

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Ciencias Sociales y Humanidades

¿Cómo la Danza Terapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de parejas?

Trabajo de investigación

Andrea Sevilla Andrade

Psicología Clínica

Trabajo de titulación presentado como requisito para la obtención del título de Psicóloga Clínica

Quito, 08 de mayo de 2018

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

¿Cómo la Danza Terapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de parejas?

Andrea Sevilla Andrade

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Jaime Costales Peñaherrera, PhD

Firma del profesor

Quito, 08 de mayo de 2018

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Andrea Sevilla Andrade

Código: 00115250

Cédula de Identidad: 1717550956

Lugar y fecha: Quito, 8 de mayo de 2018

Dedicatoria

A todas esas almas danzantes en búsqueda del amor.

Agradecimientos

A mi padre por su apoyo, fuerza y su sabiduría infinita;

A mi madre, mi cómplice; por su amor y su comprensión;

A Jaime Costales, por ser un maestro del camino de la vida;

A Agustín, mi compañero y mi soporte en los momentos más fuertes;

A mi abuela, por su atención y amor incondicional;

A Rafael, mi amigo para toda la vida.

RESUMEN

El presente trabajo de titulación, examina a la danza terapia aplicada por medio de tango y la efectividad que ésta puede tener como una herramienta complementaria para la psicoterapia, con la finalidad de fortalecer el vínculo emocional de parejas. La danza puede ser una de las puertas para acceder a Estados Ampliados de Conciencia, que ayudarán a los individuos a realizar un viaje introspectivo para contactar e integrar los contenidos de su psique. Una vez que los sujetos logren comprender su funcionamiento liderado por los contenidos del Inconsciente Colectivo, podrán fusionar su trabajo con el de su pareja para lograr una integración positiva que fortalezca su relación. Se estudia los Arquetipos de la teoría de Carl Gustav Jung mismos que pueden contribuir en la dinámica de la relación de pareja, así como las características de la danza terapia y del tango que pueden promover la conexión emocional de los sujetos. Este estudio tiene como objetivo aplicar al campo de la psicología un método complementario e innovador para el tratamiento terapéutico de parejas, ayudándolos a alcanzar la resolución de sus conflictos afectivos y de comunicación, los cuales son los principales factores que debilitan a las relaciones de pareja.

Palabras claves: Danza Terapia, Tango, Arquetipos, Estados Ampliados de Conciencia, Parejas, Vínculo Emocional

ABSTRACT

The present work degree examines applied dance through tango and the effectiveness that it can have as a complementary tool for psychotherapy, in order to strengthen the emotional bond of couples. Dance can be one of the doors to access to Expanded States of Consciousness, which will help individuals to make an introspective journey to contact and integrate the contents of their psyche. Once the subjects manage to understand their functioning led by the contents of the Collective Unconscious, they can merge their work with that of their partner to achieve a positive integration that strengthens their relationship. We study the Archetypes of Carl Gustav Jung's theory that can contribute to the dynamics of the couple's relationship, as well as the characteristics of dance therapy and tango that can promote the emotional connection of the subjects. This study aims to apply to the field of psychology a complementary and innovative method for the therapeutic treatment of couples, helping them to achieve the resolution of their affective conflicts and communication, which are the main factors that weaken relationships.

Key words: Dance Therapy, Tango, Archetypes, Expanded States of Consciousness, Couples, Emotional Link

TABLA DE CONTENIDO

| | |
|---|-----------|
| 1. Introducción..... | 11 |
| 1.1 Antecedentes..... | 12 |
| 1.1.1 Danza Terapia..... | 12 |
| 1.1.2 Tango..... | 13 |
| 1.1.3 Importancia de la teoría arquetípica y su posible aplicación..... | 14 |
| 1.2 Problema..... | 16 |
| 1.3 Pregunta de investigación..... | 17 |
| 1.4 Propósito del estudio..... | 17 |
| 1.5 Significado del estudio..... | 18 |
| 2. Revisión de la literatura..... | 19 |
| 2.1 Fuentes..... | 19 |
| 2.2 Formato de revisión de literatura..... | 19 |
| 2.2.1 Arte..... | 21 |
| 2.2.2 Terapia del arte..... | 23 |
| 2.2.3 Danza Terapia..... | 25 |
| 2.2.4 Teoría Arquetípica..... | 27 |
| 2.2.5 Estados Ampliados de Consciencia..... | 34 |
| 2.2.6 Relación de Pareja..... | 36 |
| 2.2.7 Danza Terapia con tango para parejas..... | 38 |

| | |
|--|-----------|
| 3. Metodología..... | 44 |
| 3.1 Herramientas utilizadas..... | 55 |
| 3.2 Participantes..... | 55 |
| 3.3 Consideraciones éticas..... | 55 |
| 4. Resultados esperados..... | 57 |
| 5. Discusión..... | 60 |
| 5.1 Limitaciones del Estudio..... | 64 |
| 5.2 Recomendaciones para futuros estudios..... | 65 |
| Referencias..... | 66 |
| ANEXO A: Carta para reclutamiento de participantes | 69 |
| ANEXO B: Formulario de Consentimiento Informado..... | 70 |
| ANEXO C: Herramientas para levantamiento de información | 73 |
| ANEXO D: Anexos complementarios..... | 74 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|-----------|
| Tabla #1. Lista de piezas musicales para la intervención práctica..... | 47 |
|---|-----------|

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|-----------|
| Figura #1. Metodología para el levantamiento de información..... | 45 |
|---|-----------|

INTRODUCCIÓN

Por medio de este trabajo de titulación se quiere investigar cómo y hasta qué punto la Danza Terapia se puede aplicar como una metodología complementaria y de apoyo a la psicoterapia realizada por parejas que buscan fortalecer su relación y trabajar en los problemas relacionados a la vida marital. Esta investigación se centra en lograr el fortalecimiento del *vínculo emocional* de la pareja utilizando la teoría arquetípica de Carl Gustav Jung, indicando cómo los *arquetipos* (contenidos simbólicos del inconsciente de la psique humana) juegan un rol importante en cada individuo y por lo tanto en la dinámica de la relación; y cómo mediante la danza se puede llegar a un estado de exploración tan profundo del mundo interno de la persona, que se logrará contactar estos contenidos psíquicos que son capaces de causar un efecto en la dinámica de la relación de la pareja.

En esta investigación se analiza cada uno de los *arquetipos* que pueden tomar un rol que influye al individuo y a la relación, para posteriormente integrar esta teoría con la teoría danza terapéutica para determinar como por medio de la danza los sujetos lograrían una transformación interna positiva que trascenderá al nivel de la relación de pareja. En este caso nos enfocamos en símbolos del inconsciente colectivo como el *ánima* y el *ánimus*, que se ven afectados por el arquetipo de la *sombra* la cual contiene todos los aspectos reprimidos y oscuros del ser, que deben ser trabajados para un cambio; también se hace referencia al arquetipo del *héroe*, el cual dirige al individuo a enfrentarse en el viaje hacia la *transformación* o resolución y el arquetipo del *Sí mismo*, el arquetipo integrativo del Ser. En esta investigación se analiza los *arquetipos* con el fin de entender desde una perspectiva más profunda la psique humana.

Por otro lado, se entiende al arte, en este caso a la danza, como un canal para que el ser humano logre entrar en contacto con estos contenidos *intrapsíquicos* y comprenderlos de una manera más profunda. Esto se puede conseguir mediante la danza debido a que esta permite a los sujetos a entrar en un *Estado No Ordinario de Consciencia* (ENOC), que ayuda al acceso del mundo interno para el autoconocimiento. Se recalca que el autoconocimiento es el paso principal para el cambio en el individuo; y este cambio o transformación será el paso que conducirá a encontrar un cambio en la dinámica de la pareja que se presenta a terapia.

1.1 Antecedentes

1.1.1 Danza terapia.

La técnica de la danza terapia o mejor conocida como Danza Movimiento Terapia (DMT), siembra sus semillas en Estados Unidos en los años 40 con el fin de tratar a los soldados de la Segunda Guerra Mundial que sufrían de Trastorno de Estrés Post-traumático. De acuerdo a lo que menciona Panhofer (2015), esta técnica fue desarrollada por bailarines y profesionales de la danza quienes fueron influenciados por los cambios y acontecimientos sociales, políticos y culturales de la época. En los 50, Mary Whitehouse, una de las pioneras de la DMT combina la técnica de la danza creativa con la teoría de C.G Jung, y al hacerlo entiende la conexión que existe entre la expresión por medio de la danza creativa y el contenido simbólico del inconsciente del individuo. Desde entonces, las semillas de la DMT empezaron a germinar y sus pioneros crean la Asociación Americana de Danza Terapia. Es hacia finales de la década de los 60, en 1966, que la Asociación Americana de DMT definió a esta técnica de la siguiente manera: “la utilización planificada de cualquier aspecto de la danza con el propósito de ayudar a la integración física y psíquica del individuo” (ADTA,

1966; Cit en Panhofer, 2015, p: 15). De acuerdo a lo establecido por la ADTM, la Danza Movimiento Terapia logra obtener beneficios importantes en la salud de los individuos que la practican debido a que es un proceso creativo que logra integrar y desarrollar las propiedades físicas, emocionales, cognitivas y sociales; tal como lo indican en su estudio Padilla Moledo y Coterón López (2013, p: 196). La Danza es una forma creativa de expresión a través del movimiento y la música que incluso permite a que el individuo entre en un *estado ampliado de conciencia* que ayuda acceder al mundo interior para posteriormente poder expresar sus contenidos en el mundo exterior.

1.1.2 Tango.

El Tango es un género musical y dancístico de compás de 2x4, que nació y se popularizó en el sur de América Latina entre Argentina y Uruguay en el siglo XIX, y se ha expandido por el resto del mundo debido a su apasionada música y su envolvente danza. Algunos de los personajes más reconocidos de la historia del Tango son Carlos Gardel, Julio de Caro, Catulo Castillo, Roberto Goyeneche, entre otros. El tango surge en las calles del sur en donde los músicos tocaban y los bailarines en parejas, seguían su compás con movimientos que contagiaban el ambiente con sensualidad y romanticismo. El Tango nace en los suburbios del Sur, pero inmediatamente sobrepasa las barreras sociales y la clase alta lo adopta, se establece el tango como ícono de la cultura Argentina y Uruguay pero se ha expandido hacia otros países como uno de los géneros de danza de salón. Según la región, el tango puede tener variaciones, pero sin perder su base esencial.

“No importa cuál sea el estilo, el tango siempre apela a los sentidos y crea un vínculo entre los bailarines. Perdidos en el movimiento armónico y tacto suave, los bailarines de tango de todo el mundo se han enamorado en la pista

de baile de sus parejas, y del baile en sí mismo, y han tanguado su camino en un mundo de pasión que se debe experimentar para comprenderlo” (National Geographic Traveler, 12 de diciembre del 2017).

1.1.3 La importancia de la teoría arquetípica y su posible aplicación.

El psicólogo suizo Carl Gustav Jung, es el padre de la Psicología Analítica y su trabajo estuvo enfocado en comprender a profundidad la personalidad de los individuos mediante sus actitudes (Introversión vs. Extraversión) y sus funciones (Sentimiento, Pensamiento, Intuición y Sensación). Jung también crea la Teoría Arquetípica para entender el contenido del Inconsciente, el cual Jung lo divide entre el Inconsciente Personal y el Inconsciente Colectivo. De acuerdo a Alonso (2004, p: 59), el Inconsciente Colectivo está compuesto por los Arquetipos, estos serán elementos importantes para esta investigación; el Inconsciente Colectivo está compuesto por los complejos, que son las personificaciones de los arquetipos. “Los arquetipos, cuya naturaleza íntima es inaccesible a la experiencia, representan el sedimento del funcionamiento psíquico de línea ancestral, esto es, de las experiencias del existir orgánico en general, acumuladas en millones de repeticiones y condensadas en tipos. En estos arquetipos, por lo tanto, están representados todas las experiencias que tuvieron lugar en este planeta, desde las más remotas eras. Son tanto más nítidas en los arquetipos cuanto más numerosas e intensas han sido” (Jung, 1971, p: 413). Los arquetipos logran ordenar los elementos de la psique en imágenes, pero que solamente pueden ser reconocidos por medio de los efectos que estos producen, como lo menciona Alonso (2004, p: 60). Entonces, los Arquetipos de cierta forma toman un rol de guía en el comportamiento de los individuos manifestándose hacia el exterior.

La importancia que pone Jung a los elementos del inconsciente en relación a la forma en que los individuos perciben y se comportan en el mundo es fundamental para la aplicación de su teoría en psicoterapia. Esta teoría se puede aplicar para tratar varias dificultades que presentan los pacientes; sin embargo, al hablar de la teoría arquetípica aplicada en la danza se puede definir inmediatamente a la danza como el camino estratégico para entrar al mundo del inconsciente del individuo y así poder contactar a los arquetipos para trabajarlos en terapia. La danza funcionaría como una herramienta comunicativa entre lo consciente y lo inconsciente.

Alonso (2004, p: 61), hace referencia a cuatro fases de tratamiento analítico que Jung menciona en su teoría como fundamentales para lograr la sanación, estas fases son las siguientes: *a) etapa de confesión*, esta etapa consiste en que “el individuo tome conciencia y reconozca ante el terapeuta todo lo escondido y reprimido que le causa culpa y que lo lleva a alejarse del resto de la sociedad. Esta etapa lleva implícita la aceptación de la *sombra* que es el aspecto oscuro de nuestra personalidad” (Alonso, 2004, p: 61). *B) etapa de explicación*, esta etapa consiste en la interpretación de las relaciones y las fantasías del pasado y llevarlas a la conciencia, Jung menciona que esto puede hacerse por medio de la interpretación de los sueños, pero en este caso se pretende que mediante la danza se logre acceder a este material del inconsciente para trabajarlo. Pues la danza puede ser un camino para acceder a un *estado ampliado de conciencia* que ayudaría a contactar con el inconsciente al igual que lo hacen los sueños. La tercera etapa es *c) etapa de educación*; en esta etapa el paciente al ya haber comprendido de una manera más profunda sus estados y como trabajarlos, podrá aplicar en su vida diaria lo aprendido en terapia y finalmente llegará a la cuarta etapa que propone Jung, *d) etapa de transformación*, la sanación. Si se toma estas fases que propone Jung para el

tratamiento terapéutico y se las relaciona con la propuesta de la danza terapia se podrían obtener resultados positivos en los pacientes.

