto hombres como mujeres muestran esta tendencia a la extroversión como así también a la inestabilidad, mostrando por lo tanto que no hay una diferencia clara sobre la personalidad en relación al sexo de los bailarines.

El hecho de que en ambos sexos se hayan encontrado estos rasgos quizás puede entenderse si lo analizamos a detalle, tanto hombres como mujeres tienden a presentar una extroversión que refiere que son personas que por lo general son sociables, que comparten y realizan actividades en grupo sin presentar dificultades, además hay que recordar que en todos los ballets hay un

relacionamiento entre hombres y mujeres, esta retroalimentación continua entre los sexos puede hacer que ambos puedan aumentar su capacidad para compartir con los demás.

Por otra parte, haciendo referencia a la inestabilidad, esta puede entenderse según sus propias manifestaciones, ambos sexos se muestran inestables no obstante quizás las mujeres muestren su inestabilidad mediante la ansiedad y los hombres mediante actos de poco control de las emociones como la impulsividad. Para terminar, hay que referir que a pesar de todo, los datos que se encontraron no muestran una diferencia acentuada en relación al sexo, por lo tanto se debe seguir investigando.

Respecto a la edad que tienen los bailarines, se puede ver que el 50,0% de los que tienen de 18 a 22 años, el 65,4% de los que tienen de 23 a 27 años y el 53,3% de que tienen de 28 a 32 años tienden a presentar una personalidad extrovertida pero a la vez inestable. Por su parte, el 40,0% de los bailarines que tienen 33 o más años, tienden a presentar una personalidad extrovertida y estable, siendo un rasgo positivo que indica que suelen tener un fácil contacto social con los demás y además suelen mantener una mayor estabilidad emocional, esto puede deberse a características propias de la etapa en la que se encuentran estos bailarines, ya que son personas con mayor edad, mayor experiencia y maduración que los demás bailarines de menor edad, los cuales como se ha visto en el cuadro tienden a presentar mayor inestabilidad.

De acuerdo a esta idea, Casandra T. (2016) refiere que cumplir años te quita unas cosas y te da otras bastante buenas. Entre ellas, estabilidad emocional. La mayoría, a medida que va cumpliendo años, va respondiendo de manera más templada a los fastidios de la vida diaria. Las experiencias enseñan a afrontar la adversidad de otra manera. Las molestias cotidianas, los pequeños rechazos, las malas críticas no son tan importantes. Palidecen al lado de otros grandes retos, fracasos o problemas. Además algunas de las pequeñas inconveniencias de antaño dejan de afectarnos. De otras, nos recuperamos rápidamente, se va ganando en estabilidad.

Cuadro n°6

Personalidad en relación al tiempo que lleva en la danza

Personalidad		Tiempo rangos			Total
		De 1 a 10 años	De 11 a 20	21 o más	
Introverso- Inestable	Fr	10	6	1	17
	%	14,9%	19,4%	8,3%	15,5%
Extroverso- Inestable	Fr	37	19	5	61
	%	55,2%	61,3%	41,7%	55,5%
Extroverso- Estable	Fr	16	5	4	25
	%	23,9%	16,1%	33,3%	22,7%
Introverso- Estable	Fr	4	1	2	7
	%	6,0%	3,2%	16,7%	6,4%
Total	Fr	67	31	12	110
	%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

De acuerdo a los datos presentados en el cuadro se pueden ver los siguientes datos significativos:

En primer se observa que el 55,2% de los que tienen 1 a 10 años, el 61,3% de los que llevan 11 a 20 años en la danza presentan una personalidad extrovertida e inestable, tal cual como se observa en el cuadro principal de esta variable. Sin embargo, se puede notar una diferencia ya que aparte del 41,7% que tiene una personalidad extrovertido inestable, existe un 33,3% de lo que tienen 21 o más años que tiende a presentar mayores porcentajes en extrovertido-estable. Denotando que los que tienen más años dentro de la danza, presentan una personalidad más favorable, mostrándose como personas que pueden relacionarse de una manera eficaz con las demás personas y además mostrando una estabilidad mayor.

Estos resultados, pueden deberse a algunos beneficios de la danza, como el constante relacionamiento con personas, el desarrollo de habilidades para el relacionamiento social y eso puede ayudar a que sean personas más extrovertidas y estables. Además, por los años que llevan en la danza, se supone que son personas que ya tienen años de experiencia en el ballet y el mismo pudo haber calado en su personalidad con aquellos aspectos positivos, sin olvidar también que son personas que se encuentran en otra etapa de desarrollo, en donde la madures y la estabilidad se empiezan a hacer notar.

5.3. Segundo objetivo específico

En relación al segundo objetivo específico; *“Evaluar el nivel de bienestar psicológico que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”*, se pudieron encontrar los siguientes resultados:

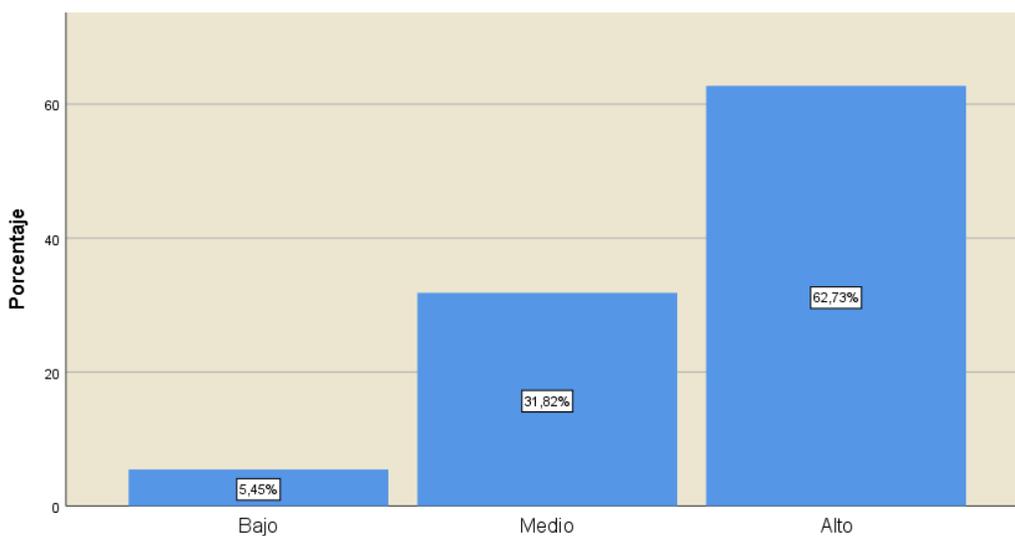
Cuadro n°7

Bienestar psicológico

	Fr	%
Bajo	6	5,5
Medio	35	31,8
Alto	69	62,7
Total	110	100%

Gráfico n°5

Bienestar psicológico



En el presente cuadro se muestra todos los resultados referidos al bienestar psicológico, el cual de acuerdo a Ryff, (1989) es definido como *“Un constructo que expresa el sentir positivo. Se*

encuentra ligado al desarrollo de las potencialidades de la persona, además de propiciar y mantener la salud”.

De acuerdo a los resultados encontrados se puede observar que el 62,7% de los bailarines presentan un nivel de bienestar psicológico alto, esto quiere decir que son personas que no tienen algún tipo de malestar constante y que desde el plano psicológico se encuentran bien. Según Fernández I. (2016) en términos generales, el bienestar psicológico es un concepto amplio que incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo. Está relacionado con cómo se afrontan los retos diarios, ideando modos de manejarlos, aprendiendo de ellos y profundizando en la sensación de sentido de la vida. Desde esta perspectiva se propone que el bienestar es consecuencia de un funcionamiento psicológico pleno a partir del cual la persona desarrolla todo su potencial. Considerando la importancia que tiene el bienestar psicológico en la potencialidad de las personas, el dato encontrado resulta favorable ya que son personas que practican la danza y constantemente necesitan estar al máximo para poder competir.

Asimismo, es importante mencionar que este nivel alto de bienestar psicológico puede deberse en cierta manera a la práctica de la danza, pues el baile representa algo favorable para nuestro bienestar debido a que nos ayuda a sentirnos mejor con nosotros mismos, nos ayuda a conectar con los demás, nos ayuda a reducir el estrés y nos permite expresarnos. De acuerdo a Gogorza R. (2022) la danza es una herramienta más para mantener la mente despierta: memorizar una secuencia o coreografía, aprender un paso nuevo, desarrollar la coordinación de los movimientos, estimularse con la música, conectar hacia el interior. Mientras bailas, se ayuda a alejar el estrés de la mente. También es una forma de comunicación y expresión, cualquiera sea el estilo elegido, te permite contar historias y transmitir sentimientos como una expresión de arte y facilita las relaciones interpersonales. No importa si se reproduce el paso exacto que les enseñen, bailar hace que aflore una energía positiva, también puede favorecer a desinhibirse y bajar la barrera de la timidez para conocer gente nueva.

Para terminar, también se pudo encontrar que el 31,8% de los bailarines presentan un nivel medio referido al bienestar psicológico, esto quiere decir que presentan un nivel de bienestar psicológico que en algunas veces puede encontrarse alto y en otras oportunidades tiende a bajar,

este es un nivel caracterizado por la irregularidad. Finalmente, también se pudo encontrar que el 5,5% de los bailarines presentan un nivel bajo, el cual representa ser un dato poco favorable.

El bienestar psicológico es un resultado favorable, ya que muestra que los bailarines se sienten bien, además este es un constructo importante porque el estar bien, puede ayudarlos a mejorar y potencializar sus habilidades en la danza o en la vida en general.

Cuadro n°8
Dimensiones Bienestar psicológico

	Auto aceptación		Relaciones positivas		Autonomía		Dominio de entorno		Propósito de vida		Crecimiento personal	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	3	2,7	5	4,5	79	71,8	3	2,7	3	2,7	30	27,3
Medio	30	27,3	42	38,2	31	28,2	27	24,5	16	14,5	80	72,7
Alto	77	70,0	63	57,3	0	0,0	80	72,7	91	82,7	0	0,0
Total	110	100	110	100	110	100	110	100	110	100	110	100

En el cuadro presentado, se muestran todos los resultados en función a las dimensiones del bienestar psicológico, datos que se muestran a continuación:

En primer lugar respecto a la dimensión *propósito de vida*, se pudo encontrar que el 82,7% de los bailarines presenta un nivel alto, lo cual quiere decir que personas que tienen la sensación de direccionalidad, su pasado y presente tienen un significado. Sus creencias, metas y objetivos les brindan propósito. De acuerdo a esta dimensión, Ryff, (1989) refiere que brinda la capacidad de establecerse metas, determinando objetivos que ayuden a dar algún sentido a la vida, permitiendo precisar el tener un sentido en la vida, reconociendo el propósito y el sentido del mismo acorde a las metas sensatas y los objetivos consciente que den significado a las experiencias del pasado y las que se darán en el futuro. Hay que indicar que este dato es favorable para los bailarines, debido a que tener un propósito de vida y poder establecerse metas coadyuva al éxito y un mejor sentimiento de bienestar, no solo en el ámbito de la danza sino que en todos los aspectos de la vida.

Por otra también, respecto a la dimensión al *dominio del entorno*, se pudo encontrar que el 72,7% de los bailarines presentan un nivel alto, esto quiere decir que son competentes, tienen un gran manejo del ambiente, hacen buen uso de las oportunidades y tienen la capacidad de escoger o crear situaciones adecuadas para sus valores y necesidades. De acuerdo a Ryff, (1989) esta dimensión muestra la capacidad individual para generar o escoger áreas satisfactorias para las necesidades y deseos, es también una cualidad del funcionamiento positivo. Los seres humanos con una gran habilidad de dominio del entorno tienen mayor capacidad de control sobre el mundo y mantienen la capacidad de contribuir sobre el ambiente de su entorno. Hay que mencionar que este dato resulta positivo para los bailarines debido a que les puede ayudar a sobresalir, satisfacer sus necesidades, contribuir a los demás y mejorar su funcionamiento en el mundo de la danza.

De igual forma, se pudo encontrar respecto a la dimensión *crecimiento personal*, que el 72,7% de los bailarines presentan un nivel medio, esto quiere decir que son personas que tienen una sensación de un desarrollo y expansión continua, aunque en algunas oportunidades también pueden tener una sensación de estancamiento personal, falta de mejora o expansión a través del tiempo. De acuerdo a Ryff y Singer, (1998) el crecimiento personal implica una actividad efectiva y de desarrollo prevalente de la potencialidad individual, lográndose el desarrollo y la madurez, por medio de impulsar el potencial y consolidando las competencias personales.

En relación a la *autonomía*, se pudo encontrar que el 71,8% de los bailarines presentan un nivel bajo, esto quiere decir que son individuos que se sienten preocupados por cumplir con las expectativas sociales, tienden a conformarse ante la presión social y guiar sus decisiones por juicios de otros. De acuerdo a Ryff y Keyes, (1995) la autonomía refiere la habilidad de mantener la individualidad en diversas condiciones sociales, fijándose en sus doctrinas, con la finalidad de conservar su autoridad personal e independencia, proporcionándole la capacidad de sobrellevar la influencia social, autorregulando su comportamiento. Hay que mencionar que ser autónomos es una característica de vital importancia no solo en el mundo de la danza, sino que en la vida general, ya que una persona que no pueda conservar su independencia tiene menos probabilidad de conservar un buen bienestar.

Haciendo énfasis en la *auto aceptación*, se puede ver que el 70,0% de los bailarines presenta un nivel alto respecto a esta dimensión, esto quiere decir que son personas que tienen una actitud

positiva hacia sí mismo, reconociendo y aceptando sus cualidades positivas y negativas, además de sentirse a gusto con su vida pasada. Ryff y Singer, (1998) refieren que la auto aceptación es importante debido a que es la habilidad de sentirse bien consigo mismo, reconociendo su potencial y sus limitaciones personales, manteniendo actitudes objetivas hacia sí mismo, cualidad primordial de la actividad psicológica positiva. Hay que mencionar que tener una actitud favorable hacia uno mismo, dentro del mundo de la danza le permite al bailarín seguir avanzando y superarse a sí mismo, cada vez más, lo cual a su vez repercute en su día a día y en el grupo de manera general.