Los tres temas mencionados anteriormente: la danza terapia, el tango y la aplicación de la teoría arquetípica de C. G. Jung, son los tres temas principales en los que se fundamenta este trabajo de investigación para contestar la pregunta problema si la danza terapia, enfocada en el género del tango, puede ser una herramienta complementaria eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que acuden a tratamiento psicológico de pareja.

1.2 Problema

La autora de esta investigación ha escogido este tema debido a que, si bien a nivel global la terapia psicológica está teniendo una mayor acogida en la sociedad, todavía las terapias complementarias aún no son muy reconocidas y muchos sujetos, incluso profesionales de la salud mental, no tienen una idea clara de su beneficio y mucho menos recomiendan a sus pacientes como un complemento a sus terapias tradicionales. Es importante mencionar que las terapias de tipo complementario no pretenden remplazar a la psicoterapia, más bien se apoyan de ellas y de las teorías base de la psicología para ser un camino facilitador en el proceso terapéutico de los pacientes.

Por otro lado, en la sociedad ecuatoriana, en la cual está enfocado el objetivo de esta investigación, todavía es muy ajena al campo de la salud mental, si bien existen muchos profesionales de psicología en Ecuador, la sociedad no considera a la salud mental como un elemento necesario en su vida, incluso existen muchos mitos en relación a la psicología. Si así es la perspectiva ecuatoriana ante psicoterapias tradicionales, una idea mucho más errónea existe con las terapias complementarias como son la danza terapia, arte terapia, música

terapia, etc. Esta problemática motiva a la autora de esta investigación a demostrar a la sociedad los grandes e importantes beneficios que se pueden obtener si pacientes que acuden a terapia de pareja, también se dan la oportunidad de intentar conectarse aún más por medio de la danza.

Se utiliza el tango para esta investigación, ya que la sociedad ecuatoriana tiene mayor conocimiento básico sobre el tango, en comparación a si se utilizaría géneros como el Jazz, Waltz y Ballet, los cuales se pueden bailar en pareja. Además, los componentes del tango son precisos para el objetivo de esta investigación; el acercamiento de la pareja y el fortalecimiento de su vínculo emocional. Estos componentes mencionados son explicados con detalle en la revisión de literatura.

1.3 Pregunta de Investigación

¿Cómo la Danza Terapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de parejas?

1.4 Propósito del Estudio

El propósito de esta investigación consiste en utilizar la Danza Terapia (D.T), específicamente utilizando el género del Tango, como herramienta complementaria para lograr un fortalecimiento en el vínculo emocional de las parejas que asisten a Terapia de Parejas. La autora de esta investigación pretende vincular el campo de la danza con el campo de la psicoterapia para obtener beneficios terapéuticos por medio de la creación de una obra dancística que surja a lo largo de un trabajo de conexión entre cuerpo, psique y alma de los pacientes.

1.5 El significado del estudio

Al realizar este estudio se pretende integrar en el campo terapéutico una idea innovadora utilizando los elementos de la danza para lograr cambios importantes en la población de parejas que acuden a terapia psicológica para mejorar su relación. Si bien el campo de la psicoterapia a través del arte está creciendo a nivel global; en Ecuador aún no hay mucha aplicación del arte en el campo psicoterapéutico, sobre todo hablando a cerca de la Danza Terapia. Entonces se quiere llegar a incentivar en la población a rescatar el poder del arte para utilizarlo como método terapéutico y creativo para parejas en terapia y posteriormente utilizar la danza en el tratamiento de más sintomatologías.

De acuerdo a lo señalado se ha realizado una profunda investigación que se presentará por temas desde lo más global a lo más específico abarcando los siguientes temas: el arte, la terapia del arte, la danza terapia, los estados ampliados de conciencia, la teoría arquetípica desarrollada por Carl Gustav Jung y las relaciones de pareja; con el fin de lograr entender de manera clara el propósito de esta investigación. Seguidamente se encuentra la Revisión de la literatura que está dividida por los subtemas mencionados con anterioridad.

Revisión de la literatura

2.1 Fuentes

La presente investigación pretende conectar distintos temas como la danza terapia, la teoría arquetípica y la terapia de pareja para proponer un método innovador que funcione como una práctica complementaria para ser aplicada en terapia de parejas. Esta revisión de literatura de los distintos temas que serán integrados, será recopilada de distintas fuentes académicas como artículos de revistas, publicaciones académicas de distintos autores obtenidas de bibliotecas virtuales y de la biblioteca de la Universidad San Francisco de Quito y además la obra de Carl Gustav Jung: “Los Arquetipos y el Inconsciente Colectivo”. Esta revisión de literatura integrará los distintos temas para responder a la pregunta de investigación, la cual será una propuesta que se podrá aplicar posteriormente en el campo de la psicología.

2.2 Formato de la revisión de la literatura

El diseño de la investigación a continuación, presentará de forma temática los siguientes contenidos principales: Danza terapia, Teoría Arquetípica, tango, aplicación de la danza en terapia de parejas.

Existen varios factores en las relaciones de pareja que generan que la vida de pareja vaya debilitando el vínculo emocional debido a conflictos. Los principales problemas en las parejas se generan por: el desgaste o enfriamiento de la relación debido al tiempo. De acuerdo a Kelly (1988), varios casos de relaciones maritales que han terminado, reportan que ha habido una pérdida gradual del amor y respeto mutuo o una divergencia en los estilos de vida y los valores de los miembros de la pareja. Los cambios de objetivos de vida o desencuentros en los proyectos de vida también constituyen un factor importante en las

rupturas maritales, al igual que la infidelidad y la sobrecarga de estrés por trabajo y cuidado de los hijos.

Por medio de este trabajo, se quiere investigar sobre la probabilidad que existe de que la danza terapia pueda ser un método complementario eficaz en la terapia de pareja ayudando a fortalecer la conexión y el vínculo emocional de dos personas que acuden a terapia para solucionar los conflictos de su relación. Esta investigación estará enfocada exclusivamente en danza terapia con tango, debido a que éste se caracteriza por ser un baile que necesariamente deber ser realizado en pareja y es aún mejor cuando entre la pareja existe vínculo emocional romántico/amoroso, puesto que se caracteriza por ser un género que despierta la pasión y la sensualidad. El tango tiene como rasgo importante que por medio de su práctica le otorga al hombre el rol masculino de protección y guía, pues en la danza es él quien lleva a la mujer, controla los movimientos y lidera; mientras que a la mujer le otorga el rol de la feminidad y la seducción. Las mencionadas con anterioridad son características que muchas veces se van perdiendo a lo largo de la vida matrimonial y pueden influir mucho en los problemas de pareja. Cabe recalcar que con esta propuesta de la Danza Terapia para la pareja no se propone mantener los roles estereotipados que se basan en los sesgos sociales de género, sino promover el fortalecimiento profundo del vínculo de pareja. Sin embargo, la autora propone que el rol de cada uno es fundamental para crear conexión y sobretodo un complemento entre la pareja. Al formarse una pareja, cada uno adopta roles y funciones que se verán complementados con los roles y funciones del otro; eso es lo que se pretende fortalecer por medio de lo propuesto.

Se escogió este tema ya que, al ser bailarina profesional, la autora se ha dado cuenta a lo largo de sus años de experiencia dancística, que es muy fácil crear un vínculo emocional con el compañero de danza, durante el baile se sincronizan los movimientos de cada cuerpo para crear un solo movimiento, se expresan emociones, se crea sinergia, una energía incomparable que conecta a ambos bailarines. Mucha energía y conexión podría surgir entre una pareja que comparte la maravillosa experiencia de la danza como terapia transpersonal y fortalecer la dinámica y el vínculo de pareja.

2.2.1 Arte.

“Los espejos se emplean para verse la cara; el arte para verse el alma” (Shaw, s.f).

El arte es una herramienta de expresión máxima del ser, herramienta de carácter creativo que facilita al ser humano por medio de distintas formas o técnicas a la expresión de sus estados internos; con esto nos referimos a sus sentimientos, pensamientos, emociones, experiencias y percepciones.

“Las artes deben entenderse como una agrupación de rasgos –Exhibición de habilidades, placer, imaginación, emoción, etc. –Que normalmente nos permiten identificar los objetos de arte y las actuaciones artísticas de distintas culturas a lo largo de la historia. Estas características forman parte de la vida humana y surgen de manera espontánea cuando se inventan o se adaptan expresiones artísticas, tanto si su finalidad es didáctica o lúdica” (Dutton, 2014, p: 17). El concepto del arte es complejo y varía según la cultura de origen; sin embargo, las características del arte son similares de una cultura a otra; “todas las culturas humanas exhiben algún modo de conducta expresiva que las tradiciones europeas identificarían como artística” (Dutton, 2014, p: 50). Se puede entender entonces al arte como un lenguaje universal, mediante el cual los creadores de

cada obra logran exteriorizar y reflejar sus estados internos hacia el mundo externo. El arte refleja la naturaleza humana de cada persona, expresando por medio de las obras su percepción del mundo; de acuerdo a Dutton (2014), el arte presenta una perspectiva atractiva y entretenida de la realidad que confunde a las personas sobre la naturaleza de la realidad; esto puede relacionarse al hecho de que cada persona en su obra plasma su percepción individual de la realidad según el contenido de su mundo interno.

La creatividad es el elemento esencial para la expresión artística de los seres humanos. Herleein (2010), define que la creatividad es uno de los elementos más característicos del ser humano y es una de las armas principales que ayudan a la adaptación, aumentando la posibilidad de los seres humanos a diferenciarse unos de otros y la perpetuación. El concepto de creatividad según lo que el autor menciona, se refiere a la generación de obras o ideas nuevas, antes inexistentes; y a diferencia de la creación científica, la creación artística está fundamentada casi de manera exclusiva a la emocionalidad del individuo que crea una obra.

El arte es la herramienta que permite la expresión y transformación total de nuestras emociones y sentimientos para proyectarlos en el ámbito social. Marty (1997), indica que, para Vygotsky, el arte consiste en un reflejo y transformación de los procesos del inconsciente que se manifiestan por medio de distintas formas como cognitivas, conductuales y de significado social. “Tanto en el nivel de los procesos de creación como en el de comprensión de la obra artística se encuentra implicada la memoria, pero estrechamente ligada a la afectividad. El creador la utiliza para imaginar formas originales” (Marty, 1997, p: 61). Por su parte, Herleein (2010), indica que en el arte una obra se puede ver por medio de su capacidad de mantener el foco de atención o también por su capacidad de movilizar emociones; estas emociones son tanto del creador como del

receptor. El arte logra despertar emociones, envuelve, sorprende y capta emocionalmente a quien lo percibe.

El pensamiento de los artistas y los creativos es un pensamiento divergente; “conjunto de capacidades que permite procesar la información de manera original y novedosa, diferente a la norma” (Herleein, 2010, p: 22). Generalmente las personas creativas y artistas son según lo indica Herleein (2010), más introvertidas, independientes, autónomos, rebeldes hacia las normas y el orden, aman de manera intensa y tienen la capacidad de sobrellevar con más facilidad los problemas, siendo más flexibles y libres de prejuicios.

2.2.2 Terapia del arte.

Históricamente se ha tenido en cuenta los efectos terapéuticos que tiene el arte para distintas enfermedades. En las distintas culturas a lo largo de la humanidad se han creado según las tradiciones y religiones de cada cultura, distintos tipos de rituales, danzas y ceremonias con la finalidad de conseguir un efecto sanador. Como lo mencionan Callejón y Granados (2003), el arte terapéutico tiene como base fundamental el proceso creativo y de expresión humana como una técnica para las relaciones, ayuda, prevención e intervención para distintas necesidades; Callejón y Granados (2003), hacen referencia a Rezoni, docente de historia contemporánea en Roma, quien indica que la terapia del arte antecedió incluso a la medicina como un método para la sanación, incluso define al arte terapéutico como un método *anestésico*. De acuerdo a Herleein (2010), el arte como un método terapéutico surge debido a la asociación que existe entre los fenómenos de la *psíque* y los fenómenos cósmicos, que mediante el arte se armonizan. El mismo autor, Herleein (2010), señala que, en el siglo XX que se empezó a conocer y a

sugerir al arte como un método para el tratamiento científico para diferentes trastornos y que, desde el desarrollo de la música como herramienta terapéutica empezaron a fomentarse también otras disciplinas artísticas como tales como la danza, las artes plásticas y las obras de teatro para la sanación. Esta inclusión del uso del arte como método de terapia surgió en el siglo XX gracias a S. Freud y C.G. Jung, quienes creían que el arte podía ser un método eficaz para el tratamiento. Anteriormente, artistas como J.W. Goethe y Rainer María Rilke ya habían planteado estas mismas ideas acerca de la capacidad que tiene arte de poder ayudar a la resolución de conflictos y problemas de las personas.

La idea de que el arte puede ser un elemento terapéutico para los distintos problemas personales, trastornos o enfermedades de las personas se sustenta en que “el arte es, por consiguiente, uno de los sistemas de símbolos más complejos que ayuda a transformar los sentimientos originales humanos por medio de lo que Vygostki denominó una *reacción estética*” (Marty, 1997, p: 59). Es decir, que el arte tiene la capacidad de transformar los sentimientos de los sujetos en obras estéticas que representan aquellos estados internos. Entonces, por medio del arte las personas pueden crear una obra según su percepción del mundo armonizando e integrando el mundo externo con su mundo interno. El arte permite a los individuos poder hacer un viaje a su interior, profundizando en el proceso de auto-conocimiento y al momento de acceder y reconocer esta arena, el sujeto puede empezar un proceso de transformación y sanación activo.

Es importante tener en cuenta que no se necesita ser un artista o un experto en algún campo artístico para hacer terapia del arte, pues el arte terapéutico no discrimina el nivel de habilidad o conocimiento artístico de los sujetos, sino que se adapta y los ayuda a que por medio de sus emociones, sentimientos, pensamientos y percepciones logren crear

una obra artística que transmita y transforme su mundo interno. En la terapia del arte, es mucho más importante el proceso de creación que la obra final; pues la obra final es el resultado del proceso, pero es en el proceso en donde se genera la sanación; El valor estético de la obra final, es el valor que el individuo le da a la totalidad del proceso y el resultado.