Finalmente, respecto a las *relaciones positivas*, se pudo encontrar que el 57,3% de los bailarines presenta un nivel alto, esto quiere decir que son personas con vínculos cálidos, cercanos y confiables, se preocupan por los demás. Además tienen la capacidad de empatía, cariño e intimidad. Según Ryff y Singer, (1998) esta dimensión permite la capacidad de mantener relaciones sólidas socialmente significativas, lazos sociales, confianza con su entorno y tener la capacidad de amar. No hay que olvidar que tener lazos sólidos y de confianza con las demás personas es favorable para el funcionamiento de cualquier persona, en la danza estos lazos pueden deberse a elementos como la cohesión grupal o las mismas actividades que se realizan, que al final llegan a crear lazos positivos entre los miembros de los ballets o academias.

Cuadro n°9

Bienestar psicológico en relación al sexo y edad

	Sexo		Edad				Total	
	Masculino	Femenino	De 18 a 22	De 23 a 27	De 28 a 32	33 o más		
Bajo	Fr	2	4	4	1	1	0	6
	%	4,8	5,9	14,3	1,9	6,7	0,0	5,5
Medio	Fr	9	26	10	21	1	3	35
	%	21,4	38,2	35,7	40,4	6,7	20,0	31,8
Alto	Fr	31	38	14	30	13	12	69
	%	73,8	55,9	50,0	57,7	86,7	80,0	62,7
Total	Fr	42	68	28	52	15	15	110
	%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

En el presente cuadro se muestran los resultados del bienestar psicológico en relación al sexo de los bailarines y la edad:

Respecto a esta variable, se puede ver que en primer lugar el 73,8% de las bailarines del sexo masculino presentan un nivel alto de bienestar psicológico, asimismo el 55,9% de las mujeres tienden a presentar este nivel alto de bienestar, lo cual quiere decir que tanto varones como mujeres presentan en mayor cantidad un bienestar psicológico que puede ser considerado como favorable.

El hecho de que entre los sexos, no se haya encontrado diferencias puede deberse a que la práctica de la danza como tal, influye positivamente tanto a hombres como así también a las mujeres. Sobre estos beneficios sin distinción del sexo, Nachtigall P. (2016) refiere que desde tiempos inmemoriales, danzar es una actividad que permite a las personas expresarse, soltar sus inhibiciones y conectar con estados profundos de placer, éxtasis y vitalidad. Además indica que la danza constituye una de las herramientas terapéuticas más poderosas que existen para conectar con la alegría y plenitud desde el plano no verbal. Además no hay que olvidar que la danza es un medio que puede ayudarte desde múltiples planos a crecer, evolucionar y trabajar aquellos aspectos internos que traban la vida. Cada ritmo musical puede despertarnos determinadas sensaciones, emociones y estados de energía que se encuentran dormidos,

reprimidos o bloqueados dentro del cuerpo. Miles de mujeres y hombres acuden semanalmente a clases de danza para recrearse, divertirse y, sin saberlo, despertar fuentes increíbles de vitalidad dentro de sí mismas.

Ahora bien, tomando en cuenta la edad que tienen los bailarines, se nota que hay una tendencia en todas las edades a presentar un nivel alto de bienestar psicológico, no obstante se nota una ligera diferencia ya que el 14,3% de los bailarines que tienen de 18 a 22 años presentan un bajo nivel de bienestar psicológico, asimismo el 40,4% de los que tienen entre 23 a 27 años presentan un nivel medio y si observamos la parte baja del cuadro se puede notar que el 86,7% de los que tienen de 28 a 32 años presentan un bienestar psicológico alto, analizando estos resultados se puede observar que el nivel de bienestar psicológico va subiendo conforme va aumentando los años, pues los bailarines que tienen más edad y se encuentran en una etapa adulta tienden a presentar un nivel alto de bienestar psicológico a diferencia de los más jóvenes quienes en mayor porcentaje presentan niveles bajos.

Estas diferencias pueden deberse a factores como la maduración, experiencia y una mayor estabilidad emocional que por lo general son más características en una etapa posterior como la adultez. También es importante mencionar que estas diferencias pueden deberse a que los adultos tienden a presentar mejores niveles debido a que por lo general son personas que ya tienen un trabajo, muchos ya tienen un hogar y cierto éxito profesional o laboral que los lleva a sentirse y hacer una evaluación más favorable de su bienestar.

Por otra parte, también se puede inferir que estas personas tienen mejor nivel de bienestar psicológico debido a que son personas que ya llevan muchos años dentro de la danza y que estos años hayan podido influir positivamente en su bienestar psicológico.

Cuadro n°10

Bienestar psicológico en relación al tiempo que lleva en la danza

	Tiempo			Total	
		De 1 a 10 años	De 11 a 20 años		21 años o más
Bajo	Fr	5	0	1	6
	%	7,5	0,0	8,3	5,5
Medio	Fr	23	10	2	35
	%	34,3	32,3	16,7	31,8
Alto	Fr	39	21	9	69
	%	58,2	67,7	75,0	62,7
Total	Fr	67	31	12	110
	%	100%	100%	100%	100%

En el presente cuadro se muestran todos los resultados del bienestar psicológico en relación al tiempo que llevan practicando la danza, datos que se describen a continuación:

En primer lugar, se puede ver en todos los rangos de años en la danza que los puntajes más significativos refieren que tienen niveles altos de bienestar, sin embargo el porcentaje más alto indica que el 75,0% de los bailarines que llevan 21 años o más practicando la danza presentan un alto nivel bienestar psicológico, por otra parte, si vemos la parte superior del cuadro, se puede notar que un 7,5% de los bailarines que tienen de 1 a 10 años dentro de la danza presentan un nivel bajo, este dato llama la atención debido a que son 5 personas de las 6 que tienen un bajo nivel.

Ahora bien, si se analizan estos resultados se puede notar que los bailarines que llevan más tiempo practicando la danza tienden a presentar un mejor nivel de bienestar psicológico que los bailarines que llevan menos tiempo practicando.

A pesar de que no es grande la diferencia, hay que indicar que esta puede explicarse de alguna manera en el hecho de que la danza como una disciplina les trae efectos positivos a las personas que la practican y que con el tiempo se empiezan a notar. Según Rodríguez R. (2019) la frase que dice que las personas que bailan son más felices no es nueva, además está científicamente comprobado a través de diferentes estudios es que la danza no solo mejora el estado físico de las personas, sino también la salud mental, hay que pensar en las sensaciones que produce

escuchar la música de la cual se gusta o trae buenos recuerdos, pues si a esto se le acompaña con movimientos del cuerpo la sensación de bienestar como los beneficios fisiológicos, físicos, cognitivos y psicológicos se multiplican. Este autor además refiere que esto puede deberse a que cuando se baila, el cerebro libera dopamina y endorfinas, unos neurotransmisores que generan una sensación de bienestar, relajación, alegría y empoderamiento. Es importante mencionar que sin embargo, no solo se activa el circuito sensorial, también los centros de placer. Se entiende de esta manera que existen también, aspectos biológicos que juegan un papel importante en los efectos positivos de la danza en el bienestar psicológico de una persona.