2.2.3 Danza terapia.

Desde hace algunos años se han desarrollado varios estudios sobre los efectos que tiene la danza como método terapéutico y de intervención en la psicología y pedagogía. “En 1966 se creó la Asociación Americana de Danzaterapia (American Dance Therapy Association, AD- TA) y en 1977 se puso en marcha la Revista Americana de Danzaterapia (American Journal of Dance Therapy)” (Martín Cabrero, 2011). La danza terapia o terapia de movimiento surge a partir del interés de bailarines que durante su experiencia se dieron cuenta de que por medio de la danza se podía trabajar con psicoterapia, como lo indica Martín Cabrero (2011).

Lo que fundamenta a la Danza/movimiento terapia (DMT), es la relación mente-cuerpo, una relación de la psique en la expresión corporal en donde a partir del movimiento y la danza se pueden revelar aspectos importantes de la psique y a su vez se puede trabajar en ellos. Por otro lado, existe la idea de que la DMT puede ser un medio de conexión con el inconsciente y un método de comunicación y expresión de aspectos suyos al mundo. Entonces por medio de la DMT, los sujetos logran un trabajo terapéutico conectándose con su inconsciente, sus emociones y pensamientos y pueden expresarlos y comunicarlos para resolver conflictos importantes como los problemas de pareja; y al realizarlo con sus parejas, se puede comunicar y expresar lo que realmente ambos sienten y piensan y este puede ser un

efectivo método para fortalecer la comunicación y el vínculo emocional que los conecta o confrontar positivamente sus conflictos.

La danza es uno de los métodos para poder alcanzar un estado *Holotrópico* de conciencia, Grof (2002), indica que estos episodios *holotrópicos* de conciencia pueden surgir a partir de una transformación psicológica y espiritual o incluso de sentimientos de unidad con otros individuos. El concepto *holotrópico* significa “«orientado hacia la totalidad» o «que se mueve en dirección a la totalidad» (del griego *holos*=total y *trepein*=ir hacia o en la dirección de algo)” (Grof, 2009, p: 18). Los estados holotrópicos, de acuerdo a Grof (2009), tienen un gran potencial sanador, de transformación y de unificación. Por medio de ellos, también se pueden manifestar los arquetipos, los símbolos mitológicos como manifestaciones del inconsciente colectivo; los cuales son fundamentales para el trabajo de fortalecer el vínculo emocional por medio de la danza terapia conectando con los arquetipos existentes en la psique de la pareja. Los procesos unitivos que plantea Grof (2002), se pueden observar en distintos estados. Si estas experiencias surgen en entornos de comprensión e integración logran alcanzar muchos beneficios sanadores que despliegan la creatividad y la auto-realización. Grof (2002), menciona que muchas de las experiencias unitivas surgen a partir de creaciones de belleza estética. La danza claramente es una de ellas: los bailarines logran transformarse en movimiento, música y belleza creativa, dejando desaparecer las barreras entre el bailarín y la danza. En este caso, la pareja en conjunto logra una experiencia de unidad que se convierte en la misma danza.

El psiquiatra Chileno Rolando Toro Araneda, estudió y dedicó su vida al desarrollo de la danza como método terapéutico, llamando a su sistema terapéutico Biodanza. “Propone la búsqueda de un nuevo modelo de vivir, despierta nuestra sensibilidad adormecida. Para vivir

mejor necesitamos un sentimiento de intimidad, de unión placentera y de gracia” (Toro, 2007, p: 28). En su libro “Biodanza”, Toro (2007), menciona que la danza es movimiento de vida, de ahí viene el nombre que le otorga su sistema de terapia “La danza de la vida”; menciona que la danza es un método de unión entre la persona y el universo, y esta unión se genera mediante el acceso a su mundo interno y la expresión de su identidad por medio de los movimientos dancísticos.

La danza terapéutica se sale de la técnica establecida en géneros de danza como es el ballet; puede usar elementos de un tipo de danza, pero no se aferra a la disciplina de dicho género y carece de estructura rígida. Es por esta razón que la danza terapéutica es accesible para todas las personas sin importar sus condiciones ni sus conocimientos en el campo dancístico. La danza terapéutica es una danza de carácter más orgánico; “responde a los modelos de movimientos naturales del ser humano; movimientos capaces de incorporar armonía musical, gestos arquetípicos; movimiento realizados en profunda resonancia con el cosmos” (Toro, 2007, p: 27). La Danza logra acceder a estados expandidos de conciencia para convertirse en un instrumento para lograr el autoconocimiento por medio de un viaje interior y el desbloqueo de contenidos reprimidos en el inconsciente.

2.2.4 Teoría arquetípica.

Carl Gustav Jung desarrolló y profundizó la teoría arquetípica y del inconsciente colectivo, y la presenta en varias de sus obras. De acuerdo a lo que postula Jung (2015), en lo inconsciente de la psique existe una capa superficial a la que se la llama “inconsciente personal”, pero existe otra capa más profunda llamada “inconsciente colectivo”, esta capa es de naturaleza general y a diferencia de la psique personal, está compuesta por contenidos y formas de comportamiento que son iguales entre todos los individuos; es decir, que son la

base psíquica general supra-personal manifestada en cada individuo. “Los contenidos de lo inconsciente colectivo son tipos arcaicos o mejor aún, primigenios, imágenes generales existentes desde tiempos inmemoriales” (Jung, 2015. p: 5). Entonces se puede entender a los arquetipos como representaciones, formas o imágenes simbólicas de figuras arcaicas, que han surgido en todas las culturas a lo largo de la historia de la humanidad y forman parte del inconsciente colectivo, manifestándose en lo inconsciente de cada sujeto, determinando los aspectos más profundos del interior del ello. Guil Bozal (1998), señala que los modelos arquetípicos conjugan hechos históricos con fantasías, realidades con deseos, tragedias con miedos y temores; y también con creencias religiosas, valores y morales sobre lo que la persona debe pensar, sentir y hacer. Siendo así, la base principal sobre la que se construyen nuestros valores. “Los procesos psíquicos inconscientes juegan un rol de primera magnitud en la transformación histórica y cultural de individuos y sociedades” (Costales y Costales, 1998, p: 148).

Entonces los arquetipos se convierten en la clave que nos ayuda a comprender la existencia del ser humano. Además de esto, “los arquetipos parecen configurar un ciclo coherente y sincrónico que constituye un sistema complejo o clase grande de la vida. Vistos aisladamente no nos alumbran gran cosa, pero ordenados pueden construir un mapa que nos oriente y ayude a armonizar nuestra existencia con la vida universal, al permitirnos conducir en lo posible, las fuerzas naturales y el destino humano”. (Costales y Costales, 1998, p:142). Partiendo de esto, es fundamental identificar todos aquellos arquetipos que pueden estar involucrados en la dinámica de relación de las parejas, logrando un acercamiento a identificar los contenidos del inconsciente que se necesitan para fortalecer el vínculo emocional entre las parejas por medio de la danza terapia.

Los contenidos de lo inconsciente se manifiestan de distintas maneras, de acuerdo a Jung (2015, p: 5), los mitos y los cuentos populares son una forma en la que los arquetipos son manifestados; a través de ellos los arquetipos ya no son contenidos plenamente del inconsciente, sino que se transforman en fórmulas transmitidas por las tradiciones. “El arquetipo presenta en lo esencial un contenido inconsciente que, al hacerse consciente y ser percibido, experimenta una transformación adaptada a la consciencia individual en la que aparece” (Jung, 2015, p: 5). De acuerdo al psicólogo suizo existen tantos arquetipos como situaciones típicas en la vida del ser humano; la repetición de estas situaciones graba en nuestra psique formas de percibir y actuar ante los sucesos; esta es una forma de manifestación de los arquetipos. Entonces, si por medio de la danza terapia se logra identificar los arquetipos involucrados en la relación de la pareja, estos aflorarán a la consciencia y se podrá integrarlos adecuadamente.

- El arquetipo del Sí- Mismo:

Para Jung, el arquetipo del Sí-Mismo o también conocido como Self, simboliza la totalidad, siendo el arquetipo principal y central de la psique humana, el que regula la psique y los procesos tanto de lo consciente y de lo inconsciente. Costales y Costales (1998) hacen mención a lo que Jung conceptualiza sobre el Sí-Mismo: “Núcleo psíquico (...) el centro vital de la personalidad del cual arranca todo el desarrollo estructural de la personalidad” (Jung, 1984, p: 167). El Sí Mismo entonces, es la verdadera esencia de cada individuo y de su ser, el arquetipo integrador de todos los procesos de su psique expresando la unión de la personalidad en su totalidad y siendo la brújula que dirige al ser humano a plasmar la *Individuación*, que implica la integración de lo inconsciente y lo consciente:

“Es un proceso que sigue el curso natural de la vida, una vida en la que el individuo debe recobrar el equilibrio de su ser primordial (...) Solamente cuando el individuo actúe en armonía con las advertencias que le manda el inconsciente es posible terminar el proceso de individuación y cumplir el destino de aumentar la conciencia universal” (Baker, 1986, p: 401).

Entonces, el arquetipo del Sí mismo tiene como función la integración del ser para encontrar el estado de equilibrio en la existencia de cada ser humano.

- Los arquetipos del ánima y el ánimus:

El ánima es el arquetipo o la imagen de la femineidad que hay en la psique del hombre. El ánima puede ser representada de varias formas y con funciones distintas; y como lo indica Boeree (1997, p: 2), la representación está basada en los roles tradicionales que se le otorga al hombre o a la mujer en forma de expectativas a cumplir. “En el hombre de la antigüedad clásica el ánima se presenta como diosa o como bruja; el hombre medieval en cambio sustituyó a esa diosa por la reina de los cielos o la Madre Iglesia. El mundo protestante, despojado de símbolos produjo primero un sentimentalismo enfermizo y después un agravamiento moral, que lleva lógicamente al más allá del bien y del mal” (Jung, 2015, p: 29). Entonces, según los roles que se establecen en cada cultura, el arquetipo del ánima se ve reflejado de la siguiente manera: “el ánima puede estar representada (personificada) como una joven chica, muy espontánea e intuitiva, o como una bruja, o como la madre tierra. Usualmente se asocia con una emocionalidad profunda y con la fuerza de la vida misma” (Boeree, 1997, p: 2). De acuerdo a Jung (2015), una de las características esenciales de ánima es ser el arquetipo del sentido de la vida;

“Cuando se han hecho añicos todos los apoyos, todas las muletas y ya no hay en ninguna parte seguro alguno que ofrezca protección, sólo entonces se da la posibilidad de vivir un arquetipo que hasta ahora se había mantenido escondido en el sin-sentido, cargado de significación, del ánima. Es el arquetipo de sentido, como el ánima representa por excelencia el arquetipo de la vida” (Jung, 2015, p: 32).

El ánimus a diferencia del ánima es la imagen masculina que es parte de la psique en el inconsciente colectivo de las mujeres; “el animus puede personificarse como un viejo sabio, un guerrero, o usualmente como un grupo de hombres, y tiende a ser lógico, muchas veces racionalista e incluso argumentativo” (Boeree, 1997, p: 2).

Los arquetipos del ánima y del ánimus constituyen una de las bases fundamentales de las parejas, en tanto el enamoramiento y la relación se dan en mucho por medio de una atracción psíquica a partir del inconsciente colectivo “El ánima y el ánimus son los arquetipos a través de los cuales nos comunicamos con el inconsciente colectivo en general y es importante llegar a contactar con él.

“Es también el arquetipo responsable de nuestra vida amorosa: como sugiere un mito griego, estamos siempre buscando nuestra otra mitad; esa otra mitad que los Dioses nos quitaron, en los miembros del sexo opuesto. Cuando nos enamoramos a primera vista, nos hemos topado con algo que ha llenado nuestro arquetipo ánima o ánimus particularmente bien” (Boeree, 1997, p: 2).

Por otro lado, estos arquetipos también pueden tener un rol importante en los conflictos de la relación; de acuerdo a lo que menciona Jung (2015), el ánima y el ánimus se encuentran proyectados sobre el otro sexo, de lo que surgen relaciones muy complicadas y eso causa muchos de los trastornos de la sexualidad que generan conflicto en la pareja generados por esta proyección. La autora interpreta esta idea de Jung afirmando que tanto el hombre como la mujer proyectan en su pareja o el ánima o el ánimus; según sea el caso; esa proyección está matizada por los roles y las expectativas que se tiene sobre la mujer o sobre el hombre tradicionalmente, pero si uno de ellos no cumple con estas expectativas, pueden surgir conflictos dentro de la pareja y también trastornos. Lo que se pretende entonces por medio de la danza terapia es que cada sujeto se empodere de el arquetipo del ánima o ánimus respectivamente con el fin de poder trabajar por medio del enamoramiento, los roles de cada uno y la dinámica de la relación de estos dos.

- El arquetipo de la Sombra

El arquetipo de la Sombra de acuerdo a Narbona (2016), representa todos aquellos sentimientos más oscuros e inaceptables, lo prohibido y reprimido del Sí mismo. Es la dimensión oscura de nuestra psique a la cual identificamos con el mal y nos produce culpabilidad, pero a su vez seduce y atrae. La sombra se va formando desde la infancia, desde entonces se van desterrando a la dimensión de la sombra todas esas cualidades con las que la persona no se identifica, todas aquellas cualidades que no cumplen con el ideal de la personalidad; como lo indican Zweig y Abrams (1991).

La sombra es muy complicada de entender ya que huye de la luz de la consciencia de cada uno pero se manifiesta por medio de acciones, “de este modo, pretendemos expulsar a la sombra de nuestro interior *proyectando* y atribuyendo determinadas cualidades a los demás

en un esfuerzo inconsciente por desterrarlas de nosotros mismos” (Zweig y Abrams, 1991, p: 8). La sombra se manifiesta en momentos de conflicto o en momentos de culpa por haber reprimido ciertos aspectos importantes para la vida de uno, como cualidades, habilidades o rasgos de la personalidad que se escondieron en la oscuridad de la psique. Entonces, “el encuentro con uno mismo significa en un principio el encontrarse con la propia sombra. Por otra parte esa sombra es un paso angosto, una puerta de estrecha angostura que no puede eludir nadie que descienda a lo hondo del pozo” (Jung, 2015, p: 21). Una vez que el individuo logra encontrarse con su sombra y reconocer todos aquellos aspectos de la vida guardados, olvidados o escondidos bajo ella, puede transformarlos en cualidades positivas que ayudan en el camino de la vida. En terapia de pareja, sería fundamental que ambas partes reconozcan los aspectos de su sombra para trabajar en su transformación. Además, la autora de esta investigación considera que el mostrar a la pareja aquellas cualidades de la sombra de uno mismo, puede ayudar a que el otro conozca los aspectos más escondidos pero importantes de su pareja, aspectos reprimidos o complejos que muchas veces salen a la luz en momentos de conflicto.