Por su parte, Badás M. (2021) refiere que cada vez hay más estudios que demuestran cómo el baile aporta beneficios en nuestra salud mental. Por un lado, la danza es repetición. Vas aprendiendo diferentes pasos y movimientos que al juntarse de diferentes maneras van formando coreografías. Esta repetición de movimientos y secuencias ayuda a crear hábitos, y esto lo podemos trasladar a nuestra vida cotidiana ayudándonos a poner orden y desarrollarnos personalmente. Además este autor indica que estas personas desarrollan la capacidad creativa y expresiva, por lo que muchas veces; si no conseguimos contar cómo nos sentimos con las palabras, podemos llegar a hacerlo con el cuerpo. También hay que mencionar que mejora la autoestima al descubrir de todo lo que puede ser capaz nuestro cuerpo. Esto nos ayuda a combatir estados depresivos, aumentar nuestra confianza, levantar el ánimo y tener claridad de pensamiento.

Como se ha podido ver, la danza trae consigo una variedad de efectos positivos en el bienestar psicológico de quienes la practican, ahora si nos ponemos a analizar sobre el tiempo, hay varios bailarines que llevan muchos años dentro de este mundo artístico, por lo tanto estos efectos positivos pueden llegar a ser constantes y aumentar de acuerdo al tiempo que se está en la danza.

5.4. Tercer objetivo específico

Respecto al tercer objetivo específico; *“Identificar el nivel de inteligencia emocional que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”*, se pueden observar los siguientes datos:

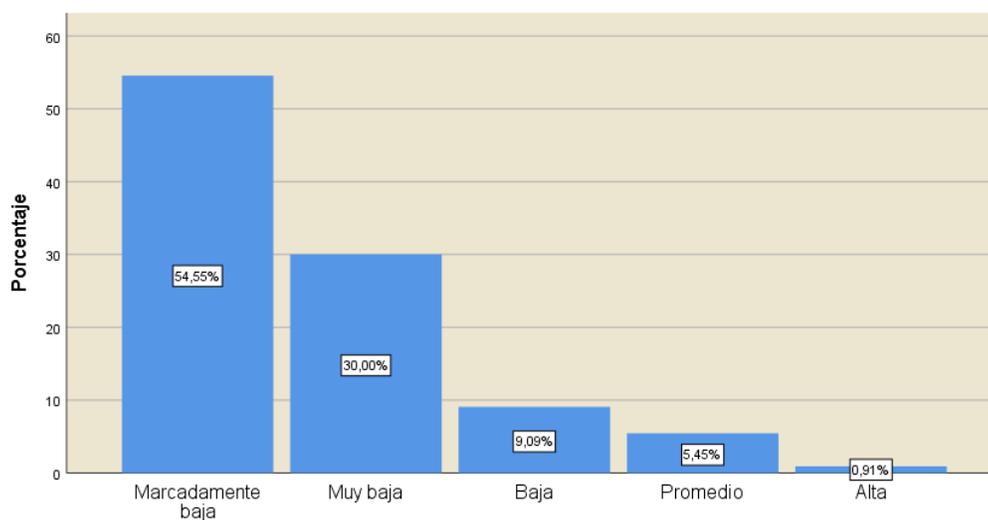
Cuadro n°11

Inteligencia emocional

	Fr	%
Marcadamente baja	60	54,5
Muy baja	33	30,0
Baja	10	9,1
Promedio	6	5,5
Alta	1	0,9
Muy alta	0	0,0
Marcadamente alta	0	0,0
Total	110	100%

Gráfico n°6

Inteligencia emocional



En el presente cuadro son mostrados los resultados en relación al Inteligencia emocional, la cual según BarOn (1997) es definida como *“un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio”*.

De acuerdo al resultado más significativo, se puede ver que el 54,5% de los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo, presentan una marcadamente baja inteligencia emocional, esto quiere decir que son personas que tienen una considerable dificultad para poder reconocer y manejar sus propias emociones como así también la de los demás. Si se analiza el cuadro, de manera general y clara, se observa que los bailarines no presentan buenos niveles de inteligencia emocional, esto resulta un dato poco favorable ya que la inteligencia emocional es un factor de importancia a la hora de relacionarnos con las demás personas y a la hora de la productividad que se pueda tener en diferentes aspectos de la vida diaria. La inteligencia emocional incluye todo tipo de emociones, desde la alegría hasta el enojo o la tristeza, pero es aquí donde los bailarines no están teniendo una buena gestión de sus emociones, lo cual les puede llevar a tener dificultades como inestabilidad como se ha evidenciado en los cuadros de personalidad, como así mismo les puede generar problemas para tolerar la frustración, resultados que se ven más adelante en la presente investigación.

La inteligencia emocional resulta un elemento importante en la vida de una persona, de acuerdo a Koester A. (2020) las personas que tienen una baja inteligencia emocional no acostumbran a lidiar de forma positiva con sus sentimientos. Tener una alta inteligencia emocional es la mejor forma de identificar aquellas situaciones que nos hacen mal y enfrentarnos a ella cuando aún estamos a tiempo. Si no aprendes a lidiar con tus sentimientos, es muy probable que termines experimentando ansiedad y depresión y que estos te lleven a acciones negativas para tu persona. Las personas que tienen una buena inteligencia emocional suelen tener buenos modales, ser empáticos y cordiales. Sin embargo, también saben establecer límites. En momentos en los que un grupo está enfadado o hay demasiada tensión, estas personas saben estar calmadas. Pueden alejarse de las emociones mal manejadas, lo que les permite neutralizar a personas difíciles o tóxicas sin llegar a hacer enemigos. Las personas con una inteligencia emocional alta reflexionan sobre sus pensamientos ya que saben que las primeras reacciones pueden ser erróneas y estar motivadas por los sentimientos.

De acuerdo a lo presentado, como vemos la inteligencia es un elemento importante y una capacidad vital para nuestro bienestar en general. Dentro del mundo de la danza, muchas veces saber reconocer las emociones y saber gestionarlas, ayuda a tener mayor éxito en un ensayo o en una presentación de cualquier tipo, por ende trabajarla es una misión a realizar de todos y de cada una de las academias. De acuerdo a esto, Rosas D. (2021) afirma que existe una clara evidencia de que las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás suelen tener más éxito en distintos dominios de la vida, suelen sentirse más satisfechas y son más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad.

Para terminar, es importante mencionar un detalle que llama la atención, hay que recordar que en la presente investigación se encontró que los bailarines tienen un bienestar psicológico alto y los resultados de este cuadro reflejan que su manejo emocional es ampliamente bajo, esto puede ser efecto de factores como la crianza o aspectos como el temperamento que tiene cada uno de los bailarines, puede haber una influencia de la educación que recibieron sobre la gestión de las emociones, asimismo la predisposición comportamental que tiene cada uno es diferente. De esta manera, se puede entender que una persona que tiene un bienestar psicológico alto, a la vez pueda tener un nivel de inteligencia emocional bajo. El bienestar psicológico expresa que la persona se encuentra bien y eso ayuda a potencializarla, sin embargo, la inteligencia emocional necesita de un mayor esfuerzo de la persona, un mayor entrenamiento y autoconocimiento. Además, el bienestar psicológico puede estar siendo potencializado por aspectos externos como un buen funcionamiento familiar, relaciones afectivas positivas, éxitos académicos o laborales entre otros y no directamente por el manejo emocional que están teniendo los bailarines.

Cuadro N°12

Dimensiones de la inteligencia emocional

	Intrapersonales		Interpersonales		Adaptabilidad		Manejo del estrés		Estado de ánimo	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Marcadamente baja	6	5,4	56	50,9	54	49,0	64	58,1	2	1,8
Muy baja	27	24,5	40	36,3	42	38,1	30	27,2	21	19,0
Baja	30	27,2	8	7,2	7	6,3	12	10,9	37	33,6
Promedio	43	39,0	5	4,5	7	6,3	4	3,6	50	45,4
Alta	4	3,6	1	0,9	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Muy alta	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Marcadamente alta	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total	110	100	110	100	110	100	110	100	110	100

De acuerdo a los resultados sobre las dimensiones de la inteligencia emocional, se describen a continuación los siguientes datos:

En primer lugar, respecto al **manejo del estrés**, se puede ver que el 58,1% de los bailarines presenta un nivel marcadamente baja. Esto quiere decir que son personas que no cuentan una buena capacidad de manejar las situaciones que les causan estrés en la vida diaria. De acuerdo a Ugarriza N., (2001) refiere que esta dimensión refiere la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones sin “desmoronarse”, enfrentando activa y positivamente el estrés y el control de los impulsos, el cual es una habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar y controlar nuestras emociones.

Respecto al componente **interpersonal**, se pudo encontrar que el 50,9% de los bailarines presenta un nivel de marcadamente baja capacidad para ser empáticos y suelen tener relaciones interpersonales por lo general no tan positivas. De acuerdo a lo que Ugarriza N., (2001) refiere, esta es una dimensión que reúne elementos como la empatía, responsabilidad social y relación interpersonal, la habilidad de percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás, la habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas

por una cercanía emocional e intimidad y la habilidad para demostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y es un miembro constructivo del grupo social.

De igual manera, respecto a la **adaptabilidad**, se pudo encontrar que el 49,0% de los bailarines presenta una marcadamente baja habilidad para poder acomodarse y proponer ideas sobre soluciones efectivas a un problema. Según lo que propone Ugarriza N., (2001) es una área que reúne la solución de problemas, la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas”. El tener un bajo nivel en esta dimensión puede llegar a ser perjudicial para la persona ya que le será más difícil la solución de problemas a los que se puedan enfrentar.

Respecto a la dimensión **estado de ánimo en general**, se puede ver que el 45,4% de los bailarines presenta un nivel promedio, esto quiere decir, que la mayoría se siente satisfecho o tienen sentimientos favorables hacia sus propias personas. Ugarriza N., (2001) refiere que esta dimensión se trata de la felicidad, la habilidad para sentirse satisfecho con nuestra vida, para disfrutar de sí mismo y de otros y para divertirse y expresar sentimientos positivos y el optimismo.

Finalmente, sobre la dimensión **intrapersonales**, se observa que el 39,0% de los bailarines presenta un nivel promedio para comprenderse a sí mismos, tener un buen autoconcepto o ser independientes. De acuerdo a Ugarriza N., (2001) es la área que reúne la comprensión emocional de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia, comprensión emocional de sí mismo; la habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de éstos.

5.5. Cuarto objetivo específico

De acuerdo al objetivo planteado; *“Establecer el nivel de tolerancia a la frustración que tienen los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo”*, se pudieron encontrar los siguientes resultados:

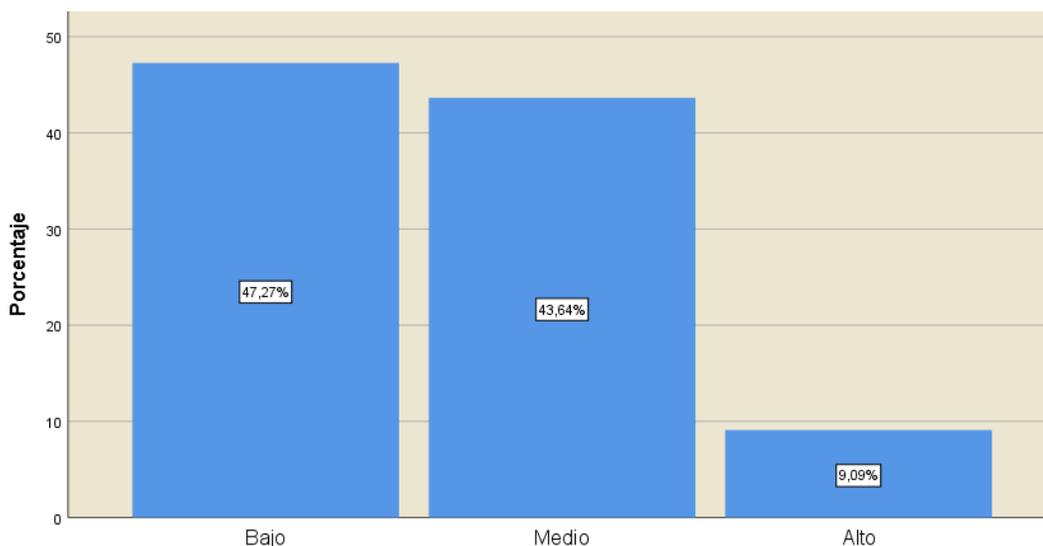
Cuadro n°13

Tolerancia a la frustración

	Fr	%
Bajo	52	47,3
Medio	48	43,6
Alto	10	9,1
Total	110	100%

Gráfico n°7

Tolerancia a la frustración



Hay que empezar diciendo que la tolerancia a la frustración es entendida como *“un estado emocional y conductual positivo del organismo que se produce en el individuo cuando una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisfacen o no se*

cumple permitiendo aceptarlas, aunque a veces puedan resultar incómodas o desmotivantes frente al trabajo duro que se realiza a corto plazo con el fin de alcanzar metas a largo plazo, logrando así una capacidad de espera, paciencia y de calma con actitud reflexiva frente a esta vivencia emocional percibiéndola como un proceso de aprendizaje”. (Hidalgo N. & Soclle F., 2011, p.3).

De acuerdo a esta variable se pudo encontrar que el dato más significativo refiere que el 47,3% de los bailarines presentan un nivel bajo de tolerancia a la frustración, esto quiere decir que son personas que no logran aceptar con facilidad cuando algún proyecto o deseo no se llega a cumplir. De acuerdo a (Coffer C. Appley, H., 1993, como se citó en Hidalgo N. & Soclle F., 2011), las personas que tienen una baja tolerancia a la frustración presentan sensibilidad excesiva hacia todo lo desagradable, que funciona como una lente de aumento, magnificando el lado malo de cada situación, tienen una serie de creencias que condicionando su vida y forma de ver el mundo, sólo ven el resultado negativo de esa experiencia sin aprender nada de ella, se enfadan o se ponen tristes ante el más mínimo deseo insatisfecho u objetivo no logrado, les supone un gran esfuerzo superar esa situación y se sienten desmotivadas para volver a intentarlo o ante circunstancias parecidas y son personas que suelen sentirse fracasadas a la menor contrariedad.

Hay que sumarle que los bailarines también presentan un nivel bajo de inteligencia emocional, esto puede potenciar aún más esta baja tolerancia a la frustración, haciendo que la persona no maneje su frustración de una manera correcta y que salgan a flote emociones negativas, haciendo aún más dificultosa la situación.