- El arquetipo del Héroe

Este arquetipo es el de la búsqueda de sentido, el arquetipo luchador ante la adversidad Ruíz Noé (2012), Cita a Campbell sobre el arquetipo del héroe “El héroe, por lo tanto, es el hombre o la mujer que ha sido capaz de combatir y triunfar sobre sus limitaciones históricas, personales y locales y ha alcanzado las formas humanas generales, válidas y normales” (Cit en Ruíz Noé, 2012, p: 190). De acuerdo al autor, el héroe puede realizar hazañas físicas o espirituales; las hazañas del héroe se caracterizan por la perseverancia, la

necesidad de vencer, la astucia; estos aspectos son los que encaminan al héroe a ganar sus batallas; es el salvador y guía en el camino de la adversidad. Consideramos que, para una intervención en terapia de pareja, ambas partes deben empoderarse de su arquetipo del héroe para luchar incansablemente contra los conflictos, la sombra y los obstáculos de la relación, a fin de obtener los resultados deseados. Una vez que dos individuos ponen en acción su lado heroico y se encuentran tras un mismo objetivo, pueden juntos encontrar el camino más adecuado para salir de su laberinto de conflictos.

2.2.5 Estados ampliados de conciencia.

“La modificación de conciencia es a la psicología lo mismo que el microscopio a la biología o el telescopio a la astronomía” (Grof, 2014).

La psicología moderna y la psiquiatría han desarrollado el estudio de la conciencia humana de perspectivas metodológicas y teóricas para comprobar su existencia. ¿pero cómo se puede definir a la conciencia?, Bleuer la define de la siguiente manera:

“Apenas es posible definir aquello que entendemos en psicología por conciencia o consciente... Se podría decir que es aquello que nos hace ser, en esencia, distintos de un autómatas, que permite que una persona sepa qué es lo que hace y que reconozca los motivos de sus reacciones” (Bleuer, 1967, citado en Méndez López, 2007, p: 184).

La conciencia humana según lo indica Méndez (2007), es una realidad procesual que se configura a partir de elementos provenientes del espacio interno-subjetivo y externo-objetivo de la persona y existe una amplia gama de procesos de la psique que le dan forma a la conciencia, estos procesos son los encargados de permitir que los datos de la realidad

objetiva entren y se integren a la estructura de la experiencia consciente subjetiva. De acuerdo al mismo autor, estos procesos psíquicos son la percepción, la memoria, la comunicación y la atención; siendo aspectos fundamentales para conceptualizar y definir la actividad de la conciencia. La conciencia es un proceso experiencial e íntimo por el cual la persona interpreta y experimenta los estímulos del exterior en su interior; es por eso que se trata de un proceso completamente subjetivo.

Ahora bien, es importante saber que la consciencia se conforma por distintos estados y como lo señala Méndez López (2007, p: 186), estos estados fluctúan entre dos polos opuestos: el estado inferior, el sueño y el estado superior, estado de atención viva o lo que también se conoce como vigilia. Los otros estados son los que el autor llama como estados intermedios y que se caracterizan por: estado de vigilia extrema, estado de ensoñación y por último un estado en el cual las respuestas motoras a los estímulos sensorio-perceptivos “son muy débiles y desaparecen; pero también se ha estudiado sobre algunos estados en los cuales hay una disolución completa de la conciencia o hipnosis. Los cambios en los estados de conciencia se generan por medio de alteraciones de los neurotransmisores en el cerebro” (Méndez López, 2007, p: 186). La autora de esta investigación discrepa con lo que Méndez López menciona sobre el sueño, en tanto ella considera que el sueño no es un estado inferior de consciencia, más bien es un estado muy poderoso e integrativo para acceder a los contenidos del inconsciente.

Millán (2015, pg:1), define a los cambios de la conciencia como la inducción a distintos estados existenciales en los cuales los diferentes estímulos externos se transforman según la percepción interna de la persona; creando una experiencia integradora entre lo de adentro y lo de afuera. Como lo indica el autor, los cambios de estados de conciencia son una

herramienta muy efectiva para el autoconocimiento y la exploración del Sí-mismo para lograr la sanación. “Existen infinidad de técnicas de inducción de estos estados: danzas y cantos rituales, recitación de mantras, estados de privación, contemplación, meditación, sustancias psicotrópicas, control de la respiración, etc” (Millán, 2015, p:2). En los estados ampliados de conciencia se revelan distintos mecanismos de la psique humana que se encontraban en lo inconsciente dirigiendo las emociones, la sexualidad, el afecto y la cognición del ser humano, de acuerdo a lo que indica Millán (2015, p: 2). Una vez que el sujeto logra hacer un viaje introspectivo y entender estos aspectos inconscientes de su psique se puede obtener un estado de totalidad y sanación.

Por medio de prácticas que conducen a los individuos a entrar en estados ampliados de conciencia, se puede entrar en contacto con elementos del inconsciente personal y colectivo (los arquetipos); haciendo que la práctica de tales estados sea una herramienta terapéutica muy efectiva. Como ya se mencionó con anterioridad, la danza es una de las técnicas por las cuales se puede llegar a estados ampliados de conciencia. La danza es un método terapéutico y artístico que al practicarla es capaz de conducir al hombre a un viaje interior muy poderoso por el cual puede entrar en contacto con todos los aspectos de su psique y del inconsciente, interpretarlos, expresarlos y sanarlos.

2.2.6 Relación de pareja.

La pareja es la estructura social más simple y pequeña, pero a su vez puede ser de las estructuras más complejas que perduren a lo largo del tiempo. De acuerdo a de la Espriella Gerrero (2008), la pareja marital además de ser un vínculo sentimental y emocional, se caracteriza por aspectos económicos, políticos y sociales, que fijan roles y responsabilidades

Camacho (2004), menciona que toda relación de pareja, empieza a partir de un vínculo emocional y romántico que va creciendo pero que a lo largo del tiempo también se van dando etapas distintas con altos y bajos, que se vuelve incompatible con lo que las personas idealizan del amor, creando insatisfacción con la relación y sintiendo que tienen una vida monótona de pareja. Ello genera que una o las dos partes fantaseen con volver a la relación que ellos califican como la “*ideal o perfecta*” o que haya infidelidad con el fin de escapar de esa rutina, para encontrar otra vez la emoción viva y esa explosión de sentimientos que surge al inicio de la relación o incluso durante las etapas estables y satisfactorias del matrimonio. El otro escenario que puede crearse es que cada vez los desacuerdos, discusiones y las peleas sean mayores, creando tensión y desapego que pueden conducir a la separación y a la ruptura de la relación.

De acuerdo a Grof (2002), en ocasiones, la relación con algunos sujetos genera una experiencia transpersonal en la que la conciencia de cada uno se funde con la otra y se desvanecen todas las barreras físicas, creando así una unión y una fuente de conexión creativa en donde se genera lo que él llama “la unidad dual”. El autor pone como ejemplo el hacer el amor, como una experiencia transpersonal que crea esta unidad dual en la pareja al igual que momentos que generan una gran experiencia emocional. Así mismo, se puede alcanzar la unidad dual que plantea Grof por medio de la danza. Según el autor, tal unidad se caracteriza por el proceso de fundirnos completamente con el otro, pero a la vez cada parte conserva su propia identidad. Cada uno tiene un rol importante en el baile, pero a la vez los dos se transforman en uno, creando no sólo una conexión física, sino también emocional y psíquica que minimiza las barreras existentes en la pareja. Washington (S.F, p: 3), respalda lo siguiente planteando que por medio de la danza terapia se genera un proceso de conexión emocional, cognitivo, físico y de interacción social entre personas; además la DMT, es una

herramienta que tiene la capacidad de afectar el desarrollo y la mejora de la relación del cuerpo, la imaginación y las emociones, y una mayor capacidad para adaptarse y responder al medio ambiente.

2.2.7 Danza terapia con tango para parejas.

La autora de esta investigación utiliza al género del Tango como la herramienta dancística para fortalecer el vínculo emocional de las parejas que realizan psicoterapia. Las dos principales razones por las cuales se ha escogido al Tango para esta investigación son las siguientes: a) al ser una investigación realizada en Ecuador y enfocada a ponerla en práctica, es importante escoger un género dancístico que sea conocido suficientemente en Ecuador y que resulte atractivo a los pacientes con el fin de promover esta práctica; b) las características principales por las que el Tango es reconocido son: ser un baile de pareja que determina los movimientos del hombre y de la mujer y que ambos movimientos se acoplan perfectamente para crear una danza sincronizada. “La música de tango crea un ambiente de contemplación, deseo y estimulación intelectual. Por ello ha sido utilizado como terapia complementaria en el tratamiento de desórdenes psicológicos severos como: Fobia Social, Depresión, Trauma e incluso Esquizofrenia. En general es de gran ayuda en terapias de parejas y de problemas interpersonales” (De Miguel Landiribar, 2017, p:1).

Prada Domecq (2001), postula que los elementos principales del tango son los siguientes dos: a) la caminata, que es fundamental para marcar el ritmo del compás de la música, b) el abrazo, donde el hombre toma a su compañera, con fuerza, con decisión, pero también con suavidad. Para el abrazo, ambos bailarines deben arrimarse el uno con el otro en la cabeza y el pecho, esto ayuda al balance, dejando a la vez los pies

ligeramente separados para facilitar el movimiento de la caminata. El autor indica que en el tango se debe apoyar la cara de forma en que el lado derecho de la frente del hombre se apoye con la parte izquierda de la frente de la mujer. Esta postura, llamada como “el abrazo” según Prada Domecq (2001), genera una comunicación muy grande entre la pareja.

“Mientras se baila el tango, los bailarines están totalmente metidos en la música y funcionan como si fueran parte de la orquesta. En esos momentos no existen otros intereses que el de bailar armónicamente, entregados uno al otro. Son los sentimientos que se crean al bailar un tango lo que une a la pareja y permite que se expresen” (Prada Domecq, 2001).

De acuerdo a la autora de esta investigación, la entrega a que los dos cuerpos se fusionen armónicamente en un mismo movimiento es muy importante para el trabajo de pareja ya que el tacto y la cercanía física puede lograr que se cree una mayor proximidad emocional entre ambos. El uso del género del tango para psicoterapia se lo define como *Psicotango*; Lavallo Cobo (2017), investiga al tango como herramienta de acceso a los arquetipos de la teoría jungiana siendo según lo indica, un ritual para rastreo y recuperación de los arquetipos del individuo. La danza en general se convierte en un método que ayuda a realizar un viaje al interior del ser humano o con el fin de rescatar aspectos de la psique humana fundamentales para entender su funcionamiento del individuo en el mundo externo. El autor pone énfasis a los arquetipos del *ánima* y el *ánimus* en el tango de forma en que “el psiquismo del hombre y la mujer respectivamente sobre el inconsciente personal como colectivo, son manifestados proyectivamente, en esencia, sobre el juego de los cuerpos puestos de relieve en la danza” (Lavallo Cobo, 2017).

El autor menciona también que, por medio del abrazo en el tango, elemento que se habló con anterioridad, la pareja logra expresar una gran variedad de sentimientos como el dolor, el miedo, el amor, la pérdida, entre otros. Estos sentimientos que se encuentran en el interior del sujeto por medio de la danza logran canalizarse para ser expresados en el mundo exterior. Una vez que éste logra acceder a tales sentimientos o estados internos y expresarlos hacia el exterior, es el punto de partida para poder transmitir a la pareja los deseos y necesidades y que el otro logre comprenderlos. Es importante que el individuo acceda, reconozca y entienda sus sentimientos y necesidades con precisión para después transmitirlos a la pareja para crear cambios positivos en la relación de pareja. Por otro lado, el autor también hace referencia al arquetipo del héroe que se ha mencionado anteriormente en esta investigación,

“El tango no media la razón, sino que percibe y comanda las imágenes primordiales de la humanidad, del sentimiento de una especie que pierde constantemente su sensibilidad y que constantemente va en la búsqueda de ella (...) es la contienda del protagonista de la vida de encontrar su esencia interior, atravesar los avatares más drásticos para finalmente reconciliarse e integrar su alma. Son motivos que no han dejado de prevalecer incluso sobre los humanos modernos” (Lavallo Cobo, 2017).

La autora de esta investigación propone que para que una pareja en conflicto logre integrarse para resolver los problemas que degradan su relación, ambos sujetos deben contactar al arquetipo del héroe, quien ayudará a entender con mayor facilidad los estados internos de cada uno y a emprender el *viaje del héroe* con el objetivo de satisfacer las necesidades de cada uno y encontrar un estado de equilibrio y tranquilidad entre *ánima* y *ánimus*.

De acuerdo a lo que indica Tifatino (2017), la terapia por medio de la danza utiliza al movimiento del cuerpo con el fin de integrar física, cognitiva y emocionalmente a un individuo. Entonces, si se considera al movimiento dancístico como psicoterapia para las parejas, se buscaría obtener no sólo la integración de uno mismo, sino que se verá también enfocado en la integración de ambos en cuanto al cuerpo y las emociones que se generan entre la pareja. La integración por medio de la danza nace a partir de la expresión y la creación; es decir que, por medio de la expresión de emociones, sentimientos, pensamientos; el individuo es capaz de crear una obra dancística que integre y exprese dichos estados internos. “A través del Arte, toda y en todos sus aspectos, el sujeto consigue relacionarse con el mundo exterior de una forma diferente pudiendo así expresar, gracias a este medio, su mundo interior” (Tifatino, 2017). La autora también indica que la danza sirve como un instrumento alternativo que ayuda a integrar las experiencias previas, la memoria corporal, estimular la percepción corporal, desarrollar la percepción personal y hacia los demás; como también ayuda a comprender las emociones vividas, solucionar conflictos intra e interpsíquicos, adquirir nuevas maneras para establecer vínculos y manejar situaciones; todo lo mencionado por Tifatino (2017), es fundamental si se utiliza a la danza como un proceso psicoterapéutico para fortalecer el vínculo emocional de la pareja. La autora de esta investigación propone que, si a la pareja se le da el espacio para crear por medio de la danza, se generará un ambiente de exploración del ser que después se podrá sintonizar con el otro y se provocará un espacio en donde, a partir de la danza, ambos podrán expresar emociones reprimidas contenidas en el arquetipo de la Sombra y que de otra manera no podrían expresarse con facilidad. La danza no consiste en simples movimientos corporales, sino en movimientos corporales

que mueven estados internos del individuo para expresarlos hacia el mundo exterior, y una vez que se exterioricen se podrá comprenderlos y cambiarlos hacia estados más positivos o funcionales.