La tolerancia a la frustración es una variable que influye en la vida diaria de una manera mayor de la que se imaginan todos, de acuerdo a Castellero O. (2018) la baja tolerancia a la frustración hace que ante la aparición de esta no seamos capaces de reaccionar, abandonemos nuestra actuación y seamos incapaces de perseverar y luchar contra las dificultades. Dicho de otro modo quien tiene baja tolerancia a la frustración lo que tiene es una gran dificultad para gestionar sentimientos negativos como el estrés, la incomodidad o la no consecución de los propios deseos. Este autor también refiere que generalmente esta incapacidad de autogestión provoca manifestaciones conductuales en forma de comportamiento huraño, irritable y hostil. Suelen

verse los fracasos como provocados por los demás o por las circunstancias, generalmente apariencia tendencia a sentirse víctima y a proyectar las culpas en otros.

Hay que mencionar también que contar con un nivel bajo de tolerancia a la frustración puede afectar en diversos ámbitos de la vida y más aún en la danza, pues frustrarse rápido en los ensayos o presentaciones puede causar efectos como el abandono o problemas de autoestima.

Finalmente, también se pudo encontrar que el 43,6% de los bailarines presentan un nivel medio de tolerancia a la frustración, esto quiere decir que son personas que tienen mayor tolerancia en algunas áreas y en otras no. Por su parte, Santos (1993, como se citó en Hidalgo N. & Soclle F., 2011) refiere que un nivel medio está caracterizado por el estado de intento para reducir el bloqueo que impide alcanzar los deseos aunque en algunas ocasiones se acepta vivir con la frustración debido a que esta demanda más esfuerzo y paciencia para superarla así pues en vez de continuar para quitarlo o minimizarlo se aprende a vivir con el problema que causa la frustración asimismo son personas que tienen mayor tolerancia en algunas áreas y en otras no. Esto hace que pueda lograr otras cosas si se esfuerza, aunque en un principio no le resulten como esperan, cambian la motivación de continuar sus metas por el abandono si estas requieren más esfuerzo y tiempo, sienten molestia por las experiencias que podrían haber ganado al lograr metas más elevadas que fueron vistas como obstáculos, problemas o gigantes en un instante.

Cuadro n°14

Dimensiones Tolerancia a la frustración

	Personal		Laboral		Social		Familiar	
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	58	52,7	61	55,5	33	30,0	64	58,2
Medio	51	46,4	36	32,7	67	60,9	37	33,6
Alto	1	0,9	13	11,8	10	9,1	9	8,2
Total	110	100	110	100	110	100	110	100

La tolerancia a la frustración presenta dimensiones como la personal, laboral, social y familiar, datos que se presentan a continuación:

En relación a la dimensión **personal**, el 52,7% de los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel bajo de tolerancia respecto a la dimensión personal. En relación a los niveles bajos en esta dimensión, Hidalgo N. & Soclle F., (2011) refiere que presentan un mal humor, agitados, ansiosos, tristes, resentidos, humillados o enfadados con el mundo que debería estar ahí para satisfacer todos sus deseos. Se sienten víctimas, se quejan continuamente, culpan a los demás y al mundo de lo que le sucede. Por supuesto, suelen ser inflexibles, muy rígidas, inútiles, ilógicas e incongruentes con la realidad. Este dato refleja lo que muchas veces puede pasar en el ámbito de la danza, que se dan en etapas antes de la presentación, como así también en la etapa post presentación, en donde los bailarines en algunas oportunidades, debido a que no pudieron conseguir una buena performance tienden a sentir frustración en relación a ellos mismos.

Por su parte, respecto a la dimensión **laboral**, se pudo encontrar que el 55,5% de los bailarines presentan un nivel bajo respecto al compromiso, la satisfacción de labor y la perseverancia dentro del ámbito laboral. En relación al nivel bajo en esta dimensión, Hidalgo N. & Soclle F., (2011) refieren que estas personas presentan dificultad para adaptarse a situaciones que requieren exigencias y competencias manifestando incapacidad de asumirlas hasta terminarlas, mostrando una actitud inestable utilizando carecen de recursos y potencialidades para emprender y alcanzar los resultados esperados, en ocasiones requieren de incentivos para

realizar sus actividades laborales. Actúan imprevista sin poder canalizar sus energías y convertirlas en resultados o logros que se espera. Ante las exigencias se muestran negativos pesimistas y frente a eventos de competitividad laboral entre compañeros se desvalorizan.

Por otra parte, respecto a la dimensión **social** de la tolerancia a la frustración, se pudo encontrar que el 60,9% de los bailarines presenta un nivel medio respecto a la tolerancia en contraste al ámbito social del individuo. En relación al nivel medio, Hidalgo N. & Soclle F., (2011) indican que estas personas poseen actitudes que les permite adaptarse con un poco más de tiempo a situaciones difíciles en el marco sociocultural. Este es la dimensión que mejor puntaje tiene, debido a que la mayoría de los bailarines presentan un nivel medio, esto puede deberse a que la danza y el tiempo que llevan practicándola, les ha ayudado a que puedan adaptarse a situaciones sociales que pueden ser complejas.

Finalmente, sobre la dimensión familiar se pudo encontrar que el 58,2% de los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo, presentan un nivel bajo respecto a la vinculación familiar, a la comprensión familiar y la cooperación. Hidalgo N. & Soclle F., (2011) indica que un nivel bajo significa que son personas que se mantienen alerta ante los problemas y situaciones familiares que causan molestia para actuar evasivamente y a veces agresivamente, ante crisis como la separación de los padres, la pérdida de un miembro de la familia (duelo), pierden las esperanzas de superar dicha crisis.

Cuadro n°15

Tolerancia a la frustración en relación al sexo

	Sexo		Edad				Total	
	Masculino	Femenino	De 18 a 22	De 23 a 27	De 28 a 32	33 o más		
Bajo	Fr	14	38	18	29	2	3	52
	%	33,3	55,9	64,3	55,8	13,3	20,0	47,3
Medio	Fr	20	28	9	22	8	9	48
	%	47,6	41,2	32,1	42,3	53,3	60,0	43,6
Alto	Fr	8	2	1	1	5	3	10
	%	19,0	2,9	3,6	1,9	33,3	20,0	9,1
Total	Fr	42	68	28	52	15	15	110
	%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

De acuerdo al cuadro presentado se pueden ver los resultados sobre la tolerancia a la frustración en relación al sexo de los bailarines:

En primer lugar, se puede ver que el 55,9% de los bailarines del sexo femenino presentan un bajo nivel de tolerancia a la frustración, ahora si vemos la parte media del cuadro de puede ver que el 47,6% de los varones presentan un nivel medio y sumado a un 19,0% de los varones presentan un nivel alto de tolerancia a la frustración.

Analizando estos datos de manera general en el cuadro, se puede ver que las mujeres tienden a presentar un nivel bajo de tolerancia a diferencia de los bailarines varones quienes tienden a presentar niveles medios. Estas diferencias en el nivel de tolerancia a la frustración pueden deberse a que las mujeres suelen ser más perfeccionistas y sentir más exigencia, no solo para poder sacar una buena coreografía sino que también pueden sentir mayor presión para presentarse lo más estéticas posible y todo el conjunto de estas diferencias, puede hacer que las mujeres al no poder concretarlas, se sientan más frustradas que los bailarines varones.