Una de las limitaciones que puede obstaculizar a los sujetos experimentar con la danza es el miedo a no saber bailar; sin embargo, la danza terapia excluye a la técnica dancística y se enfoca en un proceso de autoexploración y expresión. Según lo que indica Sebiani (2005, p:50), respecto a que la Danza Terapia anteriormente se apoyaba en elementos intuitivos, pero actualmente, la Danza Terapia se apoya en algunas de las grandes de las teorías psicológicas, como por ejemplo la de C.G Jung; enfocándose en la imaginación activa y abrir el inconsciente por medio de la danza. Desde esta perspectiva, el objetivo de utilizar la danza como herramienta terapéutica es el movimiento de los elementos internos de la psique con el fin de externalizarlos para lograr la sanación. “Parte de los aspectos que se trabajan dentro de la danza terapia son: el ritmo, la creatividad y la espontaneidad, así como, el uso de las improvisaciones, de los símbolos, metáforas y ejercicios de relajación”. (Meekums B, 2002. Cit en: Sebiani, 2005, p: 50).

Esta investigación tampoco pretende incentivar a que las parejas utilicen la danza como el único método terapéutico, si no que la danza sea una herramienta complementaria a la psicoterapia de pareja con el fin de fortalecer el vínculo emocional de ambos miembros por medio del acceso a los estados internos de cada uno y la expresión de estos para generar en la pareja una mayor conexión y comprensión de las mutuas necesidades.

Traversaro (2014, p: 6), apoya lo mencionado anteriormente indicando que la Danza terapia al igual que todas las terapias del arte funcionan como complementos a terapias psicológicas y/o médicas; incentivando la conciencia de quien lo practica, buscando así la creatividad y la integración física, psíquica y emocional. De igual manera, sostiene que a lo largo de su experiencia en el campo de la danza terapia, muchos de los sujetos que han tenido un tratamiento psicológico y que se han involucrado después en un tratamiento de danza terapia mencionan que la experiencia que genera la danza ayuda a despejar muchos conflictos que sólo con otros métodos terapéuticos no se han podido resolver; “la danza terapia ha sido creada para resolver las limitaciones expresivas y mejorar la comunicación” (Traversaro, 2014, p: 6). Es aquí donde está la clave para la intervención y el tratamiento de parejas a través del tango. Una vez que los individuos llegan a terapia con conflictos emocionales o problemas en sus relaciones, la mejor manera es no solo intervenir de forma tradicional, sino dar a los pacientes la oportunidad de resolver sus conflictos por medio de terapias complementarias que incentiven su creatividad para crear nuevas formas de resolución de sus conflictos, brindando libertad de expresión y de comunicación. Además, permitir la conexión con su mundo interno para expresarlo y lograr cambios importantes de vida, y claro está darles la oportunidad de generar una nueva forma de relacionarse de manera positiva con los demás; en este caso específico, con su pareja.

METODOLOGÍA Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La metodología seleccionada para este estudio es la investigación de literatura o Investigación documental, la cual “examina datos existentes para confirmar una hipótesis” (Feldman, 2010, p: 37). Esta metodología según indica Feldman (2010), utiliza los datos obtenidos de documentos, artículos y expedientes para obtener información; este método es una forma económica de realizar un estudio; sin embargo, una limitación de esta metodología es que en ciertos campos, aún la información no es de fácil acceso. Se puede considerar a este método de investigación como un estudio cualitativo que tiene como objetivo investigar los distintos temas relevantes para responder a la pregunta problema de esta investigación. “La investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones, su estructura dinámica” (Pita Fernández y Pértegas Díaz, 2002, p: 76).

La revisión de literatura ayuda a comprender de manera profunda y detallada los distintos pilares teóricos que sostienen esta investigación: la danza terapia, el tango, la teoría sobre las relaciones de pareja, los estados ampliados de consciencia y la teoría arquetípica de C.G. Jung. Posteriormente, estos cinco, serán integrados para cumplir el objetivo de estudio. Para realizar este estudio de la manera más clara posible, ha sido necesario investigar los antecedentes de los temas en los que se apoya esta investigación desde lo más amplio para después hacer una inmersión más profunda en los temas para analizarlos de una manera más detallada para integrarlos con la finalidad de presentar una nueva propuesta en el campo de la psicología.

Primero, se estudia el tema de la danza terapia, pero para llegar a él, se consideran sus antecedentes como: el arte y la arteterapia, para entender con más facilidad lo que el método de la danza terapia propone en el campo. Segundo, se estudia la teoría junguiana propuesta por el psicólogo suizo C.G. Jung, abarcando el tema de los arquetipos de los cuales se investiga sobre el arquetipo del Sí mismo, los arquetipos del ánima y ánimus, el arquetipo de la Sombra y el arquetipo del Héroe. Tercero, se investiga sobre las técnicas de expansión de consciencia que conducen al individuo a contactar sus estados internos y se considera a la danza como un método que puede ayudar a acceder a estos estados. Cuarto, se analiza las teorías sobre la dinámica de las relaciones de pareja y los factores principales que generan conflictos, distanciamiento y rupturas emocionales entre la pareja. Y quinto, pero no menos importante, el género musical y dancístico del Tango, su historia, antecedentes y características para entender por qué razón se escoge a este género para la propuesta de esta investigación.

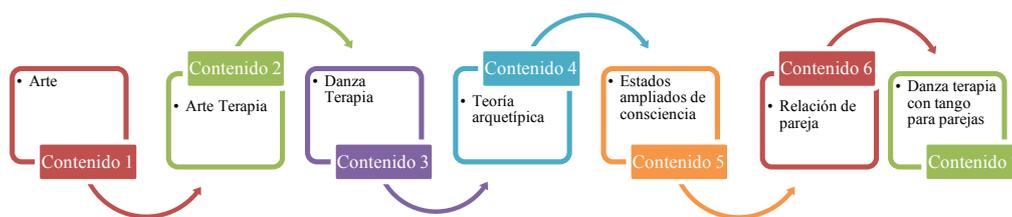


Figura #1. Metodología para el levantamiento de información.

En el caso en el que esta propuesta sea aplicada, se va a requerir de algunos importantes pasos para el reclutamiento de participantes y su metodología. En primer lugar, sería fundamental presentar la propuesta a varios psicólogos especializados en terapia de pareja. Si ellos lo consienten y aceptan que se administre tango terapéutico con sus pacientes como un trabajo complementario, se podrá empezar a aplicar de manera individual cada uno de los miembros de las parejas. Una vez que se hayan reclutado parejas se deberá hacer con cada una de ellas una primera entrevista para entender la base de su conflicto, lo que se ha estado tratando en psicoterapia y presentar esta propuesta que sería aplicada con ellos. Tercero, se enseñaría a las personas los pasos básicos de tango solo para que tengan una referencia de movimientos y pasos que los ayudarán en la danza; sin embargo, esta propuesta se apoya en la idea del movimiento creativo más que la técnica del tango. En Anexos se encuentra un gráfico demostrativo de los pasos básicos del tango.

Posteriormente se le dará a cada pareja una lista de diferentes piezas musicales de tango que podrán ser utilizadas para la danza terapia, una vez que se relacionen con todas, las parejas podrán llegar a un acuerdo de cuáles piezas melódicas utilizar para su tratamiento, de acuerdo a sus gustos. Es importante mencionar que la razón por la cual la autora de esta investigación ha decidido escoger las piezas musicales descritas a continuación, es debido a la conexión emocional que ha surgido en ella al escucharlas, lo que le hace suponer que estas piezas podrán ser efectivas para el trabajo danzaterapéutico en los pacientes. Sin embargo, se podrán utilizar otras piezas de tango que no sean las escogidas por la autora. La lista de piezas musicales que se podrían presentar a los participantes en el caso que esta investigación se ponga en práctica es la siguiente:

| Autor | Nombre | Año |
|--|---|------------|
| José María Contursí y Pedro Láurenz | <i>“Como dos extraños”</i> <i>(insturmental)</i> | 1940 |
| Gerardo Matos Rodríguez | “La Cumparsita” | 1916 |
| Celedonio Flores, Carlos Gardel y José Razzano | <i>“Mano a mano”</i> | 1920 |
| Juan de Dios Filiberto y Coria Peñaloza | <i>“Caminito”</i> | 1926 |
| Luís César Amadori y Franciso Canaro | <i>“Madre Selva”</i> | 1931 |
| Carlos Gardel | <i>“Volver”</i> | 1934 |
| Carlos Gardel | “Cuesta abajo” | 1934 |
| Carlos Gardel | <i>“El día en que me quieras”</i> | 1935 |
| Carlos Gardel | <i>“Por una cabeza”</i> | 1935 |
| José María Contursí y Pedro Láurenz | <i>“Como dos extraños”</i> <i>(insturmental)</i> | 1940 |
| Homero Expósito y Virgilio Expósito | <i>“Naranjo en Flor”</i> | 1944 |
| Astor Piazzolla | <i>“Libertango”</i> | 2000 |

Tabla #1: Lista de piezas musicales para la intervención práctica.

La autora considera que una vez que las parejas y sus terapeutas hayan accedido a involucrarse en el tratamiento, se podrá agendarlo una vez por semana para lograr un tratamiento efectivo.

Al final de cada sesión será importante sentarse junto a los dos sujetos e incentivar a que transmitan verbalmente lo que sintieron mediante la danza, será un espacio dedicado a la expresión verbal y a la comprensión del trabajo de cada uno de los individuos. Se registrará después de cada sesión el trabajo de las parejas y lo que se trató durante la conversación de cierre. La autora considera que podría ser efectivo pedir a realizar un diario a cada individuo en donde puedan plasmar por medio de la escritura, poesía o dibujo, lo que lograron trabajar mediante la danza y que podrá ser compartido con sus parejas si ellos lo desean. La autora de esta investigación propone que sería interesante realizar videos de cada sesión para registrar el lenguaje corporal de los danzantes y registrar la evolución del posible efecto terapéutico a través de las sesiones.

La autora de esta investigación considera la importancia de detallar lo que se esperaría del proceso, una vez que este se lo decida poner en práctica; para esto ha realizado una serie de dibujos con el objetivo de mostrar a los lectores de una forma visual su hipótesis:

1)



Gráfico #1. Distanciamiento. El conflicto genera tensión y genera una barrera psíquica y emocional entre los danzantes

Las parejas que deciden iniciar el tratamiento llegarán a consulta con varios problemas que generan conflicto en su relación, produciendo tensión entre ambos sujetos. Al momento de iniciar la danza en pareja, la autora considera que se notará una barrera psíquica y emocional entre los danzantes que se podrá ver reflejada mediante su lenguaje no verbal; sus movimientos corporales serán tensos, sus gestos podrán indicar confusión, enojo, fastidio y rechazo hacia su compañero, y su distanciamiento corporal será notorio debido a que sus cuerpos no estarían pegados, no se abrazarían, sostendrán al otro con

rigidez y no permitirían que haya fluidez en sus movimientos. La falta de conexión y cercanía emocional de los danzantes creará una obra dancística fragmentada, este problema surge cuando los bailarines prestan mucha atención a sus pasos y al objetivo de la danza y no se conectan con su mundo interno, no contactan con sus emociones y por lo tanto no las logran transmitir. Será un trabajo duro para ambos individuos conectar y comprender las emociones, sentimientos, pensamientos y sensaciones de su pareja si esta barrera impide su conexión; sin embargo, mediante la repetición y con el paso del tiempo, cada sujeto comprenderá la importancia de permitirse sentir plenamente, entrar a conocer su interior y dejar que todos los contenidos psíquicos y emocionales que necesitan aflorar lo hagan; una vez logrado el otro podrá comprenderlo, la empatía, la conexión y el vínculo empezarán a fortalecerse entre los danzantes.

2)

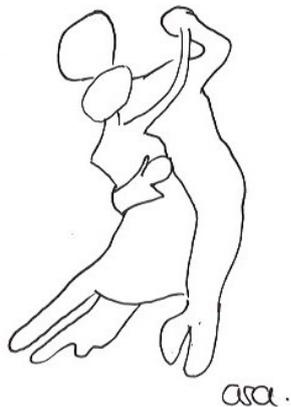


Gráfico #2. Primeros acercamientos. El conflicto es cada vez es menor permitiendo a los danzantes que se conecten más emocionalmente. Esta conexión se reflejará en su postura y acercamiento en la danza, mediante el abrazo, la cercanía de los cuerpos y la sincronización de los pasos.

La autora considera que desde la tercera sesión se podrán empezar a ver cambios en la dinámica de la danza de las parejas. Se espera que ambos sujetos hayan logrado entender a lo largo de las sesiones anteriores la importancia de contactar con los contenidos internos de su psique para poder sacarlos hacia el exterior por medio de la danza y expresar a su pareja lo que estos contenidos necesitan. Las parejas empezarán a romper esa barrera que los divide para lograr una mayor comprensión y unión con el mundo de su pareja que se ocultaba tras la rigidez del muro. Ambos danzantes se acercarán más físicamente, cada individuo empezará a entender los movimientos corporales de su compañero para irlos adaptando a los suyos y por lo tanto se empezará a generar una mayor fluidez en la danza. Cada sujeto estará más conectado con su mundo interior y a su vez se sentirá más cómodo de acercarse psíquica y emocionalmente a su compañero.

3)

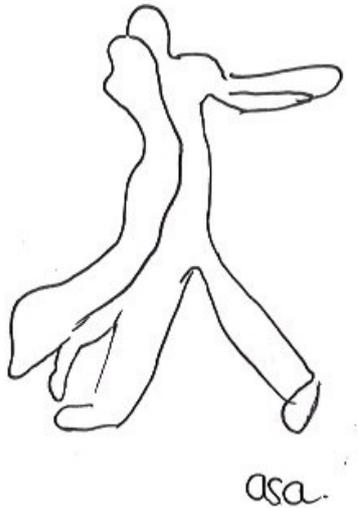


Gráfico #3. Unión. Las barreras se funden permitiendo a la pareja entrar en una mayor conexión. Cada vez los danzantes están más cercanos y crean una mayor conexión alma-cuerpo-psyque.

La autora considera que, hacia la sesión quinta o sexta del tratamiento, se podrá ver un cambio importante en la pareja. El vínculo emocional entre ambos sujetos se habrá fortalecido de tal manera que se crea unión. Mediante el lenguaje corporal de los sujetos se podrá ver la cercanía de los danzantes, quienes se abrazarán y sus pasos ya se abran sincronizado generando una danza fluida. Cada individuo habrá llegado a entender la importancia de expresar sus emociones, sensaciones y necesidades a su pareja mediante el lenguaje no verbal. La empatía y la conexión, que para esta altura del tratamiento estará fortalecida, comprender a su pareja; cada sujeto se sentirá en la comodidad de compartir

durante la danza sus contenidos internos a su pareja; quien a su vez estará haciendo lo mismo, dando paso a cada uno para explorar con más profundidad las necesidades de su compañero creando un mayor vínculo emocional entre ambos.

4)



Gráfico #4. Fusión. Los bailarines se convierten en uno sólo, la comunicación y la conexión emocional es tan fuerte que tiene el poder de deshacer por completo las barreras de conflicto. En este momento, la pareja se pierde en el fluir del momento.

Después de haberse logrado que en las parejas se fortalezca el vínculo emocional, la autora de esta investigación considera que el resultado final ideal en este proceso danzaterapéutico sería que ambos sujetos alcancen el estado de fusión. En este estado, ambos bailarines al bailar ya no se sentirán como dos individuos que componen una pareja, sino como uno solo. La conexión entre ambos durante la danza será tan fuerte que el mundo

interno de ambos estará fusionado; estarán compartiendo un momento de éxtasis emocional profundo. La barrera habrá desaparecido y el vínculo emocional que se alcanzará mediante la danza podrá perdurar en otras arenas de su vida cotidiana. La autora considera importante señalar que, al alcanzar este estado los danzantes conocerán el placer de sentirse tan conectados emocionalmente; pero a su vez, entenderán importancia de reconocer que cada uno es un ser individual que necesita ser comprendido y que tiene sus propias necesidades. Cada uno logrará entender las necesidades y emociones del otro de una manera más fácil, reduciendo los conflictos y manteniendo la unión y el vínculo fuerte de pareja.

La autora señala que al final de cada sesión será importante sentarse junto a los dos sujetos e incentivar a que transmitan verbalmente lo que sintieron mediante la danza, será un espacio dedicado a la expresión verbal y a la comprensión del trabajo de cada uno de los individuos. Se registrará después de cada sesión el trabajo de las parejas y lo que se trató durante la conversación de cierre. La autora considera que podría ser efectivo pedir a realizar un diario a cada individuo en donde puedan plasmar por medio de la escritura, poesía o dibujo, lo que lograron trabajar mediante la danza y que podrá ser compartido con sus parejas si ellos lo desean. La autora de esta investigación propone que sería interesante realizar videos de cada sesión para registrar el lenguaje corporal de los danzantes y registrar la evolución del posible efecto terapéutico a través de las sesiones.

3.1 Herramientas de investigación utilizada

Las herramientas utilizadas para esta investigación son distintas referencias bibliográficas que ayudan a recopilar datos importantes para el desarrollo de este estudio. Al utilizarse una metodología de investigación cualitativa de tipo documental, la investigación se apoya en artículos de publicación académica en revistas (*journals*) por distintos autores que son citados a lo largo de esta investigación y en libros como la obra de Jung llamada “Los Arquetipos y el Inconsciente Colectivo” (2015).

3.2 Participantes

Al tratarse de una investigación de literatura, este estudio no cuenta con participantes para su investigación en sí. Este proyecto es una propuesta basada en la recopilación de datos con el objetivo de poder ser aplicada en el futuro como un método dentro del campo psicoterapéutico. La investigación se enfoca en una población específica en la cual se podrá aplicar dicha propuesta. La población es la siguiente: 15 parejas en una relación que estén asistiendo a tratamiento psicoterapéutico con la finalidad de lograr un cambio positivo en su relación de pareja, de la ciudad de Quito, Ecuador.

3.3 Consideraciones éticas

Este estudio al ser un proyecto de investigación no tiene contacto con sujetos. Por lo tanto, nadie se ve afectado éticamente por este estudio. En el caso de poner esta investigación en práctica, será importante tener el consentimiento tanto de los terapeutas que realizan el tratamiento con las parejas y por su puesto el consentimiento de los participantes. Es importante mencionar que se ha demostrado que la danzaterapia es efectiva como un método complementario, como se ha indicado a lo largo de esta investigación. La autora de esta

considera que no se presentarán consecuencias éticas negativas en los participantes al practicar danza como un proceso creativo y complementario.

RESULTADOS ESPERADOS

El presente trabajo de investigación no consiste en un proyecto que ha sido puesto en práctica en el campo, es decir con participantes como parte de su método de investigación. Este proyecto consiste únicamente en una revisión de literatura con el fin de poder proponer una intervención complementaria en el campo de la psicoterapia y que pueda ser aplicada posteriormente en la población a la que ha sido dirigida. Lo que se espera de este trabajo de investigación es mostrar cómo el arte, en este caso la danza, puede ser un método efectivo para lograr acceder a estados ampliados de conciencia. Este método ayudará a los individuos que utilizarán la danza como una herramienta terapéutica a lograr contactar aquellos contenidos internos de su psique, entenderlos y trabajarlos de forma en que puedan ser sanados.

La propuesta de esta investigación consiste en que las parejas, se arriesguen a realizar un trabajo tanto personal como en conjunto. Primero, los sujetos podrán ser capaces de acceder a su mundo interno mediante un viaje introspectivo, la llave que abrirá la puerta a este viaje será el tango, el cual ayudará a que los sujetos se conecten con su ser interior. Después, una vez que cada individuo ha sido capaz de acceder a su mundo interno podrá juntarse con su pareja para poder empezar a bailar con el objetivo de comunicar y conectar sus contenidos internos al otro. La danza terapia “en primer lugar, parte de una concepción del ser humano como unidad indisoluble cuerpo-mente. Además, entiende que el baile y los gestos son modos eficaces para expresar la interioridad de la persona, con su consiguiente potencial terapéutico” (Cordero, 10 de febrero de 2012). Por consiguiente, se pretende que los individuos primero logren la integración de ciertos contenidos inconscientes para posteriormente comunicarlos y fusionarlos con los contenidos que su pareja activará por medio de su trabajo, que también será primero de tipo personal. De acuerdo a lo que

menciona Fischman (2008, p: 2), este trabajo personal se trata de un proceso que logra la ampliación del Self (*Sí-mismo*), el cual es una entidad compleja de tipo biopsicosocial. Una vez logrado este objetivo, se procederá al trabajo en pareja.

Se espera resultados positivos de esta propuesta al ser puesta en práctica dentro del campo de la psicoterapia. Todos aquellos que han estado algún momento involucrados con algún tipo de arte, pueden entender el poder terapéutico que éste tiene y lo fácil que es para el artista que crea una obra, sumergirse en el momento, olvidándose del mundo externo para enfocarse únicamente en sus emociones, sentimientos, pensamientos y necesidades que deben ser expresadas mediante su obra para comunicar al mundo aquel material que necesita emerger. “La Danza Movimiento Terapia enfoca la vivencia del movimiento sentido y los sentidos del movimiento. Se compromete empáticamente con la experiencia intersubjetiva enraizada en el cuerpo” (Fischman, 2008, pg: 1). Se espera que se cree una conexión tan fuerte entre las parejas danzantes, que sea muy fácil para cada sujeto empatizar con su pareja para poder entender con mayor precisión lo que el otro necesita comunicar. Se espera que esto suceda por la comunicación mente-cuerpo-psyque que se creará mediante el proceso de la obra dancística. La obra que se creará entre ambos miembros de la pareja, integrará los contenidos internos de ambos mediante la comunicación no verbal y como lo menciona Fischman (2008, p:1), se genera un ambiente de confianza y seguridad en el cual los pacientes se sentirán cómodos para permitir a su *Sí mismo* manifestarse al bailar.

En el caso en el que esta propuesta sea aplicada en la población a la que está dirigida, se esperarían los siguientes resultados: a) que cada uno de los integrantes de la pareja hagan un viaje introspectivo por medio de la danza con el objetivo de entrar en contacto y entender los contenidos internos de su psique: arquetipos, necesidades, emociones, pensamientos, sentimientos; b) por medio de la danza, lograr una conexión cuerpo-mente-psyque entre

ambos sujetos; c) que cada sujeto logre comunicar al otro el material proveniente de su interior; d) que cada sujeto comprenda por medio de la empatía lo que el otro quiere expresar; e) crear la obra integrativa sintonizando y fusionando el material interno de cada sujeto; f) diálogo verbal posterior para aclarar el material que ha sido expresado por medio de la danza y resolver conflictos por medio del entendimiento de las necesidades de cada individuo. Cabe recalcar que para comprobar que estos resultados serán logrados, se debe poner en práctica esta propuesta con participantes reales y estudiar el comportamiento de las variables de esta investigación para poder decir con precisión si la propuesta logra resultados positivos en la intervención con pacientes de psicoterapia de pareja.

DISCUSIÓN

De acuerdo a la investigación realizada, se puede entender cómo el arte logra ser una herramienta de tipo creativo que facilita el acceso a lo inconsciente humano, y por lo tanto una potencial fuente de trabajo psicoterapéutico para tratar las fuerzas que generan conflicto en una relación de pareja. La obra de arte, al ser el producto final creativo de un viaje introspectivo a la psique de la persona, es el reflejo de los contenidos inconscientes de ella. De acuerdo a lo que indica Washington (s.f. p: 2) la creación de una danza en pareja lograría plasmar por medio del movimiento procesos emocionales, cognitivos, físicos y sociales.

La danza sería un medio de comunicación entre el mundo interno de cada sujeto y el mundo exterior. Una vez que cada individuo lograra acceder a su mundo interno y expresar sus contenidos hacia el exterior podría fusionarse con el otro crear una conexión entre ambos sujetos; esta conexión sería la fuente primordial de la comunicación entre el Sí- mismo del uno con el Sí- mismo de su pareja, al igual que el vínculo entre ánima y ánimus. La danza terapia logra crear una conexión entre el cuerpo, la imaginación y las emociones ayudando a los sujetos a comunicar y responder ante el mundo exterior. Washington (s.f., p: 4), menciona que la danza terapia es una técnica eficaz para el tratamiento de parejas, debido a que esta técnica se enfoca en la creatividad, en la conexión mente-cuerpo, la comunicación no verbal de los estados internos, ayuda a la relación interpersonal, incentiva la transformación personal y colabora en identificar los problemas que generan tensión en la pareja.

Washington (s.f., p: 6), hace referencia a Strassel, et al. (2011), quien menciona que debido a la naturaleza progresiva de algunas formas de baile, como por ejemplo: el tango, los pacientes se encuentran en un aprendizaje continuo sobre sí mismos; es decir, que es una experiencia reforzadora que sirve para ayudar a las parejas a superar actitudes negativas para cambiar los patrones desadaptativos de comunicación que son una base fundamental de los problemas en pareja. Además, mediante la danza terapia se puede coadyuvar a la regulación de los problemas de ansiedad, estrés, síntomas depresivos, dificultad de expresión y comunicación, problemas de autocontrol, traumas y sentimientos relacionados a cambios de los ciclos de vida que influyen en la relación de pareja.

En cuanto a la relación de la teoría arquetípica con la danza terapia, se puede entender que la danza se convierte en una llave para acceder a lo inconsciente de la psique. Es a través de ésta, que se logra entrar en un estado ampliado de consciencia para contactar a los contenidos inconscientes o arquetipos; a fin de hacer conciencia de ellos y después poder integrarlos. Como se presenta en este trabajo de investigación, existen muchos arquetipos que influyen en las relaciones de pareja, ejerciendo influjo que puede generar la conexión entre dos individuos, pero así mismo, puede ser lo que provoque los conflictos si aquellos no se encuentran integrados.

La danza utiliza al cuerpo por medio de los movimientos para poder expresar estados internos que se encuentran reprimidos en lo inconsciente y que son muy difíciles de definir mediante el lenguaje verbal; es por eso que la autora de esta investigación define a la danza como una de las formas más efectivas de transmitir a la pareja nuestros deseos y necesidades más recónditas, que muchas veces son difíciles de exteriorizar verbalmente; así una vez que ambos sujetos estén sintonizados en una misma danza, el otro será capaz de entender a mayor

profundidad lo que su pareja trata de expresar. Hari (s.f, p: 23), señala que la danza es terapéutica en tanto que permite que se hagan conscientes los contenidos inconscientes, que se hagan visibles, los latentes y que incluso los individuos puedan reconocerlos y nombrarlos. La danza es el elemento de liberación de todos aquellos contenidos internos que las personas necesitan sacar para alcanzar un estado armónico.

La co-fundadora de la Emotional Focused Therapy (EFT), Sue Johnson, quien ha dedicado gran parte de su trabajo a estudiar el apego y los lazos del amor romántico para integrarlos a su terapia de pareja, indica que los conflictos que se generan en pareja surgen debido a la forma en la cual los individuos interactúan de una manera que dificulta que la pareja genere una conexión segura y compromiso entre ellos. De acuerdo a Johnson (2016), esta forma en la que las parejas interactúan genera que el conflicto escale; a esto Johnson lo denomina como la típica danza negativa de pareja en el cual un individuo critica , persigue y exige, mientras que el otro construye muros de piedra rígida y se retira del conflicto, pero entre más se retira, su pareja se asusta de la pérdida y demanda aún más; es ahí cuando generalmente las parejas se encierran en un laberinto de conflicto creado por este patrón de culparse y retirarse que genera un escalamiento de emociones negativas, desgastando la conexión afectiva y haciendo que crezca la experiencia de peligro e inseguridad con la pareja. Cuando esto sucede, la comunicación entre los miembros de las parejas se va desgastando con el tiempo, hasta llegar un momento en el cual ambos dejan de expresar sus emociones, pensamientos, sentimientos y necesidades que alimentan la relación de una manera positiva. Por medio de la danza se pretende cambiar este patrón de comunicación inadecuado y el miedo generado por el distanciamiento y enfriamiento de la conexión emocional de la pareja que se genera cuando se crean estas barreras entre ambos sujetos.