También hay que mencionar que estas diferencias pueden deberse a que la tolerancia a la frustración por lo general, está asociada a una emoción, por ejemplo, rabia a no poder realizar o concretar un paso de baile, pues esta emoción puede estar más relacionada a las mujeres debido

a que ellas por lo general, tienden a ser más emocionales y propensas a decepcionarse rápido de lo que están haciendo durante la coreografía, si es que lo llevamos a un espacio de la danza.

Por su parte, respecto a la edad que tienen los bailarines se puede ver que el 64,3% de los bailarines que tienen entre 18 a 22 años de edad presentan un nivel bajo, lo cual ocurre también con el 55,8% de los que tienen entre 23 a 27 años de edad. Ahora si observamos un poco más abajo del cuadro, se puede ver que el 53,3% de los que tienen entre 28 a 32 años de edad presentan un nivel medio de tolerancia a la frustración, nivel de tolerancia a la frustración similar al que obtuvo el 60,0% de los bailarines que tienen 33 años o más.

Analizando estos datos se puede ver que los bailarines de menos edad presentan niveles bajos de tolerancia a la frustración a diferencia de los que tienen más años y que se encuentran en la etapa de la adultez, quienes tienden a presentar niveles medios de tolerancia a la frustración, esto puede deberse a que los bailarines de más años de edad tienen un mejor control de emociones, diferentes expectativas y algunos años más de experiencia que los bailarines más jóvenes.

Para terminar, es importante referir que la tolerancia a la frustración juega un papel importante durante todas las etapas del desarrollo de cualquier persona, ya sea en la adolescencia o en una etapa de adultez, ya que influye de gran manera en el éxito o fracaso que podamos tener en diferentes aspectos. De acuerdo a Mar A. (2019) las personas cuya capacidad para tolerar la frustración es baja no aceptan que las cosas sean como son; los imprevistos que para la mayoría resultan simplemente molestias desagradables, ellas los viven como verdaderas catástrofes; su percepción de la situación suele ser exagerada y errónea. Al no soportar el malestar que les genera que las cosas no salgan como ellas desean, tienden a desmotivarse fácilmente; y en su búsqueda del bienestar inmediato suelen a abandonar sus proyectos de forma prematura; sin tener en cuenta los beneficios que podrían tener a medio y largo plazo si lograsen gestionar de una manera diferente sus sentimientos. Este autor refiere también que trabajar a nivel emocional, y entrenarse en las estrategias que ayuden a tener una mayor tolerancia a la frustración; permitirá afrontar de manera efectiva las dificultades y limitaciones que la vida les presente.

Cuadro n°16

Tolerancia a la frustración en relación al tiempo que lleva en la danza

	Tiempo			Total	
		De 1 a 10 años	De 11 a 20 años		21 años o más
Bajo	Fr	33	14	5	52
	%	49,3	45,2	41,7	47,3
Medio	Fr	28	16	4	48
	%	41,8	51,6	33,3	43,6
Alto	Fr	6	1	3	10
	%	9,0	3,2	25,0	9,1
Total	Fr	67	31	12	110
	%	100%	100%	100%	100%

De acuerdo al cuadro presentado se pueden ver los resultados sobre la tolerancia a la frustración en relación al tiempo que lleva los bailarines en la danza, datos que se describen a continuación:

Sobre los datos se puede observar que el 49,3% de los bailarines que tienen de 1 a 10 años en la danza presentan un nivel bajo de tolerancia a la frustración, también se puede observar que el 51,6% de los bailarines que llevan de 11 a 20 años de danza presentan un nivel medio y finalmente, se nota que el 41,7% de los bailarines más antiguos que tienen 21 años o más en este mundo de la danza a la vez presentan un nivel bajo de tolerancia a la frustración.

Como se puede observar, estos datos muestran que no hay una relación clara entre la tolerancia a la frustración y el tiempo que se lleve en la danza, debido a que tanto los más nuevos como los más antiguos tienden a presentar niveles bajos. Esto puede deberse a que la tolerancia a la frustración no se está trabajando dentro de las academias y por ende todos los bailarines sin importar su antigüedad tienden a presentar un nivel poco favorable de tolerancia a la frustración.

A pesar de los años de experiencia en el mundo de la danza, hay muchos bailarines que no han aprendido a sobrellevar de mejor manera los fracasos o las ocasiones en las que no se pudo brindar una buena presentación, lo cual debe de llamar la atención de los dueños, profesores y autoridades de la asociación de ballets.

5.6. Análisis de hipótesis

Tomando en cuenta los resultados que se pudieron encontrar y en función a las hipótesis que fueron planteadas en una etapa inicial, se presenta el siguiente análisis de hipótesis:

- Hipótesis 1: ***“Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan rasgos de personalidad como Extrovertido-Inestable”***

De acuerdo a esta variable, se pudo encontrar en el cuadro N°4 que el 55,5% de los bailarines presenta un rasgo de personalidad “Extrovertido-Inestable”. Considerando este resultado, la hipótesis planteada, se CONFIRMA.

- Hipótesis 2: ***“Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel de bienestar psicológico bajo”***

De acuerdo al bienestar psicológico que tienen los bailarines, se pudo encontrar en el cuadro N°7 que el 62,7% de los bailarines presentan un nivel de bienestar psicológico alto. Tomando en cuenta este dato significativo, la hipótesis que fue planteada, se RECHAZA.

- Hipótesis 3: ***“Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel de inteligencia emocional promedio”***

Respecto a la tercera característica psicológica, se observa en el cuadro N°11 que el 54,5% de los bailarines presentan una marcadamente baja inteligencia emocional. Considerando este resultado, la hipótesis que se planteó en una fase previa, se RECHAZA.

- Hipótesis 4: ***“Los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo presentan un nivel bajo de tolerancia a la frustración”***

Tomando en cuenta la última variable, se puede ver en el cuadro N°13 que el 47,3% de los bailarines presentan un nivel bajo de tolerancia a la frustración. En relación a este resultado, la hipótesis que se planteó, se CONFIRMA.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Tomando en cuenta cada uno de los resultados encontrados y considerando los objetivos planteados, se presentan las siguientes conclusiones:

Considerando a la variable **personalidad**, se pudo encontrar que el 55,5% de los bailarines tienden a presentar un rasgo de personalidad “Extrovertido-Inestable”, esto quiere decir que son personas que les gusta participar en reuniones sociales, no obstante pueden llegar a ser impulsivos y también presentan una emotividad muy intensa y en un tono elevado, es decir, tienen dificultad para manejar sus emociones, cambian rápidamente sus estados de ánimos, lo cual en muchas les termina afectando el relacionamiento social que tienen con las demás personas. Como son personas extrovertidas, se entiende que la mayoría de los bailarines son personas que les gusta participar de reuniones sociales, algo que muy frecuente en el mundo de la danza y la misma puede haber coadyuvado a que los bailarines sean más extrovertidos. En cuanto al sexo, no se encontró diferencias, sin embargo se encontró mayor estabilidad en los bailarines de 33 años y en los que tienen más de 21 años en la danza. También es importante mencionar que se encontró que el 15,5% de los bailarines tienen como rasgos de personalidad “introvertido-inestable”, siendo algo poco favorable ya que refiere que son personas que pueden tener dificultades para la vida social y además tienden a presentar una inestabilidad emocional considerable, no obstante no es un dato menor.