Es una creencia común en la sociedad que el conflicto (pelea verbal), es el elemento principal que afecta las relaciones de pareja; sin embargo, Johnson (2016), señala que el conflicto verbal como se lo conoce, es sólo un componente del escalamiento de estrés con el que inicia la desconexión emocional de la pareja, mas no el problema per se. De acuerdo a Johnson (2016), uno de los objetivos en el trabajo terapéutico con parejas es enseñarles cómo lidiar de manera positiva con los momentos en los cuales los miembros de la pareja se sienten desconectados emocionalmente el uno del otro y reorganizar los patrones de interacción y comunicación en la pareja para crear un nuevo tipo de apego o lazo emocional entre ambos sujetos. Johnson señala que en su terapia para parejas, utilizando la focalización en las emociones, se requiere de algunos pasos necesarios para recrear este vínculo emocional. La autora de esta investigación utilizaría la danza como la llave para entrar a trabajar con estos pasos propuestos por Johnson: a) Reflejo de emociones: se pretende que, por medio de la danza, los sujetos logren contactar con sus estados internos, reconocerlos y poder reflejar hacia el exterior sus emociones, necesidades y pensamientos; b) Exploración de emociones primarias y secundarias por medio de la danza; c) Expresión de emociones. Mediante la danza ambos individuos logran fusionarse para dar paso a que la expresión de los estados internos sea más fácil y genuina; d) Escuchar y entender lo que el otro siente sobre la relación; e) Integrar y validar lo que ambos miembros de la pareja expresan en una danza común que integre lo que el uno y el otro siente para poder lograr cambios significativos en su conexión emocional. Johnson propone que las parejas en terapia deben repetir estos pasos una y otra vez creando una danza que los conducirá a no seguir con el escalamiento por el espiral de conflicto.

Después de entender cómo se podría integrar los principales temas de este estudio: la danza terapia con la teoría arquetípica de Jung y la terapia de pareja, se puede decir que mediante la danza los pacientes podrán ser capaces de acceder a estados ampliados de conciencia que conducirán a un trabajo de autoconocimiento y de integración de los contenidos de su psique para posteriormente fusionarse con el trabajo personal que realiza su pareja. La danza será la llave de la comunicación entre ambos sujetos y mediante la conexión que se generará en las parejas, el vínculo emocional que ha sido debilitado por los conflictos, los desencuentros y el desapego, podría ser restaurado y fortalecido por medio de la danza.

5.1 Limitaciones del Estudio

Al tratarse de una investigación circunscrita a literatura, se debe aplicar de forma práctica para poder demostrar si la danza terapia aplicada en parejas puede ser un método eficaz para fortalecer el vínculo emocional que lograría importantes efectos positivos en las parejas que la asumen como método terapéutico complementario. Por otro lado, no se puede definir con certeza si las parejas que realizarían danza terapia podrán acceder fácilmente a un estado ampliado de conciencia para poder contactar a los arquetipos analizados a lo largo de esta investigación, los cuales la autora considera que son fundamentales para el trabajo en pareja. Otra importante limitación para este estudio recae en el hecho que, al tratarse de una práctica dancística, los sujetos podrían bloquearse a practicarla por no saber bailar; como se mencionó a lo largo de este estudio, la danza terapia no considera las habilidades dancísticas de los individuos sino el proceso sanador que contiene a la final. Por último, al no haber sido un estudio en contacto con sujetos, las conclusiones pueden estar sesgadas según la óptica de la autora.

5.2 Recomendaciones para Futuros Estudios

Se recomienda que se realicen más estudios sobre la práctica de la danza terapia como un método para acceder a los estados ampliados de conciencia con la finalidad de lograr un trabajo intrapsíquico en los individuos que la practican, para así lograr integrar a la danza en el campo psicoterapéutico de una manera reconocida científicamente por más estudios que comprueben su efectividad.

Así mismo es fundamental que se generen más estudios que demuestren como la teoría arquetípica de Jung puede ser aplicada en el trabajo psicoterapéutico de parejas con el fin de poder integrar todos los arquetipos que juegan un rol importante en la conexión de ambos individuos que conforman una pareja y la contribución de estos a que se genere conflicto y resolución en sus problemas de pareja.

Por otro lado, se recomienda que para este estudio se investigue de manera práctica las variables, para obtener resultados de tipo cuantitativo y no solamente cualitativo, para observar como las variables involucradas en este estudio efectivamente pueden tener una relación.

REFERENCIAS

- Alonso, J.C. (2004). La psicología analítica de Jung y sus aportes a la psicoterapia. *Universitas Psychologica [en línea]*, p: 55-70. Recuperado de: [:http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64730107](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64730107)
- Baker, A.F. (1986). El tiempo y el proceso de individuación. *Revista Iberoamericana*, p: 135-136. Recuperado de: <http://www.armandfbaker.com/publications.html>
- Boerre, G. (1997). Carl Jung. *Personality Theories*. Recuperado de: https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=arquetipo+anima+jung&btnG=
- Camacho, J.M. (2004). *Fidelidad e Infidelidad en las Relaciones de Pareja*, p: 1-191. Recuperado de: <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>
- Cordero, A.P. (10 de febrero de 2012). Beneficios de la danzaterapia para la rehabilitación cognitiva. *Docsalud*. Recuperado de: <http://www.docsalud.com/articulo/3168/beneficios-de-la-danzaterapia-para-la-rehabilitación-cognitiva>
- de la Espriella Guerrero, R. (2008). Terapia de pareja: abordaje sistémico. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(1), p: 175-186. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502008000500014&lng=en&tlng=es.
- De Miguel Landiribar, J. (2017). *Danzaterapia II*. TM Pamplona. Recuperado de: <http://www.dosxcuatrotango.es/tangoterapia-ii/>
- Feldman, R. S. (2010). *Psicología con aplicación en países de habla hispana*. McGraw Hill Companies. México: México D.F.
- Fischman, D. (2008). Relación terapéutica y Empatía Kinestésica. *Brecha*. Recuperado de: http://www.brecha.com.ar/Relacion_terapeutica_y_Empatia_Kinestesica_Por_Diana%20Fischman_PhD_BC_DMT.pdf
- Grof, S. (2002). El juego Cósmico. *Editorial Kairós*. (pp: 12-208). Barcelona: España.
- Grof, S. (2009). El viaje definitivo. *La Liebre de Marzo*. (pp: 1-20). Barcelona: España.
- Johnson, S. (2016). Five essential moves of EFT tango. *PESI Mental Health*. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=gZ7ELF8mE3Q>
- Jung, C.G. (2015). *Los arquetipos y lo Inconsciente Colectivo*. Madrid, España. Editorial Trotta.
- Jung, C.G. (2009). *La vida simbólica*. Madrid, España. Editorial Trotta.

- Jung, C.G. (2015). *Sobre el Amor*. Madrid, España. Editorial Minima Trotta.
- Jung, C.G. (1971). *6 Tipos psicológicos*. Editora Vozes. Brasil. Recuperado de: <https://books.google.com.ec/books?hl=en&lr=&id=cs4bBAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=tipos+psicologicos+jung&ots=qZPGFxO9iv&sig=TsW1ZKrUZWBEBp-mEdWuu1mC0ps#v=onepage&q=nesses%20arquetipos&f=false>
- Lavalle Cobo. (2017). La Psicología Analítica y el Tango. *Centro Jung de Buenos Aires*. Recuperado de: <http://www.centrojung.com.ar/psicotango.htm>
- Martín Cabrero, B. (2011). La danza/Movimiento Terapia en un enfoque de análisis transaccional integrativo. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, (64). Pp: 14-31.
- Méndez López, M. (2007). Estados alterados v/s no ordinarios de conciencia. *Cuadernos de Neuropsicología*, 1 (3), pp: 182-195. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttex&pid=S0718-41232007000300002&lng=pt&tlng=es.
- Millán, R. (2015). Estados alterados de conciencia. *Psicólogo Madrid*. Recuperado de: <http://www.medridpsicologia.com/estados-alterados-de-conciencia/>
- Narbona, R. (2016). Carl Jung: la persona, el alma y la sombra. *Mente Sana* (124), pp: 69-76. Recuperado de: <http://rafaelnarbona.es/?p=12821>
- National Geographic Traveler. (12 de diciembre del 2017). ¿Cuáles son los orígenes del Tango?. *National Geographic en Español*. Recuperado de: <http://www.ngenespanol.com/traveler/agenda/17/12/11/cuales-son-los-origenes-del-tango/>
- Padilla Moledo, C. y Coterón López, J. (2013). ¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?. *Retos*, pp: 194-197. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732290038>
- Panhofer, H. (2015). *El cuerpo en psicoterapia*. Editorial: Gedies S.A. Barcelona, España. Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=OkOjDAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=el+cuerpo+en+psicoterapia+panhofer&ots=Jg-6WHYDs3&sig=TeiRSx8Dz4Mgw2xDo9RVY44SFSc#v=onepage&q=el%20cuerpo%20en%20psicoterapia%20panhofer&f=false>
- Pita Fernández, S. y Pértegas Díaz, S. (2002). Investigación: Investigación cuantitativa y cualitativa. *Cad Aten Primaria* (9), pp: 76-78. Recuperado de: https://www.fisterra.com/mbe/investiga/cuanti_cuali/cuanti_cuali2.pdf
- Ruíz Noé, J. (2012). El camino del héroe. *Acta Sociológica* (57), pp: 185-196. Recuperado de: <http://revistas.unam.mx/index.php/ras/article/view/29769/27674>

Sebiani, L. (2005). Uso de la Danza Terapia. *Reflexiones*. 84 (1), pp: 49-56.

Traversaro, B. (09 de marzo de 2014). El baile como método para soltar angustias, miedos y estrés. *Diario La Capital*. Recuperado de:
<http://www.concienciasenred.com/danzaterapia/id14.html>

Washington, M. (S.F). Dance Movement Therapy (DTM) and marriage couples and family therapies. *University of the Rockies*, pp: 1-15. Recuperado de:
https://www.academia.edu/8092728/Dance_Movement_Therapy_DMT_and_Marriage_Couples_and_Family_Therapies

Zweig, C. y Abrams, J. (1991). *Encuentro con la Sombra*, pp: 1-213. Recuperado de:
https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/45753339/Jung_Y_Otros_-_Encuentro_Con_La_Sombra.PDF?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1511886656&Signature=IPomEkg4Iq7IU78bJDEgE19TJr0%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DJung_Y_Otros_Encuentro_Con_La_Sombra.pdf

ANEXO A: CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES

Estimado participante:

Usted y su pareja han sido invitados para ser parte de una investigación acerca de cómo la danza terapia aplicada mediante tango puede ser un método complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a terapia de pareja.

Como parte del estudio se les realizará una entrevista inicial, en donde se explicará sobre la propuesta de investigación y se analizará su caso. Se requerirá que durante la participación en este estudio continúen asistiendo a sesiones de intervención psicológica, y su terapeuta de pareja tiene que aprobar que realicen el tratamiento complementario simultáneamente a sus psicoterapias. En la información obtenida se protegerá su anonimato, por lo cual en los resultados finales no se mencionará sus nombre o su información personal. Su participación es totalmente voluntaria por lo tanto, si deciden no participar no habrá ningún inconveniente y podrán retirarse en el momento que ustedes lo deseen y consideren necesario.

Si usted y su pareja desean ser parte de este estudio, porfavor contáctarse con la investigadora de este estudio, cuyos datos se encuentran a continuación.

Atentamente,

Andrea Sevilla A.

Celular: 0997761368

Email: asevillaa@me.com

ANEXO B: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO



Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos
Universidad San Francisco de Quito
 El Comité de Revisión Institucional de la USFQ
 The Institutional Review Board of the USFQ

Formulario Consentimiento Informado

Título de la investigación: *¿Cómo la Danza Terapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de pareja?*

Organización del investigador: *Universidad San Francisco de Quito*

Nombre del investigador principal: *Andrea Sevilla Andrade*

Datos de localización del investigador principal: *28924737, 0997761368, asevilla@me.com*

Co-investigadores: *No aplica.*

| DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO |
|---|
| Introducción |
| <p>El presente formulario incluye un resumen del propósito del estudio. Los participantes pueden hacer todas las preguntas que deseen para entender claramente su participación y despejar sus dudas sobre la investigación que se realizará. Para participar pueden tomarse el tiempo que sea necesario para consultar y definir si están interesados en participar o no.</p> <p>Ustedes ha sido invitado a participar en una investigación sobre cómo la Danza Terapia puede ser un recurso complementario eficaz para fortalecer el vínculo emocional en parejas que asisten a psicoterapia de pareja.</p> |
| Propósito del estudio |
| <p>Este estudio pretende aplicar la danza terapia por medio del tango como un método complementario a la psicoterapia de pareja con el objetivo de fortalecer el vínculo emocional de las parejas.</p> |
| Descripción de los procedimientos |
| <p>Si usted y su pareja deciden participar en este estudio, deberán leer detenidamente este documento para aceptar que se consciente su participacion en la investigación y firmar el consentimiento.</p> <p>En el caso que deseen participar, se pedirá a su terapeuta de pareja si consiente que sus pacientes realicen este estudio; de ser así se fijará una fecha para realizar una entrevista inicial con el propósito de analizar su caso, conocer lo tratado en terapia previamente y presentar la propuesta teórica de esta investigación que será puesta en práctica.</p> |
| Riesgos y beneficios |
| <p>Se presenta una propuesta que puede brindar beneficios positivos a las parejas participantes que aplicarían esta técnica complementaria. Se los beneficiará ayudando a fortalecer su vínculo emocional y mejorando su relación de pareja mediante la comprensión y la comunicación mediante la danza.</p> <p>El riesgo al cual estarían expuestos los participantes es que el tratamiento no cause cambios</p> |

significativos en su vínculo emocional y no haya un cambio positivo significativo en su relación.