Por su parte, respecto al **bienestar psicológico**, se pudo encontrar que la mayoría de los bailarines en un 62,7% presentan un nivel de bienestar psicológico alto, esto quiere decir que son personas que se sienten bien, que no tienen algún tipo de malestar ya sea psicológico o físico. Además, estas personas tienen una percepción positiva de su entorno, suelen aceptarse a sí mismos, crean relaciones positivas con los otros, tienden a desarrollar una mejor autoestima y por supuesto, todo esto ayuda a potencializar su crecimiento personal, algo muy favorable para los bailarines, pues les puede ayudar en sus presentaciones y futuros proyectos. Considerando al sexo no se encontraron diferencias, tanto hombres como mujeres tienden a presentar niveles altos. Respecto a la edad, los bailarines como más edad, mostraron mejores niveles de bienestar psicológico, al igual que los que tienen 21 años o más dentro de la danza. Por último, también se encontró que el 5,5% de los bailarines presenta un nivel bajo de bienestar

psicológico, denotando que son personas que tienen dificultades y que expresan no sentirse bien. Este es un dato que genera alarma, pues se trata de personas que están teniendo problemas para afrontar los retos que da la vida y que su funcionamiento no llega a ser el más óptimo.

En relación al tercer objetivo específico, es decir, la variable **inteligencia emocional**, se pudo encontrar que 54,5% de los bailarines tienden a presentar una inteligencia emocional marcadamente baja, esto quiere decir que son personas que tienen una considerable dificultad para poder reconocer sus propias emociones como así también la de los demás. Este es un dato que refleja que a la mayoría de los bailarines les dificulta hacer una buena gestión de sus emociones, se pueden sentir abrumados, nerviosos, enojados o tristes, pero no pueden manejar y redirigir esas emociones a algo positivo o favorable para ellos, lo cual además les puede llevar a tener muchas dificultades a la hora de relacionarse con los demás y a tener mayores logros, ya sea en el ámbito de la danza como así también en la vida en general. Una persona que no cuenta con una buena inteligencia emocional en la danza, tendrá mayores dificultades porque le pueden costar aún más los ensayos o las mismas presentaciones, su relacionamiento con los demás compañeros de danza puede volverse negativo y puede provocar hasta el abandono.

Respecto a la **tolerancia a la frustración**, se pudo encontrar que el 47,3% de los bailarines tienden a presentar un nivel bajo de tolerancia a la frustración, esto quiere decir que son personas que no logran aceptar con facilidad cuando algún proyecto o deseo no se llega a cumplir. La frustración en algún punto de la vida les puede llegar a todas las personas, sin embargo, cuando la persona no puede tolerarla y afrontarla es donde surge el problema, ahora bien, si esto ocurre en alguien que constantemente está en competencia o presentaciones como un bailarín, esto puede dificultar su rendimiento, su relaciones sociales, su autoestima y puede provocar su abandono o reacciones emocionales como la rabia frente a los demás, el enojo, agresividad o el llanto en la mayoría de los casos. En los cuadros presentados se observó que los varones tienden a presentar mejores niveles de tolerancia a la frustración que las mujeres, al igual que los bailarines que tienen de 28 años en adelante, esto puede deberse a efectos de la experiencia o la madurez. Respecto al tiempo en la danza, no se encontró una relación clara, ya que tanto los bailarines que tienen de 1 a 10 años y los que tienen 21 o más en la danza, tienden a presentar niveles bajos de tolerancia a la frustración. Además es importante mencionar que se obtuvo que un 9,1% de los bailarines presenta un nivel alto de tolerancia, esto refiere un dato positivo pues

indica que son personas que pueden sin problemas adaptarse y aceptar alguna frustración o proyecto no cumplido.

Finalmente, de esta manera se puede referir que las **características psicológicas** que presentan los bailarines que practican el arte de la danza folklórica en la ciudad de Bermejo, son una personalidad extrovertida-inestable, es decir, son personas que se relacionan fácilmente con los demás, no presentan dificultad en lo social, sin embargo presentan inestabilidad emocional. Asimismo, la mayoría de los bailarines tiene un nivel de bienestar psicológico alto, se sienten bien y perciben de una manera positiva su entorno, asimismo, los bailarines presentan una inteligencia emocional marcadamente baja, que refiere que son personas que no pueden gestionar de una buena manera sus emociones y a esto se le suma, un nivel bajo de tolerancia a la frustración, que denota que a la mayoría de los bailarines les dificulta poder aceptar y enfrentar la frustración ante algo que no se haya podido cumplir o llevar a cabo como ellos querían.

6.2. Recomendaciones

Con el objetivo de reducir la incidencia de la problemática y apuntando a que los bailarines puedan tener un funcionamiento general óptimo, se formulan las siguientes recomendaciones:

A los profesores de danza:

- Tomando en cuenta que los profesores son los que directamente enseñan a los bailarines, se recomienda prestar atención no solo al desenvolvimiento corporal y técnico de sus bailarines, sino también, se debería prestar atención al desarrollo psicológico e integral que pueden tener estos estudiantes en sus academias.
- Informarse sobre las variables psicológicas que influyen en la danza o en cualquier competición, para que puedan gestionar de manera correcta casos en los que los bailarines puedan necesitar una atención de emergencia o simplemente para que puedan potenciar esas variables y por ende también conseguir un mejor rendimiento de los estudiantes de su academia.

A las autoridades de las academias de danza:

- Considerando la importancia que tiene la salud mental para el individuo y su

funcionamiento general, se recomienda gestionar la implementación de talleres o sesiones de grupo que estén enfocadas en temas como el reconocimiento de emociones, manejo de la tolerancia a la frustración, motivación, entre otras temáticas. Asimismo, se recomienda la realización de evaluaciones psicológicas al momento de entrar a una academia de danza como así también de manera periódica.

- Considerando que en cualquier competición, deporte y disciplina, es importante la función de un profesional en Psicología, se recomienda hacer la gestión para que se pueda tener la atención de un psicólogo para los bailarines y los propios profesores de cada una de las academias.
- Se recomienda la gestión progresiva de espacios donde los bailarines puedan expresar sus malestares o dificultades. No se debe olvidar que es importante que las opiniones de los bailarines también pueda estar presentes en la toma de decisiones de la asociación y las academias.

A las autoridades de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho:

- La universidad siempre debe estar íntimamente relacionada con las necesidades de la sociedad, por ende se recomienda a las autoridades de la superior casa de estudios; se puedan aperturar espacios o convenios para los estudiantes de Psicología puedan intervenir y realizar sus prácticas institucionales en academias de danza no solo de la ciudad de Tarija, sino que de otros municipios también.

A los futuros investigadores:

- Considerando los resultados a los que se llegó, se recomienda que se pueda abordar otros aspectos o variables que también se relacionan no solamente con la danza sino con el funcionamiento general de la persona, entre estas variables se sugieren la autoestima, el funcionamiento familiar o el nivel de depresión.
- En futuras investigaciones se recomienda aplicar el método de investigación cualitativo, permitiendo de esta manera la utilización de técnicas como la entrevista o la aplicación de tests proyectivos a los bailarines.