Confidencialidad de los datos

La privacidad y confidencialidad de los datos son fundamentales en la práctica de este estudio; por lo cual se aplicarán las medidas necesarias para que nadie tenga acceso a los datos personales de los participantes:

- 1) La información que se obtenga por medio de este estudio será protegida en un lugar seguro para evitar el acceso de terceros a la información.
- 2) Los resultados obtenidos de este estudio serán utilizados únicamente para esta investigación. Cualquier dato o resultado será destruido al terminar el estudio.
- 3) Los nombres de los participantes no serán mencionados en la publicación del estudio, por lo que la confidencialidad de los participantes será protegida.
- 4) El Comité de Bioética de la USFQ podrá tener acceso a los datos de los participantes en el presunto caso de que surgieran problemas en cuanto a la seguridad y confidencialidad de la información obtenida o de la ética del estudio.

Derechos y opciones del participante

Es importante que los participantes sepan que están en toda la libertad de decidir si participar o no en este estudio. Están en la libertad de poderse retirar de la práctica en el momento que lo crean necesario, con un previo aviso al investigador.

Información de contacto

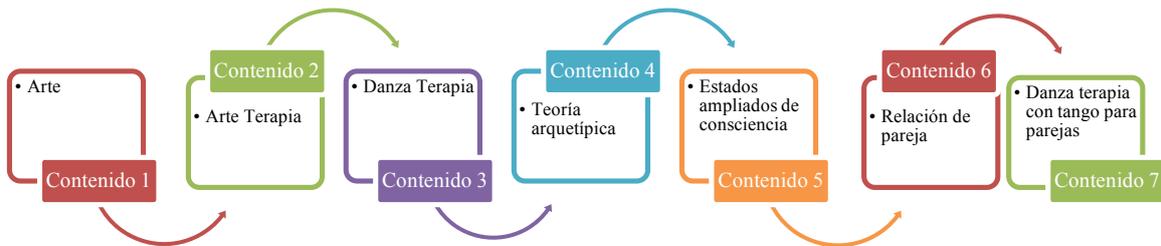
En el caso de tener alguna pregunta sobre el estudio, por favor contactarse al siguiente teléfono 0997761368 y comunicarse con la autora de esta investigación Andrea Sevilla Andrade, o contactarse a su email: asevillaa@me.com

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. William F. Waters, Presidente del Comité de Bioética de la USFQ, al siguiente correo electrónico: comitebioetica@usfq.edu.ec

Consentimiento informado *(Es responsabilidad del investigador verificar que los participantes tengan un nivel de comprensión lectora adecuado para entender este documento. En caso de que no lo tuvieran el documento debe ser leído y explicado frente a un testigo, que corroborará con su firma que lo que se dice de manera oral es lo mismo que dice el documento escrito)*

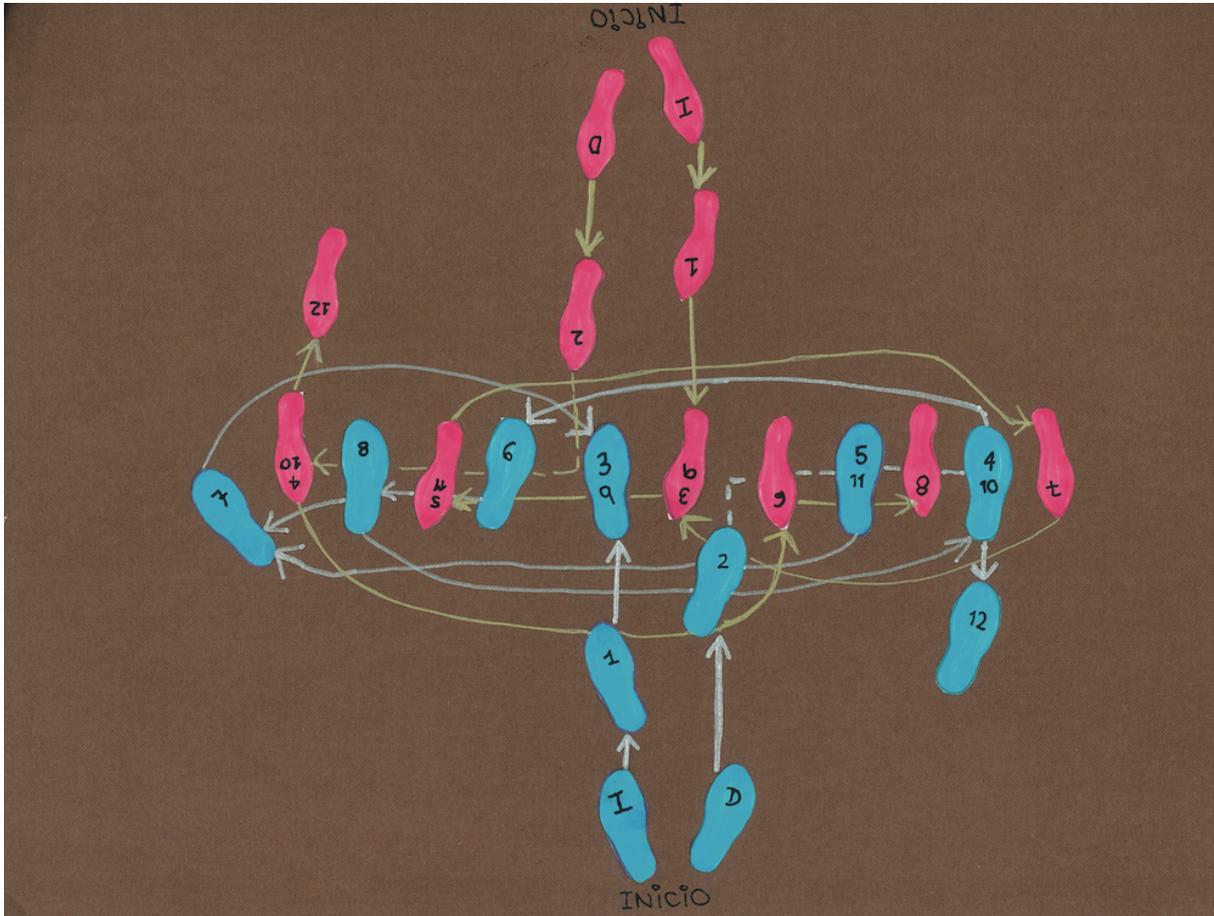
Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

| | |
|---|-------|
| Firma del participante | Fecha |
| Firma del testigo <i>(si aplica)</i> | Fecha |
| Nombre del investigador que obtiene el consentimiento informado Andrea Sevilla Andrade | |
| Firma del investigador | Fecha |

ANEXO C: HERRAMIENTAS PARA LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

ANEXO D: ANEXOS COMPLEMENTARIOS

PASOS BÁSICOS DEL TANGO



1) EVOLUCIÓN DE LA CONEXIÓN EMOCIONAL DE LOS DANZANTES



Gráfico #1. Distanciamiento. El conflicto genera tensión y genera una barrera psíquica y emocional entre los danzantes

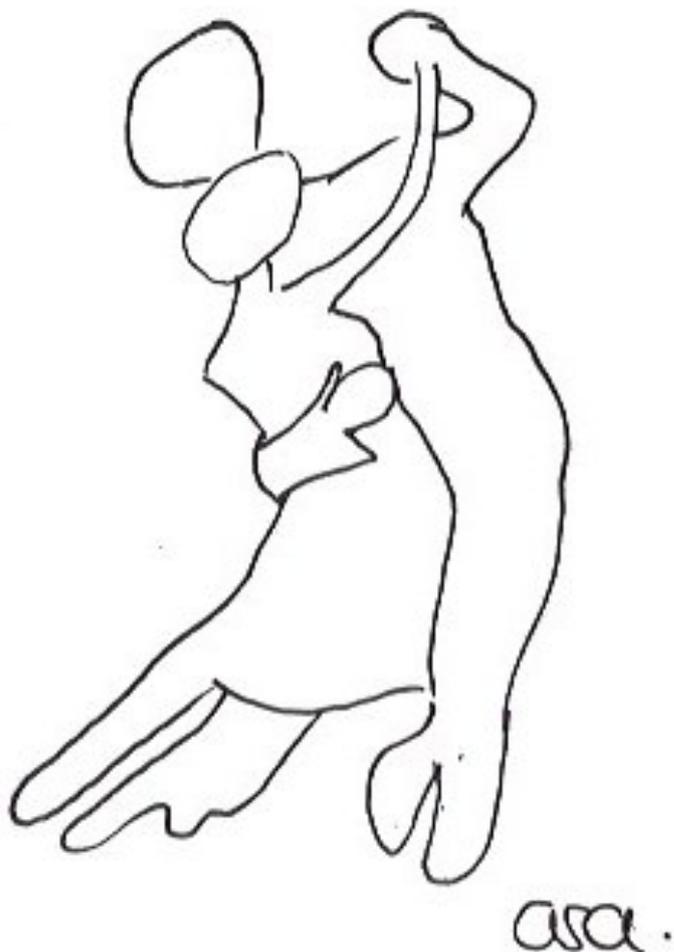


Gráfico #2. Primeros acercamientos. El conflicto es cada vez es menor permitiendo a los danzantes que se conecten más emocionalmente. Esta conexión se reflejará en su postura y acercamiento en la danza, mediante el abrazo, la cercanía de los cuerpos y la sincronicidad de los pasos.

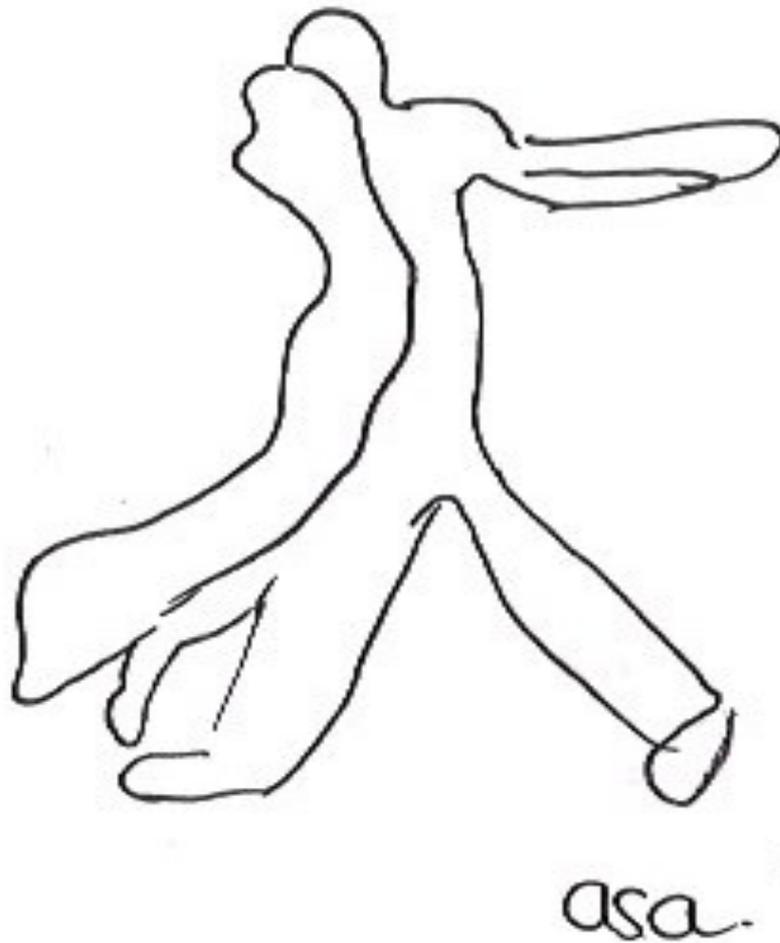


Gráfico #3. Unión. Las barreras se funden permitiendo a la pareja entrar en una mayor conexión. Cada vez los danzantes están más cercanos y crean una mayor conexión alma-cuerpo-psyque.

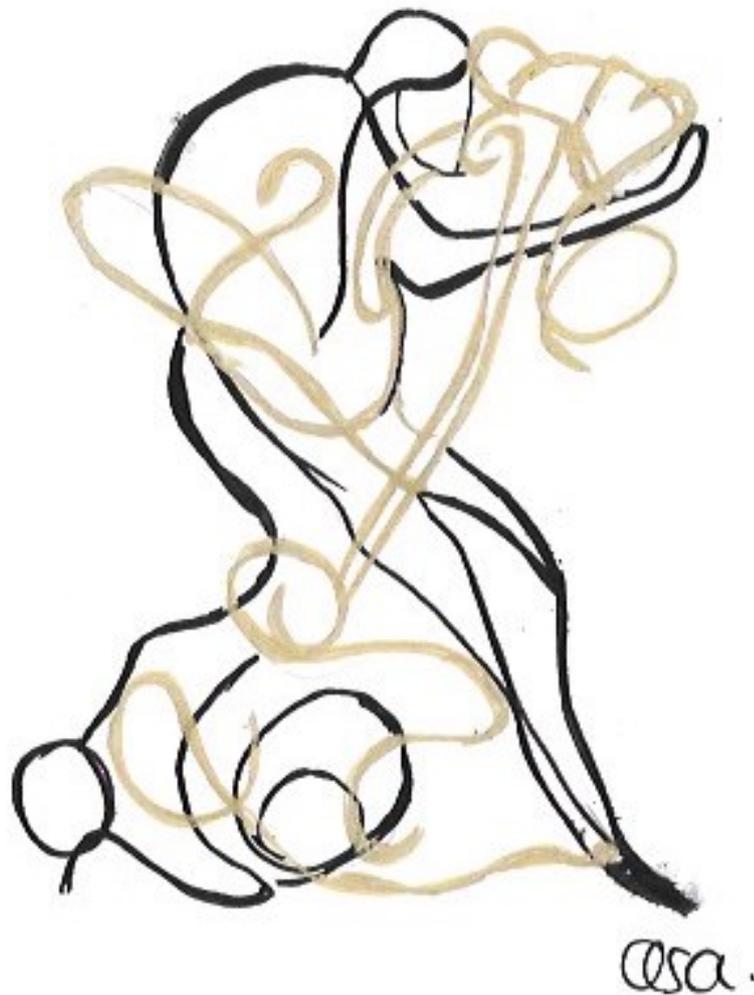


Gráfico #4. Fusión. Los danzantes se convierten en uno sólo, la comunicación y la conexión emocional es tan fuerte que tiene el poder de deshacer casi por completo las barreras de conflicto. En este momento, la pareja se pierde en el fluir del momento.

2) PINTURA: LOS DANZANTES.



Artista: Maria Soledad Andrade Guarderas (2018). (En contribución al proyecto de investigación).